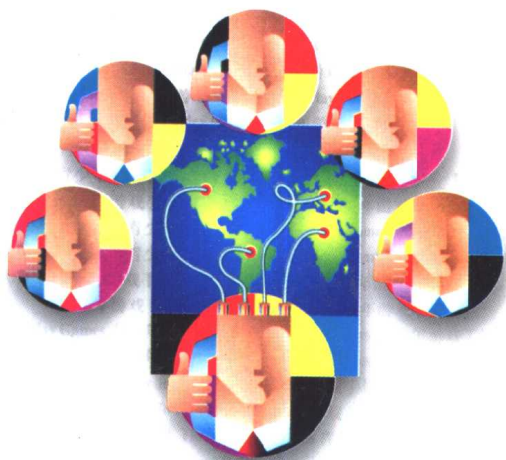


青少年游戏手册

How To Play Games



**游戏是青少年喜爱的基本活动，它能给
青少年带来愉快的情绪体验**

在紧张的学习之余，让青少年在游戏中，
做做、玩玩、笑笑、乐乐、唱唱、跳跳，自由自在地
表达兴趣，展示爱好，抒发情感

新世纪素质技能丛书

青少年游戏手册

杨再励 编著



石油工业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

青少年游戏手册/杨再励编著.

北京: 石油工业出版社, 2002.4

(新世纪素质技能丛书)

ISBN 7-5021-3704-1

I. 青… II. 杨… III. 游戏-青少年读物 IV. G898

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 012346 号

书 名: 青少年游戏手册

编 者: 杨再励

责 编: 杨仕平

出版发行: 石油工业出版社 邮政编码: 100011

通讯地址: 北京安定门外安华里二区一号楼

全国经销: 全国新华书店

印刷装订: 北京密云华都印刷厂印刷

开本: 850×1168 印张: 13.75

字 数: 382 千字

版 次: 2002 年 4 月北京第 1 版

印 次: 2002 年 4 月北京第 1 次印刷

印 数: 1—8000

书 号: ISBN 7-5021-3704-1/G · 373

定 价: 18.00 元

前言

社会在进步，时代在发展，新的生存环境呼唤新的适应型人才，过去那种埋头苦干，刻苦攻读，只求考试打百分的知识型人才很难适应社会，适应时代了；取而代之的是那种具有开拓精神，拥有创造品质，具有良好素质，掌握先进技能的能力型人才更受到社会的青睐。他们工作中左右逢源，生活中游刃有余，逐步成为顺应时代、主宰社会的生力军。

我们知道，社会是一个大家庭，人生活在这个家庭中，是社会的一份子。她必须适应社会，与人相处；必须拥有良好的心理素质、审美素质，具备优秀的口语表达能力、书面语表达能力、艺术表现能力、自我推销能力、辨识禁忌能力等等。具备良好心理素质的人才能冷眼观世界，笑脸对挫折，适时转换行为角色，与人交往起来才得心应手；具备优越口才的人才能口吐莲花，快口如刀，呼风唤雨，交际中立足主动；具有一定写作能力的人才能笔墨含金，达意于方格，传情于字符；具有一定艺术素养的人则品性高雅，行为优秀，处处展示出美的气质；工作之余善于游玩的人，可消除压力、缓解紧张，以更加轻松、舒适的心情投入新的工作……

这些能力、素质的培养与获得是每个青年人刻意追求的，是每位父母、家长希望儿女们具备的。因为他们都知道，惟其如此，才不至于被社会淘汰，才能在激烈的、无情的人生大角逐中守住属于自己的那一方天地。

为了让青少年朋友及其家长拥有一套实用的、可操作的素质技能培养训练方法，我们编辑出版了这套“新世纪素质技能丛书”，包括《青少年论辩手册》、《青少年幽默手

册》、《青少年艺术手册》、《青少年游戏手册》、《青少年知识抢答赛手册》、《青少年朗诵手册》、《青少年写作手册》、《青少年审美手册》、《青少年书法手册》、《青少年禁忌手册》、《青少年行为手册》等。

相信这套丛书的出版能促使你成为一个：

有优良素质的人！

有卓越技能的人！

能适应时代，影响社会的人！

编 者

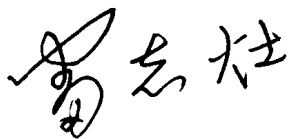
2002 年 3 月

序 言

游戏是儿童、青少年思维与行为相结合的一种活动形式。它既可以发展智力，又具有休闲娱乐性，所以通过游戏能使儿童、青少年在积极、健康、愉快的游戏活动中，促进身心健康发展，提高智力水平，培养创新实践能力、竞争意识和民主合作意识，以达到优化个性发展的目的。

游戏源于人类社会生活，并以其贴近生活、贴近社会为内容，在继承与创新中发展，具有教育性、趣味性和实践性的特点，日渐成为全面发展素质教育的一个有机组成部分。

《青少年游戏手册》在参阅了大量国内、外有关文献资料的基础上，根据我国儿童、青少年的年龄特征和发展需要创编而成，内容丰富、形式新颖别致，具有广泛的适用性。全书包括体育游戏、智力游戏、知识游戏、谜语游戏、创造性游戏、图形游戏等内容，都是广大儿童、青少年非常喜爱和乐于参与的游戏。她的出版将为我国广大儿童、青少年向着高素质、创新型人才方向发展起着重要作用。

A stylized handwritten signature in black ink, consisting of a large, fluid character on the left and the characters '志 壮' (Zhi Zhuang) on the right.

2002年2月



体 育 游 戏

一、室外场地游戏 (3)

1. 龙游浅滩 (3) 2. 斗鸡 (3) 3. 赛马 (4) 4. 狼和小羊 (5)
5. 袋鼠跳 (6) 6. 三条腿的小兔 (7) 7. 手脚亲近 (8) 8. 麻花腿走路 (9) 9. 向后绕步走 (10) 10. 拱腰引足跳 (11) 11. 穿过树林 (11) 12. 淘汰赛跑 (12) 13. 钻跨栏架 (13) 14. 转身冲刺跑 (14) 15. 蛇形接力跑 (14) 16. 钻城门 (15) 17. 惊弓之鸟 (16) 18. 喊数抱团 (17) 19. 后浪逐前浪 (17) 20. 钻空子 (18) 21. 踩石头过河 (19) 22. 跳山羊 (19) 23. 过人连环 (20) 24. 跳竿接力 (21) 25. 盲人跛子互助 (22) 26. 一搬一接力 (23) 27. 摸老虎尾巴 (23) 28. 抱腿比赛 (24) 29. 穿插追拍 (25) 30. 摸黑穿衣 (25) 31. 贴五官 (26) 32. 蒙眼击鼓 (27) 33. 传口令 (27) 34. 炸地堡 (28) 35. 抛球换位 (29) 36. 逐出城外 (30) 37. 投球进筐 (31) 38. 活动篮筐 (32) 39. 二龙抢珠 (32) 40. 西瓜空中飞 (33) 41. 传球比快 (34) 42. 定向打靶 (35) 43. 快连传球 (36) 44. 抢圈中球 (36) 45. 传球射门 (37) 46. 发球得分 (38) 47. 快乐的打靶场 (38) 48. 活动球门 (39) 49. 抢球过人 (40) 50. 带人跳绳 (41) 51. 模仿跳绳 (42) 52. 带人跳绳跑 (42) 53. 方阵拉绳 (43) 54. 拔河 (44) 55. 机器运转 (45) 56. 丢手绢 (46) 57. 钻、套呼拉圈 (47) 58. 捉兔 (48) 59. 找队旗 (48) 60. 钻双杠跑接力 (49)

61. 双杠追逐赛 (50) 62. 抛球取物 (50) 63. 蒙眼组画 (51)
64. 快乐传真 (52) 65. 臀步走 (53) 66. 摇到外婆桥 (53) 67. 数
蛤蟆 (54) 68. 堆雪人 (55) 69. 滚雪球 (55) 70. 雪地打冰球
(56) 71. 消防队 (56)

二、军事模拟游戏 (57)

1. 二龙戏珠 (57) 2. 蒙眼“闯”雷区 (58) 3. 瞎子抓拐子 (58)
4. 快速反应部队 (58) 5. 紧急集合打坦克 (59) 6. 战地信使
(59) 7. 战地救护 (60) 8. 战斗编组 (61) 9. 该笑不该笑 (61)
10. 识别工具 (62) 11. 熟悉战友 (62) 12. 前沿检查 (63) 13. 越
过封锁区 (63) 14. 雷达搜索 (64) 15. 智取情报 (64) 16. 侦
察兵 (65) 17. 抓俘虏 (65) 18. 连续爆破 (66) 19. 全连下军
棋 (66) 20. 火线运输 (67) 21. 传口令 (67) 22. 紧急集合 (68)
23. 打碉堡 (68) 24. 取长补短 (69) 25. 官兵送水 (69) 26. 超
时代步伐 (70) 27. 快速归队 (70) 28. 呼号夺旗 (71) 29. 抢
占山头 (71) 30. 突入敌后 (72) 31. 运送弹药 (72) 32. 丛林
追捕 (73) 33. 占领指挥部 (73)

三、水中游戏 (75)

1. 浅水中赛跑 (75) 2. 水中接力比赛 (75) 3. 头顶球比赛 (75)
4. 水底寻宝 (75) 5. 水汽艇冠军赛 (75) 6. 水中对抗赛 (76)
7. 穿越障碍 (76) 8. 倒退划船 (76) 9. 小鸭戏水 (76) 10. 穿
越水下隧道 (77)

智力游戏

一、智力快餐 (81)

二、智破疑案 (92)

1. 杀人媒介 (92) 2. 失踪的邮票 (92) 3. 秘书与凶手 (93) 4. 邮

局失窃案(94) 5. 海瑞断案(94) 6. 离奇中弹(95) 7. 赎金哪去了(95) 8. 凶器在哪(96) 9. 守财奴(96) 10. 被盗的自行车(97) 11. 末路逃亡(97) 12. 走私犯的花招(98) 13. 警惕的眼睛(98) 14. 谁是真凶(99) 15. 妻子的遗书(100) 16. 神钟断案(100) 17. 各判何刑(101) 18. 他是怎样做案的(102) 19. 雪地迷踪(103)

三、智慧趣题(104)

1. 聪明的大臣(104) 2. 问的学问(104) 3. 球迷们的愿望(105) 4. 师徒斗智(105) 5. 三个山洞(106) 6. 猜少数民族(106) 7. 孔融识破骗局(107) 8. 妈妈乘车(107) 9. 怎样吃到鱼(108) 10. 谁得了第三名(108) 11. 星期几(108) 12. 谁打碎了玻璃(109) 13. 获奖名次(109) 14. 老猎人教子(109) 15. 东方快车(110) 16. 怎样分公平(110) 17. 智取稿酬(111) 18. 粗心的导游(111) 19. 富翁的遗嘱(111) 20. 法官的苦恼(112) 21. 谁是姐姐(112)

知识游戏

一、语言文字游戏(129)

1. “人”字趣谈(129) 2. 奇妙的对联(129) 3. 相国亲妻(129) 4. 画龙点睛(130) 5. 巧用标点(130) 6. 解缙化险(130) 7. 周总理的智慧(131) 8. 读诗猜字(131) 9. 一封难断的遗嘱(131) 10. 奇怪的数学题(132) 11. 你会读对联吗(132) 12. 趣味成语(133) 13. 妙填数词(134) 14. 巧填动词(134) 15. 猜字谜(135) 16. 重叠的词缀(135) 17. 读诗写成语(136) 18. 脸谱名词(136) 19. 补写歇后语(137) 20. 练字测验(137) 21. 变字(138) 22. 字谜(138) 23. “三”字组词趣谈(139) 24. 巧填一字(139) 25. 成语互解(140) 26. 成语相对(140) 27. 成

语一条龙(141) 28. 填成语(141) 29. 象棋与成语(142) 30. 成语游戏(143) 31. 诗句填色(143) 32. 诗句填动物(145) 33. 诗中柳(145) 34. 诗句接龙(146)

二、趣联赏析(147)

三、数学应用游戏(160)

1. 数的表示法(160) 2. 数字算式(160) 3. 分图(162) 4. 小岛有多大(162) 5. 怎么填(163) 6. 试试看(163) 7. 双环填数(164) 8. 得数相等(164) 9. 巧妙填数(165) 10. 魔幻正方体(165) 11. 最节省的船费(166) 12. 如何移动棋子(166) 13. 魔方之谜(166) 14. 巧填数字(167) 15. 重新排列(167) 16. 复原古代壁画(168) 17. 数字方阵(168) 18. 分方阵(169) 19. 小屋关数字(169) 20. 乐乐逛数字城(170) 21. 学校建在哪里好(170)

四、科学知识游戏(172)

1. 锅盖不同(172) 2. 空心球和实心球(172) 3. 白天的星星(172) 4. 电杆木被烧焦(173) 5. 小溪潺潺(173) 6. 闪电与雷声(173) 7. 透过玻璃的阳光(174) 8. 树叶不能烧(174) 9. 跌跤(174) 10. 小李拍照(175) 11. 高压线上的小鸟(175) 12. 上升的气球(176) 13. 泡在水中的钉子(176) 14. 张飞过桥(176) 15. 美丽的瑞士(177) 16. 手会烫伤吗(177) 17. 泥罐中的水(177) 18. 一休烧水(178) 19. 汽车的后窗(178) 20. 评判一下(178)

谜语游戏

一、文字谜(183)

1. 字谜(183) 2. 用典谜(187) 3. 棋语谜(190) 4. 唐诗填

字谜 (192) 5. 书信谜 (195) 6. 数字谜 (197) 7. 问答谜 (201)
8. 地名谜 (203) 9. 诗体谜 (206)

二、故事谜 (255)

1. 王屠夫 (255) 2. 满媳妇 (255) 3. 三问 (256) 4. 穷教书匠 (257) 5. 摇钱树 (258) 6. 有趣的数 (259) 7. 选助手 (259)
8. 巧分油 (260) 9. 巧骂财主 (260) 10. 小丫环难倒教书匠 (261)
11. 贪吏猜谜 (261) 12. 三才子对谜 (262) 13. 断肠谜 (263)
14. 巧对谜语 (263) 15. 唐僧问姓 (264) 16. 秀才夺画 (265)
17. 老板请酒 (266)

三、花色谜 (268)

1. 画谜 (268) 2. 钟表谜 (274) 3. 印章谜 (275) 4. 电报谜 (280)

创造性游戏

一、小魔术 (285)

1. 清水变牛奶 (285) 2. 空杯生“牛奶” (285) 3. 鸡蛋游戏 (285)
4. 点“铁”成“金” (286) 5. 紫水变蓝水 (286) 6. 水点酒精灯 (287)
7. 白纸显画 (287) 8. 会沉浮的扣子 (287) 9. 流不出来的水 (288)
10. 魔烛 (288) 11. 墨汁变金鱼 (288) 12. 口中串珠 (289)
13. 手帕解扣 (289) 14. 手帕变火柴 (290) 15. 变手帕 (290)
16. 忽有忽无的火柴 (290) 17. 做“手指插钉” (291)

二、翻绳 (292)

1. 眼镜框 (292) 2. 登山梯 (294) 3. 鸽子窝 (295) 4. 苹果 (297)
5. 花手帕 (298) 6. 四弦琴 (299) 7. 老牛槽 (300) 8. 十字街 (301)
9. 帐篷门帘 (302) 10. 翻绳成扫帚 (305) 11. 翻绳拉锯 (306)
12. 手腕解脱 (307) 13. 绳离手指 (308) 14. 做

成梯子 (309)

三、折纸 (311)

1. 济公帽 (311)
2. 狐狸头 (312)
3. 鱼 (313)
4. 孔雀 (314)
5. 大象 (315)
6. 鸽子 (316)
7. 龟 (318)
8. 火箭 (319)
9. 花边小帽 (319)
10. 啄木鸟 (321)

图形游戏

一、火柴游戏 (325)

1. 巧移 1991 (325)
2. 巧移字母, 拼摆 1993 (325)
3. 横竖相等式 (325)
4. 循环相等式 (326)
5. 巧拼同向鱼 (326)
6. 四个变九个 (327)
7. 巧移国名 (327)
8. 拼省名 (327)
9. 巧移接力等式 (328)
10. 三棵拼五棵 (328)
11. 扭转鸟头 (328)
12. 巧移火柴人 (329)
13. 巧拼成语 (329)
14. 巧移火柴 (329)
15. 智变等式 (330)
16. 巧变图形 (330)
17. 巧摆图形 (330)
18. 巧变等式 (331)
19. 图形变换 (331)
20. 如何移动 (331)
21. 聪明的阿聪 (332)
22. 巧摆菱形 (332)
23. 艰巨的任务 (333)
24. 如何排列火柴 (333)
25. 巧移火柴 (334)
26. 如何掉头 (334)
27. 智移火柴 (334)
28. 火柴搭桥 (335)
29. 拼三角形 (335)
30. 移火柴 (336)
31. 图形变换 (336)
32. 移动房子 (336)
33. 改变方向 (337)
34. 刘禅做题 (337)
35. 奇妙的火柴 (338)
36. 一层变两层 (338)
37. 巧摆正方形 (339)
38. 移火柴 (339)

二、拼图游戏 (345)

1. 七巧板 (345)
2. 九巧板 (346)
3. 十五巧板与二十三巧板 (347)
4. 哪个圆圈大 (350)
5. 顺序是怎样的 (350)
6. 多少个圆圈 (350)
7. 一对蜘蛛网 (351)
8. 土著人真面目 (351)
9. 隐藏的字 (352)
10. 填哪一块合适 (352)
11. 哪根会打结 (353)

12. 这幅画是由哪六个字组成的 (353) 13. 找拼音 (354) 14. 挖下的是哪一块 (354) 15. 宇航员的行李 (354) 16. 填哪个图案 (355) 17. 鱼耳上共有多少个正方形 (356) 18. 哪一根是正确的 (356) 19. 怎么拼 (356) 20. A 长些还是 B 长些呢 (357) 21. 哪一支箭没有透过桃子 (357) 22. 目测哪组是真正平行线 (357) 23. A、B、C 三人的反照是右图中的哪个 (358) 24. 哪三个花瓶相同 (358) 25. 图中有多少立方体 (359) 26. 巨轮由哪几个字组成 (359) 27. 这匹马由哪几个数字组成 (359) 28. 找基本构件 (1) (360) 29. 找基本构件 (2) (360) 30. 哪张设计图正确 (361)

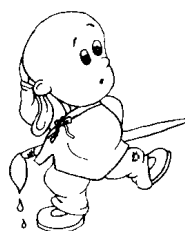
三、迷宫游戏 (368)

1. 捕蜻蜓做标本 (368) 2. 海底寻宝 (368) 3. 王子救公主 (369) 4. 恐怖迷宫 (370) 5. 解救超人 (371) 6. 请你做导游 (372) 7. 组句迷宫 (373) 8. 取珍宝 (374) 9. 太空船的航道 (375) 10. 征服植物怪兽 (375) 11. 走出自由女神像 (376) 12. 爆破专家 (378) 13. IQ 博士 (379) 14. 越狱 (380) 15. 寻找太空船 (381) 16. 宝宝能吸到牛奶吗 (382) 17. 小兔走猫迷宫 (383) 18. 可恶的蛀虫 (384) 19. 如何走进圆明园 (385) 20. 老鼠钻洞 (386) 21. 含谜语的迷宫 (387) 22. 谁能到达目的地 (388) 23. 神秘的相机 (389) 24. 护送“病人” (390) 25. 小矮人漫游 (391) 26. 巨石迷宫 (392) 27. 青蛙游路 (393) 28. 打开水龙头 (394) 29. 鸽子回巢 (395) 30. 输油管道 (396)

后记 (422)

参考文献 (423)

体 育 游 戏



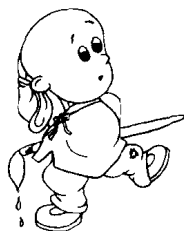
青
少
年
游
戏
手
册

一、室外场地游戏

1. 龙游浅滩

准备：开阔平坦场地。

方法：10 人或更多的人组成一队，相互手拉手，尽可能地拉开距离。队首的人向后转身，从与同伴相握的手下（“洞”）钻进，再绕过下一个同伴，从同伴相握的手下钻出，其他的人跟在带队人之后，依次同样地钻进钻出，直钻到队尾。其移动的路线宛如一条在浅滩上爬行的蛟龙。



规则：（1）如果分组比赛，则以最先钻完的队为胜。

（2）在钻进钻出时互相拉手不允许松开。

（3）各队必须保证钻完相同数目的“洞”。

指导：（1）加快钻进钻出的速度，领队的队员可绕远跑，使蛇形弧度加大。

（2）开始时可步行，熟练之后可跑步进行。

（3）没有轮到钻“洞”的人，应转身等待同伴钻过，轮到自己时再转身钻“洞”。钻“洞”时身体也应相应地左、右扭转。

目的：培养集体协作能力，提高身体控制力。

2. 斗 鸡

准备：在一平坦场地上画一个直径为 3 米的圆圈。

方法：将游戏者分为两人一组，站到圆圈内。游戏开始，游戏者单腿站立，另一只腿向前弯屈，用手握住屈起



的脚腕，使之成为一个平面的三角形，在圆圈内争斗。双方都应用屈起的膝盖互相攻击，或上挑、或下压、或正面碰撞，将对方撞出圈外，撞倒或双脚落地为胜。

规则：（1）只准两膝盖相互撞击，不得用手或肩去推、拉、顶、撞对方。

（2）游戏过程中不得换腿，不得出圈。

指导：（1）游戏者适当选择弹跳有力、站立稳固持久的脚着地。

（2）分组比赛要注意组合、搭配，赛前做到知彼知己，以智取胜。

（3）游戏时可以躲闪，做假动作，迷惑对方，抓住时机，以巧取胜。

目的：训练腿步肌肉，提高弹跳力及身体的平衡性、灵活性、柔韧性。

3. 赛 马

准备：在平坦的空地上画一条起跑线，起跑线正前方 20 米处再画一条终点线。

方法：游戏参加人数以 4 人为宜，分成几组，每组 2 人，一人负责用脚猜拳，另一人当马。游戏开始时，各方扮演“马”的人站在起跑线上准备出发，负责猜拳的两人相对而站，站在“马”的后面，同时在原地用前脚掌轻轻跳三下，边跳边说：“快马加鞭——驾！”说完第三拍“驾”时，两人都要做出“锤子”、“剪刀”、“布”的任何一种动作（双脚并立为“锤子”，前后叉开为“剪刀”，两脚左右叉开为“布”）。“锤子”砸“剪刀”可跑 20 步，“剪刀”剪“布”