

- |  |  |
|--|--|
| (4) Gậy lên ngón tay trở<br>3 bước                     | - Tiến lên ba bước quay một vòng tròn, lùi |
| (5) Gậy lên ngón tay trở                               | - Hàng ngang về đích xa 25 mét.            |
| (6) Gậy lên ngón trở, biểu diễn sân khấu               | - Hàng ngang đi một vòng sân khấu          |
| (7) Gậy lên ngón trở - nt -<br>vào sân khấu rồi đi ra. | - Hàng ngang 4,5 người cùng đi ra vòng     |

### C. XẾP HÀNG HAI ĐỂ DỰ TRÒ CHƠI GẬY T - K - H - M - TP - NT

- (1) Đứng tại chỗ . . . tự chuyển gậy bằng tay từ tay phải sang trái và trái lại 5 lần để thấy hai tay khác nhau. Đếm từ 1 đến 10.
- (2) Để gậy đứng . . . đổi chỗ với khoảng cách 1 mét rồi 1m 20, rồi 1m 50.
- (3) Đứng tại chỗ . . . chuyển gậy cho người đối diện bằng tay không thuận.
- (4) Đứng tại chỗ . . . chuyển gậy cho người đối diện bằng tay thuận nhất.

Lời dẫn người dẫn chơi:

- Tăng khoảng cách dần đến mức độ vừa đúng với sức khỏe của người tham dự.
  - Tăng mức nhanh dần đến mức độ vừa đúng với sự khéo tay của người tham dự.
- Đến khi thành thạo, thuần thục, có thể biến thành một cuộc biểu diễn từ chậm đến nhanh rất đẹp mắt... khi có thêm trên gậy bốn lá cờ đội. . . và từ trong sân khấu ra với nhịp đi, cầm gậy, vác gậy vừa đi vừa hát rồi biểu diễn. Trước khi biểu diễn chỉ giới thiệu: trò chơi gậy để rèn luyện khéo léo chân tay. Người dẫn chơi ra sau cùng và đứng giữa, sát trong cùng sân khấu, cũng có một gậy nhưng thêm một cờ. Vật liệu: Gậy 1mét 50 hay 1 mét 20 hoặc to hoặc nhỏ, nhưng tốt nhất là vừa tay cầm. Có 4 cờ là đủ nhưng 8 cờ cũ và mới càng hay vì đoàn thiếu gì cờ danh dự.

### 19. ĐUA XE LA-MÃ T - K - M - NT

1. Mục đích: - luyện gút tháp chéo nhanh, đẹp.  
- thi đua thể lực, luyện bền sức.
2. Số người chơi: Mỗi xe La-mã cần ba người, hai người kéo, một người cưỡi xe, lái xe về đích. Mỗi đội có thể có hai xe tham dự; đội trưởng và đội phó lo đốc thúc và cổ vũ.
3. Vật liệu: - 3 gậy H.Đ mỗi gậy 1mét 60; 1 gậy dài 1m để làm đòn ngang kéo xe; 3 đoạn dây 2 mét và một đoạn dây 3 mét. (Nếu đua xe tứ mã thì cần thêm 2 đoạn dây dài 4 mét.)