Составитель: Абросимова Н.П. воспитатель ВКК

 **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ**

**Салки на одной ноге**

Назначается водящий - салка, все остальные свободно размещаются на площадке. Салка, прыгая на одной ноге, старается догнать и осалить игроков, а те тоже прыгая на одной ноге, увертываются. Если салка догнал и коснулся игрока, они меняются ролями. Время от времени можно менять ногу, на которой прыгаешь, но переходить на бег запрещено.

**Обгони мяч**

Играющие становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. За круг выходит водящий. Через пять-шесть человек от того места, где он находится, одному из играющих дается волейбольный мяч. После сигнала водящего стоящие в кругу начинают быстро передавать друг другу мяч по кругу, а водящий бежит в том же направлении. Он старается, обежав круг, стать на свое место раньше, чем мяч, обойдя круг, вернется в начальный круг. Если водящему удается обогнать мяч, а тот становится водящим. Мяч не разрешено перебрасывать друг другу, его можно только передавать из рук в руки

**Бездомный заяц**.

Из числа играющих выбираются «охотник» и «бездомный заяц». Остальные играющие – «зайцы» – чертят себе кружочки, и каждый встает в свой – это «дом» зайца. Бездомный заяц убегает, а охотник его догоняет. Заяц может спастись от охотника, забежав в любой кружок». тогда заяц, стоявший в кружке, должен сейчас же убежать, потому что теперь он становится бездомным, и охотник может его поймать. Как только охотник поймал (запятнал) зайца, они меняются ролями.

**Цвета**

Игроки становятся в круг. Ведущий командует: "Коснитесь жёлтого, раз, два, три!" Игроки как можно быстрее стараются взяться за вещь (предмет, часть тела)  остальных участников в круге. Кто не успел - выбывает из игры. Ведущий снова повторяет команду, но уже с новым цветом. Побеждает оставшийся последним.

**Берег и река**

На внимание. На земле чертятся 2 линии на расстоянии 1 м. Между этими линиями "река", а по краям - "берег" Все стоят на "берегах". Ведущий подает команду: "РЕКА", и все прыгают в "реку". По команде "БЕРЕГ", все выпрыгивают на "берег".

**Невод**

Двое или трое играющих берутся за руки, образуя "невод". Их задача - поймать как можно больше "плавающих рыб". Если "рыбку" поймали, то она присоединяется к водящим и становится частью "невода".

**Земля, вода, воздух, огонь.**

Для этой народной  игры понадобится мяч. Все становятся в круг, в середине - ведущий. Он бросает мяч кому-нибудь из играющих, произнося при этом одно из четырех слов: "земля", "вода", "воздух", огонь". Если ведущий сказал "земля", тот, кто поймал мяч, должен быстро назвать какое-либо домашнее или дикое животное; на слово "вода" играющий отвечает названием какой-либо рыбы; на слово "воздух" - названием птицы. При слове "огонь" все должны несколько раз быстро перевернуться кругом, взмахивая руками. Затем мяч возвращается ведущему. Те, кому не удается правильно отреагировать на слова ведущего, выходят из игры.

**Не дай водящему**.

Один из играющих - водящий - находится внутри круга, а все остальные - вне, Cтоящие вне круга перебрасывают во всех направлениях мяч, а водящий старается до него дотронуться. Бросать нужно не выше головы, можно катать мяч по полу. Если водящему удается мяча, он входит в круг, а водящим становится тот, при броске которого был осален мяч. Вариант. В игру вводят два мяча и в кругу находятся двое водящих.

**Космонавты.**

По краям площадки чертят 6-8 треугольников - "ракетодромов". Внутри каждого из них рисуют круги - "ракеты", но обязательно на несколько кругов меньше, чем играющих. Все участники встают в круг в центре площадки. По команде ведущего идут по кругу, взявшись за руки, говоря слова: "Ждут нас быстрые ракеты для прогулок по планетам. На какую захотим, на такую полетим! Но в игре один секрет: опоздавшим места нет!" После этого все бегут к "ракетодрому" и занимают места в "ракетах". Кто не успел занять место - выбывает из игры.

**Салочки.**
Выбирается водящий. Он догоняет остальных. Дотронувшись до другого ребенка, «осаливает» его, и теперь тот становится водой.

**Разрывные  цепи**

Дети делятся на две команды, состоящие из равного количества человек. Команды берутся за руки и становятся друг против друга на расстоянии 10 м. Посовещавшись, одна из команд вызывает кого-то из другой команды. Он бежит, стремясь разбить цепь противоположной команды. Если ему это удается, он забирает кого-то из тех, чьи руки расцепились, к себе в команду. Если нет, то присоединяется к другой команде. Побеждает команда, которая полностью «взяла в плен» противника.

**Дракон**
Дети берутся за руки или становятся паровозиком друг за другом (положив руки на плечи друг другу или на талию). Впереди стоящий — голова дракона. Последний в шеренге — драконов хвост. Теперь голова дракона должна поймать свой хвост, при этом сам дракон должен «не развалиться». На месте головы и хвоста должен побывать каждый. Дети могут упасть, поэтому игру нельзя проводить на твердом покрытии (особенно асфальте), лучше всего — трава или песок.

**Курица и коршун**

Выбирается водящий — это «коршун». Все остальные становятся паровозиком. Стоящий впереди — «курица», остальные — ее «цыплята». «Коршун» пытается поймать последнего «цыпленка», а «курица» и остальные «цыплята» не дают ему это сделать.

**Менялки**
Чертится круг из кругов (домиков). Число домиков — на один меньше, чем количество детей. Водящий — в центре большого круга. Все остальные сидят в домиках. По сигналу все дети должны поменяться домиками, а водящий в это время пытается успеть занять чужой дом. Оставшийся без дома — становится водящим.
Игра может проводиться и дома. Тогда домиками становятся стулья.

**Кукушка**

В линию чертятся круги-гнезда (или ставятся стулья). Число гнезд — на одно меньше количества детей. Выбирается водящий — «кукушка». По сигналу «День» все вылетают из гнезд. По сигналу «Ночь» — занимают свободные места. Тот, кому места не хватило, становится «кукушкой».

**Ловишки**
Двое берутся за руки и начинают ловить остальных, пытаясь поймать кого-то в круг (сцепив две другие руки). Все пойманные становятся между водящими и помогают им переловить остальных, образуя «змейку».
Если между дошкольниками есть разница хотя бы в год, это дает им значительное физическое преимущество. Поэтому придумывайте дополнительные правила, чтобы «уравновесить силы противников». Например, в догонялках более быстрым детям нужно догнать малышей два раза, чтобы те покинули круг. То же касается и взрослых участников игры: не стоит откровенно поддаваться ребенку (особенно, если ему уже 6 лет), лучше усложните себе задачу. Игра должна быть справедливой.

**Пятнашки**
Чертятся две линии на расстоянии б м одна от другой. Выбираются двое водящих. Дети должны перебежать от одной линии к другой, а водящие в это время их салят. Кого осалили — выходят из игры. Побеждает самый неуловимый.

**Радуга**
Чертятся две линии. Выбирается водящий — радуга. Он становится между этими линиями. Все остальные — на одной из них. Радуга отворачивается от детей и называет какой-либо цвет и поворачивается. Если такой цвет есть в одежде ребенка, то он может спокойно пройти на другую сторону. Если нет — должен пробежать так, чтобы радуга не осалила его.

**Выше ножки**

Водящий пытается осалить кого-то, но у остальных есть спасение — подняться с земли на какой-то предмет. Одно условие — спасаться на возвышенности могут только три человека. Если кто-то «поднял ножки» четвертым, он становится водящим. Если кого-то осалили, когда его ноги касались земли, он становится водящим.

**Кошки-мышки**
Выбираются две «мышки» и «кошка». Остальные становятся в круг, держась за руки. «Мышки» находятся внутри круга и могут выбегать, если кто-то из круга поднимет руки. «Кошка» также может попасть в круг. У «кошки» есть «сыр» (его могут обозначать различные игрушки, разбросанные вокруг). «Мышки» должны обмануть «кошку», вынырнув из круга и стащив у нее «кусок сыра» (за один раз можно взять одну игрушку). Игра прекращается, если «мышки» утащили весь «сыр» или «кошка» поймала обоих «мышей».

 **Перегонялки**
Перегонки — это различные эстафеты. Перед игрой должна быть обозначена дистанция: старт, финиш или место, которое нужно обежать при командном соревновании. Если детей много, они разбиваются на две команды. Если немного — устраиваются одиночные соревнования.
Задания могут быть самыми разными: от обычного бега до прыжков на одной ноге. Вот некоторые идеи по проведению эстафет:

\* бежать парами — «тянитолкаями» (один смотрит вперед, другой — назад, руки сцеплены в локтях);
\* прыгать, как кенгуру (между коленей зажимая мяч);
\* прыгая через скакалку или обруч;
\* бежать парами — сиамскими близнецами (дети обнимаются, будто у них одно тело, а правая нога одного привязана к левой ноге другого);
\* в руке держать ложку, а в ложке картошку;
\*  в руке нести пластиковый стаканчик с водой, на финише выливать воду в ведро. Побеждает команда, которая быстрее наберет воды;
\* бежать с книгой на голове, если книга упала, начинать заново со старта;
\* идти гуськом;
\* прыгать на корточках, как лягушки;
\* бег спиной назад;
\* набивать ракеткой воланчик;
\* перемещаться командой с помощью чехарды;
\* вести мяч и т. д.
Задание усложняется, когда появляется элемент из слалома: на дистанции ставятся кегли или камешки, которые предстоит обежать то с одной, то с другой стороны.

**ПРЫГ-СКОК**

Детей с 5 лет уже можно учить прыгать на скакалке. Длину скакалки определяют следующим образом.
Наступают на центр скакалки, ноги ставят на ширине плеч, натягивают ее вдоль тела. Концы скакалки должны быть на уровне пояса.
Прыгать следует невысоко, на носках, в ритме движения скакалки, легко приземляться, сгибая ноги в коленях.

**Школа скакалки**

С помощью считалки определяется, в каком порядке дети будут играть. Игрок выполняет задание первого уровня. Если он выполнил его безошибочно, то он переходит на второй уровень. Если ошибся — передает ход другому. После ошибки повторять задания из предыдущих классов не нужно: это слишком утомительно для дошкольников. Побеждает тот, кто первым пройдет все 10 уровней.
1-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку, вращая ее вперед.
2-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку на двух ногах одновременно, вращая ее вперед.
3-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку на обеих ногах одновременно, вращая ее назад.
4-й уровень  10 раз перепрыгнуть через скакалку на правой ноге, вращая ее вперед.
5-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку на левой ноге, вращая ее вперед.
6 й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку на правой ноге, вращая ее назад.
7-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку на левой ноге, вращая ее вперед.
8 й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку, вращая ее с перекрестом («восьмерочкой»).
9-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку, скрестив ноги, вращая ее вперед.
10-й уровень. 10 раз перепрыгнуть через скакалку, скрестив ноги, вращая ее назад.

**Классики**
Чертится поле классиков. Клетки нумеруются от одного до 10. Рядом с 10-й клеткой чертится поле «Огонь». Бросается камешек так, чтобы он попал в первую клетку. Затем, скача на одной ноге, нужно подталкивать камешек из клетки в клетки по порядку. Ошибкой считается попадание камешка не в ту клетку (по порядку), а также если прыгун оступился или прыгнул на линию.
Если фигура пройдена безошибочно, игрок переходит в следующий класс. Теперь он бросает камешек во вторую клетку и начинает прохождение с нее. По окончании всех 10 уровней сдается экзамен: фигуру нужно пропрыгать с закрытыми глазами. При ошибке игрок уступает ход другому, а при следующем ходе начинает игру с начала класса. Если камешек попадает на клетку «Огонь» — игра начинается с самого начала (1-го класса). Камешек можно бросать рукой.
Конечно, эти правила — для «школьных» классиков. Дошкольника достаточно научить прыгать безошибочно по клеточкам сначала на обеих ногах, затем на одной. Используя секундомер, можно замерять, кто быстрее проходит классики.

**Удочка**
Все становятся по окружности на равное расстояние друг от друга. Водящий — в центр. Он берет скакалку (удочку) и начинает ее вращать. Остальные должны через нее перепрыгивать. Кого рыбак поймал — либо становится водящим, либо выходит из игры.

 **Мой весёлый звонкий мяч**

В играх используется мягкий волейбольный или резиновый мяч. Мяч должен хорошо отскакивать от земли, но не быть жестким, иначе он может больно ударить ребенка.

**Выбивалы**
Чертится поле: прямоугольник 6 на 4 м. Выбирают двух водящих. Они становятся по краям площадки и кидают мяч друг другу, стараясь попасть в остальных. Остальные бегают по площадке. Выходить за пределы площадки нельзя. Если ребенка выбили, он либо выполняет задание (например, отжимается 3 раза) и возвращается в игру, либо меняется местами с тем, кто его выбил.

**Собачки**
Выбирают несколько водящих: два или три. Они — «собачки». Остальные перебрасывают друг другу мяч так, чтобы «собачки» его не поймали. Если «собачка» поймала мяч, то она меняется местом с тем, кто этот мяч бросил.

**Штандер**
Чертится круг. Все стоят в кругу. Кто-то говорит: «Штандер, штандер, штандеренок — невоспитанный ребенок. А воспитанный ребенок — это Лена», — и подбрасывает мяч. Все разбегаются в разные стороны, а Лена ловит мяч. Как только она его поймала, она говорит: «Штандер!» — и все замирают на месте. Теперь ей нужно в кого-то бросить мяч. Если она промахнулась, то, пока она снова ловит мяч, все бегут в круг. Когда она поймала мяч, то снова выбирает, в кого бросить мяч. Если она попала, то этот человек ловит мяч, становясь водящим. Игра продолжается, пока все, кроме «штандера», не окажутся в кругу. Игра начинается заново.

**Горячая картошка**

Мяч быстро перебрасывается друг другу. Долго держать мяч в руках нельзя, потому что он — горячая картошка. Нужно постараться как можно дольше удержать мяч в игре.
**Чиби-чиби-чиби-топ**
Чертится круг — дом. Там стоит водящий. Он считает до 10. В это время все разбегаются в разные стороны. Когда счет окончен, водящий говорит: «Чиби-чиби-чиби-топ, точка, запятая, стоп!» Все останавливаются на своих местах. Водящий выбирает кого-нибудь и заказывает до него шаги: «До тебя 10 гигантских и 5 муравьиных шагов» (описание шагов — ниже). Водящий делает заказанные шаги и пытается с этого расстояния выбить человека мячом. Если у него это получается, этот человек становится водящим, а игра продолжается. Если нет — водящий ловит мяч, а остальные бегут в круг. Когда водящий поймал мяч, он снова говорит: «Чиби-чиби-чиби-топ, точка, запятая, стоп!» и опять заказывает шаги до кого-то еще. Если все достигли круга, а водящий так никого и не выбил, игра начинается сначала.

**Шаги:**
Человеческий — обычный шаг.
Великанский — широкий шаг.
Шаг кенгуру — прыжок на двух ногах.
Лилипутский — шаг длиною в ступню человека (пятка прижимается к носку).
Верблюжий — делается плевок: куда плюнул, туда и становишься.
Муравьиный — шаг в полступни.
Шаг-одноножка — прыжки на одной ноге.
Шаг-юбочка — с поворотом на 360°.
Шаг лягушки — прыжок на корточках.
Гусиный — шаг на корточках.
Можно придумать и другие шаги.

**Путаница**

Эта интересная старая игра . Полезно ее проводить, когда хотят сплотить детей, подружить, снять разные барьеры, внести радостное настроение. В эту игру можно играть на улице, в беседке, в помещение, на дне рождения, с гостями. можно играть детям вместе со взрослыми, будет интереснее.

**Как играть в путаницу**

Выбирают маму и дочку. Мама уходит. все игроки берутся за руки в кругу. Дочка запутывает этот хоровод-можно поднять руки, перешагнуть через них. скрестить . Главное-не отпускать рук. Когда игроки запутались. Они зовут маму.Мама распутывает нитки и должна всех вернуть обратно в круг. на свое место. правило то же: игроки не должны отпускать руки. Если мама распутала нитки. выбирается другой водящий.

**Воробьи-попрыгунчики**

На полу или на площадке чертят круг такой величины, чтобы все играющие могли разместиться по его окружности. Один из игроков-»кот». Он становится в центр круга. Остальные играющие-»воробышки. »они становятся за кругом у самой черты. По сигналу руководителя »воробышки» начинают прыгать внутрь круга и выпрыгивать из него. а »кот» старается поймать кого-то из них в момент , когда тот находится внутри круга. Тот, кого поймали, становится »котом». а »кот»-»воробышком». Далее, игра повторяется.

*Источник:* [*DetkiTyumen.ru*](http://yandex.ru/clck/jsredir?from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1189.2e5-TedE6k91PyiJ-sgSbfbTT15D9Gt_aMRWNxyewpo5AxOZvpjRXY-uz05QFCWngrnnDy1H4iIJcpoYTMx56w.7160c916726c6802da13a248b57af8ef8f0b27e5&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtJXex15Wcbo_We_yMLPZpl0UpxGQR96d2cZoW08Wbb_m&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxck12ZDRQS0tZdmpBakJjOC0tYjc1OGVIMV84UmJLLUpaTkFwOGdBekxLbDB3cUtyM0FiYnpzVFhhSndJVzE2WXVGWl9jNlFTUDBtaDhsMm40SU9DTUU&b64e=2&sign=bc17af018f9fcee4da41d8d0e984f11c&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszk6uVr6X0Mpulx6dTPUb_pDmR6C1lnvkXZqefyecNj8Xr8VzIuSWwd9AuirtKrFcla-Dd_7-YswjOVEmOiRMU3Y0yw6g9xXg-iaWHIJMZUxzRWIIYI_fmdSSYWw9lWHNelxwIlfI4fh7IlZONCbUVCVi5N8rEZmJTtV2e1zBDFwZe__iK8k__JJzQ2NpCP7awWReWBoJe_bD5nVBFPhWlAFXxVQBbQ4qNAxkI2Z8lDWabYJis2TrJIl-sPMMIUgJhCBiLBVuVLbhx5jEo0ppmZ--qdoOHUZNcw1FevpeA_4feESHZ6J87TpZ8skYMj6cQMoG3kb2jKGfVWIyDjmQx0FtNm1NOf7zVG7vn7pWDwVSuL2XAhmqGPid9_6FivppnvTkafWdaQdOqITVe-0i--Qw127WljqklzhH20s4ppz49ho7-dze6VeOpSBFebxXJbqR4DVwrxV8XLDOF_1GoRHY7_RCapaxNtLfp2SJWHx3dGsnIHiKCvWCmOwN-X16-acblpLWOIoweBhXhq_LIpPLKF0pFhpKJITZIg3t4zS2MGdCCwkdniAV9mzXfsa4WQhmpYB4_l2jIYykjidyqjMQwu8wnhEeDsg&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kps-uGm764JY8fZdUPwUmprLjzo_XxKpYaHnQ0OxUIHjl1g2YzChrMtrtlVEqObL07wFsbXTm-2f5gB9u5gRshKmg5p_TmMJUTxqi8WMMBY419cWPwmW8sFU0mNzuI4kJUp-UaQdGZizDIX7IWeOR1cowzHMEWCPIeLaxzEO9deGuGxqu9gEoOUvXmFEPcQQHqKX1E2X89cq_JqgNGxnB8WR6IiHmlCXKr&l10n=ru&cts=1474815807792&mc=4.3382116219941915)*›*[*biblio/89929/*](http://www.detkityumen.ru/biblio/89929/)

[*deti-i-vnuki.ru*](http://yandex.ru/clck/jsredir?from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1189.2e5-TedE6k91PyiJ-sgSbfbTT15D9Gt_aMRWNxyewpo5AxOZvpjRXY-uz05QFCWngrnnDy1H4iIJcpoYTMx56w.7160c916726c6802da13a248b57af8ef8f0b27e5&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtJXex15Wcbo_DpgvDE8uhd8fgorekNtXD-qUQx6nN_YJ&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1LdmtxaVpFbVpERHBIZ0xUdkFVVmc4VTZyWDBwWi1JaUo3MWZTNGhqcHlvc25NOENfOGRGU3o2UVFMdDhWUDFwR1hWWk9fUUZEb25OMTFn&b64e=2&sign=99e2554bea2a06732ad8ce78cdf5b46c&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszk6uVr6X0Mpulx6dTPUb_pDmR6C1lnvkXZqefyecNj8Xr8VzIuSWwd9AuirtKrFcla-Dd_7-YswjOVEmOiRMU3Y0yw6g9xXg-iaWHIJMZUxzRWIIYI_fmdSSYWw9lWHNelxwIlfI4fh7IlZONCbUVCVi5N8rEZmJTtV2e1zBDFwZe__iK8k__JJzQ2NpCP7awWReWBoJe_bD5nVBFPhWlAFXxVQBbQ4qNAxkI2Z8lDWabYJis2TrJIl-sPMMIUgJhCBiLBVuVLbhx5jEo0ppmZ--qdoOHUZNcw1FevpeA_4feESHZ6J87TpZ8skYMj6cQMoG3kb2jKGfVWIyDjmQx0FtNm1NOf7zVG7vn7pWDwVSuL2XAhmqGPid9_6FivppnvTkafWdaQdOqITVe-0i--Qw127WljqklzhH20s4ppz49ho7-dze6VeOpSBFebxXJbqR4DVwrxV8XLDOF_1GoRHY7_RCapaxNtLfp2SJWHx3dGsnIHiKCvWCmOwN-X16-acblpLWOIoweBhXhq_LIpPLKF0pFhpKJITZIg3t4zS2MGdCCwkdniAV9mzXfsa4WQhmpYB4_l2jIYykjidyqjMQwu8wnhEeDsg&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kps-uGm764JY8fZdUPwUmprLjzo_XxKpYaHnQ0OxUIHjl1g2YzChrMtrtlVEqObL07wFsbXTm-2f5gB9u5gRshKmg5p_TmMJUTxqi8WMMBY419cWPwmW8sFU0mNzuI4kJUp-UaQdGZizDIX7IWeOR1cowzHMEWCPIeLaxzEO9deGuGxqu9gEoOUvXmFEPcQQHqKX1E2X89cq_JqgNGxnB8WR6IiHmlCXKr&l10n=ru&cts=1474815712512&mc=4.246966734758733)*›*[*podvizhnyie-igryi-s…na-vozduhe/*](http://deti-i-vnuki.ru/podvizhnyie-igryi-s-detmi-na-vozduhe/)

[*doshvozrast.ru*](http://yandex.ru/clck/jsredir?from=yandex.ru%3Bsearch%2F%3Bweb%3B%3B&text=&etext=1189._ZtOjhp9m1nstJBYujzUErF3xVPIMup-lsNvtSun82kN8XoEvaSYboATy8BcyqoebQxEyGRqzf-HDbQnoe3g4wu7Vgvm1S2Zo8jEtT2sXkHt_0-SnTgZhqBY4DbWDXiyOhqdeJYL5U8pF0SJKzUkzw.20c1a6050104efa1d3e1747dbb8da85954442b92&uuid=&state=PEtFfuTeVD4jaxywoSUvtJXex15Wcbo_We_yMLPZpl0UpxGQR96d2cZoW08Wbb_m&data=UlNrNmk5WktYejR0eWJFYk1Ldmtxb3dyODRjUGRwMnVnSnBsZFE3ajZaQm5XN216dEhpM2oyNWZrMUV5Zi1zTVJtZlV3alcxQS0wMWJKQmFkQVpFdXdtWlFxUzFUTnZQ&b64e=2&sign=5fb2ba4d2d89d4be10822c468a484aea&keyno=0&cst=AiuY0DBWFJ5fN_r-AEszk6uVr6X0Mpulx6dTPUb_pDmR6C1lnvkXZqefyecNj8Xr8VzIuSWwd9AuirtKrFcla-Dd_7-YswjOVEmOiRMU3Y0yw6g9xXg-iaWHIJMZUxzRWIIYI_fmdSSYWw9lWHNelxwIlfI4fh7IlZONCbUVCVi5N8rEZmJTtV2e1zBDFwZe__iK8k__JJzQ2NpCP7awWReWBoJe_bD5nVBFPhWlAFXxVQBbQ4qNAxkI2Z8lDWabYJis2TrJIl-sPMMIUgJhCBiLBVuVLbhx5jEo0ppmZ--qdoOHUZNcw1FevpeA_4feESHZ6J87TpZ8skYMj6cQMoG3kb2jKGfVWIyDjmQx0FtNm1NOf7zVG7vn7pWDwVSuL2XAhmqGPid9_6FivppnvTkafWdaQdOqITVe-0i--Qw127WljqklzhH20s4ppz49ho7-dze6VeOpSBFebxXJbqR4DVwrxV8XLDOF_1GoRHY7_RCapaxNtLfp2SJWHx3dGsnIHiKCvWCmOwN-X16-acblpLWOIoweBhXhq_LIpPJV0BwuCebbgxRU_CGx2pNCyZjRhZ-lqtFO3-3oh4RnI6FCrkcWHr7RMv8DwQAZ27RniyRmk9vqTQ&ref=orjY4mGPRjk5boDnW0uvlrrd71vZw9kps-uGm764JY9C2rOEazku7mJAlt0UJ-RS5hNLUK35BnRa4lHogC2R6_S0NEWvdR1oDyGW93zPduCs3ECxTaUIenJjSDRp6NU8IBtWu6mbcLWnrzeikAKFwPOHO1TQrcL16qi_hb5wD6slfdyZGs9X5NMOCoHKRt-VSGqwa4fmKo5JfOr2wNh45uQwoIRfQU8muKHw78RWHpwPS5vk38zRjErX_QvLW-KHEVTaNStbNilqFxh-wyc8ZB_TYQRH7yT0uVTTa9Y1GKSN9VHU1FG7jcsknJExAYmOtvbt_x3e7NXNZiz_WKCjcEMhXe7lgz-Ko_NPQgBJmRAr6rup5iSVo67Y7j7iYNz0BXQlQXHV-PZBC8iSWWrT4KjkVaP6yG5_Nflgo7rn9pYo34l5LMPXzutAAUaaT9BUeeghjDi1GNU&l10n=ru&cts=1474815446319&mc=3.836591668108979)*›*