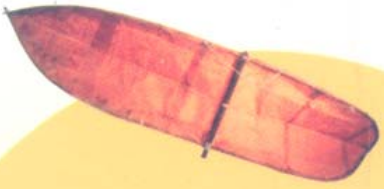
PGS-PTS. NGUYỄN TOÁN
PTS. LÊ ANH THƠ

72 Trò chơi vận động dân gian



Tập 1

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO

72 TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG DÂN GIAN
(VIỆT NAM VÀ CHÂU Á)
Tập 1

PGS - PTS. NGUYỄN TOÁN - PTS. LÊ ANH THƠ

72 TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG DÂN GIAN

(VIỆT NAM VÀ CHÂU Á)

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO

LỜI NÓI ĐẦU

Chuyện vui chơi chẳng phải chỉ của trẻ em. Con người ở mọi lứa tuổi, giới tính (kể cả người già) đều được vui chơi, giải trí thích hợp để sinh tồn và phát triển. Bên cạnh lao động, học tập, giao tiếp đó cũng là một trong những hoạt động cơ bản, có xu hướng ngày càng tăng trong cuộc sống của con người hiện đại. Tuy nhiên, trẻ càng nhỏ (chưa phải lao động, mà học tập vui chơi là chính) thì hoạt động đó càng quan trọng. Đúng như Kơ-rúp-skai-i-a đã nói: "Chơi mà học và học trong chơi". Thực ra, những hoạt động cơ bản trên đan xen nhau. Cho đến bây giờ có ai đó bỏ lỡ hoặc thậm chí cấm đoán thì cũng không dập bỏ được nhu cầu bẩm sinh này. Trái lại, bằng cách nào đấy, chúng vẫn cứ tự phát chơi. Và như thế có thể xảy ra lợi bất cập hại về an toàn, sức khoẻ và nhân cách.

Không có cái thước hoặc cái cân nào có thể đo chính xác mức tác dụng giáo dục về tình yêu quê hương, bản sắc dân tộc cho từng con người. Nhưng chỉ cần là một người Việt Nam có đầu óc bình thường thì đều có thể dễ hiểu một điều đơn giản nhưng rất giàu ý nghĩa như: lời ru của mẹ, câu chuyện cổ tích của bà, những cuộc vui các trò chơi dân gian ở quê nhà, sân trường, những ngày lễ tết cổ truyền đầm ấm, vui tươi và thành kính trong gia đình, họ hàng, xóm, phố... quả có dấu ấn sâu đậm

trong tâm khảm của tuổi thơ. Đó cũng là những viên gạch quan trọng đầu tiên của cái nền nhân cách, tâm hồn con người Việt Nam.

Trong cuốn sách bổ ích này, chúng tôi xin trân trọng gửi đến các em học sinh mẫu giáo, cấp I, cấp II những trò chơi của Việt Nam, Miến Điện, Sin-Ga-Po, Triều Tiên, Ma-Lai-Xi-A, Iran, Phi-Líp-Pin, Pa-Kis-Tan và Nhật Bản với cách thức chơi rất phong phú và tinh tế, đặc biệt chú ý đến tính khéo léo và nhanh nhẹn, lối chơi đơn giản, dễ thuộc, dễ chơi và ít tốn kém.

Chúc các em có những giờ giải trí thật lý thú và bổ ích!

Tác giả

1. CHỒNG ĐỐNG CHỒNG ĐE

1. Tên trò chơi: Chồng đống, chồng đe

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, đầu cấp 1. Nam nữ cùng chơi

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

– Kỹ năng đếm số thứ tự theo nhịp bài hát; kỹ năng hát đồng dao tập thể; kỹ năng chạy, đuổi bắt.

– Sức nhanh, bền bỉ, sự khéo léo.

– Tinh thần tập thể.

4. Cách chơi

– Trước tiên dạy cho các em thuộc bài hát đồng dao

Chồng đống chồng đe

Con chim lè lưỡi

Nó chỉ người nào?

Nó chỉ người này!

– Chọn chỗ chơi rộng rãi, bằng phẳng, tránh vấp ngã khi chạy - đuổi.

– Mỗi nhóm chơi 4-6 trẻ. Trẻ đứng thành vòng tròn, tay nắm lại (thành quả đấm) chồng lên nhau, tay bạn nọ

chồng lên tay bạn kia (tạo thành một "chồng đe", thí dụ 4 bạn là 8 cái đe).

– Cử một bạn đứng trong vòng tròn. Cả nhóm cùng hát bài đồng dao trên theo nhịp 1-2. Bạn đứng trong vòng tròn vừa hát vừa chỉ tay nắm của từng bạn (mỗi tiếng của lời ca chỉ vào một tay). Có thể bắt đầu từ tay trên cùng hoặc tay dưới cùng rồi ngược lại cho đến khi hết lời ca. Tiếng cuối cùng "này" rơi vào tay ai thì bạn đó chạy đuổi bắt, còn các bạn khác nhanh chóng chạy tản ra xung quanh để trốn. Bạn nào bị bắt thì phải chạy một vòng xung quanh sân chơi. Sau đó chò trơi lại tiếp tục cho đến khi chán hoặc mệt.

5. Luật chơi

– Phải thuộc lời bài hát; biết hát to, rõ và theo nhịp

– Bạn đếm tay phải đếm đúng, đếm lần lượt (từ trên xuống hoặc từ dưới lên), mỗi tiếng của bài ca vào một tay, không được đếm nhảy cóc.

– Đến tiếng cuối cùng thì cả nhóm nhanh chóng chạy tản ra xung quanh (trong giới hạn sân chơi).

– Bạn nào có tay rơi vào tiếng "này" thì phải đuổi bắt các bạn. Nếu chạm tay vào bạn nào đó thì bạn đó coi như "bị bắt", và phải phạt chạy một vòng sân chơi.

6. Một số điểm chú ý

– Chọn sân chơi phẳng, sạch.

– Nhắc các cháu khi chạy không được xô vào nhau, hoặc đập mạnh vào đầu bạn.

– Nên vẽ kích thước sân chơi (thí dụ 6x6m) để các cháu tránh chạy xa quá mà mệt.

2. BÀ LÃO, BÀ LÃO (Paki - Xtan)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Từ 3 đến 7 em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời - Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi

"Bào lão" bắt được một người chơi

2. Cách chơi

Một em, có thể là cậu bé hay cô bé, được chọn làm "bà lão". Những em khác làm thành một vòng tròn. "Bà lão" ngồi giữa và phải hành động từ tốn như một bà lão. Các em khác quyết định thứ tự người chơi.

Giả sử có 4 em chơi, các em ngồi vòng tròn xung quanh "bà lão". Em thứ nhất đi đến chỗ "bà lão" và đặt một nắm tay lên đỉnh đầu "bà lão". Sau đó em thứ hai đi đến chỗ "bà lão" và đặt một nắm tay lên nắm tay của em thứ nhất. Em thứ ba đặt nắm tay lên nắm tay em thứ hai. Em thứ tư đặt nắm tay lên nắm tay em thứ ba.

Sau đó em thứ nhất đặt nắm tay của mình lên ngọn của bốn nắm tay. Em thứ hai tiếp tục đặt tiếp nắm tay thứ hai..., cứ như vậy cho đến em cuối cùng.

Khi tất cả các em đã đặt đủ nắm tay lên đầu "bà lão" và tháp nắm tay đã hình thành, em thứ nhất sẽ hỏi "bà lão".

– Bà ơi bảo giùm cháu: ngần này có nặng quá không?

"Bà lão" sẽ kêu lên bằng một giọng the thé:

– Lấy bớt một, thế là xong!

Em cuối cùng sẽ bỏ nắm tay của mình ra, tức là nắm tay trên cùng của đỉnh tháp nắm tay. Sau đó em thứ hai lại hỏi "bà lão":

– Bà ơi bảo giùm cháu: ngần này có nặng quá không?

"Bà lão" nhắc lại câu trả bằng bằng lột giọng khác:

– Lấy bớt một, thế là xong !

Thế là nắm tay trên cùng lại được nhấc ra. Lần lượt từng em sẽ hỏi, "bà lão" lại trả lời như trên và những nắm tay trên cùng lại được nhấc ra.

Cứ tiếp tục như vậy cho đến khi tất cả các nắm tay đều được nhấc ra khỏi đầu "bà lão". Khi nắm tay cuối cùng được nhấc ra thì "bà lão" đứng phắt dậy và kêu to:

– Này bọn trẻ con, hãy cẩn thận ! Lão sẽ dạy cho các cháu một bài học.

Nghe thấy thế, lập tức các em chạy tản ra. Lúc này "bà lão" không phải làm như một bà lão nữa, mà làm như mọi người và chạy đuổi họ. "Bà lão" cố tóm được một người. Em nào bị bắt sẽ phải làm "bà lão" và trò chơi lặp lại từ đầu.

3. CHÌM NỔI

1. Tên trò chơi: Chìm, nổi

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, đầu cấp I. Nam nữ cùng chơi. Chơi tập thể khoảng 8-10 bạn

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

Kỹ năng chạy, trốn và đuổi bắt.

Sức nhanh và phản ứng kịp thời

Tinh thần tập thể, sáng kiến....

4. Cách chơi

Rủ khoảng 8-10 bạn cùng chơi. Chọn chỗ chơi sạch sẽ, bằng phẳng.

– Dùng trò "oẳn tù tỳ" để chọn bạn làm "cái" cũng có thể cô giáo chỉ định một bạn làm "cái". Bạn làm "cái" sẽ phải đuổi, các bạn khác phải chạy trốn.

– Cô giáo hô bắt đầu, các bạn chạy tản ra xung quanh, chạy đi chạy lại tung tăng trên sân chơi. Bạn làm "cái" phải đuổi các bạn và cố gắng chạm được tay vào các bạn, bạn bị chạm sẽ bị "chết" và phải đứng ra ngoài. Bạn làm "cái" lại đuổi các bạn khác. Các bạn cố gắng chạy để không bị chạm vào người, Khi bạn "cái" sắp chạm vào người mình thì ngồi thật nhanh xuống và nói "chìm", lúc đó bạn làm "cái" không được chạm vào nữa. Khi bạn làm "cái" đã đuổi bạn khác thì bạn "chìm" lại đứng lên và nói "nổi" rồi chạy tiếp. Trò chơi cứ thế cho đến khi hết giờ (khoảng 4-5 phút một lần chơi) hoặc khi chạm được vào tất cả các bạn thì thôi (khó).

5. Luật chơi

– Chỉ được chạy và đuổi khi có lệnh bắt đầu chơi

– Chạm tay vào bất cứ bộ phận nào của người bạn thì coi như bạn đó bị "chết", phải đứng riêng ra một bên.

– Khi bạn đã ngồi xuống và nói "chìm" thì không được chạm vào bạn nữa mà phải quay sang đuổi bạn khác.

– Khi đang ngồi mà bạn làm "cái" đã đi đuổi người khác thì phải đứng lên chạy tiếp và nói "nổi". Tránh ngồi quá lâu, trò chơi sẽ kém sôi nổi.

6. Một số điều chú ý

– Trước khi chơi, cô giáo nên giải thích rõ ý nghĩa của các chữ "chìm" và "nổi" để các cháu rõ, gây hào hứng.

– Nhắc các cháu không dùng tay đập mạnh vào bạn mà chỉ chạm khẽ. Có thể quy định chỉ cho chạm vào lưng và tay.

– Nhắc các cháu phải thường xuyên "chìm" và "nổi" (đọc to những chữ đó khi ngồi xuống hoặc đứng lên) để gây hào hứng.

– Nên quy định kích thước sân để không tản mạn, chơi chạy quá xa.

– Với trẻ mẫu giáo, mỗi lần chơi chỉ nên 3 phút, tránh để các cháu bị quá mệt.

– Cô giáo hay trọng tài phải theo dõi để xử lý kịp những trường hợp phạm luật.

4. CHƠI Ù

1. Tên trò chơi: Ù

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2. Nam nữ nhỏ tuổi có thể cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

– Kỹ năng chạy, đuổi bắt nhanh

– Sức nhanh, bền (nín hơi lâu)

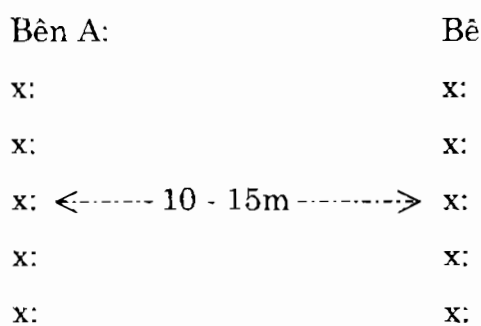
– Ý chí, tinh thần tập thể, sự giúp đỡ lẫn nhau và tôn trọng kỷ luật

4. Cách chơi

– Chọn khoảng đất trống, bằng phẳng và sạch sẽ. Kẻ hai vạch giữa sân làm giới hạn. Người chơi không hạn chế, ít nhất khoảng 8-10 bạn.

– Người chơi từng đôi một oẳn tù tì hoặc xi xằng xô, tất cả người nhất về một bên.

– Mỗi bên đứng về một phía của vạch giới hạn bên mình. Một người điều khiển chơi đứng trên vạch và hô bắt đầu. Người chơi của mỗi bên vừa kêu "ù ù ù...." liên tục, vừa cố chạy sang bên kia vạch giới hạn để đập được vào một bạn nào đó rồi chạy về. Bạn nào bị đập thì coi như bị chết. Nếu đập được vào bạn nhưng bị các bạn khác giữ lại (đến tắt hơi) thì cũng bị chết. Trò chơi cứ thế tiếp tục, đến thời hạn, bên nào có nhiều người bị chết nhất là thua, hoặc bên nào bị chết hết trước là thua.



5. Luật chơi

– Số người hai bên bằng nhau

– Người nào từ khi bắt đầu chạy sang sân bạn và về đều phải kêu ù ù ... liên tục. Nếu bị đứt quãng tiếng ù (đứt hơi) trên sân bạn là bị chết (kể cả giẫm vạch).

– Nếu chạy sang sân bạn, đập được vào ai (có thể một vài người) rồi chạy về bên mình mà không bị đứt hơi (ù) thì tất cả các bạn vừa bị đập đều bị "chết". Những bạn bị giam mà được đồng đội mình sang đập vào thì coi như được cứu (sống lại), được chạy về bên mình để tiếp tục chơi.

– Nếu bị bạn giữ lại nhưng chưa dứt tiếng ù thì vẫn chưa bị chết. Chỉ khi nào dứt tiếng ù thì mới coi là "chết".

– Khi một trong hai đội đều bị "chết" hết trước thì kết thúc một ván chơi. Đội đó bị thua, phải chịu phạt (búng tai nhẹ hoặc từng đội cõng nhau qua sông rồi trở về chỗ cũ hoặc nhảy lò cò qua rồi quay lại) rồi trò chơi lại tiếp tục.

6. Một số đề nghị lưu ý

– Người điều khiển phải chú ý quan sát cả hai bên, không được để bên nào "ăn gian" và phán xử kịp thời.

– Phải nhắc nhở người chơi chủ động kêu ù ù.... rồi chạy sang sân bạn, không nên thụ động đứng ở sân mình.

5. KA - BA - ĐI (Ấn-Độ)

Trò chơi của các em trên 8 tuổi - Hai đội chơi, mỗi đội từ 3 đến 12 em - Chơi ngoài trời - Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

Đội tấn công cố chạm thật nhiều người ở đội phòng ngự mà không bị chạm.

2. Cách chơi:

Hai đội quyết định bên nào tấn công và bên nào phòng ngự. Đội tấn công đứng ở sân và đội phòng ngự đứng ở phần bên kia.

Một người tấn công qua vạch và vào phần sân của đội phòng ngự. Em cố chạm thật nhiều người ở đội phòng ngự. Khi qua vạch vào phần sân của đội phòng ngự, em phải nhắc đi nhắc lại không được ngừng những lời "Ka-ba-đi, ka-ba-đi, ka-ba-đi" để người khác dễ nhận ra em là người tấn công. Em sẽ quay trở lại qua vạch và về phần sân của mình khi đã cảm thấy đuối hơi

Nếu trong khi ở sân đội phòng ngự, người tấn công dừng lại hoặc đuối hơi và không thể tiếp tục nhắc đi nhắc lại "ka-ba-đi, ka-ba-đi, ka-ba-đi" thì đội phòng ngự được 1 điểm.

Nếu người tấn công chạm vào 1 người phòng ngự hoặc nhiều người phòng ngự rồi quay trở lại qua vạch về sân

của mình mà không bị chạm thì em được 1 điểm. Mỗi lần em chạm vào 1 người phòng ngự, em lại được tính thêm 1 điểm. Khi người tấn công cảm thấy quá mệt hoặc đuối hơi, em chạy qua vạch về sân đội mình và 1 em khác trong đội đi qua vạch vào sân đối phương.

Nếu một người tấn công bị một người phòng ngự bắt trước khi quay về sân của mình thì coi như bị "chết" và bị loại ra khỏi cuộc chơi. Các đội đổi vị trí, đội tấn công thành đội phòng ngự và ngược lại; trò chơi bắt đầu lại.

Khi cả đội tấn công lẫn đội phòng ngự đều có mỗi đội một người "chết", họ được cử người "chết" của họ trở lại cuộc chơi.

Đội nào được nhiều điểm hơn là đội thắng.

6. BỎ KHĂN

1. Tên trò chơi: Bỏ khăn hoặc bỏ giẻ

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp I, mẫu giáo. Nam nữ cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng di chuyển nhẹ nhàng, bí mật; kỹ năng nhảy lò cò một chân

– Tố chất khéo léo, tính nhanh nhẹn và tập trung chú ý.

– Tinh thần tập thể, tôn trọng kỷ luật

4. Cách chơi

– Chọn chỗ bằng phẳng, rộng và sạch. Số người chơi khoảng 8-12 người. Một chiếc khăn nhỏ.

– Chọn người đi bỏ khăn bằng cách oẳn tù tỳ hoặc xi xằng xô.

– Người chơi ngồi thành vòng tròn (ngồi xổm hoặc ngồi bệt) quay mặt vào trong. Người đi bỏ khăn đi đằng sau, xung quanh vòng tròn, tay cầm khăn (hoặc giẻ) giấu kín để không ai nhìn thấy, rồi bí mật để khăn vào sau lưng một người nào đó, rồi lại đi tiếp. Nếu người đó không phát hiện thì sau khi đi một vòng, về đến chỗ bạn đó, người bỏ giẻ đập nhẹ vào vai bạn này. Bạn này phải đứng lên chạy (hoặc nhảy lò cò tuỳ quy định) 1 vòng để về chỗ cũ. Còn nếu phát hiện ngay thì người ngồi phải đuổi theo (cũng bằng động tác như bạn kia). Nếu đập

được vào bạn này thì bạn đó phải vào thay và trò chơi lại tiếp tục. Nếu không được thì lại tiếp tục như cũ. Nên tuỳ sức (vòng to hay bé) mà quy định giới hạn đuổi trong 1,2,3 vòng, tính từ chỗ bỏ giẻ.

5. Luật chơi

– Phải bỏ giẻ đúng phía sau lưng 1 người nào đó; không được bỏ lửng lơ giữa 2 bạn.

– Người chơi không được quay đầu lại nhìn mà chỉ được quờ tay ra sau để kiểm tra.

– Nếu biết mình bị bỏ giẻ thì cầm giẻ chạy đuổi theo người vừa bỏ, người kia phải chạy thật nhanh để ngồi vào vị trí của bạn kia. Có 2 trường hợp:

+ Nếu đập được vào người bạn bỏ giẻ thì bạn đó phải đi bỏ tiếp.

+ Nếu không đuổi đập được vào người bạn đó thì bạn ấy phải đi bỏ giẻ.

– Nếu không biết mình bị bỏ thì người đi bỏ giẻ sau khi đi 1 vòng về đến chỗ đó sẽ đập vào vai bạn này. Bạn này phải chạy một vòng. Người đi bỏ chạy đuổi theo. Có 2 trường hợp:

+ Nếu đập được vào bạn đó thì bạn ấy phải đi bỏ giẻ.

+ Nếu không đập được thì phải đi bỏ tiếp.

6. Một số đề nghị cải tiến

– Có thể quy định kích thước vòng tròn để dễ định lượng vận động. Thí dụ R = 6m

– Có thể chạy hay nhảy lò cò (nếu vòng tròn vừa sức)

– Nếu quá 3 lần mà vẫn không đuổi được thì thay hẳn người khác hoặc đôi khác.

7. GIẤU VẬT (Nê-Pan)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi. Bao nhiêu em chơi cũng được. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Dụng cụ chơi: Một vật nhỏ, thí dụ một hòn đá hoặc một chiếc lá.

1. Chủ định chơi:

Một em giấu được một vật mà không một em nào tìm được

2. Cách chơi:

Các em ngồi thành vòng tròn như đài sen (xem ảnh). Một em được chọn làm người giấu vật, em đi vào giữa vòng tròn. Em giả vờ giấu vật dưới chân mọi người. Cuối cùng em giấu được bằng cách để vật dưới chân một em nào đấy mà em này không biết, các em khác không thấy.

Sau đó người giấu vật lần lượt hỏi người chơi rằng vật giấu ở đâu. Các em này nói chung trả lời họ không

biết. Người giấu vật có thể hỏi thêm một em khác. Sau đó người giấu vật sẽ chỉ cho mọi người chỗ giấu.

Nếu em nào có vật dấu dưới chân mình mà không biết, em có thể bị phạt bằng một vài cách hay nộp một cái kẹo. Sau đó em phải làm người giấu vật tiếp.

Nếu em nào tìm được chỗ giấu vật thì người đi giấu vật sẽ bị phạt và phải đi giấu vật một lần nữa.

8. BỊT MẮT BẮT DÊ

1. Tên trò chơi: Bịt mắt bắt dê

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, cấp 1, cấp 2. Nam nữ có thể cùng chơi

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

- Kỹ năng di chuyển, phán đoán (dùng thính giác là chính) và bắt trúng "mục tiêu" khi thị giác bị hạn chế (bịt mắt)
- Sự nhanh nhẹn, khéo léo.
- Tính chủ động và mạnh dạn.

4. Cách chơi:

- Chọn khoảng sân rộng, bằng phẳng, sạch sẽ, thoát mát. Lấy một chiếc khăn nhỏ, không nhìn qua được.

Người chơi đứng xung quanh làm thành hàng rào (rộng khoảng từ 5 đến 7m) cùng vỗ tay cổ vũ cho các bạn chơi (như tranh)

– Chọn hai người vào chơi. Một người làm dê, một người đi bắt dê. Cả hai đều bịt mắt.

Người hướng dẫn đưa hai bạn vào giữa vòng, đứng quay lưng vào nhau, cách một cánh tay. Quy định ai là người làm dê và ai là người đi tìm. Dê phải vừa đi vừa kêu, người đi tìm dê phải chú ý tiếng dê kêu mà đuổi bắt.

Người hướng dẫn hô bắt đầu và đẩy hai bạn sang bên. Cuộc chơi bắt đầu, dê kêu, người đi bắt, các bạn xung quanh hò reo. Nếu bắt được dê thì thắng cuộc, chọn hai bạn khác vào chơi như từ đầu.

5. Luật chơi:

– Bịt mắt kín, không được ti hí (do người khác bịt cho, tự mình không được động vào)

– Dừng lại (cách khoảng 5-10 giây), dê phải kêu be be.

– Các bạn xung quanh không được mách cho bạn dê hoặc người đi tìm.

– Không được chui ra khỏi hàng rào.

– Nếu sau một thời gian nào đó mà không bắt được dê thì coi như bên dê thắng, thay hai người khác vào chơi.

6. Một số ý cải tiến

– Với trẻ mẫu giáo, trước khi chơi, cô nên kể chuyện con dê lạc đàn, trời tối không biết đường về; người phải lặn lội đi tìm trong đêm tối.... nhằm gây hứng thú cho các cháu.

– Người hướng dẫn phải nhắc nhở mọi người trong hàng rào chỉ được hò reo cổ vũ, không được "chỉ điểm" cho các bạn.

8B. BỊT MẮT BẮT DÊ

1. Tên trò chơi: Bịt mắt bắt dê (thật)

2. Đối tượng chơi: Người lớn, trẻ con, nam, nữ có thể chơi được cả.

3. Mục đích chơi: Rèn thính tai, khéo léo, mạnh dạn

4. Cách chơi:

Đây cũng là một trò chơi có trong một số hội làng truyền thống.

Chọn một chỗ đất tương đối rộng, có thể bằng hoặc không cũng được. Rào chung quanh một khoảng đủ cho dê khỏi chạy ra ngoài. Thả độ dăm bảy con dê con. Có nơi còn để ngổn ngang một số đoạn thân cây chuối. Có nơi đào thêm một vài cái hố, rãnh nhỏ.

Người chơi phải được bịt mắt kỹ rồi nghe theo các tiếng dê chạy, dê kêu mà đuổi bắt, đồng thời cũng cố tránh trượt ngã, vấp phải các đoạn chuối, hố, rãnh.

Người xem không được mách bảo cho người vào chơi.

Người nào bịt mắt mà bắt được dê thì được thưởng.

5. Luật chơi:

– Người chơi có thể đứng ngoài quan sát kỹ tình hình khu vực chơi, di chuyển của các con dê... rồi mới vào chơi.

– Người chơi không được kéo khăn bịt mắt lên xuống hoặc làm tụt, lỏng khăn bịt mắt ấy.

– Người chơi có thể căn cứ vào tiếng hò reo của người xem mà định liệu.

– Thỉnh thoảng, người phụ trách có thể thay đổi sự bố trí của các đoạn thân chuối.

– Có nơi định thời gian cho mỗi lượt người vào chơi (10 phút, đốt hết một đoạn hương thắp....).

9. NGƯỜI MÙ VÀ BẦY RUỒI (Băng-La-Đét)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi – Chừng 10 đến 12 em chơi - Chơi trong nhà hoặc ngoài trời.

Dụng cụ chơi: một khăn để bịt mắt.

1. Chủ định chơi:

Người bị bịt mắt bắt được hay đoán nhận được những người chơi khác.

2. Cách chơi:

Phần 1: Một em lấy một số mẩu giấy bằng số người chơi. Trong những mẩu giấy đó, có mẩu giấy viết: "Người mù bắt ruồi". Em này gập những mẩu giấy lại, nom giống nhau không phân biệt được. Mỗi em lần lượt chọn một mẩu giấy. Em nào chọn đúng mẩu giấy "Người mù bắt ruồi" thì bịt mắt. Những em khác là "ruồi".

Phần 2: Vẽ một vòng tròn trên mặt đất. "Ruồi" đứng quanh vòng tròn. "Người mù" đứng ở giữa và bị bịt mắt.

Trò chơi bắt đầu theo một hiệu lệnh.

Đàn "ruồi" di động khắp nơi trong vòng tròn, trêu chọc "người mù" nhưng tránh không bị bắt. "Người mù" cố bắt một con ruồi và nhận diện nó.

Khi "người mù" bắt được một "con ruồi", "ruồi" phải làm ầm lên hay nói câu gì đó để giúp "người mù" nhận diện mình.

Nếu "người mù" đoán đúng, "ruồi" trở thành "người mù" và trò chơi bắt đầu lại từ phần 2.

Nếu "người mù" đoán sai thì phải cố bắt một "con ruồi" khác và nhận diện nó.

Em nào không bị bắt và không bị nhận ra, do đó không trở thành "người mù" là người thắng cuộc.

10. RỒNG RẮN

1. Tên trò chơi: "Rồng rắn" hoặc "Rồng rắn lên mây".

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, cấp 1, nam nữ còn nhỏ có thể cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng di chuyển tập thể khi bị đuổi bắt; kỹ năng luồn, tránh để tiếp cận mục tiêu; kỹ năng đối đáp bằng lời đồng dao.

– Sức nhanh và sự khéo léo.

– Tinh thần đoàn kết, tinh thần tập thể, tôn trọng kỷ luật.

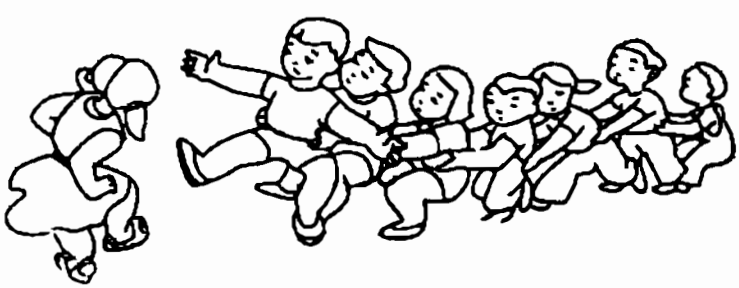
4. Cách chơi:

** Chuẩn bị:*

– Người chơi không hạn chế, khoảng 8-10 trẻ.

– Sân chơi rộng, sạch, bằng phẳng và thoáng mát.

– Dùng trò "Oẳn tù tỳ" để chọn một bạn làm "Thầy thuốc". "Thầy thuốc" ngồi hoặc đứng một chỗ trên sân chơi. Số người chơi túm áo nhau (hoặc ôm ngang bụng nhau) thành một hàng dọc làm rồng rắn, đứng đối diện với "thầy thuốc" (như hình vẽ)



** Chơi:*

– "Rồng rắn" đi lượn vòng vèo trước mặt "thầy thuốc", vừa đi vừa hát:

Rồng rắn lên mây

Có cây núc nắc

Có nhà khiển binh

Thầy thuốc có nhà hay không?

– Thầy thuốc đáp: Thầy thuốc không có nhà.

– Rồng rắn lại đi lượn vòng vèo, hát lại đoạn trên.

– Thầy thuốc: Thầy thuốc có nhà, mẹ con rồng rắn đi đâu?

– Rồng rắn: Đi lấy thuốc cho con

– Thầy thuốc: Con lên mấy?

– Rồng rắn: Con lên một

– Thầy thuốc: Thuốc không ngon

– Rồng rắn: Con lên hai

– Thầy thuốc: Thuốc không ngon

– Rồng rắn: Con lên ba

– Thầy thuốc: Thuốc ngon vậy, cho xin khúc đầu.

– Rồng rắn: Những xương cùng xẩu

– Thầy thuốc: Xin khúc giữa

– Rồng rắn: Cũng máu cùng me

– Thầy thuốc: Xin khúc đuôi

– Rồng rắn: Tha hồ thầy đuổi.

Đến đây thì thầy thuốc tìm mọi cách để đuổi bắt đuôi rắn (tức là người đứng cuối hàng). Rồng rắn thì cố chạy, người đứng đầu cố cản thầy thuốc, các bạn trong

hàng thì cố luồn lách tránh để bảo vệ bạn cuối cùng. Cứ thế, vừa chơi vừa hò, reo vui vẻ đến khi một bên thua (bắt được hoặc rồng đứt) thì nghỉ, chơi tiếp lần khác.

5. Luật chơi:

– Khi đối thoại, thầy thuốc ngồi im, rồng rắn đi lại vòng vèo rồi đứng trước mặt thầy thuốc.

– Khi đến câu cuối cùng "Tha hồ thầy đuổi", thầy thuốc mới được đuổi bắt đuôi rồng.

– Thầy thuốc chỉ được dùng tay đập vào bạn cuối hàng. Chỉ có bạn đầu hàng mới được dùng hai tay cản thầy thuốc. Các bạn khác không được làm "đứt" thân rồng.

– Nếu thầy thuốc đập được vào đuôi rồng thì: rồng rắn thua. Nếu rồng rắn bị đứt khúc hoặc bị ngã thì rồng rắn cũng thua. Nghỉ ngơi xong lại chơi ván khác.

6. Một số điều cần cải tiến

– Không nhất thiết phải đối thoại dài như trên. Thí dụ khi đến câu "con lên một" thì thầy thuốc phải nói luôn "cho xin khúc đầu" và tiếp tục cho đến hết bài hát.

– Trò chơi này có thể theo chủ đề: "Mẹ con gà đoàn kết chống diều hâu", không cần phải đối thoại dài như trên.

– Có thể dùng dây chơi thay cho việc túm quần áo nhau, để tránh bị rách quần áo.

11. CÁI LƯỢC (In-Đô-Nê-Xi-A)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Từ 3 đến 8 em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Dụng cụ chơi: một cái lược hay một vật tương tự

1. Chủ định chơi:

Người bắt cố lấy lại cái lược

2. Cách chơi:

Các em chọn một người bắt. Mọi người, trừ người bắt, đứng thành một hàng dọc. Người bắt cầm chiếc lược đứng trước hàng, đối diện với người thứ nhất.

Trò chơi bắt đầu, người bắt chuyền cái lược tới người thứ nhất trong hàng. Sau đó em thứ nhất chuyển cái lược qua đầu mình hoặc qua phía bên cạnh người mình tới em đứng sau, cứ như vậy cái lược sẽ tới tay em cuối cùng của hàng.

Người bắt sau đó yêu cầu em thứ nhất trong hàng đưa cho mình lại cái lược. Em thứ nhất trả lời rằng em không có cái lược vì em đã chuyền nó cho những người khác rồi. Nghe trả lời thế người bắt cố lấy lại cái lược bằng cách đuổi bắt em đứng cuối hàng. Người bắt chạy sang trái, sang phải, khi đó cả hàng người ôm lấy ngang lưng nhau chạy đi chạy lại che chở cho em đứng cuối hàng. Trò chơi tiếp tục cho đến khi người bắt túm được em đứng cuối hàng và lấy lại cái lược. Em đứng đầu hàng sẽ chọn một người bắt khác và trò chơi bắt đầu lại.

12. CHÓ SÓI VÀ BẦY CỪU (I-Ran)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi - Từ 5 đến 10 em chơi - Chơi trong nhà hoặc ngoài trời - Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi:

Chó sói cố bắt tất cả bầy cừu.

2. Cách chơi:

Một em được chọn làm chó sói và em khác được chọn làm người chăn cừu.

Những em khác làm cừu và xếp thành hàng dài sau người chăn cừu, em này nắm vạt áo em kia. Con cừu đầu tiên nắm vạt áo người chăn cừu.

Chó sói đứng trước mặt người chăn cừu và đôi bên nói chuyện với nhau:

– Chó sói: Ta là chó sói đây. Ta sắp sửa ăn hết cừu của mi.

– Người chăn cừu: Còn tao là người chăn cừu. Tao sẽ không để cho mày bắt cừu.

– Chó sói: Aha! Aha! Dao ta nhọn hơn dao mi.

– Người chăn cừu: Không! Tao sẽ không cho mày một con cừu tồi nhất nào của tao đâu!

Nhanh lên, nhà tao ở đường này.

Nhanh lên, nhà tao ở đằng kia.

Khi người chăn cừu nói "nhà tao ở đằng này" và dang tay che chở cho cừu, cả bầy cừu chạy về bên phải để tránh chó sói. Khi người chăn cừu nói "nhà tao ở đằng kia", cả bầy cừu lại chạy về bên trái.

Bầy cừu tiếp tục chạy sang phải, sang trái, rồi ngược lại, tránh không để chó sói bắt. Con cừu nào bị tuột ra khỏi hàng, hàng bị vỡ, thì chó sói bắt con cừu đó. Con nào bị chó sói bắt sẽ bị loại ra khỏi trò chơi. Những con khác nối lại hàng và tiếp tục chạy sang trái sang phải. Cứ như vậy cho đến lúc cả bầy cừu bị chó sói bắt.

Các em bèn chọn một chó sói và một người chăn cừu khác, trò chơi bắt đầu lại.

13. CƯỚP CỜ

1. Tên trò chơi: "Cướp cờ" hoặc "Trên bờ, dưới ruộng".

2. Đối tượng chơi:

- Học sinh cấp 1, cấp 2.
- Nam nữ có thể cùng chơi (chủ yếu ở lớp bé, còn lớn hơn thì sẽ là từng cặp cùng giới).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

- Kỹ năng chạy, tránh đuổi bắt, dừng, chuyển hướng hợp lý.
- Sức nhanh và khéo léo.
- Tinh thần tập thể, can đảm, tôn trọng kỷ luật chơi.

4. Cách chơi:

* Không hạn chế người chơi, ít nhất khoảng 7-9 người (có một người lẻ làm trưởng trò).

* Chọn sân chơi rộng rãi, thoáng mát và bằng phẳng. Giữa sân vẽ một vòng tròn rộng từ 20-25cm; ở giữa đặt cành lá, mảnh vải, chiếc khăn... để làm vật tranh cướp (cờ). Ở mỗi đầu sân vẽ một vạch ngang làm mốc, cách vòng tròn từ 6 đến 7m.

** Bắt đầu chơi*

– Người chơi ở mỗi đội đứng thành hàng ngang theo thứ tự trước vạch mốc (hai hàng đối diện nhau)

– Từng đội (phe) điểm số từ 1 đến hết. Mỗi người phải nhớ kỹ số của mình.

– Trưởng trò (người điều khiển) đứng giữa sân chơi, ngoài vòng tròn có cờ và không làm ảnh hưởng 2 bên chạy lên hoặc về, lần lượt gọi một số nào đó. Thí dụ "số 2". Hai cháu cùng số 2 của hai phe này chạy thật nhanh

lên cướp cờ. Ai cướp được cờ chạy về phe mình thì bạn kia phải đuổi theo, cố gắng đập vào người bạn đó. Nếu đập được vào bạn người cầm cờ thì thắng (được tính điểm), còn không đập được thì bạn cầm cờ về thắng (được tính điểm). Trưởng trò lại gọi tiếp hai bạn cùng số khác lên chơi. Cứ thế cho đến hết. Cuối cùng cộng điểm, bên nào nhiều điểm hơn là thắng tuyệt đối.

5. Luật chơi

– Chỉ được chạy lên cướp cờ khi gọi đúng số của mình. Bạn nào chạy sai số là trừ một điểm.

– Chỉ được đập nhẹ vào tay, vai, người bạn bên đối phương cầm cờ.

– Khi người cầm cờ chạy về qua vạch đích thì không được đập nữa. Họ được điểm.

6. Một số điều cần cải tiến

– Nên quy định kích thước của sân chơi. Thí dụ: 7x5 m (dài 7m, rộng 5m), R = 50cm

– Kích thước sân có thể khác nhau cho mỗi lứa tuổi.

– Người trưởng trò có thể kết hợp dùng còi hay tín hiệu để điều khiển.

– Nên quy định cấm không được ngáng chân, đánh mạnh, túm áo bạn khi đuổi bắt.

– Nếu đôi thứ nhất không phân thắng bại thì có thể gọi tiếp vài đôi sau. Cần quy định trước: chỉ người cùng số mới được đập vào nhau hoặc không phân biệt. Người đang cầm cờ mà vất xuống đất thì người bên kia không được đập nữa, lại đem cờ về giữa ô chơi tiếp hoặc gọi các đôi mới lên.

14. NHỮNG QUẢ TRỨNG QUẠ (Thái Lan)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi - Từ 7 đến 8 em chơi - Chơi trong nhà hoặc ngoài trời - Dụng cụ chơi: 10 quả bóng hoặc 10 hòn đá tròn để làm trứng quạ.

I. PHẦN 1

1. Chủ định chơi

Để "quạ mẹ" bảo vệ được trứng của mình, ngăn cản không cho kẻ khác lấy cắp.

2. Cách chơi

Mười quả trứng được đặt trong tổ. Tổ là một vòng tròn vẽ trên mặt đất, đường kính 1m.

Các em chọn một cô bé hoặc một cậu bé làm quạ mẹ. Quạ mẹ đi lại trong tổ (trong vòng tròn). Khi các em nói "giữ lấy trứng!" thì trò chơi bắt đầu. Các em tìm cách lấy trộm trứng. Quạ mẹ giữ trứng bằng tay và chân của

mình, cùng lúc cố gắng chạm tay vào một em. Em nào bị chạm thì phải làm quạ mẹ và trò chơi bắt đầu lại.

Phần 1 kết thúc khi số trứng bị lấy hết hoặc không còn em nào là chưa bị chạm.

II. PHẦN 2:

1. Chủ định chơi

Quạ mẹ tìm được trứng đã bị giấu.

2. Cách chơi

Quạ mẹ bị bịt mắt. Mười quả trứng được giấu cùng một chỗ nào đó. Sau đó, quạ mẹ thôi bịt mắt và tìm trứng. Nếu sau ba lần đoán mà không tìm được trứng thì quạ mẹ được chỉ chỗ dấu và phải tiếp tục làm quạ mẹ một lần nữa. Phần 2 kết thúc khi quạ mẹ tự tìm đúng được chỗ giấu trứng.

III. PHẦN 3:

1. Chủ định chơi

"Quạ mẹ" dùng một quả trứng chạm được vào một người chơi.

2. Cách chơi

Quạ mẹ cầm một quả trứng trong tay và cố gắng chạm vào một người chơi. Em nào bị chạm phải trứng sẽ

phải làm quạ mẹ và trò chơi bắt đầu lại từ phần 1. Sau ba lần cố gắng, quạ mẹ không chạm được trứng vào ai cả thì phải tiếp tục làm quạ mẹ và trò chơi lặp lại từ phần 1.

15. CON CHÓ VÀ KHÚC XƯƠNG (Ấn Độ)

Trò chơi của các em trên 8 tuổi - Từ 6 -8 em chơi và một trọng tài - Chơi trong nhà hoặc ngoài trời - Dụng cụ chơi: Một khăn mùi xoa màu sáng, một cái túi hoặc một vật gì đó làm khúc xương.

1. Chủ định chơi

Một em lấy được "khúc xương" và trở về chỗ của mình.

2. Cách chơi

Các em chia làm hai đội và chọn đội trưởng. Đội trưởng ấn định mỗi em một số. Hai đội trưởng quyết định số điểm thắng, ví dụ 10. Hai đội đứng đối mặt nhau và khúc xương để chính giữa hai đội.

Trọng tài gọi một số và những em mang số đó tách ra khỏi đội, chạy đến chỗ khúc xương. Họ cố nhặt khúc xương đồng thời ngăn không cho người kia nhặt nó. Khi một em đã nhặt được khúc xương, em cố gắng không chạm vào đối phương và chạy nhanh về chỗ của mình. Làm xong, em được một điểm.

Đội nào đạt được số điểm chuẩn (do các đội trưởng quyết định từ đầu trò chơi) là đội thắng.

16. THẢ ĐỈA BA BA

1. Tên trò chơi: Thả đỉa ba ba

2. Đối tượng chơi: Trẻ mẫu giáo, học sinh cấp 1 (cả nam và nữ cùng chơi).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

- Kỹ năng chạy, đuổi, dịch chuyển nhanh theo nhiều phương hướng khác nhau.
- Tố chất nhanh, khéo léo.
- Sự can đảm, quyết đoán, ý thức tổ chức và sự giúp đỡ bảo vệ nhau.
- Hiểu biết về tự nhiên, môi trường

4. Cách chơi:

- Vẽ một vòng tròn rộng 3m hoặc vẽ hai đường thẳng song song, cách nhau 3m để làm sông (tuỳ theo số người chơi mà vẽ sông to hay nhỏ).
- Khoảng 10-12 bạn chơi, đứng thành vòng tròn quay mặt vào trong. Chọn một bạn vào trong vòng tròn, vừa đi vừa đọc bài đồng dao:

Thả đỉa ba ba	Đổ mắm đổ muối
Chớ bắt đàn bà	Đổ chuối, hạt tiêu

Phải tội đàn ông	Đổ niêu nước chè
Cơm trắng như bông	Đổ phải nhà nào
Gạo tiền như nước	Nhà ấy phải chịu

Cứ mỗi tiếng hát lại đập nhẹ vào vai một bạn. Tiếng cuối cùng rơi vào ai, bạn đó phải làm đỉa.

– "Đỉa" đứng vào giữa sông. Người chơi tìm cách lội qua sông, vừa lội vừa hát: "Đỉa ra xa, tha hồ tắm mát". Đỉa phải chạy đuổi bắt người qua sông. Nếu chạm được ai (họ chưa lên bờ) thì coi như bị chết, phải làm đỉa thay, trò chơi lại tiếp tục.

5. Luật chơi:

– Người hướng dẫn cử một bạn ra đọc bài ca chọn người làm đỉa.

– Người đọc bài ca phải lưu loát, hấp dẫn. Mỗi tiếng ca phải chỉ đúng vào một bạn, không được bỏ sót bạn nào.

– Đỉa chỉ được chạy trong ao (hoặc sông), không được lên bờ. Người phải lội qua ao, không được đi hoặc đứng mãi trên bờ.

– Đỉa chạm vào bất cứ bộ phận thân thể nào của ai khi họ còn trong ao thì người đó phải bị chết, vào làm đỉa thay.

– Nếu trong vào phút không bắt được người nào thì chọn người khác làm đỉa (bằng cách oẳn tù tì hay lấy người xung phong) và trò chơi lại tiếp tục.

6. Một số đề nghị cải tiến

– Tùy vào số lượng và sức lực của người chơi mà có thể chọn hai người làm địa để chơi sôi nổi hơn.

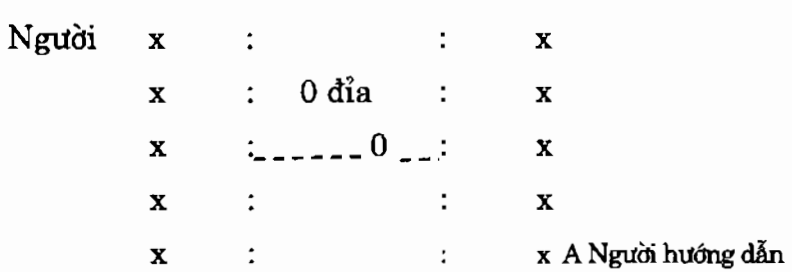
– Nên quy định tín hiệu cho cuộc chơi. Người hướng dẫn hô "bắt đầu" hoặc thổi còi, vỗ tay.... khi đó, người mới được qua sông (vừa đi vừa hát câu "địa ra xa, tha hồ tắm mát").

– Nên quy định: địa chỉ được dùng tay vỗ nhẹ vào "người", không được đánh, ngáng chân, hay đá chân vào người bạn.

– Người hướng dẫn phải chú ý đối với những bạn nhát không chịu qua sông. Nếu đứng quá lâu trên bờ thì phải vào làm địa. Nếu bạn làm địa mà sau vài phút không bắt được ai thì cô giáo nên thay bạn khác khoẻ hơn vào làm địa.

– Nếu có một số quá nhát, không chịu qua sông thì quy định: ai cuối cùng không qua được sông (hoặc ao) thì sẽ phải làm địa thay. Như vậy, bạn nào sang sông trước thì phải đứng chờ, reo hò, chỉ dẫn, không được về cho đến hết hiệp.

– Sân chơi có thể như sau:



16B. QUA ĐÒ, QUA SÔNG

1. Tên trò chơi: Qua đò, qua sông (giống như Thả đỉa ba ba)

2. Đối tượng chơi: Thiếu nhi nam nữ

3. Mục đích chơi: Tập chạy đuổi nhanh nhẹn

4. Cách chơi:

– Một khoảng sân rộng làm sông, có hai bờ (có thể vạch cho rõ)

– Một người làm thuồng luồng (hoặc con giải) chuyên rình bắt người qua sông

– Những người khác làm người qua đò, qua sông; cố sao cho không bị thuồng luồng bắt được.

5. Luật chơi:

– Người nào qua sông thì không được nửa chừng quay lại, dù vòng vèo, cứ phải sang cho tới bờ bên kia mới được.

– Thuồng luồng phải túm được người qua sông mới được. Cũng có nơi quy định chỉ đập vào người là được (để tránh làm rách áo hoặc vật ngã)

– Có nơi quy định: Ba bốn người rủ nhau qua sông tập thể, nắm chắc tay nhau, nếu thuồng luồng không dứt

được một hai người ra thì tất cả vẫn qua sông an toàn (giáo dục ý thức tập thể là sức mạnh và tinh thần giúp đỡ che chở cho nhau).

- Ai qua sông bị bắt thì phải thay làm thuồng luồng.
- Thuồng luồng không được lên bờ bắt người.

6. Ghi chú:

Trò chơi đây có nhiều nét tương đồng với các trò chơi "Thả đỉa ba ba" hoặc "Ù".

17. THẦN CÂY ĐA (Miến Điện)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi. Bao nhiêu em chơi cũng được. Chơi ngoài trời (thường chơi vào những đêm trăng) không cần dụng cụ

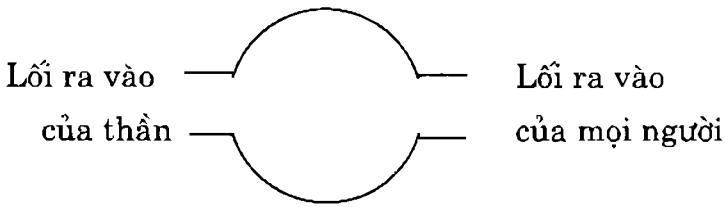
1. Chủ định chơi

Thần cây đa cố bắt Bé Út hay một người bảo vệ.

2. Cách chơi

Một em được chọn làm thần và đứng sang một bên, thường là sau một cái cây hay một cái cột.

Kẻ trên mặt đất một vòng tròn đường kính khoảng 3 mét, có hai lối ra vào đối diện nhau. Một lối cho "thần", một lối cho những em tham gia trò chơi. Vòng tròn có thể rộng hẹp tuỳ theo số người chơi.



Một em được chọn là Bé Út đứng giữa vòng tròn.

Các em khác là người bảo vệ đứng vòng quanh bảo vệ Bé Út không cho "thần" bắt.

– Các em đứng đối diện "thần" và bắt đầu nói chuyện:

Mọi người: : - Chào thần cây đa.

Thần: : - Có, có, có

Mọi người: : - Ông ở đâu thế?

Thần: : - Ở trong cây đa

Mọi người: : - Ông ăn gì?

Thần: : - Ăn quả và ca –ri.

Mọi người: : - Ông đã ăn chưa?

Thần: : - Chưa. Các cháu có ca-ri gì?

Mọi người: : - Ca-ri gà.

Thần: : - Cho tôi một ít

Mọi người: : - Để làm gì?

Thần: : - Để ăn, chứ còn gì nữa!

Mọi người: : - Không! Không ! Không! Nhưng nếu ông muốn Bé Út thì cố mà bắt.

Thần: : - Nó ở bên trong hay bên ngoài?

Mọi người: : - (3 cách trả lời)

- Bên trong.
- Bên ngoài.
- Cả trong lẫn ngoài.

Nếu các em trả lời là "bên trong" thì lập tức họ chạy ra khỏi vòng tròn theo cửa của mình và "thần" chạy vào trong vòng tròn theo lối của "thần". Mọi người (cả những người bảo vệ và Bé Út) chạy xung quanh vòng tròn, vừa chạy trêu giễu "thần". "Thần" chạy trong vòng tròn cố bắt được một em (người bảo vệ hoặc Bé Út). Khi thần bắt được một em bảo vệ hoặc Bé Út chạy quá sát vòng tròn thì trò chơi kết thúc.

Nếu các em trả lời là "bên ngoài": thì mọi người ở bên trong vòng tròn, còn "thần" ở bên ngoài vòng tròn. "Thần" tìm cách lôi được một em nào đó ra khỏi vòng tròn. Nếu "thần" thành công, trò chơi kết thúc.

Nếu các em trả lời "cả trong lẫn ngoài" thì "thần" và mọi người được chạy cả trong lẫn ngoài vòng tròn, chỉ được chạy theo cửa ra vào của mình. Nếu "thần" bắt được một em nào đó thì trò chơi kết thúc.

Em bị bắt sẽ phải làm "thần" và một Bé Út khác sẽ được chọn; trò chơi bắt đầu lại.

18. NGƯỜI QUÈ ĐUỔI BẮT (Ấn Độ)

Trò chơi của các em trên 8 tuổi. Chừng 10 em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi

Người què bắt được người khác.

2. Cách chơi:

Kẻ một cái sân hình vuông, các em chọn một em làm người đuổi bắt. Em này giả bị què, gập một chân đến đầu gối, tay nắm lấy cổ chân, tất cả những người chơi và "người què" cùng đứng trong sân.

Mọi người đều được chạy bất kỳ nơi nào trong sân nhưng không được chạm vào bốn vạch. Nếu em nào chạm phải một vạch, em coi như bị chết và phải thay thế vị trí người què, trò chơi bắt đầu lại.

Nếu "người què" bắt được em nào thì em đó phải làm người què, trò chơi lặp lại. Nếu người què để chạm chân xuống đất, em phải đi đuổi bắt thêm một lần nữa.

*** Biến thể**

Có thể chia làm hai đội chơi. Đội nào có số người bị bắt ít hơn là đội thắng cuộc.

19. ÔNG GIẰNG ÔNG GIĂNG (Phi-Lip-Pin)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Từ 8 đến 16 em chơi. Chơi ngoài trời. Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

Người đuổi bắt bắt được một người chơi.

2. Cách chơi:

Một em vẽ một vòng trò đường kính chừng 4 mét.

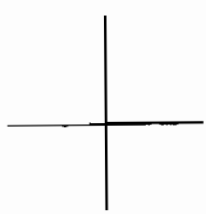
Vòng to hay nhỏ tuỳ theo số người chơi. Các em chọn một người đuổi bắt, em này đứng ngoài vòng. Những em khác em đứng trong vòng tròn.

Người đuổi bắt chạy quanh vòng tròn và cố bắt được một người chơi. Em có thể làm động tác giả lừa các em khác để bắt họ dễ hơn và có thể trườn người để với tới những người chơi. Nhưng người bắt tuyệt đối không được phép vào vòng. Những người chơi có thể di động trong vòng để tránh bàn tay người bắt. Khi người bắt tóm được một em thì em này trở thành người bắt và trò chơi lặp lại.

Biến thể:

Vạch một hoặc hai vạch để chia đôi hoặc chia bốn "ông giăng" và người bắt chỉ được chạy xung quanh vòng tròn hoặc trên những vạch đó.

nửa "ông giăng"



góc "ông giăng"

20. QUA SÂN (In-Đô-Nê-Xi-A)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi. Hai đội chơi, mỗi đội 4 em. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi:

Người tấn công vượt qua sân đến được vạch sau và trở lại vạch trước mà không bị bắt. Người phòng ngự bắt được người tấn công.

2. Cách chơi:

Những người chơi chia thành hai đội - đội tấn công, đội phòng ngự và chọn đội trưởng.

Đội trưởng của đội phòng ngự cho mỗi em mang một số, chia họ vào các góc của sân. Em thứ nhất và thứ hai giữ vạch phía trước, em thứ ba và thứ tư giữ vạch phía sau. Đội tấn công đứng đằng sau vạch trước. Khi đội trưởng của đội phòng ngự ra hiệu thì trò chơi bắt đầu.

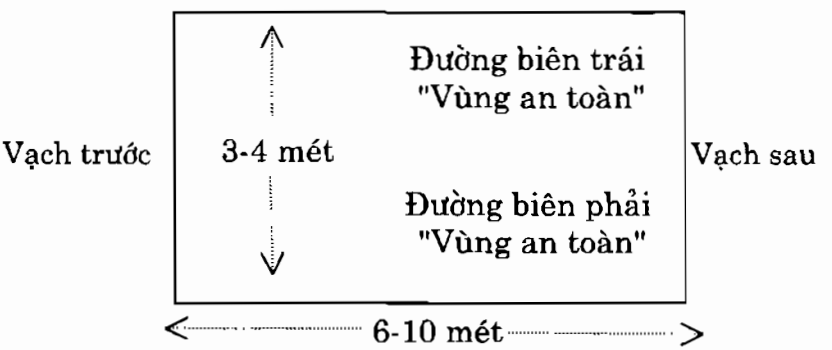
Đội tấn công vượt qua vạch truớc, chạy qua sân và qua vạch sau ra khỏi sân mà không bị đội phòng ngự bắt được. Một người tấn công có thể dứ một người phòng ngự ra khỏi vạch để tạo điều kiện cho đồng đội mình vượt qua.

Những người phòng ngự có thể chạy dọc theo vạch mà cũng có thể chạy băng qua sân để bắt đối phương. Nếu không bắt được, họ phải quay lại góc của họ trước rồi mới có thể bắt người khác. Người tấn công sẽ không bị bắt nếu đứng ở đường biên, vì đó là "vùng an toàn".

Nếu một người phòng ngự bắt được một người tấn công, trò chơi dừng lại và hai đội đổi vị trí. Đội tấn công trở thành đội phòng ngự và ngược lại. Người tấn công

nào chạy qua được sân, qua được vạch sau, trở lại vạch trước, em được tính một điểm. Sau đó em có thể cố vượt sân một lần nữa.

Trò chơi tiếp tục đến khi nào hai đội cùng quyết định ngừng lại. Đội thắng là đội đạt được nhiều điểm nhất.



21. CANH GÁC

1. Tên trò chơi: Canh hoặc canh gác

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, đầu cấp 2 (nam chơi nhiều hơn nữ)

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

- Kỹ năng chạy , di chuyển nhẹ nhàng, khéo.
- Tố chất nhanh, khéo léo.
- Tinh thần can đảm, quyết đoán, nhanh trí.

– Tìm hiểu được hoạt động của các chú bộ đội, trinh sát...

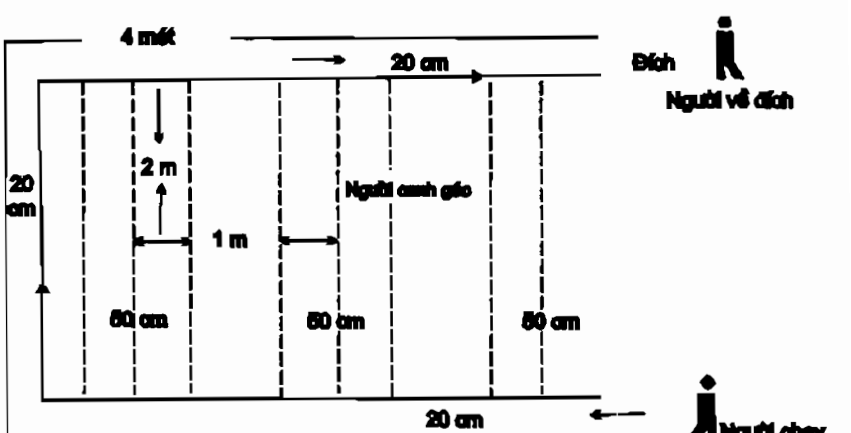
4. Cách chơi:

Chọn chỗ chơi rộng, bằng phẳng để vẽ được sân chơi.

– Người chơi chia làm 2 bên: bên chạy và bên canh gác. Có thể dùng oẳn tù tì từng đôi một, những người thắng về một bên, những người thua về một bên.

– Người bên canh gác đứng vào những ô hình chữ nhật trên sân (2m x 0,5m), người nọ cách người kia 1m.

– Người bên chạy đứng ở đầu sân chơi. Lần lượt chạy theo hình chữ nhật bao quanh sân để về đích. Nếu cả đội chạy được về đích mà không bị bên canh đập được vào người thì thắng. Nếu một người bị bên canh đập vào thì thua. Trò chơi lại tiếp tục.



5. Luật chơi:

– Người gác chỉ được di chuyển trong hình chữ nhật quy định và dùng tay đập vào người chạy qua.

– Người chạy chỉ được chạy trên hình chữ nhật vẽ, không được chạy ra ngoài.

– Bất cứ người chạy nào khi bị đập vào người thì coi như "chết", cả đội đó bị thua. Có thể chơi ba lần. Bên nào thắng hai lần là thắng tuyệt đối.

6. Một số đề nghị cải tiến

– Với kích thước sân nói trên thì chỉ qui định 6 người chơi (mỗi bên 3 người), Nếu lớp đông thì vẽ nhiều sân chơi. Nếu tăng số người chơi thì kích thước sân sẽ lớn hơn.

– Nghiêm cấm việc dùng chân ngáng ngã hoặc đánh "gõ" bạn chạy qua.

22. QUA Ô (Ma-Lai-Xi-A)

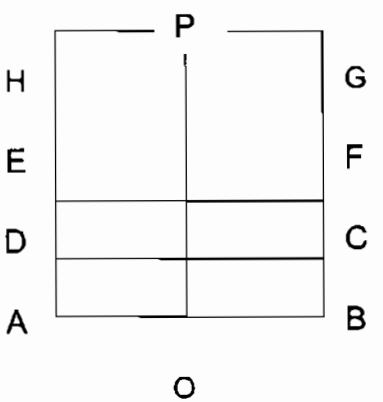
Trò chơi của các em trên 7 tuổi - Hai đội chơi, mỗi đội 4 em - Chơi trong nhà hoặc ngoài trời - Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi

Người tấn công cố qua sân và quay lại mà không bị bắt. Người phòng ngự cố bắt được người tấn công

2. Cách chơi:

Đội tấn công đứng bên ngoài sân đằng sau vạch AB. Đội phòng ngự đứng bên trong sân. Người phòng ngự thứ nhất có thể dịch chuyển tự do trên vạch AB hoặc OP, người phòng ngự thứ hai chỉ được trên vạch CD, người thứ ba chỉ được trên vạch EF và người thứ tư chỉ được trên vạch HG. Trò chơi được bắt đầu khi một người tấn công chạm tay vào người phòng ngự thứ nhất.



Những người tấn công vào sân qua vạch AB, cố gắng qua tất cả các vạch rồi ra khỏi sân bằng cách qua vạch HG. Sau đó họ cố gắng quay lại vạch HG, qua sân rồi ra khỏi sân bằng cách qua vạch AB.

Những người phòng ngự bắt những người tấn công bằng cách chạm tay vào người họ khi họ qua vạch mình đang giữ. Người phòng ngự được phép với tay thật xa nhưng chân chỉ được đứng trên vạch của mình.

Nếu người phòng ngự chạm được bất kỳ người tấn công nào thì toàn đội tấn công bị thua và các đội đổi vị trí tấn công và phòng ngự, trò chơi bắt đầu lại.

Nếu một người tấn công đặt một chân ra ngoài sân khi đang cố gắng vào sân (giật lùi) thì cả đội tấn công bị thua. Nếu có người tấn công qua được sân và quay trở lại ra khỏi sân qua vạch AB thì đội tấn công được tính một điểm. Trò chơi bắt đầu lại, các đội giữ nguyên vị trí tấn công và phòng ngự.

Trò chơi tiếp tục đến khi nào cả hai bên muốn dừng lại. Đội thắng là đội được nhiều điểm nhất.

23. VƯỢT CHIẾN HÀO (Băng-La-Đét)

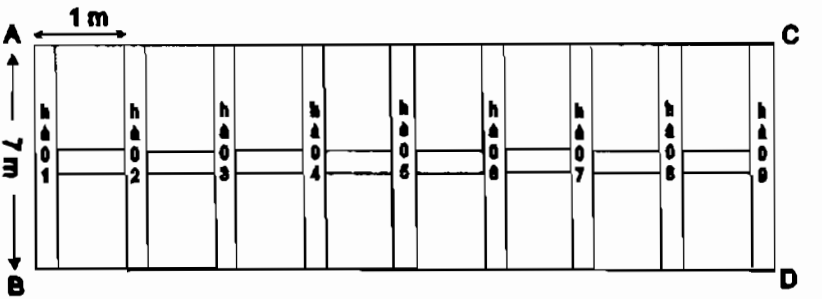
Trò chơi của các em trên 8 tuổi - Hai đội chơi, mỗi đội 9 em - Chơi ngoài trời - Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi:

Người tấn công hoàn thành cả hai phần 1 và 2 của trò chơi tức là vượt qua 9 đoạn hào của sân rồi quay trở lại mà không bị bắt. Những người phòng ngự bắt được những người tấn công.

2. Cách chơi:

Các em chia thành hai đội, đội tấn công và đội phòng ngự.



Phần 1:

Đội tấn công đứng bên ngoài sân sau vạch AB. Đội phòng ngự đứng bên trong sân, mỗi em đứng ở một đoạn hào.

Những người phòng ngự chỉ được di chuyển trong đoạn hào của mình, trừ người phòng ngự ở đoạn hào đầu tiên. Người này có thể chạy ở đoạn hào giữa trong phần 1.

Người phòng ngự ở đoạn hào đầu tiên ra hiệu cho phần 1 bắt đầu. Những người tấn công vào sân qua vạch AB, cố vượt qua tất cả các đoạn hào và ra khỏi sân qua vạch CD. Những người phòng ngự cố gắng bắt những người tấn công bằng cách chạm tay vào đối phương khi họ qua đoạn hào của mình.

Người phòng ngự có thể với ra thật xa nhưng chân phải đặt bên trong đoạn hào của mình.

Nếu một người tấn công bị một người phòng ngự bắt được thì toàn đội tấn công bị thua và hai đội đổi vị trí. Trò chơi bắt đầu lại. Sau khi đã qua sân và qua vạch CD, những người tấn công chờ ở đằng sau vạch này cho đến khi phần 2 bắt đầu.

Phần 2:

Người phòng ngự ở đoạn hào thứ 9 ra hiệu cho phần 2 bắt đầu. Những người tấn công vào sân qua vạch CD, cố vượt qua tất cả các đoạn hào và ra khỏi sân qua vạch AB.

Trong phần 2, những người phòng ngự chỉ được di chuyển trong đoạn hào của mình trừ người ở hào thứ 9 có thể di chuyển ở đoạn hào giữa.

Nếu có người tấn công nào qua sân và quay lại, tức là hoàn thành cả hai phần 1 và 2, cả đội tấn công được tính một điểm. Trò chơi bắt đầu lại từ phần 1 với vị trí các đội như cũ.

Trò chơi tiếp tục đến khi hai đội quyết định không chơi nữa. Đội thắng là đội được nhiều điểm nhất.

24. VÒNG TRÒN GO-LA (Băng - La - Đét)

Trò chơi của các em trên 9 tuổi. Hai đội chơi, mỗi đội từ 7 đến 10 em. Chơi ngoài trời. Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

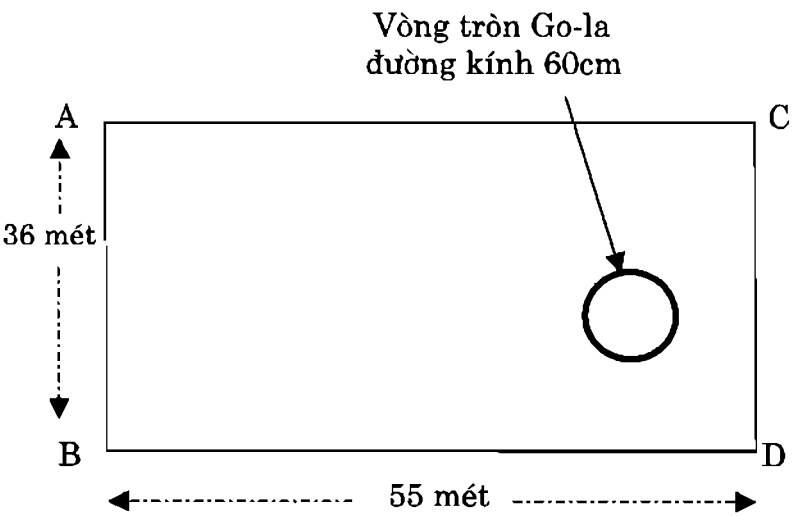
Mỗi đội cố gắng đạt nhiều điểm

2. Cách chơi:

Các đội trưởng quyết định đội nào là đội chạy, đội nào là đội đuổi bắt. Một người chơi trong đội chạy được chọn

giữ go-la đứng ở trong vòng. Những người khác nắm tay nhau thành một chuỗi kéo dài từ người giữ go-la.

Chuỗi người của người chạy cố gắng chạm vào những người ở đội đuổi bắt. Những người ở đội đuổi bắt di chuyển trong sân, cố gắng không bị chuỗi người kia chạm phải. Nếu em nào ở đội đuổi bắt bị một em ở chuỗi chạm phải, em bị "chết" và bị loại ra khỏi cuộc chơi.



Kích thước sân có thể thay đổi tuỳ theo khoảng đất có sẵn.

Theo một hiệu lệnh của người giữ go-la, những người ở đội chạy sẽ phá chuỗi của mình và chạy qua vạch AB. Khi chuỗi vừa dứt, những người đuổi bắt sẽ đuổi theo và bắt những người chạy. Em nào ở đội chạy bị bắt trong khi chưa qua vạch AB thì bị "chết" và bị

loại ra khỏi cuộc chơi. Em nào chạy qua được vạch AB, em trở thành pa - ka, tức là người giúp đỡ cho người giữ go-la.

Mỗi lần em trở thành pa-ka, em sẽ nhảy một bước dài từ dìa của vòng go-la về hướng vạch AB. Vòng tròn go-la sau đó chuyển động thành go-la mới. Tâm của go-la mới là chỗ mà pa-ka chạm chân xuống đất. Sau đó em này lại nối với đội và trò chơi tiếp tục.

Càng có nhiều em trở thành pa-ka thì vòng tròn go-la càng chuyển dần tới gần vạch AB. Khi vòng tròn chạm vào hoặc vượt qua vạch AB thì đội chạy đoạt một điểm và trò chơi bắt đầu lại với vị trí các đội như cũ.

Trong thời gian chơi, người giữ go-la có thể cố ghi điểm bằng cách vượt qua vạch AB. Nếu em ghi được điểm, em trở về go-la và trò chơi bắt đầu lại.

Nếu trong khi cố gắng qua vạch AB, người giữ go-la bị người đuổi bắt chạm phải thì các đội đổi vị trí cho nhau, đội chạy thành đội đuổi bắt và ngược lại, trò chơi bắt đầu lại. Khi người giữ go-la rời khỏi vòng để cố đạt điểm, một người đuổi bắt sẽ chiếm vòng. Nếu các đội đổi vị trí thì người đã chiếm vòng thành người giữ go - la của đội.

Trò chơi tiếp tục đến khi nào hai đội muốn dừng. Đội nào ghi được nhiều điểm là đội thắng.

25. SỜ ĐẦU

1. Tên trò chơi: Sờ đầu, xoa đầu hoặc chọi nhau

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2 (nam chơi là chính).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng đi, chạy, di chuyển (gồm cả né tránh); kết hợp dùng tay "sờ" chính xác vào một điểm di động.

– Tố chất nhanh, khéo léo, dẻo.

– Sự mạnh dạn, tính trung thực, tôn trọng luật chơi và tự giác.

4. Cách chơi:

– Một khoảng đất trống, trên sân trường, lớp học, hành lang... làm chỗ chơi.

– Số người chơi không hạn chế, khoảng 6-8 người một lần.

– Dùng luật oẳn tù tỳ để chia đôi số người chơi. Người chơi của hai bên dùng tay vừa để che, đỡ không cho đối phương sờ vào đầu mình, vừa cố gắng sờ được vào đầu đối phương. Ai bị sờ vào đầu là bị thua và phải ra ngoài. Cuộc chơi cứ thế tiếp tục đến khi nào còn một người chưa bị sờ đầu thì chuyển sang chơi chọi nhau, tức là bên còn nhiều người lần lượt cử từng người ra

chọi với một người còn lại của bên kia. Cuộc thi kết thúc khi một bên hết người để chọi. Bên nào còn người chơi là thắng. Cuộc chơi lại tiếp tục từ đầu.

5. Luật chơi:

– Mọi người di chuyển lung tung trên sân. Ai sờ được vào đầu đối phương trước thì thắng, người thua phải ra ngoài, người thắng đi tìm người khác để "sờ" tiếp.

– Khi một bên nào đó chỉ còn lại một người thì bên kia cử một người ra "chọi". Luật "chọi" vẫn là dùng tay để "sờ" vào đầu bạn.

6. Một số kiến nghị cải tiến

– Nên quy định kích thước sân chơi (Thí dụ 8 x 8m) hoặc (10 x 10m...) để tăng tính sôi động.

– Nên quy định: Ai chạy khỏi sân chơi là bị thua; ai đập quá mạnh vào đầu bạn là bị phạt thua, phải ra ngoài ngồi chờ.

– Nên có một người làm trọng tài để điều khiển cuộc chơi. Trọng tài phải nhắc nhở: có thể dùng tay để sờ đầu hoặc gạt tay đối phương nhưng không được biến thành đánh, sỉa, vật nhau lung tung. Ai có móng tay dài phải cắt, bẩn phải rửa sạch mới được chơi.

26. ĐỒ

1. Tên trò chơi: Đồ hoặc Đồ tượng

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2 (Nam chơi nhiều hơn nữ).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

- Kỹ năng chạy đổi bắt, dừng và chuyển hướng kịp thời.
- Tố chất nhanh nhẹn, khéo léo, bền.
- Tinh thần đoàn kết, giúp đỡ lẫn nhau và tôn trọng kỷ luật.

4. Quá trình chơi:

- Chọn một khoảng đất trống, rộng rãi, bằng phẳng sao cho chạy, đuổi không bị vấp ngã.
- Bằng cách chỉ định hoặc oẳn tù tỳ để chọn một bạn ra làm người đuổi bắt, một bạn khác làm người điều khiển cuộc chơi. Số người chơi khoảng 5-7 người.
- Khi người điều khiển ra lệnh "bắt đầu" mọi người chạy tránh xa người đuổi bắt. Người đuổi cố gắng bắt được một người nào đó (bằng cách đập vào người họ). Nếu bắt được thì người đó phải vào thay người đuổi bắt và trò chơi lại tiếp tục. Nếu trước khi bị bắt, bạn đó dừng lại và nói "Đồ" thì người đuổi không được đập vào họ nữa mà phải đuổi người khác. Trò chơi cứ thế tiếp tục.

5. Luật chơi:

– Người chạy và đuổi được chạy tự do trên sân chơi, có thể luồn lách, tránh né... sao cho không bị đập vào người.

– Ai bị người đuổi đập vào người là bị "chết", phải vào thay để đi đuổi người khác.

– Khi trên sân chơi chỉ còn một người đuổi và một người chạy (những người khác đã nói "Đồ" và đứng lại) thì người chạy có quyền đi "cứu" bạn, tức là chạy đến những người đang đứng, đập tay vào họ để họ được chạy tiếp. Trò chơi cứ thế tiếp diễn đến khi mệt, bắt đầu chán hoặc hết thời gian thì thôi.

6. Một số biến dạng của trò chơi

6.1. Đổ "chạm đất": Cách chơi tương tự như trên, chỉ khác là những người đã đứng lại trên sân có quyền tự đập tay xuống đất và nói "đồ" rồi lại chạy tiếp.

6.2. Đổ "hoa quả": Cách chơi cũng tương tự như trên nhưng chỉ khác là: khi dừng lại không được nói "đồ" mà nói tên của một trong số những loại hoa quả thông thường như cam, quít, mít, dừa....

6.3. Đổ "cứu người": Khác với "đồ" ở chỗ không phải chỉ có người chạy cuối cùng mà ai cũng có quyền vừa chạy vừa đập vào những người đang đứng để họ được chạy tiếp. Trò này sôi động hơn vì ít người phải đứng im trên sân chơi lâu.

6.4. Đồ "gọi tên": Như trò chơi đồ "hoa quả", chỉ khác là không nói tên hoa quả mà nói tên một trong số các bạn đang chơi.

7. Một số kiến nghị cải tiến

– Nên quy định kích thước sân chơi để khỏi phải chạy và đuổi quá xa. Thí dụ: Sân kích thước 10 x 10m cho học sinh cấp 1; 15 x 15m cho học sinh cấp 2. Xung quanh sân vẽ vạch vôi.

– Có thể lấy một bạn có uy tín điều khiển cuộc chơi. Bạn này phải chú ý bắt các lỗi chơi như: chèn ngã bạn, đập quá mạnh vào bạn, chạy ra ngoài sân chơi... Ai phạm lỗi như thế thì bị phạt "chết", phải vào thay người đuổi.

– Những người phạm lỗi nặng có thể không cho chơi tiếp hoặc phải lò cò 1 vòng quanh sân chơi.

– Trong đồ "chạm đất" phải thật sự đập tay xuống đất và nói "Đồ" rồi mới được chạy. Ai không làm đúng coi như phạm lỗi.

– Trong đồ "hoa quả" phải nói đúng tên quả mà mọi người đã quy ước. Trong gọi tên đồ chỉ được gọi tên những cái mà các bạn đang chơi. Ai không làm đúng coi như phạm lỗi.

– Nên quy định thời gian cho một lần chơi (Thí dụ 3 hay 5 phút...).

27. SỜ SỜ, MÓ MÓ

1. Tên trò chơi: Sờ sờ, mó mó hoặc Sờ mó

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2 (nam chơi nhiều hơn).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng chạy, đuổi bắt, tránh, dừng kịp thời và đập đúng vật chuẩn khi di động.

– Tố chất nhanh, khéo léo.

– Tính chủ động, nhanh trí, trung thực và tôn trọng kỷ luật.

4. Cách chơi:

Chọn một khoảng đất trống, rộng rãi, bằng phẳng, xung quanh có những vật làm mốc như gốc cây, cột nhà, bàn, ghế...

– Số người chơi không hạn chế, khoảng 7-8 em.

– Người chơi oẳn tù tỳ chọn một người làm chủ, một người làm tớ. Hai bạn này đứng trong vòng tròn. Các bạn còn lại đứng thành vòng tròn xung quanh. Chủ hỏi tớ: Sờ sờ mó mó, sờ hay mó? Tớ sẽ trả lời một trong ba

câu là: sờ hay mó hoặc cả sờ lẫn mó. Tuỳ theo câu trả lời của tớ mà chủ phát lệnh chơi (Thí dụ: sờ gốc dừa, mó cột nhà...). Nghe thấy vậy, các bạn đứng xung quanh nhanh chóng chạy đến vật đó để chạm tay vào. Tớ phải đuổi theo để bắt. Nếu đập được bạn nào khi bạn ấy chưa sờ được vào vật mốc thì bạn ấy phải vào thay làm tớ. Trò chơi lại từ đầu. Nếu không đập được ai thì người đuổi đập vẫn phải làm tớ, lại trở về vòng tròn chơi lại.

5. Luật chơi:

- Chỉ được chạy và đuổi khi có lệnh
- Khi bạn đã chạm vào luật quy định thì không được đập vào bạn nữa.
- Nếu bạn mới chạm vào một vật (mà lệnh là phải chạm hai vật) thì coi như bị thua, phải vào thay "tớ".

6. Một số đề nghị cải tiến

- Kích thước sân chơi có thể biến đổi theo đối tượng. Thí dụ kích thước 10 x 10m (cấp 1); 15 x15m (cấp 2).
- Đảm bảo sân chơi phẳng, tránh vấp ngã.
- Có thể vẽ những vòng tròn hoặc xếp bàn, ghế ra xung quanh sân chơi để làm vật mốc.
- Chú ý không để bạn nào vi phạm luật chơi hoặc chèn ngã, đập bạn quá đau...

28. XI BA KHOAI, XÌ BÀ KHOÀI

1. Tên trò chơi: Xi ba khoai, xì bà khoài

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2. Nam nữ chơi riêng

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

- Kỹ năng chạy, đuổi bắt, ngồi di chuyển nhanh
- Tố chất nhanh, mạnh, khéo léo.
- Tập trung chú ý, hành động khẩn trương, mạnh dạn, kiên trì và thật thà.

4. Cách chơi:

- Chọn một chỗ rộng, bằng phẳng, có một vài đồ vật làm mốc ở xung quanh như bàn, ghế, cột...
- Người chơi không hạn chế, ít nhất khoảng 5-7 người.
- Bắt đầu chơi: Mọi người oẳn tù tỳ chọn ra một người làm "thầy", một người làm "tớ". Hai người đứng ở giữa sân chơi, những người khác đứng xung quanh. Người "thầy" dùng hai tay bịt chặt tai người "tớ", rồi ra lệnh, thí dụ: "sờ vào cột" hoặc " sờ vào bàn" v.v... Nghe thấy vậy, mọi người ngồi xuống, hai tay chống hông, đi thật nhanh về phía vật đó, lúc này "thầy" bỏ "tớ" ra để cho

"tớ" chạy đuổi mọi người. Nếu chạm vào được ai khi họ chưa sờ được vào vật quy định thì người đó bị "chết", phải vào làm "tớ" và trò chơi lại tiếp tục cho đến khi chán hoặc mệt thì thôi.

5. Luật chơi:

– Mọi người phải di chuyển đến vật quy định tư thế ngồi xổm, hai tay chống hông. Ai không làm đúng hoặc bị ngã là coi như bị thua.

– Phải tính toán để sao cho những người di chuyển đến đích và người chạy đuổi bắt có cơ hội tránh hoặc bắt không quá chênh lệch.

– Ai đã sờ được vào vật quy định thì không bị "chết" nữa.

– Nếu không bắt được ai thì "tớ" vẫn phải làm "tớ" ở lần chơi tiếp theo. Nếu bắt được từ hai người trở lên thì 2 người đó phải oẳn tù tỳ, ai thua phải vào làm "tớ".

– Trong khi chơi không được xô đẩy nhau. Ai làm ngã bạn, người đó phải "chết" đền.

6. Một số điều đề nghị cải tiến

– Nên quy định rõ kích thước sân chơi cho phù hợp với từng đối tượng chơi. Thí dụ 6 x 6m, 10 x 10m v.v.... và có 3 đến 4 vật quy định ở xung quanh.

– Nên quy định: Nếu sau hai lần chơi mà "tớ" không bắt được ai thì phải thay người khác để tránh mệt và đơn điệu.

29. ĐÁO BẬT

1. Tên trò chơi: Đáo bật (khác với đáo lỗ)

2. Đối tượng chơi: Nhi đồng, thiếu niên (từ 2 đến 4,5 người).

3. Mục đích chơi: Rèn khéo tay, tinh mắt.

4. Cách chơi:

Tìm một chỗ đất bằng phẳng, rộng độ 2m, dài trên 5m.

Vẽ hai vạch ngang, cách nhau khoảng 2m, một dùng làm vật đứng rải quân, một là vạch giới hạn

Người chơi góp quân thường bằng tiền xu, tiền hào "Ngân hàng" bằng nhôm (chầu đôi, chầu ba) và có đồng cái riêng bằng xu đồng.

Mới đầu, đi thi để xác định thứ tự. Mọi người cùng đứng ở vạch dưới, thả cái lên vạch trên, ai gần vạch nhất hoặc thả cái nằm ngay trên vạch là hơn. Nếu cùng trên vạch ai ném vào giữa vạch hơn (xét từ tâm điểm đồng xu) là được đi trước, còn nếu khó phân biệt thì oẳn tù tì để xác định. Nếu quá tay, cái ra hẳn bên ngoài vạch giới hạn là kém. Nếu hai người cùng ra ngoài, ai cách vạch ngắn hơn thì xếp trên.

Đến lượt người nào, người ấy cầm tất cả quân trong lòng bàn tay (ai thuận tay nào thì dùng tay ấy), rải về phía vạch, cố gắng rải sao cho các quân khỏi ríu vào nhau.

Bạn sẽ chọn quân nào xa vạch nhất hoặc một quân nào nằm giữa mấy quân khác hoặc sát một bên quân khác thì chỉ cho người ấy dùng đồng cái đánh bật lên qua vạch giới hạn mới được "ăn". Dù thế nào, nếu đánh chạm vào quân khác (có khi chỉ là do đồng cái chạy vòng qua, lăn lên trên quân khác) thì cũng hỏng.

Nếu chỉ có hai người chơi và chầu ít, ai "ăn" được một lần có thể "ăn" cả ván luôn.

Nhưng nhiều người chơi thì có thể ai "ăn" đồng nào là "ăn" đồng ấy thôi, còn ai "hỏng" thì phải chầu thêm (một hoặc hai quân).

5. Luật chơi:

– Khi đứng rải quân, không được giẫm vạch. Giẫm vạch là mất lượt.

– Khi đánh bật, không được quệt tay chạm vào quân này, quân nọ.

– Được chỉ định đánh bật quân nào, phải đánh đúng quân ấy.

– Nếu quân chỉ đánh bật lên đúng vạch ngang, được đi lại hoặc đánh quân khác.

6. Đề nghị cải tiến

Không khuyến khích chơi ăn tiền (thậm chí cấm).

30. ĐÁNH PHẾT

1. Tên trò chơi: Đánh phết

2. Đối tượng chơi: Chủ yếu là thiếu niên nam (Mỗi đội 5-7 người).

3. Mục đích chơi: Rèn luyện thể lực, kỹ năng di chuyển (chân chạy, tay đánh), tinh thần dũng cảm và phối hợp tập thể.

4. Cách chơi:

** Dụng cụ*

– Quả phết: một cục gốc tre đẽo tròn. Có thể dùng tạm một bó giẻ buộc chặt, chằng kỹ bằng dây gai (loại dây bền) hoặc một quả bưởi xanh nướng chín hoặc quả bóng tenít hoặc loại bóng khác thích hợp.

– Đòn đánh phết: gốc tre dài khoảng 70cm, có phần dưới cũng đẽo gọt như hình cái thìa, phần trên gọt nhẵn để tay cầm đánh quả phết đi cho thuận lợi.

– Sân chơi là một bãi đất bằng phẳng, khô ráo, không có bụi cây, cỏ vướng víu... Bề rộng mỗi chiều có thể xê dịch tuỳ theo số người chơi nhiều hay ít, độ khoảng 20m x 40m. Hai đầu bãi chơi, vào giữa chiều rộng, cách mép vật giới hạn khoảng 0,5m có đào một lỗ

sâu khoảng 0,2-0,3m, miệng tròn đường kính khoảng 0,2m, nện đất xung quanh cho mịn.

– Người chơi chia làm hai đội đứng hai bên. Sau khi quả phết được tung lên ở giữa sân rơi xuống đất, hai bên tìm cách đánh sao cho quả phết rơi xuống lỗ bên đối phương.

5. Luật chơi:

– Không được dùng đòn phết đánh vào tay, vào chân, vào người bên kia.

– Không được ngáng, dùng sức đẩy ngã người bên kia.

– Khi quả phết bắn ra ngoài bãi, có người trọng tài nhặt tung ở giữa sân.

– Bên nào đánh phết rơi vào lỗ đấu bãi đối phương là thắng cuộc.

6. Đề nghị cải tiến

Cần tham khảo các môn thể thao hiện đại tương tự khác để cải biên cho thêm hấp dẫn và an toàn.

Ví dụ:

– Có trọng tài dùng còi trong cuộc chơi

– Quy định ngăn cấm và phạt những ai chơi xấu, thô bạo như đánh vào chân, mặt, ngáng đối phương. Có thể cả thẻ đỏ (đuổi ra khỏi sân) hoặc thẻ vàng (cảnh cáo).

– Có khu phạt đền để nếu bên phòng thủ bị phạt trong khu đó thì bên tấn công được đặt tại một điểm chính giữa, cách 5-6 m mà đánh bóng lăn vào lỗ thành đối phương.

– Đặc biệt cần cải tiến cái phết sao cho đỡ gây chấn thương (làm bằng loại gỗ mềm nhưng bền và không có khía nhọn) cũng như quy định chặt chẽ về những động tác đánh bóng và cản đối phương.

– Trước mắt có thể chơi biểu diễn trong những ngày hội dân tộc.

31. ĐÁNH CHUYỀN

1. Tên trò chơi: Đánh chuyền

2. Đối tượng chơi: Chủ yếu cho nữ nhi đồng cũng như thiếu niên (2-3 người).

3. Mục đích chơi: Rèn khéo tay, nhanh mắt, kiên trì.

4. Cách chơi:

Chỉ cần một góc sân nhỏ khô ráo, sạch sẽ

Dụng cụ chơi: mỗi người chơi có riêng một bộ cũng được.

– Một bó que dài 10 cái, mỗi cái dài độ 20cm, vót nhẵn (dễ chuyền) .

– Một hòn đá hoặc viên đất tròn nhỏ hoặc một quả cà, một quả bưởi, quả bòng con (rụng).... làm hòn tung (hòn chuyền).

Động tác chơi: (sau khi phân định ai được đi trước, ai đi sau)

Mới đầu là ngồi trên đất, thường là co một chân, một chân duỗi, để có thể rải cỗ que chuyền gối lên chân duỗi mà chơi. Nếu không thì để tiện xê dịch, phải lấy một que tre hoặc một đoạn gỗ để trải que gối đầu lên gỗ.

Tay phải (nếu thuận tay phải) cầm cả cỗ chuyền và hòn tung, tung hòn đá lên, rải các que chuyền (sấp tay) xong lại kịp bắt hòn chuyền và lần lượt tung hòn chuyền rồi nhón que và bắt cho hết 9 bài: bài 1 nhón từng que một, bài 2 (đôi) nhõn 2 que một; bài 3 - nhón 3 que một lần, còn lẻ thì lại tung đá, nhón que và bắt cho hết số 10 que để chuyển sang bài sau. Đặc biệt là tay vừa chơi, miệng vừa đọc các bài văn vần thích hợp với từng bài. Thí dụ: ba – lá đa, ba – lá cà, ba - lá lốt, một sang tư: tư - củ từ, tư - củ khoai, hai sang năm, năm - rau giăm, năm sang sáu.... Cứ thế cho đến hết bài chín, bài mười. Đến bài mười thì tung hòn chuyền và đặt gọn cả cỗ chuyền xuống rồi lại lấy gọn cả cỗ chuyền đó lên tay thì chuyền sang các bài chấm, bài gõ, bài chuyền.

– Đến đây có thể đứng dậy mà chơi cho sinh động, dễ chuyển dịch.

Bài chấm thì động tác là tay phải tung hòn chuyền lên cao, cầm cổ chuyền chấm đầu các que vào bàn tay

trái hai cái, miệng nói "chấm chấm một" đồng thời với tay chấm, xong lại ngửa tay phải đón bắt lấy hòn chuyền.

Làm tiếp "chấm chấm hai" đến "chấm chấm năm" sau đó chuyển sang bàn gõ.

Nếu vẫn ngồi trên đất thì chấm chấm đầu cỗ que chuyền xuống đất (theo nhịp miệng đọc)

Bàn gõ là lấy cỗ que chuyền gõ gõ, đánh nhẹ vào bàn tay trái (nếu vẫn ngồi thì có thể gõ vào chân duỗi hoặc gõ xuống đất) trong khi hòn đá rơi và miệng hát "gõ gõ một" xong rồi bắt lấy hòn chuyền.

Bàn chuyền khó hơn cả: sau khi tung hòn chuyền lên cao, miệng hát "chuyền chuyền một" là bàn tay phải cầm cỗ chuyền quay 90 độ và đưa sang bàn tay trái cầm lấy rồi lại chuyền về cho tay phải và vẫn kịp ngửa bàn tay ấy bắt lấy hòn chuyền rơi xuống.

5. Luật chơi:

- Tay nhón các que phải đúng theo các bài từ 1 đến 9.
- Thí dụ bài một mỗi lần 1 que, bài 2 mỗi lần 2 que. Nếu sai là mất lượt.
- Khi chấm hoặc gõ hoặc chuyền làm tung rơi que chuyền hoặc bóng là mất lượt.
- Ai hoàn thành bài chuyền là thắng (được bạn cõng).
- Có nơi mất lượt thì phải bắt đầu lại từ bài một. Điều này cần thoả thuận trước. Nếu không thì lần sau tiếp tục bài lần trước đã hỏng.

32. TUNG BI (Triều Tiên)

Trò chơi của các em gái trên 5 tuổi. Từ 2 đến 3 em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Dụng cụ chơi: 5 đến 100 hòn bi.

I. CÁCH THỨ NHẤT

1. Chủ định chơi:

Người chơi nhặt được nhiều hòn bi

2. Cách chơi:

Một em lấy một nắm bi, rải những hòn bi lên mặt đất lăn ra khắp nơi. Sau đó em khác nhặt một hòn bi, tung lên rồi nhanh chóng nhặt một hòn ở dưới đất trước khi bắt được hòn bi vừa tung lên. Em tiếp tục tung bi và nhặt bi cho đến lúc mất lượt. Người chơi bị mất lượt nếu trong lúc nhặt hòn bi em chạm phải một hòn bi khác, hoặc nhặt trượt, bắt trượt hòn bi vừa tung lên.

Khi đã nhặt hết bi, trò chơi kết thúc. Em nào nhặt được nhiều bi nhất là người thắng. Trò chơi tiếp tục theo lối nhặt đôi, nhặt ba, bốn hoặc năm hòn bi một lần.

II. CÁCH THỨ HAI

1. Chủ định chơi

Em đầu tiên hoàn thành cả tám bàn chơi là người thắng.

2. Cách chơi:

Trò chơi được chơi với năm hòn bi. Em nào không làm xong được một bàn thì mất lượt và sau đó khi đến lượt phải chơi lại từ đầu.

1. Bàn một: Người chơi nắm năm hòn bi trong tay. Tung một hòn bi lên, đặt bốn hòn kia xuống đất trước khi bắt hòn tung. Lúc này em có hai hòn bi trong tay và chuyển một hòn sang tay kia. Em tiếp tục tung một hòn và nhặt hòn khác cho đến khi nhặt hết bốn hòn bi dưới đất.

Sau đó em lại lặp lại trò chơi và nhặt bốn hòn bi theo các cách sau đây: nhặt hai hòn một, rồi nhặt ba hồn một lần và nhặt tiếp hòn còn lại, cuối cùng nhặt bốn hòn một lần.

2. Bàn hai (đóng cọc): Người chơi nắm hai hòn bi trong tay và rải ba hòn kia xuống đất. Sau đó tung một hòn lên, trong tay còn một hòn bi: trước khi bắt hòn tung, em đụng hòn bi trong tay vào một hòn ở dưới đất, giả làm động tác đóng cọc.

Em lập lại động tác này hai lần nữa, mỗi lần đụng một hòn dưới đất.

3. Bàn ba (đặt trứng): Người chơi đặt tay trái lên ngực. Những hòn bi em nhặt lên được đặt vào tay trái giả cánh con chim đặt những quả trứng vào một cái tổ trên vách đá.

Em tung hòn bi lên và trước khi bắt hòn tung, em nhặt bi theo lối: lần thứ nhất nhặt từng hòn, lần thứ hai

nhặt hai hòn một, lần thứ ba nhặt ba hòn một rồi nhặt tiếp hòn còn lại, cuối cùng em nhặt cả bốn hòn một lần.

4. Bàn tư (ấp trứng): Người chơi đặt tay trái lên trên mặt đất, những hòn bi nhặt được đều đặt dưới bàn tay giả cách con chim nằm ấp trứng. Em tung một hòn bi và trước khi bắt hòn tung, em nhặt các hòn bi rồi đặt vào dưới bàn tay: lần thứ nhất từng hòn, lần thứ hai thì hòn một, lần thứ ba thì ba hòn một rồi đến hòn còn lại, cuối cùng cả bốn hòn một lần.

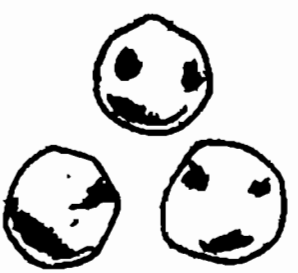
5. Bàn năm (trứng nở): Người chơi để một hòn bi giữa ngón trỏ và ngón giữa của bàn tay trái, em tung một hòn bi và trước khi bắt hòn tung, em chạm hòn bi trong tay trái vào một trong ba hòn dưới đất, tạo tiếng động như con chim nở ra khỏi quả trứng. Em lập lại động tác này hai lần nữa, mỗi lần chạm vào một hòn bi ở dưới đất.

6. Bàn sáu (chim non): Người chơi đặt tay trái lên ngực và đặt những hòn bi vào đó. Em tung một hòn bi và trước khi bắt hòn tung, em nhẹ nhàng lấy một hòn bi ở tay trái đặt xuống đất, giống như lấy một con chim non ra khỏi tổ. Cứ tiếp tục lấy những hòn bi khác ra khỏi tay trái theo cách trên cho đến hết.

7. Bàn bảy (đặt ấm nước): Người chơi rải bốn hòn bi xuống đất. Em tung một hòn và trước khi bắt hòn tung, em dịch một hòn bi vào một vị trí trên mặt đất để tạo "ông đầu rau" đặt ấm nước. Em lặp lại động tác này hai lần nữa sao cho ba hòn bi sắp xếp ngay ngắn gần nhau để đặt được ấm nước. Sau đó em tung một hòn bi và trước khi bắt hòn tung, em đặt hòn bi thứ tư lên trên

ba hòn kia mà không được để bi ở dưới lay động. Nếu một trong ba hòn đặt ở dưới lay động, người chơi bị mất lượt.

8. Bàn tám (nhóm lửa): Người chơi tạo ra một bếp lửa bằng ngón cái và ngón trỏ của tay trái mình, sau đó xếp những "thanh củi" (những hòn bi) lần lượt từng thanh một vào bếp. Cách xếp cũng là động tác tung bi lên rồi trước khi bắt hòn tung, người chơi lăn một hòn bi vào trong bếp. Động tác được lập lại ba lần, mỗi lần lăn một hòn bi vào bếp.



Tạo "ông đầu rau" để đặt ấm

Đặt ấm

33. RẢI RANH

1. Tên trò chơi: Rải ranh

2. Đối tượng chơi: Nhi đồng, thiếu niên nam cũng như nữ, từ 2-5 người.

3. Mục đích chơi: Rèn khéo tay, nhanh mắt, ước tính và kiên trì là chính

4. Cách chơi:

Lấy một số viên đá, sỏi nhỏ hoặc vỏ ốc, vỏ hến... làm quân góp. Mỗi người góp mỗi ván 5 quân tuỳ thoả thuận.

Sau khi nhận biết ai đi trước ai đi sau (có thể oẳn tù tỳ từng đôi một để xếp loại...) mỗi người đến lượt mình đi thì:

- Nắm tất cả số quân trong lòng bàn tay
- Tung lên cao một đoạn thích hợp
- Lật bàn tay sấp xuống để cho một viên đá (hay vỏ ốc) nằm lại trên lưng bàn tay coi như hòn cái.
- Lại hất nó lên để bắt vào lòng bàn tay.
- Sau đó chọn một viên đá (hay vỏ ốc...) nào đó hoặc một nhóm 2 hoặc 3,4... viên, vừa tung hòn cái lên cao vừa nhón nhanh lấy viên đá (hoặc bốc cả nhóm 2,3,4... viên) mà vẫn kịp ngửa tay hứng lấy hòn cái rơi xuống vào lòng bàn tay. Người đi sẽ được ăn tất cả số đá (vỏ ốc...) đã bốc lên được.

Nếu hoàn thành một lượt như thế trọn vẹn thì được đi tiếp.

Nếu khi nào một người ăn hết số quân góp là hết ván.

5. Luật chơi:

- Sau khi nắm các quân trong tay rồi tung lên mà không hứng được viên đá (vỏ ốc...) nào nằm lại trên lưng bàn tay thì mất lượt.

– Khi đã bốc ba viên chẳng hạn lại đánh rơi mất 1 (2) viên thì cũng bị mất lượt.

– Bốc được quân nhưng không bắt kịp hòn cái thì cũng mất lượt nốt.

34. ĐÁNH KHĂNG

1. Tên trò chơi: Đánh khăng

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên (lớn thì đỡ bị tai nạn hơn), chơi 2-4 người.

3. Mục đích chơi: Rèn khoẻ và khéo tay, nhanh mắt, nhanh trí và dũng cảm để đánh, bắt và ném khăng trúng đích.

4. Cách chơi:

Một bãi đất dài khoảng 10-20 m, không cần rộng lắm, xa chỗ đông người. Hai que nhỏ: một làm cái, dài độ 30cm; một làm quân, dài độ 10cm (đường kính khoảng 1-1,5cm). Đào một rãnh đất nhỏ, dài độ 15cm, sâu 3-5cm, rộng khoảng 5cm, ở một đầu bãi đất làm chỗ đánh khăng.

Động tác đánh khăng chủ yếu có:

1. Nắm: Tay trái cầm que quân tung nhẹ lên cao rồi dùng tay phải cầm que cái đánh vào thân que quân khi

nó rơi ngang tầm tay cho que đó bắn ra càng xa càng tốt về phía cuối bãi đất.

2. Cày: Đặt que quân nằm ngang rãnh đất rồi cúi khom người, để đầu que cái chạm đất dưới rãnh lấy hết sức hất mạnh que quân bay càng xa càng tốt về phía cuối bãi đất.

3. Gà: Đặt que quân nằm dọc rãnh đất, một đầu que kênh thò ra trên rãnh một chút, tay phải cầm que cái gõ nhẹ xuống đầu que quân trên rãnh cho nó bật lên cao một khoảng vừa thuận tay mình thì dùng que cái đánh vào thân que quân sao cho nó bay càng xa càng tốt và đối phương không bắt được.

(Hai động tác 1 và 3, nếu ai thuận tay trái thì ngược với chỉ dẫn ở trên đây). Ngoài ra còn những động tác phụ khi chơi:

a. Tâng: Tay trái cầm que quân ngang ra, tay phải cầm que cái dọc bên dưới que quân rồi coi như que quân là cầu, que cái là vợt, cứ thế tâng khăng. Động tác này dùng để phân rõ ai đi trước, ai đi sau: ai tâng được nhiều lần hơn là thắng. Có khi oẳn tù tì để xem ai được thì đi trước.

b. Bắt que quân: Khi bạn đánh mắm, cày, gà thì mình cố gắng đón bắt lấy que quân ngay trước khi nó rơi xuống đất. Nếu bắt được như vậy thì bên kia mất lượt hoặc đổi bên nếu chơi chỉ có hai người.

c. Ném que quân: bạn mắm hoặc cày hoặc gà xong mà mình không đón bắt được que quân, để nó rơi xuống đất ở chỗ nào thì mình phải đứng ở đúng chỗ đó, cầm que quân ném sao cho trúng que cái của bạn để ngang ở rãnh; còn trượt thì mình phải chịu cho bạn thêm điểm. Lấy que cái đo từ rãnh ra chỗ mà mình ném que quân rơi nằm trên đất, được bao nhiêu đoạn khăng là thêm ngần ấy điểm.

Thông thuộc các động tác như trên rồi có thể quy định với nhau mấy điểm chính:

– Mỗi ván chơi là 1.000 điểm (có thể hơn, nếu chơi bốn người chia làm hai bên).

– Mỗi lần đánh định điểm tối đa là 30 (hoặc 50).

– Mỗi khoảng cách trên bãi đất đo được bằng độ dài của que cái thì tính là 5 điểm (hoặc 10 điểm).

– Mỗi khi đánh khăng, không đánh chéo quá ra xa (chiều rộng trước mặt khoảng 5-7 m là cùng).

– Ai thua thì phải cõng người thắng một vòng (có thể hình thức khác tuỳ thích cho đúng mực mà vui).

5. Luật chơi:

– Ai đạt điểm quy định trước là người ấy thắng (bên nào đạt mức trước là thắng).

– Mỗi người lần lượt được đánh mắm rồi cày rồi gà, nếu không bị mất lượt thì quay lại như vậy.

– Số điểm mỗi lượt được cộng vào với nhau cho tới khi ai đạt mức quy định trước là hết ván.

– Khi mắm, que quân đã tung lên rồi mà đánh trượt cũng như khi gà, que quân bật cao mà vụt không trúng thì bị mất lượt.

Nếu có bốn người chơi mà không chia làm hai bên thì một người đánh khăng, ba người bắt. Nếu chia làm hai bên thì một người bên này đánh, hai người bên kia bắt.

Nếu bốn người chơi mà không chia đôi bên thì ai nhất, ai nhì có thể được phần thưởng gì cũng cần quy định cho thích hợp mà vui.

Khi đo đoạn khăng tính điểm phải theo đoạn thẳng và đảm bảo đúng chiều dài từng đoạn. Nếu đo điểm không chính xác bị khiếu nại thì phải đo lại.

Chú ý:

Không chơi ở nơi chật chội, đông người qua lại cũng như không được đào hom bừa bãi.

35. ĐÁNH KHĂNG (Pa-Ki-Xtan)

Cái gậy và con suốt

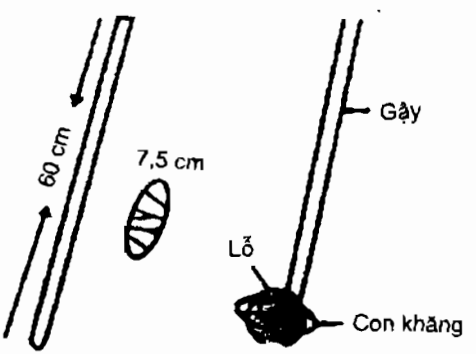
Trò chơi của các em trên 9 tuổi - Hai đội chơi chủ yếu là các em trai, chơi ngoài trời, ở một khoảng đất rộng - Dụng cụ chơi: một con khăng và một chiếc gậy.

1. Chủ định chơi:

Mỗi đội cố gắng đạt thật nhiều điểm.

2. Cách chơi:

Các đội chia làm bên đánh và bên đỡ. Vẽ trên mặt đất một vòng tròn đường kính 130cm, bên trong đào một cái lỗ nhỏ hơn con khăng. Những người đỡ đứng ở vị trí tốt nhất để đỡ con khăng.



Khăng đặt ngang qua một cái lỗ với chiếc gậy đang ở vị trí sẵn sàng đánh.

Em đánh đầu tiên đặt con khăng ngang qua cái lỗ sao cho hai đầu con khăng đặt ở hai phía lỗ. Sau đó em đặt chiếc gậy trong cái lỗ dưới con khăng và hất con khăng thật nhanh bằng chiếc gậy sao cho con khăng bay lên cao, và những người đỡ cố gắng bắt con khăng. Nếu đánh hỏng hoặc con khăng rơi trong vòng tròn, em có quyền đánh lại lần thứ hai. Nếu có người đỡ bắt được con khăng trước khi nó rơi xuống đất, người đánh bị loại và lượt đánh chuyển cho em sau. Nếu con khăng không có ai bắt được thì đo khoảng cách từ chỗ nó rơi đến cái

lỗ, đo bằng gậy, mỗi gậy là một điểm. Sau khi tính điểm, em đánh đầu tiên đặt chiếc gậy ngang qua lỗ. Người đỡ đứng ở chỗ con khăng rơi, ném con khăng vào chiếc gậy. Nếu con khăng trúng chiếc gậy hoặc rơi trong vòng tròn, người đánh bị loại.

Nếu con khăng ném không trúng gậy hoặc không rơi trong vòng tròn, em đánh đầu tiên lại chỗ con khăng rơi, lấy gậy đánh vào một đầu nhọn của con khăng và khi con khăng đang bay, em cố đánh nó lần thứ hai. Em được dùng gậy đánh khăng ba lần.

Những người đỡ cố gắng bắt con khăng trước khi nó rơi xuống. Nếu người đỡ bắt được con khăng, người đánh bị loại. Nếu không có ai bắt được, một người đỡ sẽ nhặt con khăng và chờ người đánh đặt chiếc gậy ngang qua lỗ. Sau đó em cố gắng ném con khăng trúng chiếc gậy. Nếu trúng, người đánh bị loại. Lần này người đỡ thường dễ ném trúng gậy hơn vì con khăng nói chung rơi không xa lỗ như trước.

Nếu con khăng ném không trúng gậy thì người đánh được đi lần nữa, đặt con khăng ngang qua lỗ rồi đánh và tính điểm.

Chỉ có thể tính điểm khi đánh khăng từ phía trong vòng tròn.

Trò chơi tiếp tục cho đến khi tất cả người đánh đều bị loại. Các đội đổi vị trí cho nhau, đội đánh thành đội đỡ và ngược lại; trò chơi bắt đầu lại. Trò chơi kết thúc khi cả hai đội đã đánh hết lượt. Đội nào được nhiều điểm là đội thắng.

36. ĐÁO TƯỜNG

1. Tên trò chơi: Đáo tường (có nơi gọi là bật tường).

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên nhỏ hoặc lớn (từ hai đến sáu, bảy em).

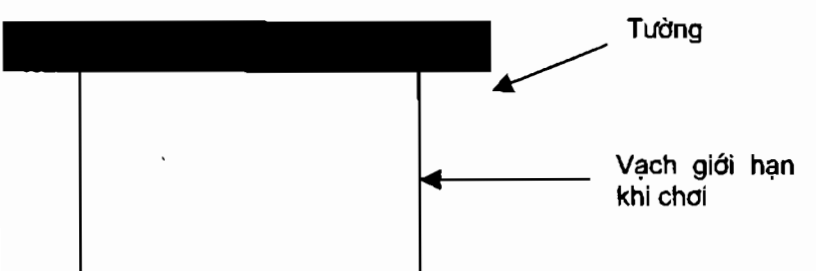
3. Mục đích chơi: Rèn giỏi ước lượng, khéo tay, tinh mắt

4. Cách chơi:

Chọn một khoảng đất bên cạnh tường gạch, một chiều chừng 2m là đủ. Vạch trên mặt đất một khung hình chữ nhật, một chiều là chân tường.

Mỗi người chơi có một đồng tiền làm cái. Đồng cái có thể gõ mỏng và cong cho dễ nảy.

Người chơi đứng bên tường, ném đồng cái đập vào mặt tường, cái nảy ra trên đất. Nếu ai hơn thì được ăn theo quy định.



5. Luật chơi:

– Đồng cái đập vào tường bật ra phải ở trong vạch, ra ngoài vạch là bị loại, tất nhiên là thua.

– Nếu đồng cái nằm trên hai vạch ở bên cạnh (thẳng góc với mặt tường) thì được đi lại lần khác ngay sau đó.

– Nếu đồng cái nằm trên đỉnh (vạch song song với bức tường) thì được để đó xem ai sẽ hơn.

– Đồng cái của ai cách chân tường dài hơn, xa hơn (có nghĩa là gần vạch ngang nhưng vẫn trong khu giới hạn hơn) thì được nhất (Khi cần, phải đo bằng que). Còn nếu cái bị bật ra khỏi khu giới hạn thì ai gần tường hơn thì hơn. Nếu không phân được hơn kém thì phải đi lại giữa những người đó.

– Người nhất được thu quân của người kém hơn (tuỳ theo quy định: một nút bia, vòng dây thun chẳng hạn).

– Chưa đến lượt mình mà đã đi cái (đập tường) thì mất lượt.

Trong trường hợp muốn cho trò chơi tránh quá đơn giản, nhất là khi chỉ có hai người chơi với nhau thì quy định thêm: ai bật tường được hơn thì sẽ đứng tại chỗ đồng cái của mình, lấy cái của mình chọi cái của bạn, nếu trúng thì ăn thêm một quân nữa.

6. Đề nghị cải tiến

Tránh ăn chơi tiền, có thể cho quân bằng những đồng xèng.

Chú ý nhắc nhở rửa tay sau khi chơi.

37. ĐÁO LỖ

1. Tên trò chơi: Đáo lỗ

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên (từ 2 đến 5 em)

3. Mục đích chơi: Rèn tập khéo tay tinh mắt

4. Cách chơi:

Chọn một khoảng đất nhỏ, chỉ cần rộng độ 1m, dài độ 2m, khô ráo, tương đối bằng phẳng, có chỗ đất mềm dễ khoét lỗ.

Lấy đồng xu hoặc đồng xèng khoét một lỗ tròn vào đất, rộng vừa lọt đồng xu hoặc đồng xèng và sâu, có chứa được mấy đồng xu hoặc xèng vào đó. Mép lỗ phải sửa cho tròn trịa và nhẵn nhụi. Làm một lần có thể chơi nhiều lượt.

Cách lỗ độ 1,2m-1,5m, vạch trên đất một đường ngang làm vạch đứng.

Người chơi phải góp xu hoặc xèng không bị sứt mẻ, cong queo. Mỗi người còn có đồng cái riêng (trường hợp đặc biệt mới cho mượn cái của nhau hoặc dùng chung).

Tuỳ theo thoả thuận, có thể chơi góp 2 xu (chầu đôi) hoặc góp 3 xu một ván (chầu 3).

Góp xu xong, đi thi nhất nhì. Lần lượt từng người

đứng ở vạch, đứng thả vào cái lỗ. Có thể đứng thẳng hoặc cúi lom khom tuỳ quy định thống nhất giữa những người chơi. Ai thả đúng vào lỗ hoặc gần lỗ hơn thì được đi trước. Nếu cùng một lượt thả mà kết quả bằng nhau thì đi cái lại lần nữa.

Mỗi người đến lượt mình sẽ cầm gọn tất cả những đồng xu vào một tay (ai thuận tay nào thì dùng tay ấy) đứng ở vạch ngang thả một lần về phía miệng lỗ. Đồng nào xuống lỗ rồi thì thôi, còn những đồng nào chưa rơi trúng lỗ, bạn chỉ định đồng nào thì phải chọi đúng đồng đó, nếu không trúng thì mất lượt.

5. Luật chơi:

– Người cùng chơi một ván phải thống nhất với nhau.

– Đồng nào rải được xuống lỗ thì được "ăn". Một cục xuống lỗ thì "ăn" cả.

– Đồng nào chọi trúng riêng đồng đó thì mới được "ăn". Nếu gây va chạm đến đồng khác bên cạnh thì không được ăn và mất lượt.

– Nếu có từ hai đồng trở lên nằm đè lên nhau trên mặt đất (díu đôi, díu ba...) thì được chọi tan díu trước. Nếu có hai díu đôi, bạn "cho" díu nào thì phải chọi díu đó. Chọi díu phải tan ra cả và không chạm vào đồng nào khác mới được ăn.

Lần lượt chơi, khi nào ăn hết đồng cuối cùng thì sang ván khác.

6. Đề nghị cải tiến

– Cách chơi có thể đơn giản hơn: không khoét lỗ mà vẽ một vòng tròn nhỏ. Không phải chầu xu, hào... đồng, nhôm mà ghè ngói cho tròn làm quân góp (hoặc mảnh bát, mảnh sành vỡ).

– Không nên chơi ăn tiền mà chỉ chơi ăn ngói, hoặc ai ăn được nhiều nhất thì được tai (nhẹ) các bạn cùng chơi một ván cho vui.

Phải giáo dục các em học sinh có thói quen rửa tay sau khi chơi trò chơi này.

38. MA-NU-HAN (Phi-Lip-Pin)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Bao nhiêu em chơi cũng được. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời.

1. Dụng cụ chơi: hòn đá, dép lê hoặc một vật nào đó để làm hòn cái cho mỗi người chơi.

2. Cách chơi:

Một em vẽ hai vạch cách nhau chừng 6 mét. Tất cả các em đứng sau vạch thứ nhất và cùng một lúc ném các "hòn cái" của mình tới vạch đối diện gọi là vạch ném.

Em nào có "hòn cái" rơi xa vạch ném nhất là thua. Em thua thì làm người đuổi bắt.

39. NÉM ĐÁ (Triều Tiên)

Trò chơi của các em trên 6 tuổi. Hai đội chơi, mỗi đội khoảng 4,6 hoặc 8 em chơi. Chơi ngoài trời.

1. Dụng cụ chơi:

Mỗi em một hòn đá.

2. Chủ định chơi:

Một đội cố đi hết cả 18 phần của trò chơi trước tiên

3. Cách chơi:

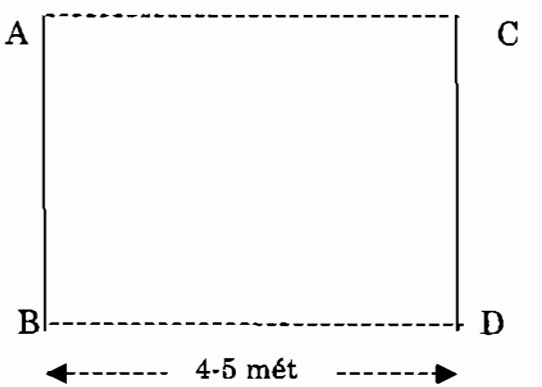
Mỗi em chọn một hòn đá có đường kính 7-8cm, dày 2cm. Các em chia làm hai đội. Một em vẽ hai vạch song song cách nhau chừng 5m. Mỗi đội cử một em đứng ở vạch AB ném hòn đá của mình tới vạch CD. Em nào có đá rơi trên hoặc gần vạch CD nhất thì thắng và đội em được đi trước (ví dụ đội A).

Hai đội thực hiện lần lượt các phần chơi trong đó các đội viên ném trúng đá của đội bạn. Nếu có một em trong đội không ném trúng đá của đội bạn, đội đó bị mất lượt. Đội đã mất lượt khi bắt đầu lượt sau phải lặp lại phần chơi cũ. Đội nào hoàn thành được tất cả các phần chơi là đội thắng.

Phần 1:

Các em ở đội A đứng sau vạch xuất phát AB, cầm đá trong tay. Các em ở đội B đặt đá của mình ở vạch CD.

Mỗi em ở đội A chọn một hòn đá ở đội B và lần lượt ném đá của mình chọi và đá của bạn. Nếu tất cả các em của đội đều ném trúng đá của đối phương thì họ được chơi tiếp phần 2. Nếu có em ném trượt thì đội bị mất lượt và chuyển lượt chơi cho đội bạn.



Phần 2:

Đội A đứng sau vạch xuất phát AB, cầm đá trong tay. Đội B đặt đá của họ ở vạch CD. Các em ở đội A ném đá tới một độ xa mà họ có thể lò cò nhảy một bước tới. Sau đó lần lượt từng em nhảy lò có từ vạch xuất phát tới chỗ hòn đá của mình, đặt chân lên hòn đá. Đoạn lấy thăng bằng trên gót chân, em dịch bàn chân khỏi hòn đá mà không ngã, rồi nhặt đá lên và chọi một hòn đá của đội B.

Em nào khi nhảy không đặt được chân lên hòn đá hoặc bị ngã, hoặc không ném trúng đá của đội B thì đội bị mất lượt, lượt chơi chuyển sang đội B.

Phần 3:

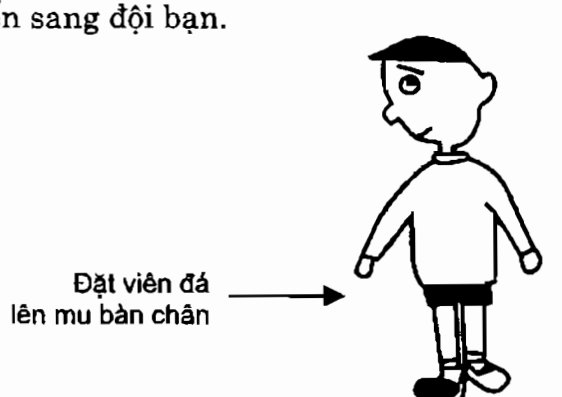
Như phần 2 nhưng đá được ném tới độ xa phải nhảy hai bước lò cò mới đến.

Phần 4:

Như phần 3, nhưng đá được ném tới một độ xa phải nhảy ba bước lò cò.

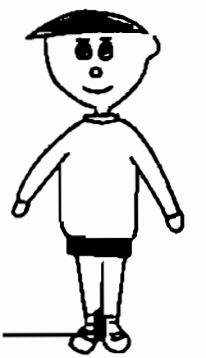
Phần 5:

Các em ở đội A đặt đá của họ lên mu bàn chân trái hoặc phải (tuỳ người), từ vạch xuất phát các em nhảy lò cò tới chỗ để đá của đội B. Đến gần vạch CD, các em để rơi đá của mình từ mu bàn chân chạm vào đá đội B. Em nào đánh rơi đá hoặc chạm chân xuống đất, hoặc không để rơi trúng đá của đội B thì đội bị mất lượt, lượt chuyển sang đội bạn.



Phần 6:

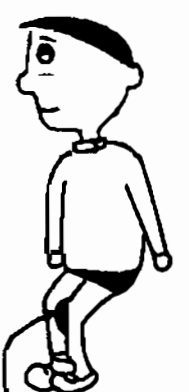
Như phần 5, nhưng các em đặt đá của mình giữa hai chân.



Đặt viên đá giữa hai bàn chân

Phần 7:

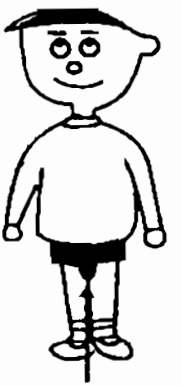
Như phần 5, nhưng các em đặt đá của mình giữa hai đầu gối.



Đặt viên đá giữa hai đầu gối

Phần 8:

Như phần 5, nhưng các em đặt đá của mình giữa hai đùi



Đặt viên đá giữa đùi

Phần 9:

Như phần 5, nhưng người chơi ngả người về phía sau, giữ thăng bằng đá của mình trên ngực và đi về phía đá của đội B

Phần 10:

Như phần 5, nhưng người chơi đặt đá lên vai trái và đi về phía đá của đội B.

Đặt viên đá lên vai trái

Phần 11:

Như phần 5, nhưng người chơi đặt đá lên vai phải và đi về phía đá của đội B.

Phần 12:

Như phần 5, nhưng người chơi đặt đá giữa cằm và cổ, đi về phía đá của đội B và không được cong người.

Phần 13:

Như phần 6, nhưng người chơi phải nhảy giật lùi.

Phần 14:

Như phần 7, nhưng người chơi phải nhảy giật lùi.

Phần 15:

Như phần 8, nhưng người chơi phải nhảy giật lùi.

Phần 16:

Như phần 5, nhưng người chơi phải chúi người về phía trước và đặt đá lên lưng mình. Sau đó họ đi về phía trước và hất qua đầu rơi trúng đá đối phương.

Phần 17:

Như phần 16, nhưng người chơi đi giật lùi.

Phần 18:

Như phần 5, nhưng người chơi đặt đá lên đầu và đi về phía đối phương.

40. TUNG CÒN

1. Tên trò chơi: Tung còn (hay còn gọi: ném còn)

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên (tập thể)

3. Mục đích chơi:

Rèn khéo tay và ước lượng tính toán sức ném cho trúng đích.

4. Cách chơi:

Làm một số quả còn. Lấy vải khâu thành túi tròn nhỏ, trong nhồi vải vụn, có thể cho thêm nhúm cát, sỏi nhỏ để khỏi nhẹ quá, khó ném xa và trúng đích. Khâu 2-3 tua vải cho quả còn cho chắc (để không quay đứt). Có thể khâu tua vải các màu khác nhau cho đẹp.

Dựng cột để tung còn. Cột thường bằng cây vầu, tre thẳng, cao độ 5-10m, trên cùng có vòng tròn đường kính khoảng 20-30cm bằng tre nan uốn hoặc dây thép, có giấy mầu quấn cho nổi rõ trên cao. Cột phải chôn sâu cho chắc.

Thống nhất cách tung còn. Người đứng xa chân cột từ 5-10m, tay cầm một tua còn, quay quay còn hướng về phía thẳng góc với mặt phẳng vòng tròn trên đỉnh cột, ước lượng tính toán sao cho lúc buông tay lẳng, còn bay lọt qua vòng tròn.

Người chơi chia thành hai đội, đứng hai hàng đối diện cách đều chân cột. Lần lượt từng người tung còn, bên này bên kia xen nhau. Tuỳ theo thỏa thuận, nếu bên này tung còn dù trúng đích hay không, mà bên kia cố gắng bắt được quả còn vừa tung sang, thì có phần thưởng riêng; như thế càng vui hơn.

5. Luật chơi:

– Người nào tung còn lọt qua vòng tròn là thắng. Đội nào có nhiều người tung còn trúng đích nhiều hơn là thắng. Mỗi lần có người tung còn trúng đích, hai bên hoan hô.

– Bên nào bắt được còn nhiều hơn sẽ được điểm nhiều hơn. Điểm bắt được còn có thể tính riêng ra cho dễ xếp hạng và có phần thưởng riêng.

– Nếu một người đang quay quả còn để tung mà tua bị đứt thì người ấy được tung lần khác ngay sau đấy.

– Nếu người tung còn trúng cột làm cột nghiêng đi hoặc đổ, hay trúng vòng làm tung cả vòng tròn thì đội của người ấy phải tu sửa lại để chơi tiếp.

6. Đề nghị cải tiến

– Nếu nhiều người tung còn theo lối cổ truyền chưa thành thạo, có thể cho ném còn theo cách ném thông thường (hai bên đều thống nhất).

– Khi tung còn, người giỏi có thể còn nói pha trò hoặc kèm một câu thơ hay câu hát ngắn cho vui thêm.

41. NÉM THIA LIA

1. Tên trò chơi: Ném thia lia

2. Đối tượng chơi: Chủ yếu là thiếu niên nam

3. Mục đích chơi: Giải trí, luyện sức mạnh - nhanh, khéo léo của tay và tính trung thực trong tính thành tích.

4. Cách chơi:

Một số bạn cùng đứng bên bờ hồ, sông, biển đang phẳng lặng. Từng người tự tìm chọn những miếng gạch, đá, ngói, sỏi.... dẹt sao cho ném lướt đi được xa và nẩy được nhiều lần trên mặt nước. Sau đó, lần lượt từng người cầm viên gạch của mình nghiêng người cố ném

sao cho bật nẩy được nhiều lần trên mặt nước. Lúc đó, các bạn khác theo dõi và cùng đếm. Lần lượt từng người ném cho đến hết. Ai ném gạch nẩy được nhiều lần nhất là người đó thắng. Cũng theo cách đó mà xếp hạng tiếp cho những người kém hơn.

Có thể thi một số lần và tính xem ai lập và phá kỷ lục qua những lần đó. Ví dụ tính thành tích qua ba đợt ném.

Khi cần có thể cử một người làm trọng tài đếm.

5. Luật chơi:

Tuy luật chơi rất đơn giản nhưng vẫn phải chú ý ném theo tứ tự. Không cho phép nhân lúc chờ mà ném lung tung hoặc nhặt mảnh sàng, thuỷ tinh ném xuống những nơi có người hay lặn lội hay đang cần đào sâu thêm.

42. THẢ LỖ

1. Tên trò chơi: Thả lỗ

2. Đối tượng chơi: Rộng rãi cho nam nữ thanh thiếu niên và cả trung niên.

3. Mục đích chơi: Luyện khéo tay ném, tinh mắt, giỏi ước lượng

4. Cách chơi:

– Nhìn chung, đó là một hình thức gần như chơi đáo lỗ. Nhưng lỗ ở đây có thể là lỗ đào dưới đất, lại có thể là một số nồi đất nhỏ, nồi đồng, nồi nhôm nhỏ hoặc một số thau, chậu các loại, thậm chí là một số rổ, rá... Còn vật ném có thể là những mảnh gỗ dẹt, tiện hình tròn (như một đồng tiền đặc biệt), hoặc một số mảnh ngói, một số quả bóng nhựa, quả bưởi, qủa cam rụng v.v....

– Người chơi phải đứng ở một chỗ vạch quy định. Mỗi người được phát hai hay ba vật ném.

– Theo hiệu lệnh, người chơi cố ném cho vật rơi vào trong nồi, thau, rổ, rá... Nếu vào được nhiều ít sẽ có thưởng theo các mức độ khác nhau.

– Nếu hết thời gian quy định, vẫn không ném được vật nào vào lỗ hoặc chưa ném hết ba lần thì mất lượt.

5. Luật chơi:

– Cũng như khi đánh đáo nói chung, người chơi phải đứng đúng vị trí quy định một cách trung thực:

– Vật đã ném vào lỗ quy định nhưng lại văng nảy ra ngoài thì không được tính thưởng. Cách tính thưởng tuỳ theo trình độ người chơi.

– Nếu mấy người cùng vào ném một lượt thì vật ném của ai phải có dấu hiệu riêng, tránh nhầm lẫn và không biết ai được thưởng. Tốt nhất có "lỗ" riêng cho từng người.

43. NÉM CỔ VỊT

1. Tên trò chơi: Ném cổ vịt

2. Đối tượng chơi: Cùng một lúc có thể nhiều người chơi, cả lớn lẫn bé, trai và gái.

3. Mục đích chơi: Rèn kỹ năng ném khéo tay, tinh mắt, giỏi ước lượng. Thường tổ chức vào ngày lễ hội nhằm vui chơi giải trí.

4. Cách chơi:

– Trên một khu đất bãi hoặc sân, có quây phên, cót khá vững hình vòng tròn, đường kính độ 5-7m, có cao độ 80-100cm, thả vào đấy khoảng 10 con vịt.

– Người chơi đứng xung quanh ngoài vòng cót, có thể có vạch quy định, không được cúi rạp mình vào trong vòng và chạm tay vào các đầu con vịt. Mỗi người được lĩnh ba vòng tròn nhỏ đường kính 10-15cm bằng nhựa hay gỗ tiện hoặc cũng có thể bằng kim loại (dây thép 2-3mm uốn tròn) . Trong thời hạn quy định 5-10 phút, mỗi người chơi phải tìm cách ném thế nào cho vòng rơi mắc vào cổ một con vịt nào đấy thì được thưởng theo nhiều cách, mức khác nhau: ném vào cổ con nào được lấy con ấy về hoặc có phần thưởng thay khác cho các mức trúng 1 hay 2 hay 3 con.

5. Luật chơi:

– Không được cầm một vật gì xua đuổi vịt.

– Không được xô đẩy người cùng chơi.

– Mỗi người chơi có một loại vòng màu sắc khác nhau để theo dõi, xác định chính xác. Nếu không thì phải có trọng tài phát hiện ngay từng trường hợp.

– Người chơi nào làm đổ cột, gãy cót quay, hoặc vì cay cú ném mạnh vào đầu vịt thì bị mất lần chơi hoặc phải làm lại sân chơi...

6. Các biến dạng và đề nghị cải tiến:

Có thể làm chỗ chơi này ven ao, hồ, sông. Những người chơi có thể đứng trên bờ xem và quăng vòng.

44. NGỰA CON VÀ NGƯỜI CƯỠI NGỰA
(Xanh-Ga-Po)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi. Từ 10 đến 20 em chơi. Chơi ngoài trời. Dụng cụ chơi: một tảng đá tròn để làm tấm mộc. Mỗi người cưỡi ngựa có một hòn đá.

1. Chủ định chơi:

Người cưỡi ngựa trên "con ngựa" ném đá trúng vào mộc.

2. Cách chơi:

Một em được chọn làm người ra hiệu

Người ra hiệu vẽ một vạch xuất phát và đặt tấm mộc, đó là một phiến đá có đường kính 12-15cm được đặt cách vạch xuất phát chừng 12-16 mét.

Các em xếp thành một hàng, người cưỡi ngựa đứng sau "ngựa" trước vạch xuất phát. Mỗi người cưỡi ngựa cầm một hòn đá.

Người ra hiệu đứng cách tấm mộc chừng 2-3 mét.

Người ra hiệu ra lệnh xuất phát, người cưỡi ngựa thứ nhất sẽ nhảy lên lưng "ngựa" và phi về phía tấm mộc. Khi đi ngang qua người ra hiệu, em ném hòn đá của mình vào tấm mộc. Nếu người cưỡi ngựa ném trúng, cặp người "ngựa" đó sẽ thắng và được một điểm. Cặp đó quay lại vạch xuất phát, người cưỡi ngựa tiếp theo lên lưng "ngựa" và lao tới. Lần lượt những người cưỡi ngựa khác sẽ tiến lên ném đá vào tấm mộc và ghi điểm.

Sau đó những người cưỡi ngựa đổi làm "ngựa" và "ngựa" sẽ trở thành người cưỡi, trò chơi tiếp tục. Khi tất cả những người chơi đã lần lượt được cưỡi ngựa và ném đá thì cặp bạn nào không được điểm sẽ bị loại. Các cặp khác tiếp tục chơi cho đến khi nào chỉ còn một cặp bạn có số điểm cao hơn tất cả, đó là người thắng cuộc.

45. ĐÁNH CẦU

1. Tên trò chơi: Đánh cầu hoặc đánh yến (người miền núi hay dùng từ này).

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, cấp 1. Nam nữ cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

Kỹ năng tung, đỡ cầu bằng tay chính xác.

Tố chất khéo léo, mềm dẻo, đặc biệt là sự khéo léo của tay đối với vật di động.

4. Cách chơi:

– Tự làm đồ chơi (quả cầu): Lấy một đồng tiền hay một mảnh kim loại hình tròn, mỏng và có lỗ ở giữa. Dùng giấy hoặc 3-4 chiếc lông gà, lông vịt xuyên qua lỗ rồi buột chặt lại.

– Khi chơi: Có ba cách chơi theo mức độ: dễ, vừa, khó, dùng cho các đối tượng trẻ khác nhau.

Cách 1: Dùng cho trẻ mẫu giáo, hai ba trẻ chơi với nhau, dùng một quả cầu. Đầu tiên chơi oẳn tù tỳ, ai nhất được đánh trước. Trẻ để cầu trên mu bàn tay, hất lên rồi ngửa lòng bàn tay ra đỡ. Đỡ được, lại hất lên rồi dùng mu bàn tay để đỡ và hất lên như lần đầu.... Cứ

thế đến khi nào không đỡ được cầu (bị rơi xuống đất) thì mất lượt chơi, chuyển cầu cho bạn thứ hai chơi, rồi sang bạn thứ ba... Mỗi người ghi nhớ số lần đỡ được cầu. Hết một lượt chơi, ai có số lần đỡ cầu nhiều hơn là thắng.

Luật chơi ở đây là phải luân chuyển bàn tay đỡ cầu (sấp - ngửa - sấp - ngửa... lòng bàn tay). Vừa đỡ vừa đếm số lần. Khi cầu rơi xuống đất là phải chuyển cầu cho bạn thứ hai.

Cách 2: Cho học sinh cấp 1. Hai bạn chơi với nhau, dùng một quả cầu. Một bạn dùng một chiếc bảng con (gọi là vợt). Chơi trên sân trường, vẽ một vạch ngang giữa sân làm giới hạn. Mỗi trẻ đứng một bên, dùng vợt đánh cầu cho nhau. Ai để cầu rơi, không hất cầu sang được sân của bạn hoặc không đánh được cầu sang chỗ bạn đứng là bị thua, chơi tiếp lần khác. Cuối cùng ai bị thua ít hơn là thắng. Có thể tính đích là 100 lần chẳng hạn.

– Luật chơi ở đây là phải đánh vợt trúng cầu và hất cầu được sang sân của bạn.

– Cần cải tiến như sau: Vẽ sân hình chữ nhật với kích thước 3 x 5m, có đường thẳng chia đôi sân. Nếu hất cầu ra khỏi vạch ngang hoặc dọc sân là bị thua.

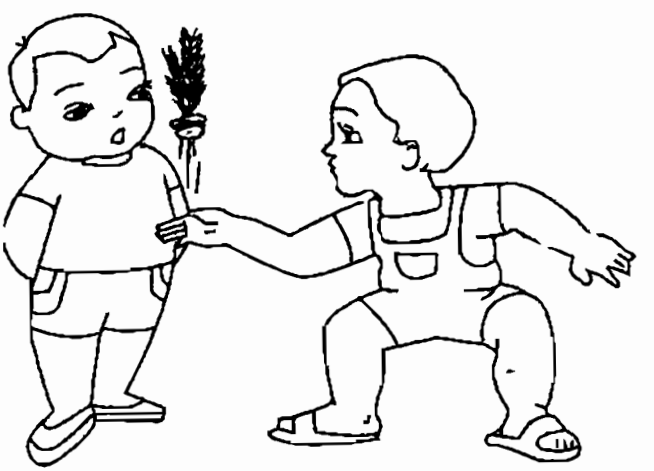
Cách 3: Cho học sinh cấp 2. Hai hoặc bốn bạn chơi với nhau. Vẽ một hình chữ nhật kích thước 3 x 5m, một đường thẳng chia đôi sân rồi dựng hai gậy cao 1m, buộc dây từ gậy này sang gậy kia (coi là lưới). Từng người một dùng chân đá cầu sang sân bạn, bạn kia đỡ bằng chân rồi lại đá sang sân bạn vừa rồi, bạn này đỡ bằng chân rồi lại

đá sang... Ai đá hụt cầu, để cầu rơi xuống đất hoặc đá ra ngoài vạch giới hạn của sân bạn là bị thua.

– Luật chơi ở đây là không được dùng tay bắt và ném cầu.

Tất cả phải dùng chân (bất kỳ phần nào). Theo thoả thuận, có thể dùng cả đầu.

– Cần cải tiến: dùng lưới sợi kích thước 2m x 0,5m. Kẻ sân kích thước 3 x 5m và tiến tới dùng luật của môn thể thao đá cầu hiện nay cho trẻ chơi.

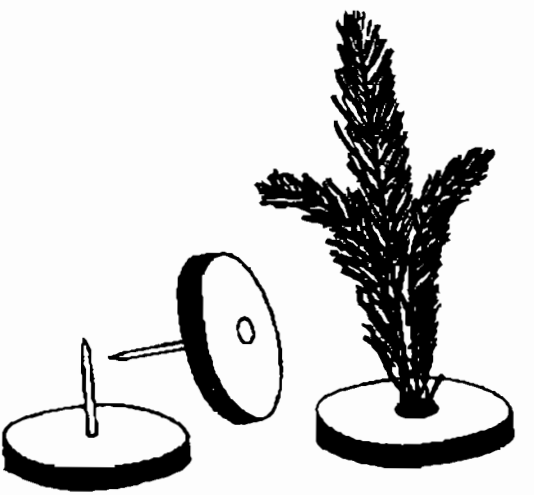


46. ĐÁ CẦU (Ma - Lai- Xi - A)

Trò chơi của các em trên 6 tuổi. Từ hai em chơi trở lên. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Dụng cụ chơi: một quả cầu.

1. Cách làm quả cầu:

Lấy một miếng cao su dày hoặc một miếng bìa dày (cao su dễ nảy hơn), sau đó cắt một hình tròn đường kính 4cm làm đế. Đóng một cái đinh từ 2,5 đến 4cm vào chính giữa xuyên từ dưới lên, sao cho đầu nhọn nhô lên mặt trên.



Lấy ba hay bốn chiếc lông gà rồi dùng dải băng dính buộc phần ống của chiếc lông gà đầu tiên vào cái đinh, quấn xung quanh lại một vòng, rồi cứ thế buộc nốt những chiếc lông gà còn lại, buộc từng chiếc một.

2. Chỉ định chơi:

Người chơi cố đá được cầu nhiều lần mà không đánh rơi xuống đất.

3. Cách chơi:

Các em quyết định thứ tự chơi và chọn số lần đá lớn nhất trong một lượt, ví dụ 10 lần.

Em đầu tiên bắt đầu tung cầu lên rồi đá bằng mắt cá chân, gan bàn chân hay bằng đầu gối chân trái hoặc chân phải.

Nếu em đá hỏng và đánh rơi quả cầu xuống đất thì em bị mất lượt và người thứ hai được chơi. Người thứ hai lại tung quả cầu lên, vừa đá vừa đếm cho đến khi quả cầu rơi hoặc là đá đến số lần đã định (ví dụ 10 lần). Người nào đá đủ số lần đã định là người thắng. Người thua sẽ bị phạt.

4. Hình phạt:

Người thắng và người thua đứng ở hai phía của một cái vạch. Người thua tung quả cầu qua vạch cho người thắng. Nếu người thắng thấy đó là một quả ném đẹp thì em đá liên tục nhiều lần. Nếu người thắng thấy quả ném xấu, em để quả cầu rơi xuống đất, hình phạt bắt đầu lại.

Nếu người thắng cuộc đá được ba lần, em được một điểm. Nếu người thắng không đá được ba lần liên tục, em phải đá sang cho người thua. Nếu người thua bắt được quả cầu bằng tay, hình phạt kết thúc.

Nếu người thắng đã được một số điểm nào đó nhưng mỗi lần người thua bắt được quả cầu do người thắng đá qua vạch thì người thắng lại bị xoá mất một điểm. Hình phạt còn tiếp tục chừng nào người thua chưa xoá hết được số điểm của người thắng.

47. ĐÁO ĐĨA

1. Tên trò chơi: Đáo đĩa

2. Đối tượng chơi: Thanh thiếu niên, nam cũng như nữ đều có thể chơi được cả, thường có trong dịp hội làng ngày xưa.

3. Mục đích chơi: Rèn khéo tay, tinh mắt, giỏi ước lượng.

4. Cách chơi:

Chọn một chỗ thuận tiện cho cả người chơi và người xem đứng ở bờ ao hoặc bờ sông. Cách bờ khoảng 2-3m, tuỳ theo quy định cho người lớn hay trẻ con, cắm cọc làm giàn trên mặt nước. Trên giàn để một cái nia hay nong nhỏ, giữa có một cái đĩa. Có nơi kê đĩa hơi chếch về phía bờ một chút cho khó thêm. Có thể quây cót thấp quanh nia. Người chơi đứng trên bờ ở chỗ quy định, ném thả xu xèng vào đĩa, nếu xu xèng nằm trong đĩa thì được giải, nếu không thì mất lượt (mất xu xèng hoặc mất tiền).

5. Luật chơi:

- Lần lượt từng người vào chơi, không chen lấn xô đẩy.
- Đứng đúng chỗ quy định
- Có nơi đặt lệ: xu xèng rơi xuống nong, nia rồi nhảy vào đĩa vẫn được giải. Có nơi như thế không được.

6. Đề nghị cải tiến:

Môi trường sông nước có sự kích thích hứng thú của nó. Nếu không tiện ao, sông, có thể chơi trong đất liền, vẽ vòng tròn rồi đặt một cái đĩa người chơi đứng theo vòng tròn xung quanh chơi được nhiều người nhưng phải theo lần lượt. Có thể ném xu xèng hoặc vòng nhựa... vào đĩa.

48. NÉM LOONG

1. Tên trò chơi: Ném loong, ném lon.

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, đầu cấp 2 (Nam hay chơi hơn nữ)

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

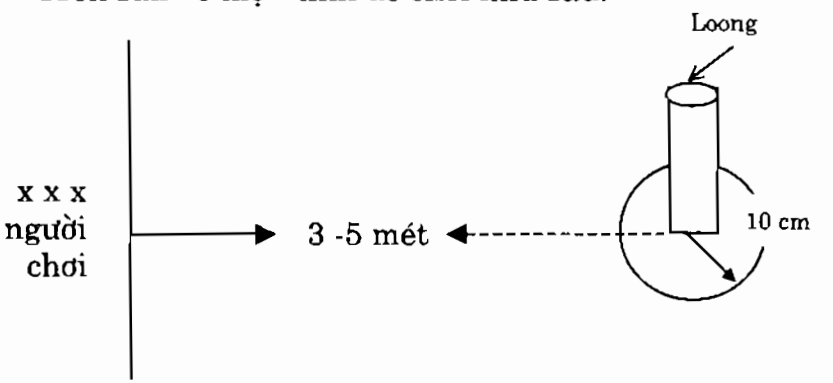
- Kỹ năng ném vật trúng đích, kỹ năng chạy, đuổi bắt.
- Tố chất mạnh, nhanh, khéo léo.

4. Cách chơi:

Sân chơi là khoảng đất trống, rộng, thoát mát và phẳng.

Số người chơi không hạn chế, ít nhất từ 5-7 người.

Trên sân vẽ một hình để chơi như sau:



Vạch ném

+ Dùng cách "oẳn tù tì" hoặc chỉ định một người ra canh loong (một ống bơ dựng trong vòng tròn 10cm cách vạch ném từ 3 đến 5m). Người này đứng cách loong khoảng 1-1,5m, sẵn sàng chơi. Người chơi đứng đằng sau vạch ném dùng dép lê hoặc thứ gì đó thích hợp ném trúng loong. Ném xong thì chạy lên nhặt giầy hoặc dép rồi trở về vị trí cũ ném tiếp...

+ Nếu loong bị đổ thì người canh loong chóng dựng lên đúng chỗ rồi chạy đuổi bắt bạn vừa chạy lên nhặt dép. Nếu đập được vào người bạn này trước khi bạn ấy trở về vị trí cũ (qua vạch ném) thì người đó phải

canh loong thay. Nếu không đập được vào bạn thì vẫn phải vào canh tiếp. Trò chơi cứ thế tiếp tục.

5. Luật chơi:

– Loong chưa bị ném đổ thì người canh chưa được đuổi bắt người lên nhặt dép.

– Nếu loong bị đổ thì phải dựng lên rồi mới được đuổi bắt bạn đó. Chỉ được đập vào ai khi người đó đã cầm dép để chạy về.

– Người ném xong (dù đổ loong hay không) đều phải chạy lên nhặt dép rồi về ném tiếp

– Khi người cầm dép đã chạy về qua vạch ném thì không được đập vào họ nữa.

– Nếu đập được hai bạn một lúc thì hai người này phải oẳn tù tỳ. Ai thua phải vào canh loong.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Cự li ném có thể thay đổi cho phù hợp với từng đối tượng chơi.

– Có thể dùng một khúc gỗ nhỏ thay cho giầy, dép để ném. Chỉ được nép thấp ngang dưới hông và không được ném nhằm vào bạn.

Nên có trọng tài điều khiển chơi, nhất là trong những lần chơi đầu.

49. NGƯỜI TÙ GIỮ HỘP (Phi -Lip-Pin)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Từ 6 đến 10 em chơi. Chơi ngoài trời. Dụng cụ chơi: một cái ống bơ; dép lê hoặc túi xách để làm hòn ném.

1. Chủ định chơi:

Những người chơi cố ném đổ cái ống bơ tại vị trí. "Người tù" cố bắt được một người chơi.

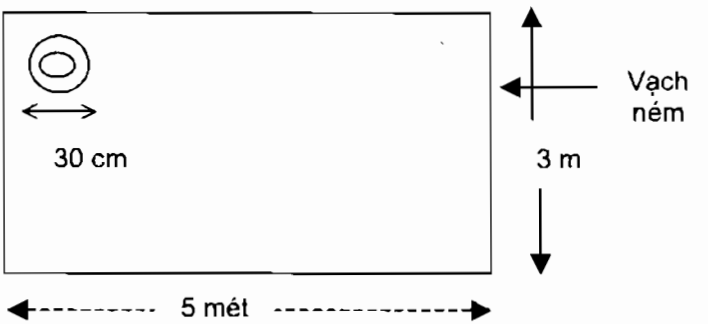
2. Cách chơi

Một em kẻ một cái sân một chiều 5 mét và một chiều 3 mét rồi vẽ một vòng tròn đường kính 30cm ở phía cuối sân. Sau đó em đặt đứng cái ống bơ trong vòng tròn. Các em đứng gần vòng tròn và ném hòn ném tới vạch ném.

Em nào có hòn ném rơi xa vạch nhất sẽ phải làm "người tù" và đứng gần ống bơ. Những em khác đứng sau vạch ném.

Các em cố ném đổ ống bơ vì khi ống bơ bị ném đổ thì các em có thể nhặt hòn ném, lúc đó người tù không có quyền bắt họ.

"Người tù" cố giữ ống bơ đứng vì chỉ được bắt người ném khi ống bơ đặt đứng. Mỗi lần ống bơ bị đổ, "người tù" dựng nó lại trong vòng tròn thật nhanh.



Các em lần lượt ném ống bơ bằng hòn ném của mình. Ném xong, các em có thể vào sân ngay và cố nhặt hòn ném nhưng phải chờ khi nào ống bơ bị đổ.

Em nào nhặt hòn ném xong thì quay lại vạch ném và ném tiếp.

"Người tù" cố bắt bất cứ người chơi nào đã vào sân nhưng chỉ được bắt khi ống bơ đặt đứng.

Nếu "người tù" bắt được một người chơi, em này phải làm "người tù" và trò chơi bắt đầu lại.

Nếu hòn đá của em nào rơi vào vòng tròn thì em đó thành "người tù" và trò chơi bắt đầu lại.

Nếu tất cả các hòn ném đã ném mà ống bơ vẫn đứng thì một em nào đó có thể đá đổ ống bơ để những em kia có thể vào nhặt hòn ném.

Nếu một hòn ném va vào ống bơ nhưng không làm ống bơ đổ, trò chơi tiếp tục.

50. BẢY NGÔI SAO (Xanh-Ga-Po)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi. Hai đội chơi, mỗi đội từ 5 đến 8 em. Chơi ngoài trời. Dụng cụ chơi: 7 ống bơ, một quả bóng (không cứng quá).

1. Chủ định chơi:

Đội tấn công ném bóng đánh đổ được chồng ống bơ.

Đội phòng ngự cứ mỗi lần ống bơ bị đổ lại cố ném bóng trúng người đội đối phương trước khi các bạn này có đủ thời gian dựng lại chồng ống bơ.

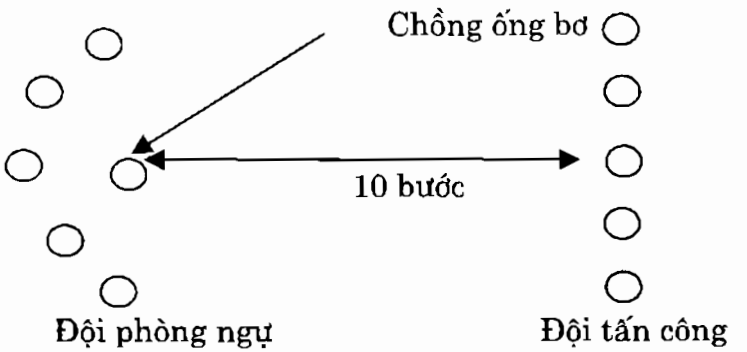
2. Cách chơi:

Hai đội chọn đội trưởng, họ chia ra bên tấn công và bên phòng ngự. Đội tấn công đặt bảy ống bơ, cái này đặt trên đỉnh cái kia thành một chồng. Từ chồng ống bơ, đội trưởng đi mười bước theo hướng nào cũng được và vẽ một vạch thẳng đối mặt với chồng ống bơ.

Toàn đội tấn công đứng sau vạch. Những người ở đội phòng ngự đứng dàn ra phía sau chống ống bơ ở vị trí tốt để đỡ bóng.

Đội trưởng đội tấn công ném quả bóng. Em cố gắng ném đổ chồng ống bơ. Đội trưởng được ném hai lần. Nếu lần thứ hai ném trượt, em chuyển quả bóng cho người tiếp theo của đội. Mỗi em trong đội được ném hai lần.

Nếu tất cả các em ở đội tấn công đều ném trượt thì hai đội sẽ đổi vị trí, đội tấn công thành đội phòng ngự và ngược lại; trò chơi bắt đầu lại



Nếu một em trong đội tấn công ném đổ được ống bơ thì tất cả các em trong đội chạy tản ra, cố không để bị bóng ném trúng.

Khi chồng ống bơ bị đổ, một em ở đội phòng ngự đỡ lấy bóng và cố ném trúng vào một người tấn công. Các em cố gắng ném trúng càng nhiều người càng tốt.

Trong khi cố gắng ném trúng đội bạn, các em ở đội phòng ngự có thể chuyền cho nhau quả bóng nhưng không được tung bóng hoặc lăn bóng dưới đất. Chỉ được ném từ thắt lưng trở xuống mà thôi.

Em ở đội tấn công bị chạm bóng coi như "chết" và bị loại ra khỏi trò chơi.

Trong khi tránh né bóng, các em ở đội tấn công cố gắng dựng lại chồng ống bơ. Nếu họ dựng lại xong chồng

ống bơ trước khi cả đội bị chạm bóng thì trò chơi quay lại từ đầu, những người bị "chết" được về đội của họ.

Nếu những người phòng ngự ném trúng tất cả những người tấn công trước khi họ dựng lại chống ống bơ thì một ván mới bắt đầu. Các đội đổi vị trí cho nhau, đội tấn công thành đội phòng ngự và ngược lại.

51. CHƠI BI

1. Tên trò chơi: Chơi bi

Đây là tên gọi chung của ít nhất 4 trò chơi với bi. Đó là: chơi bi "ba toa", "bi hòm", "bi tương" và "bi ô tròn".

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 1, cấp 2, chủ yếu là nam.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

- Kỹ năng dùng mắt ngắm, tay bắn bi trúng đích.
- Tố chất khéo léo.
- Tính kiên trì, tỉ mỉ.

4. Cách chơi:

- Người chơi không hạn chế, nhưng độ 3,4 người là thích hợp nhất, mỗi người dùng một viên bi để chơi và một số viên bi nữa để làm "vốn".

– Chỗ chơi là sân trường, nền nhà... bằng phẳng, không có chướng ngại vật, tương đối sạch sẽ và không làm vướng người đi lại.

4.1. Kiểu chơi "ba toa"

– Người chơi "oẳn tù tì" để xác định thứ tự bắn bi (người bắn thứ 1,2,3...)

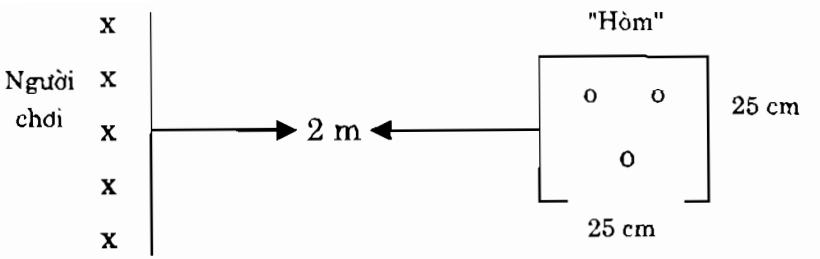
– Mỗi người tự thả một viên bi của mình xuống đất, bị dừng lại ở chỗ nào thì bắt đầu chơi từ chỗ đó. Người được đi thứ nhất dùng bi của mình để bắn vào một trong các viên bi của các bạn. Nếu bắn trúng được thì "ăn" viên đó và được bắn tiếp viên khác cho đến khi trượt thì chuyển quyền bắn bi cho bạn thứ hai. Cứ thế tiếp tục cho đến khi nào hết bi thì thôi, chơi ván khác.

– Luật chơi là: bắn trúng bi của ai thì người đó phải bỏ "vốn" bi khác ra trả (để giữ lại ba cái). Bạn vừa bắn trúng lại được bắn tiếp. Đến khi nào bắn không trúng thì chuyển sang bạn khác kế tiếp (mỗi người trên sân lúc nào cũng chỉ có một viên bi).

Căn cứ vào trình độ, cũng có thể chơi quy định phải bắn 2-3 lần. Nếu trúng cả ba lần vào một viên bi thì mới được ăn. Nếu chỉ trúng hai lần thì mất quyền bắn. Chuyển sang bạn khác.

4.2. Kiểu chơi bi "hòm".

Sân chơi kiểu này vẽ như sau:



– Mỗi người cầm một hòn bi đứng trong "hòm" búng lên vạch chơi để xác định thứ tự chơi. Bi của ai gần vạch hơn là nhất, xa hơn là thứ 2, thứ 3... Bi của ai vượt quá vạch xa nhất là bét. Càng xa vạch càng kém thứ hạng. Nếu cùng ngang nhau (như cùng trên vạch) khó xác định thì cho những người đó thi lại với nhau hay oẳn tù tì để xác định hơn kém.

– Bắt đầu chơi, mỗi người đặt một viên bi của mình vào "hòm" rồi đứng sau vạch chơi. Bạn vừa được xếp thứ nhất được bắn trước: Cầm bi để trên vạch chơi và bắn vào những viên bi trong "hòm". Bắn được viên nào ra khỏi "hòm" thì được ăn (cầm viên bi đó lên) rồi bắn tiếp viên khác (lúc này vị trí bắn là chỗ mà viên bi của mình dừng lại); nếu đẩy được viên khác ra khỏi hòm thì lại được ăn.... Nếu bắn không trúng thì người thứ hai vào bắn. ..., người thứ ba.... cứ thể đến khi hết bi trong hòm thì chơi lại từ đầu.

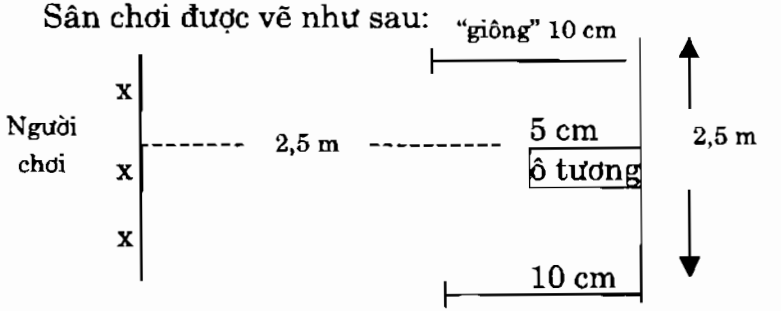
– Như vậy luật chơi ở đây là: bắn được viên bi nào ra khỏi "hòm" thì cầm viên đó lên (được ăn). Nếu bắn không

trúng thì mất quyền bắn. Nếu bắn trúng hoặc không đẩy bật được viên nào trong đó ra mà bi mình lại ở trong vòng hoặc bật ra ngoài thì mình cũng mất quyền bắn.

– Ở loại này có thể cải tiến kích thước sân chơi cho phù hợp với từng đối tượng. Có thể thay việc "ăn" (lấy) bi của bạn bằng bạn phải cõng mình một vòng hay búng tai...

4.3. Kiểu chơi bi "tương"

Sân chơi được vẽ như sau:



Vạch chơi

Vạch tương

– Bắt đầu chơi

Khoảng 3-4 bạn chơi. Mỗi người cầm một viên bi đứng ở vạch chơi bắn vào "ô tương" để xác định thứ tự chơi. Bi nào vào càng gần tâm trong ô là nhất, càng xa hơn thì thứ tự càng kém. Có thể xác định những người ngang nhau trong ô tương bằng cách oẳn tù tì hoặc thi lại giữa những người đó.

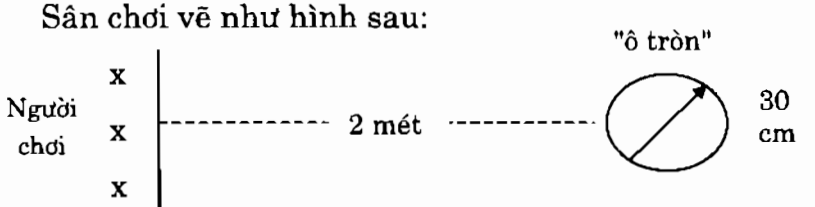
– Bạn thứ nhất nhặt bi của mình lên bắn vào bi của bạn thứ nhì (tay bắn để đúng chỗ viên bi của mình). Nếu trúng thì được ăn (bạn đó phải lấy bi khác của mình ra trả). Nếu trượt, bạn thứ hai vào bắn, rồi tiếp đến bạn thứ ba.... Đến khi hết một lượt thì quay lại bạn đầu. Trò chơi cứ thế tiếp diễn cho đến khi nào chán hoặc hết bi "vốn" thì thôi.

– Như vậy trò này lấy ô tương làm chuẩn để xác định thứ tự bắn bi. Bắn trúng thì ăn, không trúng thì mất quyền bắn. Điều chú ý là phải bắn trúng thứ tự (bạn 1 bắn bi của bạn 2, bạn 2 bắn bi của bạn 3...). Nếu bắn nhầm là bị "thối", phải đền một viên bi cho bạn.

– Đề nghị cải tiến: cần thay đổi kích thước sân chơi cho phù hợp từng đối tượng:

4.4. Kiểu chơi bi "ô tròn".

Sân chơi vẽ như hình sau:



Vạch chơi

– Khoảng 3,4 em cùng chơi. Mỗi người cầm một viên bi ngồi ở vạch chơi búng vào ô tròn để xác định thứ tự chơi: bi nào gần tâm vòng tròn hơn là nhất, càng xa hơn thì thứ bậc càng kém.

Sau đó cách chơi như ở kiểu chơi bi ô tương.

– Như vậy, ở trò này lấy vòng tròn làm chuẩn xác định thứ hạng bi, còn luật chơi giống như chơi bi ô tương. Có thể thay đổi kích thước sân chơi cho phù hợp với người chơi. (vòng tròn có thể bé hoặc to ra....).

*** Tóm lại:**

Bốn kiểu trên là đặc trưng nhất của trò chơi bi của trẻ em nước ta. Trẻ em nam cấp 1 và đầu cấp 2 rất thích trò chơi này. Nếu được luật hoá kích thước sân chơi và thống nhất cùng loại bi thì có thể đưa môn này thành môn thi đấu hấp dẫn của trẻ. Điều cần nhớ là phải có sân chơi sạch sẽ, hợp vệ sinh và rèn luyện cho trẻ thói quen giữ bi sạch, rửa tay sau khi chơi....

52. ĐÁNH QUAY

1. Tên trò chơi: Đánh quay

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên (2-6 người)

3. Mục đích chơi: Rèn khéo tay và tinh mắt

4. Cách chơi: Có hai biến thể chính

a. Chơi "bổ":

Một người thả quay cho quay tít, người khác (hoặc mấy người khác) dùng quay của mình bổ xuống sao cho

trúng quay của bạn. Đánh trúng là giỏi, vỡ quay của bạn cũng không sao. Nếu có nhiều người đánh, ai chậm đến nỗi quay của bạn đã hết xoay rồi "chết" mà vẫn chưa bổ được thì mất lượt.

Nhưng nếu người thả quay cho xoay mà không đạt thì phải làm lại thật tốt.

Có thể lần lượt mỗi người phải thả quay của mình cho người khác đánh bổ một lần.

Cũng có thể quy định ai đánh bổ mà quay của mình không xoay thì phải thay thế vị trí của bạn.

Còn muốn nếu chọn ai bị "bổ" trước thì phải thi thả quay, quay nào tít ítnhất, sớm ngã thì bị.

b. Chơi "cứu"

Thường chơi nhiều người. Chia làm hai bên

Đến đây lại có hai kiểu:

* ***Kiểu 1: Mỗi*** bên chọn một người cứu, còn những người khác phải để quay của mình trong một vòng tròn (hay hình vuông) "bị giam".

Người "cứu" đánh quay của mình sao cho trúng quay của bạn cùng bên, nếu quay ấy bật lăn ra ngoài vòng (còn nằm trên vạch thì vẫn chưa được) là cứu được bạn, bạn ấy sẽ được tham gia cứu nốt bạn cùng bên. Bên nào sớm cứu nhau trước là được.

Nếu mình cứu bạn mà làm thế nào trúng quay của bên kia thì bên ấy được lợi.

Trong khi cứu bạn, quay của mình bổ xuống xong vẫn phải xoay, nếu "ngã chổng vó" ngay sau khi bổ xuống hoặc "vật mình" lăn không xoay được, dù là "gượng" một tý, thì phải vào "giam".

* ***Kiểu 2:*** Đơn giản hơn, mỗi bên chọn một người "bị giam" thôi.

5. Luật chơi:

– Dù là chơi "bổ" hay chơi "cứu", không được vội vàng, lộn xộn đến nỗi bổ quay vào nhau.

– Khi chơi "bổ" có thể có một người cắt cử các lượt người đánh. Khi chơi "cứu", đến bên nào bên ấy chỉ định thứ tự người vào đánh quay, không tranh nhau.

– Trước khi chơi, phải kiểm tra, loại quay nào có đinh nhọn quá đáng. Thậm chí theo thoả thuận còn phân loại chơi quay gỗ hay quay sừng riêng cho chơi lẫn lộn.

53A. CÂU ẾCH

1. Tên trò chơi: bắt ếch, câu ếch ở dưới ao.

2. Đối tượng chơi: Trẻ mẫu giáo, cấp 1. Nam nữ cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục

– Kỹ năng chạy, nhảy, di động, né tránh.

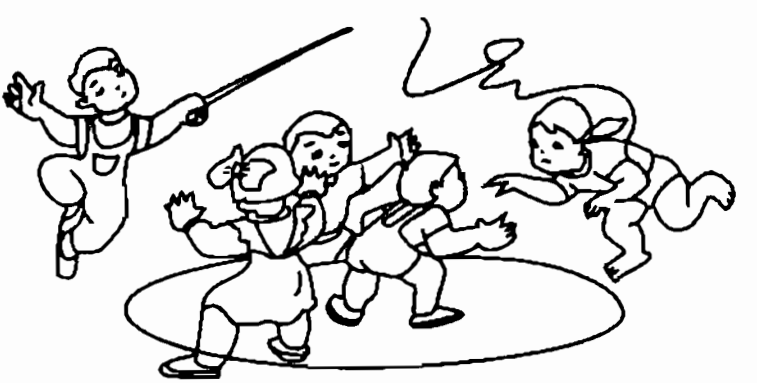
– Tố chất nhanh, sức bật, sự khéo léo.

– Tinh thần đồng đội, mạnh dạn.

– Hiểu biết thêm về môi trường một con vật và một hoạt động của con người.

4. Cách chơi:

Vẽ một vòng lớn ở giữa sân, đường kính 3-5m (tuỳ số người chơi) để làm ao. Tất cả các cháu đứng trong vòng tròn làm ếch, một cháu làm người đi câu ếch, đứng ngoài vòng tròn chừng 1-2m, tay cầm một cần câu như kiểu thòng lọng (như tranh).



Người hướng dẫn chơi vỗ tay (hoặc hô) để cuộc chơi bắt đầu. Những bạn làm ếch đồng thanh hát bài ca:

Ếch ở dưới ao

Vừa ngớt mưa rào.

Nhảy ra bì bọp

Ếch kêu ộp ộp

Ếch kêu oặp oặp

Thấy bác đi câu

Rủ nhau trốn mau

Ếch kêu ộp ộp

Ếch kêu oặp oặp

Vừa hát, vừa nhảy chụm hai chân, hai tay chống hông, nhảy lung tung trong "ao", nhảy cả lên "bờ" (ra ngoài vòng tròn).

Người đi câu đuổi theo, cố gắng chạm được dây câu hoặc ngoắc được thòng lọng vào người ếch (tuỳ quy định). Nếu được thế vào ếch nào (khi còn ở trên bờ) thì coi như bị bắt, ếch đó phải vào thay người đi câu, trò chơi lại tiếp tục từ đầu.

5. Luật chơi:

– Người đi câu chỉ được chạy xung quanh ao (không được vào ao).

– Người làm ếch phải nhảy chụm hai chân, hai tay chống hông, nhảy từng bước một, vừa nhảy vừa hát.

– Dây câu chạm bất cứ vào bộ phận nào của "ếch" (nếu chỉ quy định như thế) khi còn ở trên bờ là ếch đã bị bắt, phải làm thay người đi câu.

6. Một số cải tiến:

– Nếu dùng trò "oẳn tù tì" để chọn người đi câu đầu tiên. Sau đó ếch nào bị bắt thì ra thay người đi câu.

– Phải quy định: ếch nào cũng phải nhảy lên bờ, không được đứng mãi trong vòng tròn.

53B. CÂU ẾCH

1. Tên trò chơi: Câu ếch

2. Đối tượng chơi: Thiếu nhi nam, nữ, chơi tập thể 5-7 người.

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sự nhanh nhẹn và khéo léo.

4. Cách chơi:

Có một người làm người câu ếch, tay cầm một cái que dài là cần câu, có dây câu độ 50cm, đầu dây câu buộc một miếng giấy nhỏ làm lưỡi câu mắc hoa mướp. Người đi câu ếch ở ven bờ ao.

Ao là một vòng tròn to thích hợp với số đông người chơi. Những người làm ếch vừa tung tăng vừa hát ở trong ao:

Ếch ở dưới ao
Vừa ngớt mưa rào
Nhảy ra bì bọp

Ếch kêu ộp ộp

Thấy bác sĩ đi câu

Nhảy xuống ao mau

Ếch kêu ộp ộp

Thỉnh thoảng ếch lại nhảy lên ven bờ, tức là ra ngoài vòng tròn một tí.

Lúc đó, bác câu ếch cố gắng thả câu nếu trúng vào ếch là được.

5. Luật chơi:

– Người chơi dù bị thả "lưỡi câu mắc hoa mướp" vào đầu, vào lưng, vào tay... đều coi là bị mắc câu cả.

– Người câu ếch chỉ được thả câu theo chiều thẳng đứng từ trên cao rơi xuống trúng ếch mới coi là được, không được quăng dây câu ngang vào "ếch".

– Ếch có thể vờn "mồi", lúc nhảy lên bờ, lúc nhảy xuống ao, không được bắt lấy dây câu hoặc giật gãy cần câu.

– Ếch ở dưới ao thì người câu không được thả câu vào ếch. Nhưng nếu ếch nhảy xuống ao chậm, bị thả câu trúng ở bờ ao (rìa vạch) vẫn bị bắt.

– Ếch bị bắt phải làm người đi câu.

54. TRỐN TÌM

1. Tên trò chơi: "Trốn tìm" hay "ú tìm".

2. Đối tượng chơi: Trẻ mẫu giáo, học sinh cấp 1 (cả nam và nữ cùng chơi).

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng di chuyển (đi, chạy...) nhẹ nhàng, ẩn nấp kín đáo và kỹ năng đếm số (cho học sinh mẫu giáo).

– Tố chất khéo léo, nhanh nhẹn; khả năng quan sát tinh nhanh, sự trung thực và tinh thần tập thể.

4. Cách chơi:

– Khoảng 8-10 em trẻ chơi. Các em oẳn tù tì, ai thua thì làm người đi tìm.

– Chọn chỗ chơi rộng rãi, sạch sẽ và có nhiều chỗ để ẩn nấp. Người đi tìm nhắm mắt và đếm từ 1 đến 20 (hoặc đến 30, 40...). Trong lúc ấy, các bạn khác đi tìm chỗ trốn. Khi đếm đến 20 là phải trốn xong. Bạn đi tìm được mở mắt để đi tìm các bạn. Nếu thấy bạn nào thì chỉ tay vào và nói đúng tên bạn ấy hoặc hô "bùm". Người đó coi như bị"chết" và phải vào làm thay người đi tìm và trò chơi lại tiếp tục.

5. Luật chơi:

– Có thể chỉ định người đi tìm đầu tiên hoặc oẳn tù tì để chọn.

– Người đi tìm phải tự nhắm chặt mắt (không được tí hí), hoặc phải dùng khăn vải bịt kín mắt. Phải đếm đủ, chính xác từ 1 đến 20 (không được bỏ số nào). Nếu sai, thiếu phải đếm lại.

– Người đi trốn phải nhanh chóng và bí mật tìm một chỗ nấn nấp kín đáo sao cho khó phát hiện. Khi bị "bắn" phải tự giác vào thay, tránh cãi cọ nhau.

– Ai đi trốn ngoài khu quy định thì bị phạt làm người đi tìm. Nếu có nhiều người thì cũng phải oẳn tù tì mà xác định người cuối cùng.

– Nếu người đi tìm cùng một lúc "bắn" từ hai bạn trở lên thì số bạn này phải oẳn tù tì với nhau. Ai "bét" vào thay người đi tìm.

– Nếu sau 3-5 phút mà không tìm được ai thì người đi tìm phải nói "xin chịu", trò chơi lại tiếp tục sang "ván" khác.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Để tăng tốc độ chơi, nên cải tiến luật chơi như sau: Vẽ một vòng tròn ở giữa sân, đường kính khoảng 1,5m. Người đi tìm đứng ở giữa vòng tròn nhắm mắt và đếm. Khi đếm xong thì mở mắt ra, đi tìm. Trong khi đó,

các bạn đang trốn không nhất thiết phải ngồi im, mà có thể tìm cách chạy về đứng vào vòng tròn đó và hô "mô-tê". Nếu làm được như vậy mà không bị bạn kia phát hiện thì không bị "chết" nữa.

Nếu tất cả các bạn đi trốn đều làm được như vậy thì người đi tìm bị thua. Trò chơi tiếp tục từ đầu. Người đi tìm vẫn phải đi tìm.

55. GIẤU LỬA (Xri-lan-ca)

Trò chơi của các em trên 7 tuổi - Từ 3 đến 20 em chơi - Chơi ngoài trời - Dụng cụ chơi: Một cái gậy nhỏ để làm "lửa".

1. Chủ định chơi:

Tìm ra "lửa" và gí "lửa" vào tất cả những người chơi

2. Cách chơi:

Các em chọn một cột mốc. Một em lẻn đi giấu "lửa" (tức là chiếc gậy) ở một bụi cây hoặc một chỗ nào đó. Giấu xong, em này báo hiệu và tất cả mọi người đi tìm "lửa". Nếu có em nào đến gần chỗ giấu "lửa", người giấu sẽ nói: "Lửa ở cạnh đấy". Nếu có em nào đi ra xa chỗ giấu "lửa", người giấu sẽ nói: "Lửa đã xa rồi". Mọi người tiếp tục đi tìm "lửa". Em nào tìm được "lửa" (chiếc gậy) thì nhặt nó lên. Khi đã có người tìm ra "lửa", người giấu "lửa" chạy thật nhanh đến cột mốc và hét: "Lửa cháy!

Lửa cháy!". Lúc đó em cầm "lửa" đuổi theo các em kia để gí "lửa" vào họ. Ai chạm phải "lửa" đều bị loại.

Những em chơi cố tránh "lửa" và chạy thật nhanh tới cột mốc. Một khi chạm cột mốc thì họ được an toàn. Trò chơi lại bắt đầu với những người tránh không bị "lửa" gí phải.

56. LEO CỘT MỠ

1. Tên trò chơi: Leo cột mỡ

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên nam (hoặc thanh niên) thường tổ chức vào dịp lễ tết.

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh chân tay trong trèo cây (nhất là của tay) và vui giải trí.

4. Cách chơi:

– Một đoạn cây gỗ, bương hoặc tre to (lấy đoạn gốc) thẳng, cao độ 5-6m, làm nhẵn các mấu ở đầu các gióng (lấy đục sắc đục các mấu, có thể dùng dao sắc đẽo, sau đó gọt cho mịn...). Có nơi làm bằng cột sắt ống. Đào hố chôn cột cho chắc để người leo lên không đổ.

– Dùng thang quết bùn non lên khắp xung quanh cột, nhất là ở phía trên.

– Có nơi còn để trên đỉnh cột một cái niêu con đầy tràn nước, khi người leo lên, cột lung lay làm nước rớt xuống thân cột, cột càng trơn.

– Nếu làm được ba cột để cho ba người cùng leo một lượt thì vui hơn.

– Nếu chỉ có một cột, sau khi một người leo xong lại phải quết bùn lại cho kỹ và đảm bảo công bằng.

– Người chơi cởi trần, mặc quần đùi cho thống nhất (không được xát cát vào người).

– Người chơi đứng xa cột 2-3m, có lệnh thì chạy tới leo lên cột.

– Những người xem phải đứng ngoài vòng tròn có bán kính tối thiểu 7-10m, hoặc hình vuông 10x10m (nếu có một cột).

– Dưới chân cột mỡ có đất cát xốp hoặc rơm rạ để người chơi có ngã, nhảy xuống cũng không thể bị thương.

5. Luật chơi:

– Nếu leo lên cột mà bị tuột xuống chân chạm đất là phải thôi, coi như mất lượt, phải chờ lượt sau qua xếp hàng.

– Nếu ai leo được lên đỉnh cao trước hết thì là người thắng sẽ được phần thưởng (gói kẹo, bánh, cái bút, cái áo, quả bóng... cho đến cái nồi nhôm, mâm đồng....).

– Cũng có thể chỉ chôn một cọc vững, trên đỉnh có treo một vòng tròn đường kính khoảng 1m, xung quanh có mắc các phần thưởng khác nhau. Từng người lên được đỉnh có quyền chọn lấy một trong những thứ đó.

57. THI LEO NÚI

1. Tên trò chơi: Thi leo núi

2. Đối tượng chơi: Thanh thiếu niên, nam nữ có phân loại

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức bền - mạnh của cơ bắp chân là chủ yếu, khả năng phán đoán, chọn lựa đường leo tốt nhất cùng vui chơi, giải trí trong những ngày lễ hội vui vẻ.

4. Cách chơi:

– Trên đỉnh một ngọn đồi hoặc núi đá thích hợp với từng loại (thanh niên hoặc thiếu niên, nam hoặc nữ), có khi chỉ ở một độ cao nào đó trên núi, có cắm một ngọn cờ hoặc để một cái trống hoặc treo một bánh pháo...

– Những người chơi phải đứng ở một số vị trí xuất phát nhất định có thể ở sát chân núi, có thể cách chân núi một quãng thích đáng.

– Người nào tham dự có thể tuỳ ý đi giày vải hay chân đất; được mang theo bình nước giải khát nếu núi cao, khó leo và đường dài, tất cả xuất phát theo hiệu

lệnh chung (còi, cờ, súng lệnh). Khi đến chân núi, mỗi người có thể chọn một con đường leo lên đỉnh tuỳ theo phán đoán của mình, miễn sao chóng tới đích nhất và không va chạm, xô đẩy người khác.

– Ai tới đích đầu tiên thì phải (theo qui định trước) sờ tay vào cờ, cọc đích hoặc cầm cờ phất hoặc đánh trống liên tục hoặc đốt pháo nổ mừng thắng cuộc. Có trọng tài chứng nhận.

– Nếu hai, ba người cùng gần đồng thời tới đích thì trọng tài cần theo dõi kỹ và quyết định thứ bậc cho chính xác. Những người thi không được dùng sức xô đẩy, giành giật nhau để tránh tai nạn.

– Người xem có thể tiến gần chân núi hoặc đứng ở gần động viên nhưng không được cản đường người thi và giúp ai đó một cách thiên vị, dù cố ý hay vô tình.

58. ĐẨY TAY

1. Tên trò chơi: Đẩy tay

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên và thanh niên (chọn từng đối tượng ngang nhau về chiều cao, sức lực nói chung).

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh, phản ứng nhanh nhẹn và khéo léo.

4. Cách chơi:

Hai người đứng đối mặt, cách nhau chừng non một cánh tay, chân thẳng, người và đầu thẳng, hai bàn tay mở ra, các ngón tay khép liền nhau, giơ ra trước mặt, tay của hai người áp sát vào nhau, lòng bàn tay gần sát nhau, chuẩn bị sẵn sàng để đẩy.

Khi bắt đầu có hiệu lệnh, từng người nhanh chóng tìm cách đẩy trúng tay nhau làm cho đối phương không thể đứng nguyên như lúc mới đầu.

Người bị đẩy có thể hạ thấp hai bàn tay xuống thật nhanh hoặc tránh tay làm cho đối phương đẩy không trúng, bị mất đà phải chúi người, ngã về đằng trước.

Người đẩy có thể dứ, chọn lúc thuận lợi đẩy đúng lòng bàn tay đối phương sao cho họ phải di chuyển chân để khỏi ngã là được.

5. Luật chơi:

– Hễ người nào bị đẩy hoặc đẩy nhỡ đà mà chân phải di chuyển và người mất thế đứng ổn định lúc đầu là bị thua.

– Chỉ được đẩy bằng lòng bàn tay và vào lòng bàn tay đối phương. Nếu đẩy vào người, vào vai, vào ngực đối phương.... thì bị phạt, nhắc nhở, tính điểm hoặc không cho chơi nữa hay bắt thua.

– Người bị đẩy chỉ được di chuyển vị trí của hai bàn tay để tránh đòn, không được di chuyển chỗ đứng hoặc

ngồi thụp xuống hay nhảy lên. Bàn tay lúc nào cũng phải xèo ra.

– Nếu có nhiều người chơi, sức tương đối ngang nhau, sẽ chọn lựa dần cho vào chung kết, lấy người giỏi nhất.

6. Đề nghị cải tiến

Có thể hai người ngồi xổm, mông đặt trên gót chân, đối mặt nhau, rồi dùng hai lòng bàn tay đẩy (tay) nhau. Như vậy càng rèn luyện được tốt về khéo léo, sức mạnh và sự nhanh nhẹn.

59. VẬT NGÓN TAY CÁI (Nhật Bản)

Trò chơi của các em trên 6 tuổi. Hai em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

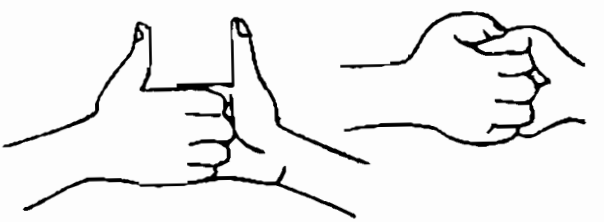
Dùng ngón tay cái đẩy và đè ngón cái của đối thủ một lúc (đếm từ 1 đến 10), như vậy là thắng một ván.

2. Cách chơi:

Hai em quyết định số ván chơi. Bắt đầu một ván, hai em đặt tay phải vào nhau sao cho bốn ngón kết chặt lại với tay bạn kia, chỉ để ngón cái tự do.

Hai em di động ngón cái của mình theo hướng nào cũng được. Sau đó cùng một lúc hai bên tấn công nhau và cố đẩy ngón cái người kia nằm ngang, ngón tay cái của mình đè lên. Trong khi đó cánh tay giữ tương đối bất động.

H19



Hai bàn tay phải khoá chặt vào nhau với ngón cái tự do

Một ngón cái đè được ngón kia

Những ngón tay của bàn tay phải ở vị trí khoá tay

Mỗi lần em này đẩy và đè được ngón cái của em kia xuống vị trí nằm ngang, em phải giữ chặt và đếm từ 1 đến 10. Em kia phải cố giải thoát ngón tay của mình bằng cách tiếp tục di động nó. Nếu em giải thoát được ngón tay của mình trước khi đối thủ của em đếm đến 10, ván chơi lại tiếp tục.

Nếu một em giữ được ngón tay cái của đối thủ trong khoảng thời gian đếm từ 1 đến 10 em sẽ thắng. Ván đầu kết thúc.

Thắng một ván được một điểm. Người nào được nhiều điểm là người thắng.

60. BÓP TAY

1. Tên trò chơi: Bóp tay (Bàn tay ai khoẻ hơn)

2. Đối tượng chơi: Thiếu niên lớn và thanh niên (nam)

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh bàn tay, sức chịu đựng và ý chí.

4. Cách chơi:

Từng cặp chọn theo thoả thuận (tốt nhất là tương đương sức nhau) đứng ở tư thế bắt tay. Khi có lệnh bắt đầu, từng người cố sức bóp sao cho đến khi có một bên phải kêu là thua thì thôi ngay (người thắng không được bóp tiếp). Nếu hai bên không phân thắng bại thì trọng tài xử hoà.

Có một người được cử làm trọng tài. Những người xung quanh có thể reo hò, cổ vũ nhưng không được xô đẩy người chơi.

5. Luật chơi:

– Chỉ được bóp tay ở tư thế "bắt tay" như thường ngày; không được vặn, đẩy nhau. Lần phạm thứ nhất bị nhắc nhở, lần thứ hai tái phạm thì coi như bị thua.

– Chỉ có lệnh mới được bắt đầu. Khi đối phương kêu "chịu thua" thì người thắng phải thôi ngay.

– Có thể chia đôi nhóm, tổ... để đấu loại trực tiếp rồi cuối cùng chọn được người khoẻ tay nhất (được một giải hoặc còn có giải cho một số vị trí tiếp theo). Nếu ai khoẻ hơn rõ có thể chấp nhận thi lần lượt với một số người khác.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Có thể tổ chức thi trong ngày hội.

– Trước khi thi cần khởi động bàn tay

– Nếu móng tay ai dài, ảnh hưởng đến thi đấu thì phải cắt trước khi thi.

– Có thể từng đôi phải thi 3 keo, ai được 2 trước là coi như thắng cuộc.

61. VẬT TAY

1. Tên trò chơi: Vật tay

2. Đối tượng chơi: Thanh thiếu niên và cả người lớn (chủ yếu cho nam).

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh của tay là chính

4. Cách chơi:

– Từng đôi một có sức tương đương nhau thoả thuận cùng vật một bên tay phải hay tay trái. Có thể lần lượt vật cả hai tay.

– Cùng ngồi ghế, người hơi nghiêng, tay đặt trên bàn, cẳng tay hai người tỳ chéo vào nhau hình dấu nhân, hoặc là hai bàn tay nắm lấy nhau. Cánh tay kia nên thống nhất chống cạnh sườn, tuyệt đối không được bám, đẩy vào vật gì.

– Khi có hiệu lệnh bắt đầu, mỗi người dồn sức vào cánh tay, co kéo và cố đè cánh tay của bạn đổ ngửa xuống mặt bàn mà không được xê dịch chỗ tỳ khuỷu tay.

5. Luật chơi:

– Không được lấy tay kia vịn vào bạn làm chỗ kéo, đẩy. Có thể bắt giơ tay kia lên khi đọ sức.

– Không được đứng dậy, dựa vào bàn; chân không được áp sát vào chân bàn; đầu giữ thẳng.

– Ai đè được cánh tay bạn nằm hẳn sát xuống mặt bàn là thắng.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Nên có trọng tài để theo dõi và phân xử.

– Có thể chơi tập thể: hai đội sắp xếp từng đôi tương ứng và đấu loại hoặc tính điểm từng đôi một rồi so sánh hơn thua.

– Cũng có thể chia ngẫu nhiên từng đôi một rồi so sánh hơn thua.

– Cũng có thể chia ngẫu nhiên từng đôi một rồi cứ thi đấu đào thải trực tiếp theo các nhóm để cuối cùng chọn ra được người vô địch (như trong ngày hội). Hoặc là một người khoẻ trội chấp lần lượt đọ sức với 6-7 người khác.

62. ĐẨY GẬY

1. Tên trò chơi: Đẩy gậy

2. Đối tượng chơi: Phần lớn là thanh thiếu niên, miễn là từng đôi một cùng giới, tương đối đồng hạng, không quá chênh lệch nhau về lứa tuổi, cân nặng, sức lực...

3. Mục đích chơi: Rèn chủ yếu là sức mạnh cơ bắp, sự vững chắc của cơ quan vận động và khả năng khéo léo dùng sức.

4. Cách chơi:

– Dụng cụ chủ yếu là một đoạn cây gậy bằng gỗ tròn, đường kính từ 3-5cm, dài từ 80-100cm, được bào nhẵn thín, không có vết xước gỗ và đầu tròn.

– Chơi trên đất bằng phẳng hoặc trên sân gạch. Nếu rộng thì chơi được nhiều đôi, nhiều cặp một lúc. Người xem và cổ động đứng vòng quanh xa 3-5m.

– Người chơi theo từng cặp đứng vào trong vòng tròn (vẽ giới hạn bằng vôi, gạch...) đường kính khoảng 1,5m. Mỗi người nắm chặt một đầu gậy, hai bàn tay (cùng tay phải hoặc cùng tay trái tuỳ theo từng đôi quy định) sát nhau ở quãng giữa gậy. Không nên cho mỗi người cầm một phía, đầu gậy đặt trong lòng bàn tay vì dễ gây thương tích khi thi đấu. Cách đứng tuỳ ý.

– Khi có hiệu lệnh bắt đầu, mỗi người gắng sức nắm chặt gậy, đẩy về phía đối phương, làm thế nào cho đối phương bị lùi ngã hoặc mất thế đứng vững, chân giẫm vào vạch hoặc bật ra ngoài vòng hoặc đẩy cho đầu gậy kia cũng vượt ra khỏi đường vòng giới hạn là thắng.

5. Luật chơi:

– Chỉ được đẩy gậy bằng tay nắm ở gậy. Không được dùng đầu, vai, lưng, đùi... đẩy đối phương hoặc lấy gậy đâm vào người đối phương. Nếu không sẽ phạt theo các mức nhắc nhở, cảnh cáo, trừ điểm, bị loại ngay.

– Có thể quy định thời gian 5-7 phút một hiệp. Nếu chơi nhiều người đồng hạng để chọn vô địch, trận chung kết có thể không quy định thời gian, cứ đấu cho đến lúc một người bị thua mới thôi.

– Có thể quy định thi đấu từ lượt tay phải, trái (trước, sau) để rèn sức cơ bắp tương đối toàn diện và công bằng cho các bên có tay thuận khác nhau.

63. CHỌI GÀ (Ấn Độ)

Trò chơi của các em trên 8 tuổi. Hai đội chơi, mỗi đội từ 4 em trở lên, có một trọng tài. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

Một em cố đẩy đối thủ ra khỏi vòng

2. Cách chơi:

Vẽ một vòng tròn trên mặt đất có đường kính chừng 2-3m. Các em chia đội và chọn đội trưởng. Hai đội trưởng cho mỗi em một số và định giới hạn thời gian cho mỗi ván chơi. Trọng tài sẽ gọi số, hai em mang số đó nhảy lò cò vào vòng chơi. Hai em cố đẩy nhau ra khỏi vòng bằng cách dùng vai (vai trái hoặc vai phải).

Em nào dùng vai phải thì nhảy bằng chân phải, tay phải ngoặt về phía sau lưng, tay trái nắm lấy cổ chân trái.

Em nào dùng vai trái thì nhảy bằng chân trái, tay trái ngoặt về phía sau lưng, tay phải nắm lấy cổ chân phải.

Em nào đẩy được đối thủ ra khỏi vòng sẽ thắng ván đó và được một điểm.

Trong thời gian giới hạn của ván chơi, nếu không có ai đẩy được đối thủ ra khỏi vòng thì ván đó không có điểm, cả hai em đều phải về chỗ. Trọng tài gọi số khác và ván mới bắt đầu.

Đội nào nhiều điểm hơn, đội đó thắng.

64. BẮN NỎ

1. Tên trò chơi: Bắn nỏ hay bắn cung

2. Đối tượng chơi: Học sinh cấp 2, cấp 3 và cuối cấp 1 (chủ yếu là ở miền núi)

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

- Kỹ năng ngắm bắn chính xác vào vật cố định
- Sức mạnh và sự khéo léo.
- Lòng kiên trì, bình tĩnh, tính chủ động

4. Cách chơi:

- Làm đồ chơi: chọn một đoạn tre hoặc gỗ có thể uốn cong và bật tốt, kích thước như thước kẻ học sinh (thân to nhưng hai đầu bé dần để dễ uốn cong). Buộc một dây chun vào hai đầu. Vót những thanh tre nhỏ như que tính, nhọn một đầu để làm tên. Nếu là nỏ thì dù đơn giản cũng phải có báng để tên ngắm bắn và lẫy.

– Cách chơi: 2,3 bạn chơi với nhau. Mỗi người một cung và 4,5 tên. Có thể quy định đích bắn là cành cây, cái lá, bờ tường hoặc vẽ một vòng tròn trên tường... Từng bạn vào vị trí đứng. Đặt tên lên trên cánh cung, đầu nhọn hướng về mục tiêu, đặt đầu bằng vào dây chun (ở giữa dây chun); kéo căng tên và dây chun về phía sau, ngắm cho trúng mục tiêu rồi thả nhanh tay kéo chun cho mũi tên lao về mục tiêu. Ai bắn trúng vào mục tiêu (hoặc gần sát hồng tâm hơn) là thắng. Bạn thua phải cõng bạn thắng một đoạn. Trò chơi lại tiếp tục.

5. Luật chơi:

– Tự quy định về kích thước bắn và mục tiêu cho phù hợp.

– Bạn nào dùng cung tên của bạn ấy để bắn.

– Mỗi người bắn một lần hoặc mấy lần theo quy định thống nhất. Ai trúng nhiều hoặc gần hồng tâm hơn là thắng.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Chọn chỗ chơi phải đảm bảo an toàn tốt như có tường chắn và không có người hay qua lại lúc bắn. Mũi tên không được quá nhọn, dễ xảy ra nguy hiểm. Trong tình hình hiện nay, chỉ chơi nơi nào đảm bảo được an toàn, lành mạnh thì hãy cho chơi. Còn không thì cấm.

– Trò chơi này rất ít phổ biến ở miền xuôi đối với trẻ em. Ở miền núi chủ yếu là học sinh nhỡ và lớn trong những ngày lễ hội.

– Hiện nay bắn nỏ đã trở thành môn thể thao dân tộc, đã tổ chức thi đấu cấp tỉnh ở nhiều tỉnh miền núi. Cấp toàn quốc đã tổ chức thi đấu một lần cho học sinh cấp 3 người dân tộc.

– Với tư cách là trò chơi dân gian như đã trình bày ở trên thì hiện nay nó ít được phổ biến. Song với tư cách là môn thể thao dân tộc thì nên phổ biến cho đối tượng từ học sinh cấp 3 trở lên với những quy định về cách thức chơi hoàn chỉnh như một môn thể thao thi đấu.

65. KÉO CƯA LỪA XẺ

1. Tên trò chơi: Kéo cưa lừa xẻ.

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, đầu cấp 1. Nam nữ có thể cùng chơi.

3. Mục đích chơi:

– Kỹ năng đọc lời ca và làm động tác đẩy kéo tay.

– "Kéo cưa" theo nhịp.

– Sức mạnh và khả năng phối hợp vận động.

– Hiểu biết về hoạt động cưa xẻ của các chú bác thợ cưa.

4. Cách chơi:

– Cả lớp cùng chơi, hai người chơi một nhóm, bốn tay đan vào nhau, bốn bàn chân dựng đứng, tì sát lòng bàn chân vào nhau (như hình vẽ).

– Hai người cùng hát bài đồng dao:

Kéo cưa lừa xẻ

Ông thợ nào khoẻ

Về ăn cơm vua

Ông thợ nào thua

Về bú tý mẹ

Vừa hát vừa đẩy và co lần lượt từng bên một (như động tác cưa gỗ). Hết bài hát thì nghỉ một chút rồi lại tiếp tục. Cứ thế cho đến khi mệt hoặc bắt đầu chán.

5. Luật chơi:

– Tay nắm nhau, chân tỳ sát vào nhau, không rời ra suốt cuộc chơi.

– Có thể đẩy và co theo nhịp, từng tay một. Cũng có thể đẩy và co hai tay một lúc.

– Động tác kéo và đẩy phải rõ, mạnh và theo nhịp của bài ca.

6. Một số gợi ý cải tiến:

– Có thể quy định 3 tư thế cho một lần chơi: lúc đầu là ngồi duỗi chân, sau đó cùng quỳ gối để chơi, sau cùng là đứng (chân trước chân sau) để chơi.

– Có thể quy định số lần kéo trong một thời gian nhất định để tăng tốc độ kéo và đẩy khi chơi.

66. KÉO CO

1. Tên trò chơi: Kéo co

2. Đối tượng chơi: Học sinh mẫu giáo, cấp 1,2,3... có khi cả người lớn. Ở các lớp dưới, nam nữ thường cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục.

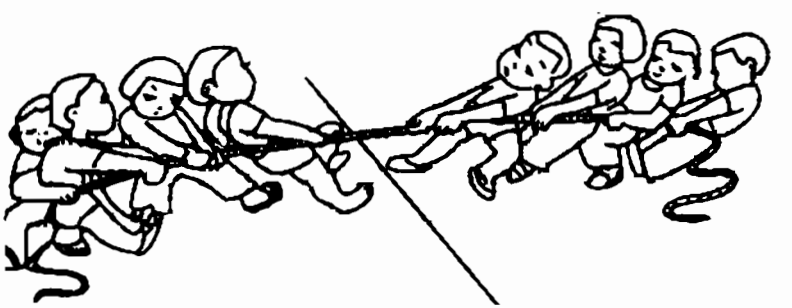
– Sức mạnh và khả năng phối hợp động tác dùng sức để kéo tập thể.

– Tinh thần tập thể, kiên trì, tôn trọng kỷ luật chơi.

4. Cách chơi:

** Chuẩn bị:*

– Một khoảng đất trống, rộng, sạch sẽ và thoáng mát. Một đoạn dây dài (tuỳ theo số lượng người chơi) mềm và to. Mỗi bên có một lá cờ nhỏ để chỉ huy.



– Giữa sân chơi kẻ một đường ranh giới phân đôi sân chơi, hoặc cắm một lá cờ có mầu sắc hoặc buộc một miếng vải đỏ ở giữa dây để làm mốc (điểm chuẩn để phân xử thắng, thua hai bên).

** Bắt đầu chơi:*

– Người hướng dẫn chia số người chơi thành hai đội đều nhau (cả về số lượng và sức lực). Số người chơi không hạn chế ít nhất khoảng 5-6 người một bên. Khi thi đấu chính thức là tuỳ từng đội mà bố trí theo số lượng mà luật chơi quy định.

– Hai đội đứng hai bên vạch ranh giới, theo hàng dọc. Từng đội bố trí người đứng so le nhau (người bên này dây, người bên kia dây); hai tay nắm chặt dây; chân trước; chân sau ở tư thế vững chãi nhất. Thông thường nên xếp người khoẻ nhất ở đầu hàng (cầm càng).

– Người chỉ huy đứng trên vạch, tay cầm cờ giơ lên cao và hô; chuẩn bị 1,2... đến 3 thì phất cờ xuống. Cuộc chơi bắt đầu.

– Người chơi từng bên cố dùng hết sức mình kéo dây về phía mình. Đội nào kéo được người đứng đầu của đội kia qua vạch giới hạn là thắng cuộc. Cuộc chơi bắt đầu lại. Cứ thế đến khi mệt và bắt đầu chán thì nghỉ.

Thường để kéo ba keo như vậy cho một lần chơi.

5. Luật chơi:

– Phân chia người chơi cho hai bên phải đều nhau về số lượng và sức lực, tuy nhiên có trường hợp "chấp" thì số lượng mỗi bên có thể khác, nhưng phải tính cho sát và không áp đặt.

– Người đứng đầu hàng của đội nào bị đội kia kéo qua vạch giới hạn thì cả đội đó bị thua một lần. Tuỳ theo sức và rèn luyện tính kiên trì và phân thắng bại rõ rệt, cũng có thể vẽ hai vạch giới hạn này ở hai bên, cách đều vạch giữa khoảng 2-3 mét. Người đứng đầu từng bên phải bị kéo qua vạch đó (tính bằng chân) thì mới coi là bị thua.

– Đội nào kéo trước khi trưởng trò phất cờ bị phạm qui, phải chơi lại. Nếu bên nào phạm qui hai lần thì bị xử phạt thua keo đó.

*** Một số biến dạng của trò chơi này:**

– Nếu số người chơi ít và khoẻ thì có khi không dùng dây mà người nọ ôm vào lưng người kia để kéo. Hai người đầu hàng cùng nắm vào một chiếc khăn, một đoạn dây nhỏ... hoặc đan tay cho chắc vào nhau để kéo. Cũng có lúc chỉ có từng đôi kéo co với nhau.

– Có thể vừa kéo vừa "hò dô" cho vui vẻ và góp phần tăng thêm sức sức.

6. Một số điều cần cải tiến:

– Với trẻ mẫu giáo, khi bắt đầu chơi, có thể cho các cháu hát một đoạn bài đồng dao:

"Dô ta, dô tà
Dô ta, dô tà
Ta dô ta là dố ta".

Câu cuối cùng là hiệu lệnh cho cuộc chơi bắt đầu.

– Người điều khiển chơi (trưởng trò) cần quan sát kỹ số người chơi ở hai đội, không để người xem kéo thêm cho một đội nào đó.

– Phải chọn và kiểm tra kỹ dây chơi, tránh để bị đứt hoặc xước tay khi chơi.

– Cần quy định rõ về luật. Thí dụ chơi 3 hay 5 ván, đội nào thắng hai hoặc ba ván trước là thắng cả cuộc.

– Cố chọn chỗ đất bằng phẳng, không đi dép hoặc giầy cứng khi chơi.

– Không nên cho chơi trò chơi này ngay mà nên có khởi động chút ít trước, nhất là các khớp.

67. NGƯỜI BÁN KHOAI LANG (In-Đô-Nê-Xi-A)

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Chừng 9 em chơi, thường là em gái. Chơi trong nhà hoặc ngoài sân. Không cần dụng cụ

1. Chủ định chơi:

Người mua đào được những củ khoai lang mình mua.

2. Cách chơi:

Một em được chọn làm người bán khoai lang và một em là người mua. Những em khác làm "khoai" và ngồi thành một hàng.

Em thứ nhất trong hàng để tay vòng qua một thân cây, một cột cửa ra vào, một cột giàn leo hay một cột tương tự. Các em khác trong hàng đặt tay vòng qua thắt lưng của em ngồi phía trước.

Sau đó người bán đứng bên cạnh những củ khoai. Người mua đến bên người bán và họ nói chuyện

- Người mua: Có ai trong nhà không?
- Người bán: Ai gọi cửa đấy?
- Người mua: Tôi đây.
- Người bán: Kìa Bác. Bác cần gì?
- Người mua: Tôi cần mua một ít khoai
- Người bán: Được. Nhưng khoai mới chỉ có một lá thôi.

Nghe trả lời như vậy, người mua bèn bỏ đi. Sau một vài phút, người mua quay lại và hỏi. Người bán trả lời: "Được. Nhưng khoai mới chỉ có hai lá thôi". Trò chơi tiếp tục lặp lại và cứ mỗi lần trả lời, người bán lại thêm một lá nữa. Khi số lá bằng số người đóng làm khoai (thí dụ "Khoai mới chỉ có bảy lá thôi" tức là ứng với bảy người trong hàng) người mua nói: "Tôi mua".

Sau đó người mua đi nhổ khoai. "Nhổ khoai" tức là cố gắng làm cho một em ngồi trong hàng phải đứng dậy, phải "nhổ" lần lượt từ phía cuối hàng trở lên. Người mua có thể cù người chơi làm họ phải bật dậy. Khi bị kéo, em làm "khoai" níu lấy người ở gần nhất. Người mua dần dần kéo từng em một, kể cả em đầu tiên (em đang ôm cái cột hoặc thân cây...) và thế là trò chơi kết thúc.

Trò chơi cốt để vui cười. Không ai thắng ai thua.

68. BÁC XÂU CHUỖI

Trò chơi của các em trên 5 tuổi. Từ 4 đến 10 em chơi. Chơi trong nhà hoặc ngoài trời. Không cần dụng cụ.

1. Chủ định chơi:

Tạo ra một xâu chuỗi rồi sau đó phá vỡ nó.

2. Cách chơi:

Các em chọn một em làm bác xâu chuỗi và một em làm đội trưởng, tất cả nắm tay nhau tạo thành một dây, bác xâu chuỗi đứng một đầu và đội trưởng đứng một đầu.

Sau đó đội trưởng bắt đầu nói chuyện với bác xâu chuỗi.

- Đội trưởng: Này bác xâu chuỗi ơi?
- Bác xâu chuỗi: Có đây.
- Đội trưởng: Bác có làm chuỗi hạt không?
- Bác xâu chuỗi: Có
- Đội trưởng: Bố đã về rồi đấy.
- Bác xâu chuỗi: Bố mang gì về?
- Đội trưởng: Đậu và nho khô
- Bác xâu chuỗi: Được. Ăn trước, đến sau.
- Đội trưởng: Đến bằng cách nào?

– Bác xâu chuỗi: Giống như gà con

Các em giả vờ ăn, sau đó đội trưởng dẫn đầu, tất cả vừa làm tiếng gà con kêu vừa chui qua vòng cung do bác xâu chuỗi và các em đứng cạnh bác làm thành, rồi quay về chỗ.

Kết quả việc đó là em đứng gần bác xâu chuỗi lúc này hai cánh tay bắt chéo, quay về phía ngược lại với mọi người. Sau đó đội trưởng lại nói chuyện như lúc nãy với bác xâu chuỗi. Nhưng khi trả lời câu hỏi: "Đến như thế nào?" bác sẽ nói khác, ví dụ: "Giống như vịt". Các em liền giả vờ ăn. Sau đó, đội trưởng dẫn đầu, tất cả làm tiếng vịt kêu chui qua vòng cung do em đứng ngược lại với mọi người và em đứng bên cạnh làm thành.

Kết quả của việc đó là hai em lúc này cánh tay bắt chéo quay về phía ngược lại với mọi người. Trò chơi tiếp tục và bác xâu chuỗi lại nêu một con vật khác hoặc một con chim khác. Đến khi tất cả đều quay ngược lại với đội trưởng và bác xâu chuỗi thì các em dừng lại.

Đội trưởng nói chuyện với bác xâu chuỗi.

– Đội trưởng: Bác xâu chuỗi ơi!

– Bác xâu chuỗi: Có đây.

– Đội trưởng: Bác đã làm xong chưa?

– Bác xâu chuỗi: Rồi

– Đội trưởng: Được, để cháu kéo chuỗi dây xem có đứt không?

Đội trưởng và bác xâu chuỗi mỗi em nắm một đầu chuỗi và tất cả đều kéo. Cuối cùng chuỗi đứt.

Các em lúc đó bị tách thành hai nhóm. Một nhóm nắm lấy tay bác xâu chuỗi, một nhóm nắm lấy tay đội trưởng. Nhóm nào có số người đông hơn tức là nhóm ấy khoẻ hơn, là nhóm thắng. Hai em nào làm đứt dây chuỗi sẽ bị phạt. Các em kia cầm tay và chân của hai em bị phạt, nện mông xuống đất hoặc vào tường hoặc cả hai.

69. VẬT VOI

1. Tên trò chơi: Vật voi

2. Đối tượng chơi: Thanh thiếu niên nam; chơi từ 6 đến 18 người.

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh co kéo, đẩy, sự phối hợp tập thể và lòng dũng cảm.

4. Cách chơi:

Người chơi chia thành hai bên, mỗi bên có nhiều cỗ voi. Mỗi cỗ (thớt) voi có ba người: Hai người làm voi, một người cưỡi voi. Hai người làm voi đứng đối mặt nhau, tay người nọ nắm vai người kia, còn tay trái khuỳnh ra và nắm lấy tay phải của mình, thường là gần bắp tay, tạo thành một ghế ngồi vững chãi trên các cánh tay. Người cưỡi voi sẽ cưỡi lên đó và "ra trận".

Lần lượt mỗi người được cưỡi voi một trận

Hai bên sắp xếp sẵn sàng xong, theo hiệu lệnh điều khiển, các voi tiến lại gần nhau, người cưỡi voi tìm cách bám bíu lấy đối phương kéo, vật... làm cho đối phương bị tụt đổ xuống rời khỏi voi của mình

5. Luật chơi:

– Chỉ có người cưỡi voi được co kéo, vật nhau.

– Không được túm tóc, áo quần, đánh đấm nhau khi co kéo.

– Ai bị bung khỏi chỗ ngồi trên voi mình, tuột chân xuống đất là thua.

– Cỗ voi nào thắng đối phương rồi thì được đi giúp các cỗ voi bạn "chiến đấu tiếp" để giành thắng lợi hoàn toàn.

Cũng có thể chơi một chọi một rồi tính điểm, bên nào có nhiều đôi voi thắng là được.

6. Chú ý.

– Nên chọn những người chơi có sức mạnh tương đương. Người yếu không nên chơi, dễ bị chấn thương.

– Chơi trên vùng đất mềm, bờ biển hoặc bãi cỏ chỗ bờ nước nông, phẳng.

– Đối phương đã thua (tuột khỏi cỗ voi) thì thôi. Không được đè, dẫm lên bạn.

70. ĐUA BÒ

1. Tên trò chơi: Đua bò (thường tổ chức trước khi vào hội cấy cày trong lễ hội Dolta trong của đồng bào Khơ-Me miền Nam).

2. Đối tượng chơi: Thanh niên (nam) là chính

3. Mục đích chơi: Rèn luyện sức mạnh, sức nhanh và khéo léo trong lao động (bừa ruộng), bồi dưỡng tình đoàn kết cộng đồng, yêu lao động, tính kiên trì.

4. Cách chơi:

Sân chơi là một thửa ruộng hình chữ nhật, chiều ngang độ 100m, chiều dài độ 200m (khoảng 6 mẫu bắc bộ), phải đắp bờ giữ nước thật tốt. Trước khi đua, phải tát nước vào ruộng cho nước sâm sấp mặt đất.

Người chơi tự chuẩn bị lấy bừa, đóng một đôi bò vào bừa theo như cách chuẩn bị đi bừa ruộng ở đây (người có thể đứng trên bàn bừa).

Trước khi vào cuộc đua chính thức, người chơi phải điều khiển đôi bò của mình kéo bừa một lượt quanh ruộng thi để vừa trình làng, vừa làm quen, khởi động.

Vào cuộc đua chính thức, từng đôi bò một đấu loại trực tiếp, sau sẽ lần lượt đến chung kết.

Việc sắp xếp từng đôi đấu loại theo cách bắt thăm.

Trước mỗi lượt đấu lại bắt thăm xem đội nào đi trước, đứng cách đội đi sau độ 2m, tính từ chỗ người điều khiển bừa trước đến khoảng đầu (mũi) bò của đôi sau. Cũng có thể thoả thuận theo kiểu thách đấu: tôi chạy trước, anh đuổi theo hay ngược lại.

Sau khi hai đôi bò đứng vào vị trí quy định, trọng tài ra lệnh xuất phát (phất cờ).

Quy cách chơi là:

– Nếu người điều khiển đôi bò sao cho bò của mình đuổi kịp đôi chạy trước và giẫm vào bừa của đôi bò trước là thắng.

– Nếu người điều khiển đôi bò sau suốt cuộc đua (đường chạy khoảng 150m) vẫn không đuổi kịp đôi bò trước, không cho bò của mình giẫm vào bừa của đôi bò trước được thì bị thua.

Khác với hội chọi trâu ở Đồ Sơn, đôi bò nào thắng cuộc sẽ được thưởng to và không bị giết thịt làm Lễ Tế Thần, mà được gia đình và dân làng giữ lại chăm sóc cẩn thận để năm sau lại thi vô địch.

Cũng có khi đôi bò vô địch được đem bán đấu giá tại chỗ theo giá cao với ý nghĩa hâm mộ sức mạnh làm lao động giỏi, kích thích ý chí chăn nuôi tốt các động vật có sức kéo và người lao động nông nghiệp giỏi (cầy bừa giỏi).

Đây thực là một trò chơi có ý nghĩa thể thao và lao động tốt.

71. ĐÁNH ĐU

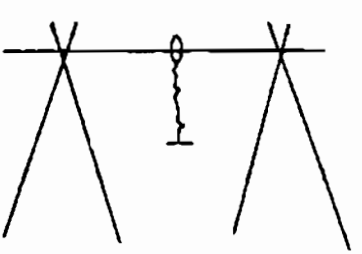
1. Tên trò chơi: Đánh đu

2. Đối tượng chơi: Nhi đồng và thanh thiếu niên nam nữ, chơi được nhiều người.

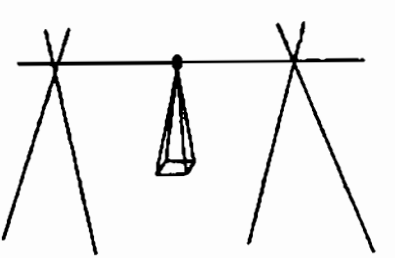
3. Mục đích chơi: Rèn khoẻ tay chân, khả năng phối hợp vận động (nhún toàn thân) và lòng dũng cảm.

4. Cách chơi:

Có thể lợi dụng một rễ phụ của cây si hoặc cành đa nào đó nếu có thuận tiện (chú ý độ bền của nó) như một dây thừng đu. Hoặc có một cành cây nào vươn ngang ra, to chắc thì có thể buộc một dây lớn thõng xuống đất để bám vào đó mà đu (trên nền đất mềm không có gai, mảnh sành, đá....)



Hình 1



Hình 2

Nếu không phải trồng cột đu chôn xuống đất cho chắc (hình 1)

Cuối dây đu có buộc ngang một thanh gỗ ngắn làm chỗ đứng chân, cách mặt đất độ 20-30cm.

Có thể làm chỗ đứng đu là một tấm ván nhỏ hình chữ nhật, bốn góc có bốn dây nhỏ mà chắc treo lên một xà ngang (hình 2). Như thế có thể hai người đu một lần (tuỳ trọng lượng thân thể tổng cộng và sức bền của dây đu).

Vào ngày hội, ở làng quê ta, có nơi làm đu bằng những cây tre đực bền, có thể hai thanh niên nam nữ cùng đu cao một lúc được. Quần áo càng sặc sỡ thì cảnh đu càng ngoạn mục.

Khi khởi động ban đầu, có thể nắm dây chạy tới chạy lui vài bước rồi nhảy lên nhún người cho đu bay dần cao hơn. Cũng có thể đứng trên dây, thò một chân xuống mặt đấy lấy đà đẩy cho dây bước đầu đung đưa. Khi cần, có người ở dưới chạy đẩy giúp.

Khi đu đã bay cao thì càng dễ nhún cho đu lăng mạnh hơn, nhưng phải vừa sức.

5. Luật chơi:

– Ai đánh đu được cao nhất (ngang độ cao của xà chẳng hạn) là thắng. Có thể tính nhiều lần đu cao để cộng thêm điểm.

– Từng người hoặc từng đôi tự lấy đà, đu lấy, không được nhờ người ngoài đẩy lấy đà ban đầu hoặc hãm lại sau này.

– Trong khi đang có người đu, mọi người xem không được đứng vướng đường đu hoặc động vào làm lệch đu, gây nguy hiểm cho cả người đu lẫn người xem.

– Theo sức chịu đựng, mỗi đu chỉ được phép chở một hay hai người. Tuyệt đối không để tranh nhau lên nhiều làm đứt đu, nguy hiểm.

6. Đề nghị

Trừ những đu nhỏ, thấp trong gia đình, làm tạm thời, còn ngày nay, nói chung nên làm khung và bàn bằng sắt và gỗ tốt. Dưới đu phải có đất cát mềm, xốp.

72. LỘN CẦU VỒNG

1. Tên trò chơi: Lộn cầu vồng

2. Đối tượng chơi: Chủ yếu học sinh mẫu giáo, nam nữ cùng chơi.

3. Mục đích chơi: Góp phần giáo dục:

– Kỹ năng hát theo nhịp, tay vung vẩy

– Kỹ năng quay đầu qua hai tay nắm ở trên cao.

– Sức nhanh, khéo léo, mềm dẻo và khả năng phối hợp động tác theo nhịp điệu bài hát.

– Tình bạn bè thân thiết, sự đoàn kết.

4. Cách chơi:

– Một khoảng đất trống, rộng rãi, sạch sẽ.

- Hai người chơi với nhau, cả lớp cùng chơi.

- Hai bạn đứng đối diện, nắm tay nhau. Cặp nọ cách cặp kia một dang tay. Cả lớp đứng thành vòng tròn.

- Cô giáo bắt nhịp, cả lớp hát đồng ca.

Lộn cầu vồng
Nước trong nước chảy.
Có cô mười bảy
Có chị mười ba
Hai chị em ta
Ra lộn cầu vồng.

- Các em vừa hát, vừa tung vẩy hai tay nắm lấy nhau, vừa nhún nhảy nhịp nhàng, vừa di chuyển theo vòng tròn (theo nhịp của bài ca).

- Hát đến câu "Ra lộn cầu vồng" thì hai bạn cùng giơ cao một bàn tay lên trên đầu, quay đầu qua tay, quay lưng vào nhau và lại cùng giơ cao tay bên kia lên đầu, lại quay đầu qua tay, trở về vị trí cũ (quay mặt vào nhau).

Trò chơi lại trở lại từ đầu. Đến khi mệt hoặc bắt đầu chán thì thôi.

5. Luật chơi:

- Từng cặp một vừa hát, vừa vung vẩy tay, nhún chân như múa hát tập thể. Cả lớp cùng làm và cùng di chuyển theo vòng tròn.

– Khi đến câu cuối cùng mới được làm động tác quay đầu qua tay. Phải quay hai lần để trở về vị trí cũ.

– Không được rời tay khi quay đầu.

6. Một số đề nghị cải tiến:

– Nên vẽ vòng tròn bằng vôi hoặc phấn trên sân để trẻ dễ di chuyển.

– Có thể đứng theo hàng dọc, cao trên thấp dưới, rồi cho điểm số 1,2 (1,2...) để chọn hai người số 1, hai người số 2 vào chơi với nhau, để đảm bảo đồng đều về chiều cao.

MỤC LỤC

1. Chồng đống chồng đe	7
2. Bà lão, bà lão (Paki - Xtan)	9
3. Chìm nổi	11
4. Chơi Ủ	13
5. Ka - ba - đi (Ấn-Độ)	16
6. Bỏ khăn	17
7. Giấu vật (Nê-Pan)	20
8. Bịt mắt bắt dê	21
8B. Bịt mắt bắt dê	23
9. Người mù và bầy ruồi (Băng-La-Đét)	25
10. Rồng rắn	26
11. Cái lược (In-Đô-Nê-Xi-A)	30
12. Chó sói và bầy cừu (I-ran)	31
13. Cướp cờ	32
14. Những quả trứng quạ (Thái Lan)	35
15. Con chó và khúc xương (Ấn Độ)	37
16. Thả đỉa ba ba	38
16B. Qua đò, qua sông	41

17. Thần cây đa (Miến Điện) 42
18. Người què đuổi bắt (Ấn Độ) 45
19. Ông giẳng ông giăng (Phi-Lip-Pin) 46
20. Qua sân (In-Đô-Nê-Xi-A) 47
21. Canh gác 49
22. Qua ô (Ma-Lai-Xi-A) 51
23. Vượt chiến hào (Băng-La-Đét) 53
24. Vòng tròn go-la (Băng - La - Đét) 55
25. Sờ đầu 58
26. Đồ 60
27. Sờ sờ, mó mó 63
28. Xi ba khoai, xì bà khoài 65
29. Đáo bật 67
30. Đánh phết 69
31. Đánh chuyền 71
32. Tung bi (Triều Tiên) 74
33. Rải ranh 77
34. Đánh khăng 79
35. Đánh khăng (Pa-Ki-Xtan) 82
36. Đáo tường 85
37. Đáo lỗ 87

38. Ma-nu-han (Phi-Lip-Pin) 89
39. Ném đá (Triều Tiên) 90
40. Tung còn 96
41. Ném thia lia 98
42. Thả lỗ 99
43. Ném cổ vịt 101
44. Ngựa con và người cưỡi ngựa (Xanh-Ga-Po) 102
45. Đánh cầu 104
46. Đá cầu (Ma - Lai- Xi - A) 106
47. Đáo đĩa 109
48. Ném loong 110
49. Người tù giữ hộp (Phi -Lip-Pin) 113
50. Bảy ngôi sao (Xanh-Ga-Po) 115
51. Chơi bi 117
52. Đánh quay 122
53A. Câu ếch 124
53B. Câu ếch 127
54. Trốn tìm 129
55. Giấu lửa (Xri-lan-Ca) 131
56. Leo cột mỡ 132
57. Thi leo núi 134

58. Đẩy tay 135
59. Vật ngón tay cái (Nhật Bản) 137
60. Bóp tay 139
61. Vật tay 140
62. Đẩy gậy 142
63. Chọi gà (Ấn Độ) 144
64. Bắn nỏ 145
65. Kéo cưa lừa xẻ 147
66. Kéo co 149
67. Người bán khoai lang (In-Đô-Nê-Xi-A) 153
68. Bác xâu chuỗi 155
69. Vật voi 157
70. Đua bò 159
71. Đánh đu 161
72. Lộn cầu vồng 163

72 TRÒ CHƠI VẬN ĐỘNG DÂN GIAN
(VIỆT NAM VÀ CHÂU Á)
Tập 1

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO
7 Trịnh Hoài Đức - Hà Nội - ĐT: 04.8456155
Chi nhánh: 48 Nguyễn Đình Chiểu- Quận I
TP. Hồ Chí Minh – ĐT: 08.8298378

Chịu trách nhiệm xuất bản
ĐỖ NGỌC MẠCH

Biên tập:	**NAM DƯƠNG**
Trình bày:	**KIM CHI**
Vẽ Bìa:	**ĐỨC TÀI**

Số đăng ký KHXB: 13-2006/CXB/186-354/TDTT
In 1000 cuốn khổ 14,5 x 20,5 cm tại Công ty in Hữu Nghị
In xong và nộp lưu chiểu Quý II năm 2006

72 Trò chơi vận động dân gian

72 trò chơi vận động dân gian T.1
10C8090000002
19,000

Giá: 19.000 đ