

**Овчинников Юрий Дмитриевич**  
канд. техн. наук, доцент, преподаватель  
ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный  
университет физической культуры,  
спорта и туризма»  
г. Краснодар, Краснодарский край

## **ИГРЫ СОВЕТСКОГО ВРЕМЕНИ. КАК ИГРАТЬ В «МУХУ»?**

*Аннотация: при изучении курса «Биомеханика двигательной деятельности», исследователем предлагается интересное научно-методическое направление «Биомеханика движений в игре». Автор отмечает необычность игр советского периода. В работе представлена малоизвестная подвижная игра – игра в «Муху».*

*Ключевые слова: игры, биомеханика движений детей, биомеханические качества, студенты.*

Более трех десятилетий преподаю предмет «Биомеханика двигательной деятельности», где изучаем различные виды движений [5]. Биомеханика движений важна для детей любых возрастов, так как она формирует двигательные навыки и двигательные возможности на последующие годы. Анализируя подвижные игры наших дней, убеждаешься в том, что движения повторяются и характеризуются отсутствием смысла. Биомеханические движения являются не просто движением, они выполняются с определенным смыслом. Игры советского периода отличались не только смысловым содержанием, но простым инвентарем, который придумывали и изготавливали сами дети-игроки. Игра в «Муху», забытая игра моего голодного послевоенного детства, когда не развивались игровые спорта как сейчас, в силу разрухи и бедности.

Игра отличаются простотой и доступностью в выполнении двигательных действий. Более того проанализировав игру в «Муху» увидели со студентами все биомеханические качества [5]. А именно: быстрота, меткость, ловкость, выно-

ливость [6]. Наличием биомеханических качеств не могут похвастаться современные игры. Муха – это летящая деревяшка, ее изготавливали сами. Важно было стать обладателем «Мухи».

Для игры в «Муху» необходим простой игровой инвентарь:

1. Упругая деревянная палка высотой (0.80–м.)
2. Собственно сама «Муха» (изготавливается из отрезка круглой деревянной палки длиной 50–80 мм, диаметр 40–50 мм). Кусок деревяшки срезается наполовину по длине и на 30–50% по диаметру.
3. Деревянная палка для каждого из игроков произвольной длины и диаметра.

*Играть может любое количество игроков.*

*Площадка для игры.* Выбирается площадка для игры произвольной конфигурации без специального покрытия, даже не ровной поверхностью.

*Проведение разделительной линии на площадке.*

На площадке проводится разделительная линия (мелом, веревкой), отделяющая место нахождения игроков и место туда, куда летит «Муха». В разграничительную линию вбивается упругая деревянная палка (см. пункт 1 (игровой инвентарь) на глубину 10–15 см. Верхний конец палки срезается со стороны зоны полета «Мухи» в соответствии с размерами муки.

В зоне нахождения игроков отмечается место для броска на расстоянии 3–5 м от вбитой палки перпендикулярно линии раздела зон игровой площадки.

*Правила игры.*

Выбирается игрок, отвечающий за «Муху» (владелец «Мухы»), методом жребия или с помощью считалочки. Игроки находятся сзади места для броска палки и по очереди готовятся к броску собственными палками. Владелец «Мухи» устанавливает «Муху» на ее место на упругой палке и находится на разграничительной линии в безопасном месте от палки. Играющий человек бросает свою палку стараясь попасть в упругую забитую в землю палку, стараясь попасть ближе к основанию. Так как в зависимости от места попадания брошенной палки и силы удара зависит дальность полета «Мухи». В случае если «Муха» остается

на месте, а палка игрока улетела в зону поля «Мухи» игрок остается на месте и ожидает полета «Мухи» вследствие броска следующего игрока. При попадании палки игрока в упругую палку, «Муха» от удара улетает в свою зону на различные расстояния. Владелец «Мухи» устремляется за «Мухой», а игрок сбивший «Муху» бежит за своей палкой.

*Игроки, не попавшие по «Мухе» также бегут за своими палками.*

Владелец «Мухи» поймав «Муху» старается коснуться рукой одного из игроков, которому передает право владения «Мухой», а сам становится игроком, имеющим право на внеочередной бросок палки.

Игроки, не успевшие забрать свои палки из зоны «Мухи», остаются у разделятельной линии в безопасной зоне до следующего полета «Мухи», который даст возможность забрать свою палку и займет место игрока.

*Длительность игры.* Игра может продолжать неограниченное время в зависимости от настроения и физического состояния игроков. Во время игры игроки и владелец «Мухи» имеют право на шутки, замечания и остроты на собственные действия и своих соперников. В этой игре можно проследить двигательную деятельность ребенка [3; 4]. Игра ушедшей эпохи, в которой были и другие интересные подвижные игры [1; 2; 7].

*Биомеханические качества, развивающиеся в игре.*

Данная игра в «Муху» способствует развитию оценивать расстояние в пространстве, свои двигательные возможности и возможности игроков. Развивает способность попадания в определенную точку пространства, осваивает биомеханику броска, скорость двигательной реакции, стартовый разгон, быстроту остановки и возвратные движения, способности изменять траектории движения в зависимости от догоняющего соперника, а также силу броска.

*Заключение.*

Данной игра не требует физической подготовки игроков, но развивает необходимые физические качества быстроты, ловкости, глазомер. Ребенок все атрибуты игры изготавливает самостоятельно из спортивных средств. Игра развивает командный дух, объединяя детей разных возрастов. По длительности проведения

игры ограничений не существует: надоело играть или наступила усталость мышц, перемена игры на более спокойную деятельность. Таким образом игра – это перемена деятельности ребенка.

### ***Список литературы***

1. Кенеман А.В. Название: Детские подвижные игры народов СССР. – М.: Просвещение, 1989.
2. Коротков И.М. Название: Подвижные игры во дворе. Новое в жизни, науке, технике. Серия «Физкультура и спорт». – М.: Знание, 1987.
3. Овчинников Ю.Д. Биомеханика движений в игре для детей дошкольного возраста // Научная дискуссия: вопросы педагогики и психологии: Сборник статей по материалам XXI международной заочной научно-практической конференции. – М.: Международный центр науки и образования. – 2013. – №12 (21). – С. 99–102.
4. Овчинников Ю.Д Биомеханика движений. Развитие в игре двигательных возможностей детей // Дошкольное воспитание: научно-методический журнал. – 2014. – №4. – С.49–53.
5. Овчинников Ю.Д. Биомеханика двигательной деятельности [Текст]: Учебное пособие / Ю.Д. Овчинников. – Краснодар: КГУФКСТ, 2014. – 265 с.
6. Ovchinnikov Yu.D., Lyzar O.G. Games of the soviet period in the biomechanical movements of children // Eastern European Scientific Journal. – 2014. – №4. – С. 97–101.
7. Фатеева Л. Подвижные игры, эстафеты и аттракционы. – Ярославль: Академия развития, 2007.