

小学游戏教材

最新實驗

小學遊戲教材

原著者	美國米瑟尼博士
譯者	王毅誠
	袁敦禮
校閱者	董守義
	高梓

世界書局印行

最新實驗
小學遊戲教材

定價國幣三元五角

外埠另加運費滙費

原著者 美國米瑟尼博士

譯者 王 毅 誠

校閱者 袁 敦 禮
董 守 義
高 梓

發行人 李 煜 瀛

出版者 世 界 書 局

發行所 世 界 書 局

版權所有 不准翻印

中華民國三十七年三月出版

序

兒童在小學時期，是身心發育最重要的階段，應當以體育活動爲教育中心。在整個體育教育環境中，因爲兒童天性愛好活動，所以在各種遊戲運動中，不但能獲得身心方面自然充分的發育，同時還可以實驗社會倫理和友誼，從實際經驗裏，兒童得到關於環境的種種知識和能力，因此奠定了一切身體、社交、情感和道德上發展的基礎。所以小學體育，在整個教育中，實佔一極重要的地位，此乃世界教育家所公認。

小學體育之理想教學環境，應包含三種因素：教師、教材和設備。目前一般小學，經濟支絀，設備簡陋，合格的師資，供不應求，但最感缺乏的是適用的教材。小學體育教師幾有無書可參考的困難。王毅誠同志，有鑒於此，乃於公餘譯就最新實驗小學遊戲教材教法一書。務望對於貧乏的體育出版界，有所貢獻。熱忱毅力，俱深欽佩。

此書系統的介紹小學各年級之遊戲競技、墊上運動、球類活動及韻律活動的教材教法，爲極有價值之小學體育參考材料。第二章「小組遊戲」Limited space games 對於場地設備不甚完善之學校，尤爲適合。務望從事小教體育同志均能充分利用此書裨益兒童體育教學，即可不負譯者的努力與用心。爰識數語，作爲序言，並介紹王君小史於后：

王君原籍江都，生長湘省，畢業於長沙私立雅禮大學，旋畢業上海中華基督教青年會全國協會體育專科學校；歷任長沙南京上海青年會體育主任幹事，國立中央大學體育助教，浙江省立體專校長兼省教育廳視察；二十七年入教育部，現任該部國民體育委員會學校體育組主任。歷年譯著出版體育書籍多種，聞其擬繼續於公餘，積極從事體育書籍之譯著，而期有所貢獻於體育云。

郝更生

序

王君毅誠嘗與余同學於青年會協會體育專門學校，卒業後，即從事教育工作，迄今歷卅餘年，精勤好學，尤以編譯見長；曩任國立中央大學助教後，譯著頗多；現任教育部國民體育委員會學校組組長，利用公餘時間，努力於譯著不已。

目前我國學校教育實驗及示範一類書籍，極形缺乏，尤以體育實驗教材爲甚。王君近譯成「最新實驗小學遊戲教材」一書，經余展讀一過，深覺譯述精確，圖解顯明，實屬一種適應我國小學體育需要，而不可多得之參考材料。按此書爲美國「米瑟尼」博士原著，在美試驗，頗有成效；今王君以簡明流暢之文字，譯成付梓，實屬吾國小學體育教育事業上一大貢獻，對於今後小學遊戲之改進，必大有裨益，爰誌數語，聊用介紹。

蠡縣董守義敬序 三十六年八月

自序

兒童身體發育與否，影響國家之強弱，與民族之盛衰，至大且鉅。蓋兒童爲國家未來之主人；如主人體魄不健全，精神又萎靡，凡百事業，自難成功，國力隨之而墮，此理固可不言而喻也。

小學體育，即爲一鍛練兒童體格，發育其身心之課目。設利用體育活動，切實注意兒童身心訓練，則其日後無論求學或立身社會，因其已具愛好體育之觀念，得以繼續體育活動，經常保有強健之體力，充沛之精神，對於任何艱巨，既易勝任愉快，而其人生觀念，亦得因而樂觀。故謂小學體育爲培植人生日後幸福之根源，亦不爲過。

顧欲達成此項偉大目的，非有完善之小學體育教材不爲功。慨自我國抗戰軍興，全國教育文化設施，多被燬損，前此出版收藏之體育書籍能得保存者百不什一。現當復員建國，促進青年體育之時，學校體育教材舊者多闕，新者亦尠，體育教學殊感困難，負體育教學之責者，輒感惶惑而不可終日。此實一不易補償之損失，然亦爲我國體育界不可不急起直追，以圖補救者也。

譯者有慨於斯，遂函請吾師美國麥克樂博士在美代選最近出版之體育教學書籍若干冊郵寄前來，擬逐一逐譯，貢獻於我教育界。

本書譯就，蒙國立北平師範學院院長袁敦禮先生，中華全國體育協進會總幹事董守義先生，教育部國民體育委員會委員高梓先生校閱，多所指正，並承董守義先生暨郝更生先生賜序，榮寵匪淺，附此致謝。

王毅誠識 三十六年八月

引 言

本書爲便於克利佛尼亞大學 (University of Southern California) 師範生採用小學各年級體育教材而編訂者，以期各生於教學實習時間，嫻熟其教法，並知有所補充。

書中教材均經美國中西部各省若干辦理完善之小學，加以試驗；各項之中，列明適合何年級應用，亦係迭經實地教學後確知其爲合用者。

採用本書教材教學時，宜注意項目與年級之配合，須依兒童過去學習之經驗與訓練情形而定。

凡 例

1. 本書爲美國洛桑磯南克利佛尼亞大學體育名教授米瑟尼博士 (Dr. Eleanor Metheny) 所編。原文僅分類別而未有章節。譯者將其按類分章，逐段分節，以便查閱。
2. 我國體育釋名，尙未統一，本書多用直譯；其因原名係屬特有，不易直譯者，除力求與我國體育界常用名稱相符外，卽按原文音譯或意譯，總期不失原文本義。譬如第一章第一節之 6，原名 “Bunny Top”，乃音譯「蹦踏」。又同節第 14 項原名 “Red Rover” 乃意譯「點將」等是。
3. 本書各項中之設備、陣式、方法等，固各已述明，但非一律。

譬如第一章中前二三節各項遊戲之設備、陣式、方法係用平述；而第二章第四節內數項，則分列述明。譯者仍按原文方式譯之，不另改變；蓋是否一致，初無關宏旨也。

4. 本書球類遊戲中各項動作名稱，均照我國球術規則之釋名，以求一致；其有前所少見者如第七章第二節之 6，原文“Spike”，則譯以「捺球」蓋取意譯。
5. 第九章韻律活動，原文內附有少數不詳意義亦非樂譜之短線條，雖與具有韻律學識經驗者推敲其意，僅疑其與節拍有關而不能詮釋其義，豈米氏編是章時，只示其綱略歟。譯者仍將是項短線，照書中原式畫入，以免謬誤。
6. 譯文多附英文原名，俾閱者參證。
7. 書末附有索引，中英文並列，藉資檢覈。

目 錄

引言 凡例

郝序, 董序, 自序.

第一章 低級組織遊戲 1

第一節 小組遊戲 (一年級) 1

第二節 混合大組遊戲 (一年級) 5

第三節 小組遊戲 (二年級) 8

第四節 小組遊戲 (三四年級) 13

第五節 小組遊戲 (五六年級) 17

第二章 室內小組遊戲 21

第一節 靜式 (無跑動) 遊戲 (各年級) 21

第二節 中和式遊戲 (各年級) 23

第三節 活潑輕快遊戲 (各年級) 26

第四節 小團體遊戲 31

第三章 墊上運動 39

第一年級適用者 39

第二年級適用者 42

第三年級適用者 43

第四年級適用者·····	45
第五六年級適用者·····	48
第四章 接力競技運動 ·····	52
班級接力競技組織要點·····	52
第一節 簡式接力·····	53
第二節 做做接力·····	54
第三節 新式接力·····	54
第四節 阻礙進行接力·····	56
第五節 二人縱列式接力·····	57
第六節 球術接力·····	58
第五章 籃球各式動作要點 ·····	60
第一節 訓練籃球技術之方式·····	60
第二節 籃球訓練要點·····	61
第三節 傳球方式·····	63
第四節 投籃方式·····	64
第五節 轉身·····	65
第六節 防衛·····	66
第七節 跳躍·····	67
第八節 籃球遊戲·····	67
第六章 足球——快速球各式動作要點 ·····	77
第一節 訓練足球——快速球之方式·····	77

第二節	足球訓練要點	78
第三節	扼守足球防線遊戲	80
第四節	扼守足球防區遊戲	84
第五節	簡化快速球	88
第七章	排球	92
第一節	分組訓練方式	92
第二節	排球訓練要點	94
第三節	初級排球遊戲	96
第四節	小學排球遊戲	98
第八章	壘球	102
第一節	分組訓練方式	102
第二節	壘球訓練要點	103
第三節	擊球遊戲	104
第四節	壘上蹴球遊戲	106
第五節	爭先回壘	108
第六節	擲球跑壘	110
第七節	單壘球戲	111
第八節	單純戶內壘球（五年級適用）	112
第九章	韻律活動	123
第一節	一般目的	123
第二節	專門目的	123

第三節	節拍緩急訓練.....	124
第四節	音調強弱訓練.....	127
第五節	音節高低訓練.....	127
第六節	重音訓練.....	127
第七節	利用兒童姓名配以韻律活動.....	128
第八節	有關室內韻律活動之教材.....	129
第九節	土風舞與交際舞初級步法.....	130
第十章	唱遊與土風舞	133

最新
實驗

小學遊戲教材

第一章 低級組織遊戲

第一節 小組遊戲(一年級生適用)

1. 分餅 (Cut the Cake)

全組兒童成圓陣，內向而立。先命「甲」童立圓陣內，將雙手合併以之爲「刀」，向圓陣上任何二童所牽之手面切下。被切手之乙丙二童即須轉身反向繞圓陣外而跑；此時甲童立待不動，以便判斷乙丙二童誰先返抵原處，先返者爲勝以代甲「刀」，如前繼續遊戲，但凡經遊戲一過之兒童仍立於圓陣上，不必牽手。

2. 鴨子與鵝 (Duck, Duck, Goose)

全組兒童成圓陣，內向而立。先命「甲」童繞陣外且跑且以手逐一觸各童之背，並呼「鴨，鴨，……鵝」！環立各童被甲童觸及且聞「鴨」字時，即須蹲下；被觸爲「鵝」字之一童「乙」，即須反身追甲；如甲在繞陣而逃未被乙追及，返乙原立之處時，乙即代甲，仿前繼續遊戲。凡爲甲者在呼「鵝」字前得任呼若干「鴨」字。每一追逐結束時，餘童即均站起。

3. 拋手巾 (Drop the Handkerchief)

全組兒童成圓陣，內向而立。先命甲童持手帕繞陣外而跑，隨意將帕拋於某童背後地面，繼續前跑；此時，其他兒童不可指點招呼。如乙仍未發覺而甲又已跑至其前時，乙童當趨立於陣中，謂之「呆子」。如乙當時發覺，即須轉身追甲，須在甲未能歸至乙之原處前，將其捉住或觸及之，則甲仍爲甲(it)，乙仍返原位；否則互換職守。此時，陣中如已立有「呆子」丙者，丙即趨至乙前，將巾拾起以代甲，繞陣而跑仿前遊戲之。

4. 追拍遊戲 (Tag Games)

(1) 僵僕 (Stoop Tag)

甲童「it」爲追拍者。當甲跑至某童前擬施以拍擊時，該童即須僵僕其身，方得免拍；惟各童不得僵僕二次以上冀圖避免。

(2) 按地 (Japanese Tag)

凡被拍之兒童即須在被拍之處以一手按地，俟見其他一童被拍着時，方可挺身立起。

(3) 逐影 (Shadow Tag)

追拍者以能用足踏及避者之身影爲合，身影被踏者即改爲追者。

5. 老妖 (Old Mother Witch)

全組兒童排成單行，以甲童名曰「老妖」背向立於單行兒童之前。甲緩步前行，口唸「老妖跌在溝洞中，拾一銅錢稱

富翁」。單行各童應放胆緊隨老妖之後。當老妖唸畢其詞，即反身問曰「你們是誰的兒女？」單行中即須有一二兒童將預先思就之任何姓名回答之，如曰「蔣家的兒女」或「白家的兒女」。女妖聽得三種不同姓名之答復，再前行數步，反身復作如前之問答。設答語中忽有「老妖的兒女」一句時，老妖即追逐各童，後者即須逃回起點線，凡未及返回起點線而被老妖捉住或觸及者，則應隨同老妖行動追逐他童，至全被追捉為止。

6. 蹦踏 (Bunny Top)

先選甲童稱為「蹦踏」，出外嬉遊；餘童各蹺一足隨其躍進，且連呼：「蹦踏，蹦踏，跳！」甲即答曰：「不准你們停跳！」乃亦蹺足躍進，餘童亦隨躍於其後，彼此同前，相互呼應。中途甲忽拍手一下，迅急回身儘力追逐各童；後者須反身逃避。凡被捉或觸及者，均協助甲追逐他童；最後被捉者輪為蹦踏。

7. 掛車 (Hook on Tag)

先擇甲童為第三者 (it)，另將其餘各童分為三人一小組，各組三人前後排立，第一人稱為火車頭，立在後者須以雙手托前人之腰，而最後一人稱為車守。甲 (it) 須設法馳至車守處，以手與其牽掛，此時車頭極力左右迴旋，餘二人亦隨之行動以避甲。某組最後一人被甲掛着時，則該組車頭即成為第三者 (it)。