



# 学 校

# 体育游戏大全 [完全图解]



浙江出版联合集团  
浙江科学技术出版社



学校体育游戏大全 [完全图解]

XUEXIAO TIYU YOUXI DAQUAN  
[WANQUAN TUJIE]

ISBN 978-7-5341-3772-3

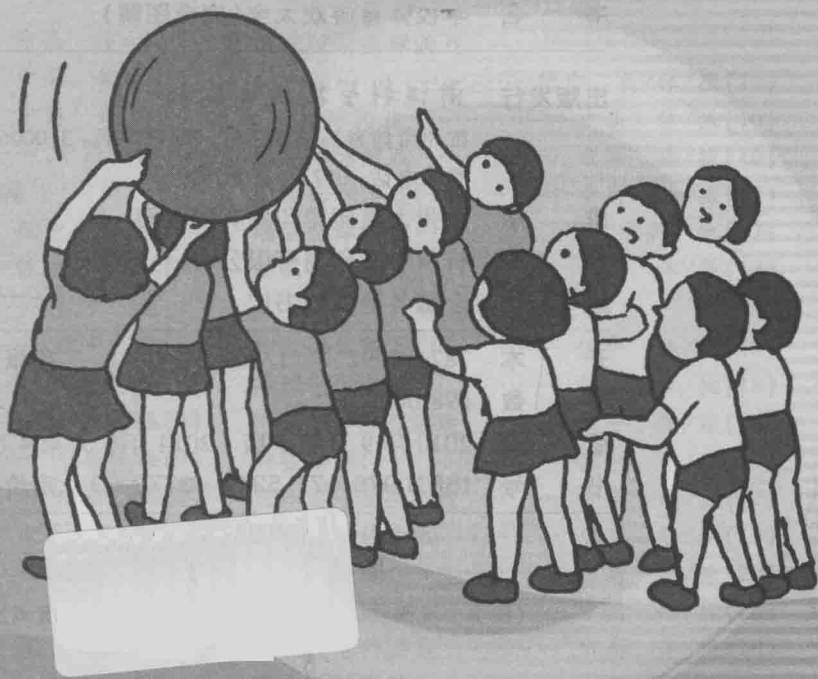


9 787534 137723 >

定价: 40.00元

# 学校

# 体育游戏大全 [完全图解]



浙江出版联合集团  
浙江科学技术出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

学校体育游戏大全:完全图解/(日)茨木悖辅等著;乐云等译. —杭州:浙江科学技术出版社,2010.2

ISBN 978-7-5341-3772-3

I. ①学… II. ①茨…②乐… III. ①体育—游戏—中小学—教学参考资料 IV. ①G634.963

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第021686号

执 笔 [日]茨木悖辅 [日]京口和雄 [日]村野实 [日]本橋成彬

协作编辑 [日]梶原玲 [日]金井祐太郎

翻 译 乐 云 江米足 李公达

书 名 学校体育游戏大全(完全图解)

出版发行 浙江科学技术出版社

杭州市体育场路347号 邮政编码:310006

联系电话:0571-85069529

排 版 杭州大漠照排印刷有限公司

印 刷 杭州丰源印刷有限公司

经 销 全国各地新华书店

开 本 787×1092 1/16 印张 19.75

字 数 698 000

版 次 2010年9月第1版 2014年3月第4次印刷

书 号 ISBN 978-7-5341-3772-3 定价 40.00元

版权所有 翻印必究

(图书出现倒装、缺页等印装质量问题,本社负责调换)

责任编辑 施 忆 李宁宁 封面设计 金 晖

责任校对 马 融 责任印务 崔文红



## 目 录

## CONTENTS

## 第1部 课间玩的游戏

## 【球类游戏】

## ● 避球游戏 ●

- 有障碍物场地上的避球游戏  
..... 低中 体/操(4)
- 圆形场地上的避球游戏(1)  
..... 低中 体/操(4)
- 圆形场地上的避球游戏(2)  
..... 低中 体/操(4)
- 计得分避球游戏..... 中高 体/操(5)
- 进攻-防守避球游戏..... 中高 体/操(5)
- 圆形场地上的避球游戏(3)  
..... 中高 体/操(5)
- 两队全攻守避球游戏..... 中高 体/操(6)
- 三队列队避球游戏..... 中高 体/操(6)
- 三队全攻守避球游戏..... 中高 操(6)

## ● 足球游戏 ●

- 踢球越竿游戏..... 低中 体/操(7)
- 罚点球游戏..... 低中 体/操(7)
- 同心圆场地足球游戏(1)..... 低中 操(7)
- 列队踢球游戏(1)..... 低中 操(8)
- 踢球出圈游戏..... 低中 操(8)
- 同心圆场地足球游戏(2)..... 低中 操(8)
- 踢球击靶游戏..... 中高 操(9)
- 三角形场地足球游戏..... 中高 操(9)
- 障碍运球游戏..... 中高 体/操(9)
- 半场足球游戏..... 中高 操(10)
- 指定角色的足球游戏..... 中高 操(10)
- 同心圆场地足球游戏(3)..... 中高 操(10)
- 争夺球游戏..... 中高 操(11)
- 简易足球游戏..... 中高 操(11)
- 列队踢球游戏(2)..... 中高 操(11)

## ● 棒球游戏 ●

- 投掷棒球游戏..... 中高 体/操(12)
- 击球手踢棒球游戏..... 中高 操(12)
- 击打球游戏..... 中高 操(13)
- 三角阵地棒球游戏..... 中高 操(13)
- 不出局棒球游戏..... 中高 体/操(13)

## ● 篮球游戏 ●

- 三个区域篮球游戏..... 中高 体/操(14)
- 两个区域篮球游戏..... 中高 体/操(14)
- 六个区域篮球游戏..... 中高 体/操(14)
- 角球游戏..... 中高 体/操(15)
- 指定投篮手投篮游戏..... 中高 体/操(15)
- 手围球篮游戏..... 中高 体/操(15)

## ● 排球游戏 ●

- 传球过网排球游戏  
..... 低中 教/体/操(16)
- 6人排球游戏..... 中高 体/操(16)
- 弹跳排球游戏..... 中高 体/操(16)
- 简易排球游戏(1)..... 中高 体/操(17)
- 墙壁排球游戏..... 中高 他(17)
- 简易排球游戏(2)..... 中高 体/操(17)

## ● 投掷球游戏 ●

- 穿越弹林游戏(1)..... 低中 体/操(18)
- 投球击尾游戏..... 低中 体/操(18)
- 限制部位投掷游戏..... 低中 体/操(18)
- 狩猎游戏(1)..... 低中 体/操(19)
- 圆阵攻守互换游戏..... 中高 体/操(19)
- 拿球后喊停游戏..... 中高 体/操(19)
- 国王和仆从..... 中高 体/操(20)
- 打雷传球游戏..... 中高 体/操(20)
- 逃亡者急停游戏..... 中高 体/操(20)
- 骑士传球游戏..... 中高 体/操(21)
- 鬼球游戏..... 中高 体/操(21)
- 随意投掷球游戏..... 中高 体/操(21)

● 接力游戏 ●

- 大腿运球接力赛 ..... 低中高 体/操(22)
- 拍球运球接力赛 ..... 低中高 体/操(22)
- 交替放球接力赛(1) ..... 低中高 体/操(22)
- 踢球运球接力赛 ..... 低中高 体/操(23)
- 滚球运球接力赛 ..... 低中高 体/操(23)
- 跳绳传球接力赛 ..... 中高 体/操(23)
- 踢双球接力赛(1) ..... 中高 体/操(24)
- 运球钻梯接力赛 ..... 中高 体/操(24)
- 2人3脚接力赛(1) ..... 中高 体/操(24)

【捉迷藏游戏】

● 开动脑筋的捉迷藏游戏 ●

- 单手捉迷藏游戏(1) ..... 低中 体/操(26)
- 单脚跳捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(26)
- 设安全地带的单脚跳捉迷藏游戏  
..... 低中 体/操(26)
- 下蹲捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(27)
- 袋鼠跳捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(27)
- 猜拳捉迷藏游戏(1) ..... 低中 体/操(27)
- 横穿捉迷藏游戏 ..... 中高 体/操(28)
- 手挽手捉迷藏游戏 ..... 中高 体/操(28)
- 圆阵队列捉迷藏游戏(1)  
..... 中高 体/操(28)
- 二重圆阵队列捉迷藏游戏  
..... 中高 体/操(29)
- 跳马捉迷藏游戏 ..... 中高 体/操(29)
- 重逢捉迷藏游戏 ..... 中高 体/操(29)
- 手拉手捉迷藏游戏(1)  
..... 低中高 体/操(30)
- 手拉手捉迷藏游戏(2)  
..... 低中高 体/操(30)
- 交换捉迷藏游戏 ..... 低中高 体/操(30)

● 组队捉迷藏游戏 ●

- 老鹰捉小鸡 ..... 低中 体/操(31)
- 指令捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(31)
- 狩猎游戏(2) ..... 中高 体/操(32)
- 拍手捉迷藏游戏(1) ..... 中高 体/操(32)
- 抓驴尾巴游戏 ..... 低中高 体/操(32)

● 设立阵地的捉迷藏游戏 ●

- 跟我来 ..... 低中 操(33)
- 线上捉迷藏游戏 ..... 低中 操(33)

- 狼和羊 ..... 低中 操(33)
- 稻草人和麻雀 ..... 低中 操(34)
- 拆开手捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(34)
- 葫芦形场地捉迷藏游戏 ..... 低中 操(34)
- 捉兔子游戏(1) ..... 低中 体/操(35)
- 一寸法师 ..... 低中 体/操(35)
- 空巢捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(35)
- 取鞋捉迷藏游戏(1) ..... 中高 体/操(36)
- 车轮形场地捉迷藏游戏 ..... 中高 操(36)
- 穿越河流捉迷藏游戏(1)  
..... 中高 体/操(36)
- “8”字形场地捉迷藏游戏  
..... 中高 体/操(37)
- 后面的组出来 ..... 中高 体/操(37)
- 挑逗捉人者游戏 ..... 中高 体/操(37)
- 十字架形场地捉迷藏游戏  
..... 低中高 体/操(38)
- 穿越河流捉迷藏游戏(2)  
..... 低中高 体/操(38)
- 狐狸的路 ..... 低中高 操(38)

● 使用器材的捉迷藏游戏 ●

- 夺宝游戏(1) ..... 低中 体/操(39)
- 巨人和小孩 ..... 低中 教/体/操(39)
- 拍打臀部捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(39)
- 夺宝游戏(2) ..... 中高 体/操(40)
- 雷声轰隆 ..... 低中 体/操(40)
- 松鼠和核桃 ..... 低中 体/操(40)
- 踩尾巴游戏 ..... 中高 体/操(41)
- 蛇捉迷藏游戏(1) ..... 中高 体/操(41)
- 接力捉迷藏游戏 ..... 低中高 体/操(41)

● 多种形式的捉迷藏游戏 ●

- 蒙上眼睛捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(42)
- 动物捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(42)
- 笼子里的犬 ..... 低中 体/操(43)
- 挑逗狮子游戏 ..... 低中 体/操(43)
- “魔鬼”，我在这里 ..... 低中 体/操(43)
- 守卫国王游戏 ..... 低中 体/操(44)
- 狮子和兔子 ..... 低中高 体/操(44)
- 漩涡形捉迷藏游戏 ..... 低中 体/操(44)
- 狐狸守窝游戏 ..... 中高 操(45)
- 鸣雷拉手游戏 ..... 中高 体/操(45)
- 规定步数捉迷藏游戏 ..... 中高 体/操(45)





两手抓杠捉迷藏游戏……………中高 操(46)  
 魔鬼猜宝物游戏……………中高 体/操(46)  
 魔鬼背人游戏……………中高 体/操(46)  
 踩影子捉迷藏游戏……………低中 操(47)  
 警察抓小偷捉迷藏游戏……………低中 操(47)  
 太阳和月亮……………低中 操(47)  
 通道捉迷藏游戏……………低中高 体/操(48)  
 取鞋捉迷藏游戏(2)……………低中高 体/操(48)

**【比力气的游戏】**

● 多种形式的相扑游戏 ●

单脚相扑游戏(1)……………低中 教/体/操(50)  
 蹲式相扑游戏……………中高 体/操(50)  
 背靠背相扑游戏……………中高 教/体/操(51)  
 用手腕推的相扑游戏  
 ………………中高 教/体/操(51)  
 跪式相扑游戏……………中高 教/体(51)  
 推挤出圈相扑游戏(1)……………中高 体/操(52)  
 手臂交叉相扑游戏……………中高 体/操(52)  
 肩式相扑游戏……………中高 体/操(52)  
 推挤交战游戏……………中高 体/操(53)  
 用脚推挤的相扑游戏(1)  
 ………………低中 教/体(53)  
 用脚推挤的相扑游戏(2)  
 ………………中高 教/体(53)  
 仰躺式相扑游戏(1)……………中高 教/体(54)  
 仰躺式相扑游戏(2)……………高 教/体(54)  
 腿并腿相扑游戏……………中高 教/体(55)  
 背人比赛……………中高 教/体/操(55)  
 猜拳相扑混合淘汰赛……………低中高 体/操(55)  
 用前额推挤的相扑游戏  
 ………………低中高 教/体(56)  
 用臀部推挤的相扑游戏  
 ………………低中高 教/体/操(56)  
 手推式相扑游戏……………低中高 教/体/操(56)

● 多种形式的使用器材比力气的游戏 ●

利用棒比力气游戏  
 ………………低中高 教/体/操(57)  
 利用球比力气游戏……………低中高 体/操(57)  
 利用毛巾比力气游戏……………低中高 教/体(58)  
 利用带子比力气游戏……………低中高 教/体(58)  
 搅乱平衡游戏(1)……………低中高 体/操(59)

搅乱平衡游戏(2)……………低中高 体/操(59)  
 平衡木上相扑游戏(1)  
 ………………低中高 体/操(59)

● 少数人也能玩的游戏 ●

拉拽游戏(1)……………低中 教/体/操(60)  
 拉拽游戏(2)……………中高 体/操(60)  
 拉拽游戏(3)……………中高 教/体/操(60)  
 抽打手游戏(1)……………中高 教(61)  
 摔跤游戏……………低中高 教/体(61)  
 拉起游戏……………中高 教/体(61)  
 挤馒头游戏……………低中高 操(62)  
 挤馒头捉迷藏游戏……………低中高 体/操(62)

**【使用体育器材的游戏】**

● 利用环的游戏 ●

投接环游戏……………低中高 体/操(64)  
 滚环游戏……………低中高 操(64)  
 钻环游戏……………低中高 体/操(64)  
 带球钻环游戏……………低中 体/操(65)  
 兔子套环游戏……………低中 体/操(65)  
 车轮滚滚……………中高 体/操(65)

● 使用棒的游戏 ●

竖棒游戏(1)……………低中 体/操(66)  
 使用棒的相扑游戏……………低中 体/操(66)  
 竖棒游戏(2)……………中高 体/操(67)  
 竖棒游戏(3)……………中高 体/操(67)  
 击靶游戏(1)……………低中高 体/操(67)

● 使用绳子或绳索的游戏 ●

绳子舞(1)……………低中 体/操(68)  
 绳子舞(2)……………低中 体/操(68)  
 钻蜘蛛网游戏……………低中 体/操(68)  
 套石子游戏……………中高 体/操(69)  
 单脚拉绳游戏……………中高 教/体/操(69)  
 拉绳捉迷藏游戏……………中高 操(69)  
 竹蜻蜓(直升飞机)……………低中高 体/操(70)  
 蛇捉迷藏游戏(2)……………低中高 体/操(70)  
 跳长绳游戏……………低中高 体/操(70)

**【多种形式的竞技和游戏】**

● 增加得分、伙伴的游戏(幸存者游戏) ●

得分游戏……………低中高 教/体/操(72)  
 小河和河堤……………低中高 体/操(72)

- 狐狸拳…………… 低中高 教/体/操(72)  
 踩星星游戏…………… 低中 体/操(73)  
 喵喵1,2…………… 低中高 教(73)  
 吹羽毛游戏(1)…………… 低中高 教(73)

● 比速度、距离的游戏 ●

- 投捡石子游戏…………… 低中高 操(74)  
 猜拳跳…………… 低中高 体/操(74)  
 保持原样…………… 低中 体/操(75)  
 跑垒游戏…………… 中高 操(75)  
 跳马比赛…………… 中高 体/操(75)

● 争夺场地、目的物的游戏 ●

- 争夺旗游戏(1)…………… 低中 体/操(76)  
 争夺旗游戏(2)…………… 低中 操(76)  
 “S”形区域夺宝游戏…………… 中高 体/操(76)  
 玩雪球游戏…………… 低中高 他(77)  
 寻宝游戏…………… 低中高 操(77)  
 弹性球游戏…………… 中高 教(77)

● 需正确完成的快乐游戏 ●

- 喊号投球游戏…………… 中高 操(78)  
 前进、后退游戏…………… 中高 体/操(78)  
 击倒空罐游戏(1)…………… 低中 操(79)  
 向右转…………… 低中高 体/操(79)  
 伸手、缩手游戏…………… 低中 教(79)  
 击靶游戏(2)…………… 中高 操(80)  
 鼻子鼻子…………… 中高 教/体/操(80)  
 叠石头游戏…………… 低中 操(80)

● 占有优势的快乐游戏 ●

- 用脚猜拳游戏…………… 低中 体/操(81)  
 骑马游戏…………… 中高 体/操(81)  
 抽打手游戏(2)…………… 低中高 教(81)  
 绑手游戏…………… 中高 教(82)  
 夺手帕游戏(1)…………… 中高 教(82)  
 争夺王位游戏…………… 中高 教(82)

● 快乐的挑战游戏 ●

- 吹羽毛游戏(2)…………… 低中 教(83)  
 运肥皂泡游戏…………… 低中 教(83)  
 马技表演…………… 中高 体(83)  
 瓦解石堆游戏…………… 低中 操(84)  
 靠近就砍游戏…………… 中高 教(84)  
 穿越拱门游戏…………… 低中 体/操(84)

● 改变肢体形状、动作、技能的快乐游戏 ●

- 最远画线游戏(1)…………… 低中高 体/操(85)

- 最远画线游戏(2)…………… 中高 体/操(85)  
 交叉行走游戏…………… 中高 教/体/操(85)  
 双臂支撑行走游戏…………… 中高 教(86)  
 束缚手脚行走游戏…………… 中高 体(86)  
 海龟爬行游戏…………… 中高 体(86)

● 有秘密的快乐游戏 ●

- 迷路者的花…………… 低中 教/体/操(87)  
 大和小…………… 低中 教/体/操(87)  
 魔井…………… 低中 体/操(87)  
 震中地带…………… 低中高 教/体/操(88)  
 丢手帕游戏(1)…………… 低中高 体/操(88)  
 不倒翁倒了…………… 低中高 体/操(88)

## 第2部 课后玩的游戏

### 【球类游戏】

● 按次序进行的游戏 ●

- 隧道滚球游戏…………… 低中高 教/体/操(92)  
 打保龄球游戏…………… 低中高 体/操(92)  
 反向上传球游戏…………… 低中高 体/操(92)  
 投掷跳箱游戏…………… 低中高 体(93)  
 中心击棒游戏…………… 低中高 体/操(93)  
 投不倒翁游戏…………… 低中高 教/体/操(93)  
 列队传球游戏…………… 中高 体/操(94)  
 圆圈传球游戏…………… 中高 体/操(94)  
 “Z”字形传球游戏(1)…………… 中高 体/操(94)  
 超越传球游戏…………… 中高 体/操(95)  
 阻挡传球游戏(1)…………… 中高 体/操(95)  
 阻挡传球游戏(2)…………… 中高 体/操(95)  
 拜访守门员…………… 中高 体/操(96)  
 障碍物运球比赛…………… 中高 体/操(96)  
 运球钻桥游戏…………… 中高 体/操(96)  
 男女棒球对抗游戏…………… 中高 操(97)  
 用球拍拍球游戏…………… 中高 操(97)  
 21点棒球游戏…………… 中高 操(97)

● 集体同时进行的游戏 ●

- 滚球进圈游戏…………… 低中高 操(98)  
 扇子排球游戏…………… 低中高 教/体(98)  
 对阵踢球游戏…………… 低中高 体/操(98)  
 手球游戏(1)…………… 低中高 体/操(99)  
 列队抢球游戏…………… 低中高 体/操(99)  
 躲避滚动球游戏…………… 低中高 体/操(99)



- 滚球击靶游戏…………… 低中高 体/操(100)
- 魔鬼投球游戏…………… 低中高 操(100)
- 小球击大球…………… 中高 体/操(100)
- 接球投掷游戏…………… 中高 体/操(101)
- 陆地战(1)…………… 中高 体/操(101)
- 不许动…………… 中高 体/操(101)
- 投球进篮游戏(1)…………… 中高 体/操(102)
- 攻城倒旗…………… 中高 体/操(102)
- 手球游戏(2)…………… 中高 体/操(102)
- 曲棍球游戏…………… 中高 体/操(103)
- 手拉手踢足球游戏…………… 中高 体/操(103)
- 简易橄榄球游戏…………… 中高 操(103)
- 面对面进行的游戏 ●
- 网球游戏…………… 中高 体/操(104)
- 简易排球游戏(3)…………… 中高 体/操(104)
- 传球过网比赛…………… 中高 体/操(104)
- 新式排球游戏…………… 中高 体/操(105)
- 门球游戏…………… 中高 体/操(105)
- 连续传球比赛(1)…………… 中高 体/操(105)
- 击倒空罐游戏(2)…………… 中高 体/操(106)
- 空档投球游戏…………… 中高 体/操(106)
- 空罐踢球游戏…………… 中高 体/操(106)
- 击倒空罐游戏(3)…………… 中高 体/操(107)
- 投球击靶游戏…………… 中高 体/操(107)
- 软式垒球射靶游戏…………… 中高 体/操(107)
- 山羊接力游戏…………… 中高 体/操(108)
- “Z”字形传球游戏(2)…………… 中高 体/操(108)
- 阻挡传球游戏(3)…………… 中高 体/操(108)
- 投掷传球接力游戏(1)…………… 中高 体/操(109)
- 传球给队长的游戏(1)…………… 中高 体/操(109)
- 老师传球游戏…………… 中高 体/操(109)
- 混编在一起玩的游戏 ●
- 争夺球的比赛(1)…………… 低中高 体/操(110)
- 连续传球比赛(2)…………… 中高 体/操(110)
- 传球10次获胜的游戏…………… 中高 体/操(110)
- 传球攻打城堡游戏…………… 中高 操(111)
- 传球给队长的游戏(2)…………… 中高 体/操(111)
- 传球给队长的游戏(3)…………… 中高 体/操(111)
- 传球转圈赛跑游戏…………… 中高 体/操(112)
- 魔鬼抢球游戏…………… 低中高 体/操(112)
- 投球进篮游戏(2)…………… 中高 体/操(112)
- 传球游戏…………… 中高 体/操(113)
- 投篮击倒空罐游戏…………… 中高 体/操(113)
- 攻城游戏…………… 中高 操(113)
- 击棒游戏…………… 中高 体/操(114)
- 皮球曲棍球游戏…………… 中高 体(114)
- 四角形场地投掷传球游戏…………… 中高 操(114)
- 室内扇球游戏…………… 低中高 教(115)
- 花样玩球游戏…………… 低中高 体/操(115)
- 其他的游戏 ●
- 在斜坡上玩足球游戏…………… 低中高 他(116)
- 阻挡传球游戏(4)…………… 低中高 体/操(116)
- 雪地上的躲避球游戏…………… 低中高 他(116)
- 用球投掷扇子的游戏…………… 低中高 操(117)
- 圆形队列投球比赛…………… 低中 体/操(117)
- 击倒空罐游戏(4)…………… 低中高 体/操(117)
- 冲破关卡…………… 中高 体/操(118)
- 马球游戏…………… 中高 体/操(118)
- 争夺场地投球游戏…………… 中高 体/操(118)
- 猜目标球游戏…………… 中高 体/操(119)
- 进球得分比赛…………… 中高 体/操(119)
- 击倒空罐游戏(5)…………… 中高 体/操(119)
- 发球游戏…………… 中高 体/操(120)
- 嗨,别拉…………… 中高 体/操(120)
- 瞄准球门…………… 中高 操(120)
- 【捉迷藏游戏】
- 开动脑筋的捉迷藏游戏 ●
- 传染病…………… 中高 体/操(122)
- 圆形追逐游戏…………… 中高 体/操(122)
- 迷路的魔鬼…………… 中高 体/操(123)
- 捉兔子游戏(2)…………… 低中高 操(123)
- 吸附鬼…………… 低中高 体/操(123)
- 组成队的捉迷藏游戏 ●
- 捕鲸鱼比赛…………… 低中 体/操(124)
- 敲背交战游戏…………… 低中 体/操(124)
- 猜拳捉迷藏游戏(2)…………… 低中 体/操(124)
- 争夺旗游戏(3)…………… 中高 操(125)
- 红白队追逐比赛…………… 中高 体/操(125)
- 双人捉迷藏游戏…………… 中高 体/操(125)
- 四队捉迷藏游戏…………… 中高 体/操(126)
- 争夺球的比赛(2)…………… 中高 体/操(126)
- 猫捉老鼠…………… 中高 体/操(126)

圆形队列“Z”字形捉迷藏游戏

- ..... 中高 体/操(127)
- 团体捉迷藏游戏..... 中高 体/操(127)
- 警察和小偷..... 中高 体/操(127)
- 颜色追赶游戏..... 中高 体/操(128)
- 花和风..... 中高 体/操(128)
- 登山入海..... 中高 体/操(128)
- 三色交战游戏..... 中高 操(129)
- 三色卡捉迷藏游戏..... 中高 操(129)
- 争夺三色帽子游戏..... 中高 操(129)

● 设置阵地进行捉迷藏游戏 ●

- 山林守护人..... 低中 体/操(130)
- 捕获俘虏比赛..... 低中 体/操(130)
- 丢手帕游戏(2)..... 低中 体/操(131)
- 比实力捉迷藏游戏..... 低中 操(131)
- 灰姑娘游戏..... 低中 体/操(131)
- 花匠..... 中高 体/操(132)
- 指名捉迷藏游戏..... 中高 体/操(132)
- 抢位置游戏(1)..... 中高 教/体/操(132)
- 吹魔笛..... 中高 体/操(133)
- 搬迁捉迷藏游戏..... 中高 体/操(133)
- 圆阵队列捉迷藏游戏(2)

- ..... 低中高 体/操(133)
- 猜猜我是谁..... 低中高 教/体/操(134)
- 家里的人是魔鬼..... 低中高 体/操(134)
- 抢朋友捉迷藏游戏..... 低中高 体/操(134)
- 暴风雨来了..... 低中 体/操(135)
- 抢位置游戏(2)..... 低中 体/操(135)
- 抢位置游戏(3)..... 低中 操(135)

● 使用器材的捉迷藏游戏 ●

- 绳子捉迷藏游戏..... 低中 体/操(136)
- 梯子捉迷藏游戏..... 低中 体/操(136)
- 互相追赶抢夺帽子游戏
- ..... 低中 体/操(136)
- 抢凳子游戏(1)..... 低中 体/操(137)
- 守宝捉迷藏游戏..... 中高 体/操(137)
- 抢凳子游戏(2)..... 中高 教体/操(137)
- 拍手捉迷藏游戏(2)..... 中高 体/操(138)
- 挑逗魔鬼的捉迷藏游戏
- ..... 中高 体/操(138)
- 挑逗狐狸游戏..... 低中高 体/操(138)

● 多种形式的捉迷藏游戏 ●

- 猫和奶酪..... 低中 体/操(139)
- 递手帕游戏..... 低中 教/体/操(139)
- 旋转木马..... 低中 体/操(139)
- 金鱼和金枪鱼..... 低中 体/操(140)
- 乌鸦和仙鹤..... 低中 体/操(140)
- 狐狸和猎人..... 中高 体/操(140)

【比力气的游戏】

● 众多人的相扑游戏 ●

- 推挤出圈相扑游戏(2)..... 中高 体/操(142)
- 拉拽交战游戏..... 中高 体/操(142)
- 抢帽子相扑游戏..... 中高 体/操(143)
- 互相追赶的相扑游戏..... 中高 操(143)
- 齐心协力的相扑游戏..... 中高 体/操(144)
- 争夺阵地相扑游戏..... 中高 操(144)
- 抢球相扑游戏..... 中高 操(145)
- 小组相扑赛..... 中高 体/操(145)

● 使用器材的游戏 ●

- 滚龙珠游戏..... 中高 操(146)
- 抢空罐子游戏..... 中高 操(146)
- 抢带子游戏..... 中高 体/操(147)
- 争夺棒子的游戏..... 中高 操(147)
- 争夺稻草包游戏..... 中高 操(147)
- 击罐之战..... 中高 体/操(148)
- 争夺球的游戏(3)..... 低中高 体/操(148)
- 2人手拉手抢帽子游戏
- ..... 低中高 体/操(149)
- 争夺帽子游戏..... 低中高 体/操(149)
- 推拉棒比赛..... 低中高 操(149)

● 全班同学进行的游戏 ●

- 突破包围游戏..... 中高 体/操(150)
- 陆地战(2)..... 中高 操(150)
- 陷阱..... 中高 操(150)
- 海上战役..... 中高 操(151)
- 冲入敌阵..... 中高 操(151)
- 攻破城墙游戏..... 中高 体/操(151)
- 拉拽游戏(4)..... 中高 体/操(152)
- 斗牛场内的牛..... 高 体/操(152)
- 单脚相扑游戏(2)..... 低中高 体/操(152)



**【接力·赛跑】**

● 不使用器材的赛跑游戏 ●

- 脚后跟步行比赛……………低中 体/操(154)
- 触摸折回比赛……………低中 体/操(154)
- 青蛙跳比赛……………低中 教/体/操(154)
- “小心”赛跑游戏……………中高 体/操(155)
- 侧向前后交叉步跑……………中高 体/操(155)
- 拍打脚的跳跃赛跑……………中高 体/操(155)
- 小狗汪汪……………中高 体(156)
- 叫号码赛跑……………低中高 体/操(156)
- 螃蟹式赛跑比赛……………低中高 教/体(156)

● 徒手接力赛 1 模仿动物的接力赛 ●

- 摇摇晃晃的鸭子接力赛……………低中 教/体(157)
- 爬行前进接力赛……………低中 教/体(157)
- 兔子跳接力赛……………低中 教/体(157)
- 跳马接力赛……………中高 体/操(158)
- 连续跳马接力赛……………中高 体/操(158)
- 海豹式接力赛……………中高 操(158)
- 蚯蚓式接力赛……………中高 体(159)
- 赛马接力赛……………低中高 体/操(159)
- 马戏接力赛……………低中高 体/操(159)

● 徒手接力赛 2 组成组的接力赛 ●

- 手拉手接力赛……………低中 体/操(160)
- 茶碗式接力赛……………低中 体/操(160)
- 骑马接力赛(1)……………低中 教/体(160)
- 手推车式接力赛……………中高 体/操(161)
- 负重跑接力赛……………中高 体/操(161)
- 花样接力赛……………中高 体/操(161)
- 背靠背横着走接力赛……………中高 体/操(162)
- 跷跷板式接力赛……………中高 体/操(162)
- 运送不倒翁接力赛……………中高 体/操(162)

● 徒手接力赛 3 跳跃式接力赛 ●

- 2人2脚接力赛……………低中 体/操(163)
- 并步跳接力赛……………低中 体/操(163)
- 抬腿接力赛……………中高 体/操(163)
- 踏跳板接力赛……………中高 操(164)
- 左、右腿跨跳接力赛……………中高 体/操(164)
- 单腿跳跃接力赛……………中高 体/操(164)

● 使用器材的赛跑游戏 ●

- 取旗子比赛……………低中 体/操(165)
- 爸爸的拖鞋……………低中 体/操(165)

- 滚轮胎赛跑比赛……………低中 操(165)
- 袋鼠跳赛跑游戏……………中高 体/操(166)
- 滚哑铃赛跑游戏……………中高 操(166)
- 组合卡片赛跑游戏……………中高 体/操(166)
- 用头顶沙包赛跑游戏……………中高 体/操(167)
- 用球拍托球赛跑游戏……………中高 体/操(167)
- 滚球赛跑游戏……………中高 体/操(167)
- 心算赛跑游戏……………低中高 体/操(168)
- 山羊式赛跑游戏……………低中高 体(168)
- 写名字赛跑游戏……………低中高 体/操(168)

● 使用器材的接力赛 1 调换接力赛 ●

- 摆放沙包接力赛……………低中 体/操(169)
- 写拼音接力赛……………低中 体/操(169)
- 播种接力赛(1)……………低中 体/操(169)
- 收割接力赛……………中高 体/操(170)
- 插旗子接力赛……………中高 体/操(170)
- 种马铃薯接力赛……………低中高 体/操(170)

● 使用器材的接力赛 2 运东西接力赛 ●

- 用扇子运物接力赛……………低中 体(171)
- 运帽子接力赛……………低中 体/操(171)
- 搬运球接力赛……………中高 体/操(171)
- 单腿跳运球接力赛……………中高 体/操(172)
- 过关卡接力赛(1)……………中高 操(172)
- 分开双腿运球接力赛……………中高 体/操(172)
- 钓鱼接力赛……………中高 体/操(173)
- 骑马接力赛(2)……………中高 体/操(173)
- 搬运货物比赛……………低中高 体/操(173)

● 通过喇叭筒看球、踢球的接力赛 ●

- ……………中高 操(174)
- 踢双球接力赛(2)……………中高 体/操(174)
- 骑马踢球接力赛……………中高 体/操(174)

● 组成队形进行接力赛 ●

- 圆形阵列接力赛……………低中 体/操(175)
- 绕圆形场地追赶接力赛……………低中 体/操(175)
- 绕半圆形场地“Z”字形跑接力赛……………低中 体/操(175)
- 圆形场地2人3脚接力赛……………中高 操(176)
- 钻地道接力赛……………中高 体/操(176)
- 三角形场地接力游戏……………中高 操(176)
- 搬运托起的队员的接力赛……………中高 体/操(177)



- 环中心接力赛……………中高 体/操(177)  
 环内圆接力赛……………中高 体/操(177)  
 腿下运棒接力赛……………中高 体/操(178)  
 四色旗接力赛……………中高 体/操(178)  
 按路线跑接力赛……………中高 体/操(178)

【使用器材的游戏】

● 使用平衡木的游戏 ●

- 猜拳前进……………低中 体/操(180)  
 保持三角形过桥游戏………中高 体/操(180)  
 螃蟹式运球游戏……………中高 体/操(180)  
 花样过桥游戏……………低中 体/操(181)  
 拍球过桥游戏……………低中 体/操(181)  
 回转象棋……………中高 体(182)  
 平衡木上相扑游戏(2)………中高 体(182)  
 爬山游戏……………低中 体(182)  
 在平衡木上投接球游戏

- ……………中高 体/操(183)  
 在平衡木上传球比赛………中高 体/操(183)  
 平衡木障碍运球赛跑游戏

- ……………中高 体/操(183)

● 使用单杠的游戏 ●

- 树懒爬树……………低中 操/他(184)  
 猴子爬树……………低中 操/他(184)  
 打秋千……………低中 操/他(184)  
 反体上,曲体上……………中高 操/他(185)  
 摆动游戏……………中高 操/他(185)  
 走单杠……………低中高 操/他(185)  
 比耐力……………中高 操/他(186)  
 屈体蹬撑单杠……………中高 操/他(186)

● 爬竿游戏 ●

- 爬竿子游戏……………低中高 操/他(187)

● 使用环的游戏 ●

- 跳环游戏……………低中 体/操(188)  
 运送环接力赛……………低中 体/操(188)  
 人口过密……………低中高 体/操(189)  
 跳着运环游戏……………中高 体/操(189)  
 投环排球赛……………中高 体/操(189)  
 耍杂技……………中高 体(190)  
 踩风火轮……………中高 体(190)  
 套环比赛(1)……………中高 体/操(190)

● 使用棒的游戏 ●

- 翻锅游戏……………低中高 教/体/操(191)  
 竖棒平衡接力赛……………中高 教/体/操(191)  
 接棒走游戏……………中高 体/操(191)  
 绕棒跑的游戏……………中高 体/操(192)  
 跳棒游戏……………中高 体/操(192)  
 滚棒游戏……………中高 体/操(192)

● 使用绳子或绳索的游戏 ●

- 2人拔河比赛……………低中高 教/体/操(193)  
 切脚接力赛……………低中高 体/操(193)  
 过关卡接力赛(2)……………低中高 体/操(193)  
 旋转塔……………低中高 体/操(194)  
 跳绳接力赛……………低中高 体/操(194)  
 跳绳郊游游戏……………低中高 操(194)  
 抢先抓绳拔河游戏……………中高 操(195)  
 三角形拔河比赛……………中高 体/操(195)  
 单手捉迷藏游戏(2)……………中高 操(195)

● 使用轮胎的游戏 ●

- 钻轮胎游戏……………低中 体/操(196)  
 钻轮胎比赛(1)……………低中 体/操(196)  
 钻轮胎比赛(2)……………低中 体/操(196)  
 骑轮胎游戏……………中高 操(197)  
 用棒滚轮胎游戏……………中高 操(197)  
 兔子砰砰跳……………低中高 体/操(197)  
 争夺轮胎阵地游戏……………低中高 操/他(198)  
 花样玩轮胎游戏……………低中高 体/操(198)

【多种形式的比赛和游戏】

● 增加分数和伙伴的游戏(幸存者游戏) ●

- 风雨交加……………低中 教/体(200)  
 蒙着眼睛的队伍……………低中高 体/操(200)  
 粗暴的海盗……………中高 体/操(201)  
 坐轮船旅行……………中高 体/操(201)  
 站着踢……………中高 体/操(201)  
 电流线……………低中高 操(202)  
 找星星……………低中高 教/他(202)  
 比萨斜塔……………低中高 教/体(202)  
 投掷球混战游戏……………低中高 操(203)  
 水中骑马战……………低中高 他(203)  
 水中手拉手捉迷藏游戏………低中高 他(203)

● 比速度或距离的游戏 ●

- 你好,你好……………低中 体/操(204)



- 画线比赛 ..... 低中高 操(204)  
 树下避冰雹 ..... 低中高 体/操(204)  
 转移土豆 ..... 低中高 教/体/操(205)  
 投沙包游戏 ..... 低中高 操(205)  
 起跳摸高 ..... 低中高 体/操(205)  
 驯鹿游戏 ..... 中高 体(206)  
 草纸船 ..... 低中高 体/操(206)  
 七巧板游戏 ..... 低中高 体/操(206)  
 水中钻圈游戏 ..... 中高 他(207)  
 水上搬运接力赛 ..... 中高 他(207)  
 水中传球接力赛 ..... 低中高 他(207)  
 玩手帕游戏 ..... 中高 教(208)  
 风神 ..... 中高 教/体(208)  
 打水漂游戏 ..... 中高 他(208)

#### ● 争夺目标物和场地的游戏 ●

- 猜拳夺球游戏 ..... 低中高 体/操(209)  
 动物家族寻宝游戏 ..... 低中 教/他(209)  
 夺手帕游戏(2) ..... 低中 操/他(210)  
 采野草游戏 ..... 低中高 他(210)  
 争夺区域游戏 ..... 低中高 操(210)  
 水中抢夺帽子游戏 ..... 中高 他(211)  
 水中寻宝游戏 ..... 低中高 他(211)  
 水中篮球赛(1) ..... 中高 他(211)

#### ● 需正确完成的快乐游戏 ●

- 第六感 ..... 中高 教/体/操(212)  
 第六感接力赛 ..... 中高 体/操(212)  
 滑雪游戏 ..... 中高 他(213)  
 羽毛球毽子双打比赛 ..... 中高 体/操(213)  
 羽毛球毽子单打游戏 ..... 低中高 体/操(213)  
 奇怪的阿福 ..... 低中高 教/体/操(214)  
 无线电话 ..... 低中高 教/体/操(214)  
 投环套球游戏 ..... 低中高 体/操(214)

#### ● 占有优势的快乐游戏 ●

- 竹刀噼啪 ..... 低中高 教/体/操(215)  
 俯卧猜拳游戏 ..... 低中高 教/体/操(215)  
 用脚推挤的相扑游戏(3)  
 ..... 低中高 教/体(215)  
 拔萝卜 ..... 低中高 体/操(216)  
 下次轮到你 ..... 中高 体/操(216)  
 水中比力气比赛 ..... 低中高 他(216)

#### ● 挑战游戏 ●

- 高压线 ..... 低中高 教/体/操(217)

- 抓尾巴游戏 ..... 低中高 体/操(217)  
 马拉雪橇接力赛 ..... 中高 他(217)  
 取绳索上的花 ..... 中高 体(218)  
 荡绳索秋千游戏 ..... 中高 体(218)  
 猴子爬绳游戏 ..... 中高 体(218)  
 穿越弹林游戏(2) ..... 低中高 体/操(219)  
 穿越电网游戏 ..... 低中高 教/体/操(219)  
 跳伞比赛 ..... 中高 体/他(219)

#### ● 改变姿势、动作、技能的快乐游戏 ●

- 螃蟹爬游戏 ..... 低中高 体/操(220)  
 音乐指挥者 ..... 低中 体/操(220)  
 放飞纸飞机游戏 ..... 低中高 体/操(220)  
 月球旅行 ..... 中高 体/操(221)  
 用背快速转身的游戏 ..... 中高 体/操(221)  
 山羊式运球接力赛 ..... 低中高 体/操(221)  
 蛇钻洞 ..... 低中高 体/操(222)  
 独木舟 ..... 低中高 他(222)  
 水中排球赛(1) ..... 中高 他(222)  
 草雪橇(落叶雪橇) ..... 低中高 他(223)  
 走钢丝 ..... 中高 他(223)  
 人体多米诺骨牌 ..... 中高 体/操(223)  
 跳移动马 ..... 中高 体/操(224)  
 骑自行车游戏 ..... 中高 教(224)  
 空气椅子 ..... 中高 教/体/操/他(224)

#### ● 有秘密的快乐游戏 ●

- 蒙着眼睛问候 ..... 低中 教/体/操(225)  
 我看见了 ..... 低中 教/体/操(225)  
 盲人走路 ..... 中高 教(225)  
 智慧之圈 ..... 低中高 教/体/操(226)  
 谁不见了 ..... 低中高 教(226)  
 记忆力大比拼 ..... 低中高 体/操(226)

### 第3部 运动会上玩的游戏

#### 【球类游戏】

##### ● 排成一列运球游戏 ●

- 运团子游戏 ..... 低中高 操/他(230)  
 隧道传球游戏 ..... 低中高 体/操(230)  
 简易运球比赛 ..... 低中高 体/操(230)  
 隧道和拱桥 ..... 中高 体/操(231)  
 传弹跳球 ..... 中高 体/操(231)



● 圆阵传球游戏 ●

- 狐狸和松鼠……………中高 体/操(232)  
朝同一个方向传球游戏  
……………低中高 体/操(232)  
圆心传球游戏……………中高 体/操(232)  
单手传球游戏……………中高 体/操(233)  
隔人传球游戏……………中高 体/操(233)  
轮换队长传球游戏……………中高 体/操(233)

● 传接球接力赛 ●

- 队长传球游戏(1)……………中高 体/操(234)  
队长传球游戏(2)……………中高 体/操(234)  
“Z”字形传球游戏(3)……………中高 体/操(234)  
投篮得分接力赛……………中高 体/操(235)  
运球过横杆接力赛……………中高 体/操(235)  
花样传球接力赛……………中高 体/操(235)  
运篮球接力赛……………中高 体/操(236)  
投掷传球接力游戏(2)……………中高 体/操(236)  
邮递传球接力赛……………中高 体/操(236)

● 踢球接力赛 ●

- 踢球传球接力赛……………低中高 体/操(237)  
替换运球接力赛……………低中高 体/操(237)  
人工卫星接力赛……………中高 体/操(237)  
运球传球混合接力赛……………中高 体/操(238)  
运球绕旗接力赛……………中高 体/操(238)  
“S”形运球接力赛(1)……………中高 体/操(238)

● 比赛或游戏 ●

- 简易躲避球游戏……………低中高 体/操(239)  
踢躲跑垒游戏……………中高 体/操(239)  
击球跑垒游戏……………中高 操(239)  
用手打棒球游戏……………中高 体/操(240)  
列队踢球游戏(3)……………中高 体/操(240)  
简易篮球赛……………中高 体/操(240)  
讨伐最后的人……………中高 体/操(241)  
新自由球游戏……………中高 体/操(241)  
伸缩球篮游戏……………中高 体/操(241)  
反弹球游戏……………中高 体/操(242)  
港口球游戏……………中高 体/操(242)  
击倒空罐游戏(6)……………中高 操(242)

● 使用器材的游戏 ●

- 进球得分游戏……………低中 教/体(243)  
击倒空罐游戏(7)……………低中 体/操(243)  
击靶游戏(3)……………低中 体/操(243)

● 使用器材的接力游戏 ●

- 棒子滚球游戏……………中高 体/操(244)  
夹球接力赛……………中高 体/操(244)  
射门接力赛……………中高 体/操(244)  
推倒积木游戏……………低中 体/操(245)  
旋转打靶游戏……………低中 体/操(245)  
投移动球篮游戏……………低中 体/操(245)  
击倒空罐游戏(8)……………中高 体/操(246)  
倒龙门游戏……………中高 体/操(246)  
追赶投球游戏……………中高 体/操(246)

● 其他的游戏 ●

- 水中躲避球……………中高 他(247)  
水中排球赛(2)……………中高 他(247)  
水中篮球赛(2)……………中高 他(247)  
坐式足球游戏……………中高 体/操(248)  
中心圆踢球游戏……………中高 体/操(248)  
守护空罐游戏……………中高 体/操(248)

【比力气的游戏】

● 很多人进行的相扑游戏 ●

- 改变场所相扑游戏……………中高 体/操(250)  
推挤出圈相扑游戏(3)……………中高 体/操(250)  
人马相扑游戏(1)……………中高 体/操(251)  
人马相扑游戏(2)……………中高 操(251)  
取旗相扑游戏……………低中高 操(251)

● 两队对抗赛 ●

- 抢夺帽子之战……………中高 体/操(252)  
骑马战役……………中高 操(252)  
红白之战(1)……………中高 操(253)  
红白之战(2)……………中高 操(253)  
棒推倒了……………中高 操(254)  
场地争夺战……………低中高 体/操(254)

【接力·赛跑】

● 不使用器材的赛跑 ●

- 不用手的赛跑……………低中 体/操(256)  
蹲着赛跑……………低中 体/操(256)  
搂着肩膀赛跑……………低中 体/操(256)  
开始,停,后退……………中高 体操(257)  
运人赛跑……………中高 体操(257)  
来回穿梭赛跑……………中高 体操(257)





### ● 无器材的接力赛 ●

- 跨越小溪接力赛…………… 低中 体/操(258)  
 猜拳接力赛…………… 低中 体/操(258)  
 起来接力赛…………… 低中 体/操(258)  
 倒退跑接力赛…………… 中高 体/操(259)

#### 2 人一组横着跑接力赛

- …………… 中高 体/操(259)  
 拉车接力赛…………… 中高 体/操(259)  
 背人接力赛…………… 中高 体/操(260)  
 骑马接力赛(3)…………… 中高 体/操(260)  
 蒙着眼睛赛跑…………… 中高 体/操(260)  
 人力拖拉机…………… 中高 体/操(261)  
 回旋接力赛…………… 低中高 体/操(261)  
 钻门接力赛…………… 低中高 体/操(261)

### ● 有器材的赛跑游戏 ●

- 钻隧道比赛…………… 低中 体/操(262)  
 听音前进…………… 低中 体/操(262)  
 钻栏杆赛跑…………… 低中 操(262)  
 双胞胎球游戏…………… 中高 体/操(263)  
 穿过梯子赛跑…………… 中高 操(263)  
 运轮胎赛跑…………… 中高 操(263)  
 跨栏赛跑…………… 中高 体/操(264)  
 钻网赛跑…………… 中高 体/操(264)  
 障碍赛跑…………… 中高 操(264)  
 “S”形运球比赛…………… 中高 体/操(265)  
 滚环赛跑…………… 低中高 体/操(265)  
 冲浪赛跑…………… 低中高 体/操(265)

### ● 使用器材的接力赛 1 使用球 ●

- 取球赛跑接力赛…………… 低中 体/操(266)  
 抬轿子运球接力赛(1)…………… 低中 体/操(266)  
 交替放球接力赛(2)…………… 低中 体/操(266)  
 滚大球接力赛…………… 低中 体/操(267)  
 蹲着运球游戏…………… 中高 体/操(267)  
 扫除接力赛…………… 中高 操(267)  
 替换球接力赛…………… 低中高 体/操(268)  
 播种接力赛(2)…………… 低中高 体/操(268)  
 “S”形运球接力赛(2)…………… 中高 操(268)  
 运球射门接力赛…………… 低中高 操(269)  
 手拉手运球接力赛…………… 中高 体/操(269)  
 投球赛跑…………… 低中高 操(269)

### ● 使用器材的接力赛 2 使用棒或绳子 ●

- 2 人跳绳接力赛…………… 低中 体/操(270)

- 火车接力赛…………… 低中 体/操(270)  
 双胞胎赛跑…………… 低中 体/操(270)  
 扛棒接力赛…………… 低中 体/操(271)  
 猴子坐轿子(1)…………… 中高 体/操(271)  
 台风来了…………… 中高 操(271)  
 战车接力赛…………… 中高 操(272)  
 搬运大球接力赛…………… 中高 操(272)  
 搬运行李接力赛…………… 中高 操(272)

### ● 使用器材的接力赛

#### 3 使用各种各样的小道具 ●

- 保持平衡接力赛…………… 低中 体/操(273)  
 搬运牛奶接力赛…………… 低中 体/操(273)  
 托箱搬运接力赛…………… 中高 体/操(273)  
 滚木桶接力赛…………… 中高 操(274)  
 抢救伤员…………… 中高 体/操(274)  
 齐心协力接力赛…………… 中高 体/操(274)  
 骑马障碍接力赛…………… 中高 体/操(275)  
 卖金鱼接力赛…………… 中高 体/操(275)  
 拉轮胎接力赛…………… 中高 操(275)  
 投接球接力赛…………… 低中高 体/操(276)  
 球拍托球接力赛…………… 低中高 体/操(276)  
 绕杆接力赛…………… 低中高 体/操(276)

### ● 组成队形的接力赛 ●

- 蜜蜂窝接力赛…………… 低中 体/操(277)  
 穿越隧道比赛…………… 低中 体/操(277)  
 毛毛虫赛跑…………… 低中 体/操(277)  
 扛杆子接力赛…………… 低中 操(278)  
 蜈蚣接力赛…………… 中高 操(278)  
 穿隧道接力赛…………… 中高 体(278)  
 搬运垫子接力赛…………… 中高 体(279)  
 跳舞赛跑…………… 低中高 体/操(279)  
 跨、跑接力赛…………… 低中高 体/操(279)  
 抬轿子运球接力赛(2)…………… 中高 体/操(280)  
 抬轿子接力赛(1)…………… 中高 操(280)  
 长距离接力赛…………… 低中高 操(280)

### 【使用体育器材的游戏】

#### ● 使用环的游戏 ●

- 滚铁环游戏…………… 低中 体/操(282)  
 钻环旋转接力赛…………… 低中 体/操(282)  
 2 人钻环接力赛…………… 低中 体/操(282)  
 跳环接力赛…………… 中高 体/操(283)



2人3脚接力赛(2) …… 中高 体/操(283)  
套环比赛(2) …… 中高 体/操(283)

● 使用棒的游戏 ●

钻杆游戏 …… 低中高 体/操(284)  
猴子坐轿子(2) …… 低中高 体/操(284)

● 使用绳子或绳索的游戏 ●

过河接力赛 …… 低中 体/操(285)  
十字形拔河比赛 …… 中高 操(285)  
人力马车 …… 低中高 体/操(285)

● 使用轮胎的游戏 ●

抬轿子接力赛(2) …… 中高 操(286)  
抢轮胎比赛 …… 中高 体/操(286)  
轮胎运球接力赛 …… 低中高 操(286)

【多种形式的竞技和游戏】

● 增加分数和伙伴的游戏(幸存者游戏) ●

猜拳接龙游戏 …… 低中高 体/操(288)  
重新组合游戏 …… 低中高 体/操(288)  
抓蜈蚣的尾巴 …… 中高 体/操(289)  
重复数字 …… 中高 操(289)  
魔鬼的陷阱 …… 中高 操(289)  
拱门隧道 …… 低中 体/操(290)  
钓钩 …… 低中高 体/操(290)  
仙鹤和乌龟 …… 低中 体/操(290)

● 比赛速度、距离的游戏 ●

单脚平衡接力赛 …… 中高 体/操(291)  
接力立定跳远 …… 中高 操(291)  
在宇宙行走 …… 低中高 操(291)  
辅助跳跃比赛 …… 中高 操(292)  
纵火的魔鬼 …… 低中高 体/操(292)  
传大球游戏 …… 中高 操(292)

● 需正确完成的快乐游戏 ●

蹲下 …… 低中高 教/体/操(293)  
鲤鱼游 …… 低中高 教/体/操(293)  
取棒子游戏 …… 中高 体/操(294)  
瞄准0 …… 低中高 操(294)  
灯笼 …… 中高 教/体/操(294)

● 占有优势的快乐游戏 ●

猜拳换乘游戏 …… 低中高 体/操(295)  
抬花轿 …… 中高 体/操(295)  
漂流 …… 低中高 体/操(295)  
马背夺冠游戏 …… 中高 体/操(296)  
爬鳗鱼背游戏 …… 低中高 体/操(296)

● 快乐的挑战游戏 ●

菩萨起,菩萨倒 …… 中高 体/操(297)  
人门,人摆 …… 中高 体/操(297)  
变成蜈蚣 …… 低中 体/操(298)  
汽车站 …… 低中 操(298)  
俯卧前进 …… 低中高 教/体(298)

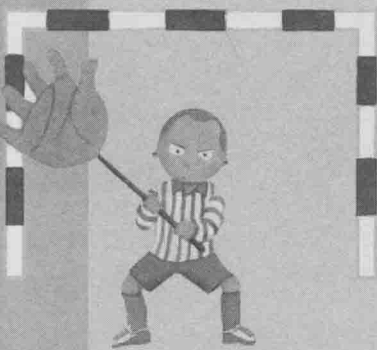
● 改变形状、动作、技能的游戏 ●

摇椅 …… 中高 教/体/操(299)  
盘腿坐 …… 中高 教/体/操(299)  
天桥 …… 中高 教/体/操(299)  
背靠背站起来 …… 低中高 教/体/操(300)  
飞机 …… 中高 体/操(300)  
东京塔 …… 中高 体/操(300)  
骑脖子游戏 …… 中高 体/操(301)  
飞人 …… 中高 体/操(301)  
翻滚手臂 …… 中高 体/操(301)  
单脚平衡持久战 …… 低中高 体/操(302)  
触壁 …… 低中高 他(302)  
八字平衡 …… 中高 体/操(302)

低—面向低年级的游戏  
中—面向中年级的游戏  
高—面向高年级的游戏  
教—在教室进行游戏

体—在体育馆进行游戏  
操—在操场进行游戏  
他—利用特殊的自然环境等  
进行游戏

**提醒:** 本书一些游戏较危险,请在老师和大人陪同下进行游戏。游戏过程中请注意安全。



# 第 1 部

## 课间玩的游戏

汇集了在短时间内、人数少的时候可玩的游戏项目

