



体育游戏

上海人民出版社

体 育 游 戏

上海市普陀区少年宫编

上海人民出版社

体 育 游 戏

上海市普陀区少年宫编

上海人民出版社出版

(上海绍兴路5号)

新华书店上海发行所发行 上海市印刷三厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 1.125 字数 21,000

1974年11月第1版 1974年11月第1次印刷

印数 1—150,000

统一书号: 7171·562 定价: 0.10 元

毛主席语录

路线是个纲，纲举目张。

我们的教育方针，应该使受教育者在德育、智育、体育几方面都得到发展，成为有社会主义觉悟的有文化的劳动者。

学校一切工作都是为了转变学生的思想。

前 言

体育游戏，是少年儿童喜爱的一项体育活动。通过游戏活动，可以对少年儿童进行思想和政治路线方面的教育，锻炼勇敢、机智、不怕困难的品质，培养团结友爱、互相帮助、自觉遵守纪律和集体主义的精神，发展奔跑、跳跃、投掷等活动能力，增强体质。

长期以来，在游戏活动中，同样存在着激烈的阶级斗争和路线斗争。无产阶级要培养自己的革命事业接班人，资产阶级则总是利用坏的游戏，来宣扬它们腐朽的思想意识，毒害和腐蚀少年儿童，同无产阶级争夺下一代。在这场斗争中，我们必须牢记党的基本路线，以马列主义、毛泽东思想为锐利武器，深入批林批孔，用无产阶级政治占领学生课余校外生活阵地。为了开展游戏活动的需要，我们编了这本小册子。

由于我们水平有限，本书中一定会有不少缺点、错误，希望广大工农兵、革命教师、革命家长、红小兵和关心教育工作的同志提出宝贵意见。

编 者

1974年6月

目 录

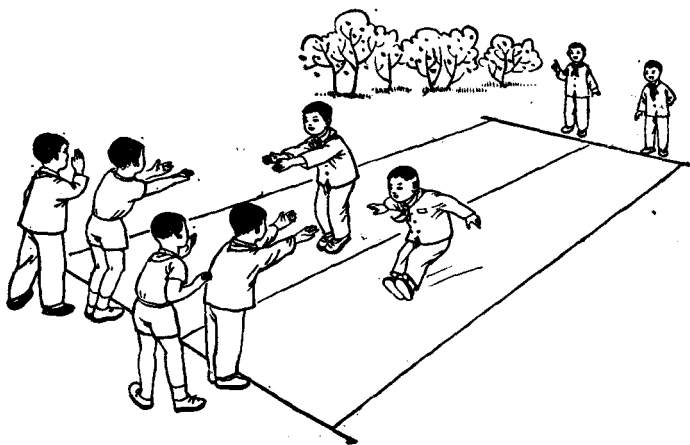
红色运输线(适用低年级).....	1
支援前线(适用低、中年级)	2
看谁先完成任务(适用低、中年级)	3
支援同伴(适用低、中年级)	4
挑战(适用低、中年级)	5
战地救护(适用低、中年级)	7
阵地调防(适用低、中年级)	8
看谁踢得准(适用低、中年级)	9
行动听指挥(适用低、中年级)	10
攻守阵地(适用中年级).....	11
移位赛跑(适用中年级).....	12
团结就是力量(适用中、高年级)	14
服从命令(适用中、高年级)	15
轻伤不下火线(适用中、高年级)	16
越过岗哨(适用中、高年级)	17
黑夜侦察(适用中、高年级)	18
掩护小伙伴(适用中、高年级)	20
我为公社送肥料(适用中、高年级)	21
跑圈拉绳(适用中、高年级)	22
你追我赶(适用中、高年级)	23

接过红缨枪(适用中、高年级)	24
反弹球(适用中、高年级)	25
叫号过网球(适用中、高年级)	27
二防三(适用高年级)	28

红色运输线

(适用低年级)

在场地上画两条相距十至十五米的平行线。游戏人数不限,分成人数相等的两队(假设为两支汽车运输队),各队又分成人数相等的两组,面对面排成纵队分别站在平行线的两侧。设调度员一人。



游戏方法:

游戏开始,当调度员发出“运输开始”的命令后,各队第一人立即用连续立定跳远(兔跳)的方法向前跳跃,当手接触到对面自己一方的第一人手掌时,被击人以同样方法跳跃前进,依次进行。这样川流不息为国家运输物资,以先完成任务(即

先跳完)的一队为胜。

注意事项:

1. 立定跳远不能用助跑,要双脚着地。

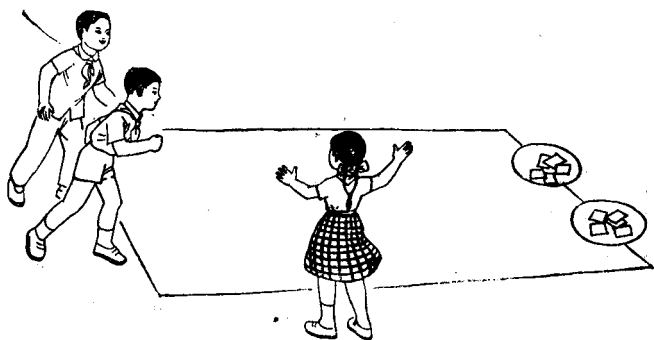
2. 平行线之间的距离长短,可根据游戏参加者的年龄和体力适当地缩短或延长。

支援前线

(适用低、中年级)

在场地上画一条起点线,离起点线十至十五米处画几个圆圈为“仓库”。

游戏人数三人以上,一人为指挥员。事先做好几套二寸见方的硬纸片,每套五、六块,分别写上“子弹”、“枪”、“大炮”、“手榴弹”、“药品”、“干粮”等。每个游戏者将自己一套硬纸片



字朝下放在“仓库”里。

游戏方法:

游戏开始,当指挥员发令“前方需要大炮”时,游戏者马上跑向自己的“仓库”取出写着“大炮”的硬纸片,迅速跑回原处,最迟的人和拿错硬纸片的人都算失一分。用同样的方法继续游戏,直到取完全部硬纸片。以失分少者为优胜,并调换做指挥员,游戏重新开始。

注意事项:

1. 游戏者必须在指挥员讲完命令后才能出发;取硬纸片回来后,应给指挥员检查任务是否执行得正确。

2. 可根据实际情况增加或减少游戏者人数、硬纸片和奔跑距离。

(南市区大昌街小学供稿)

看谁先完成任务

(适用低、中年级)

游戏人数三人以上,一人做裁判员。利用场地周围的两棵树或设两只椅子,再在等距离中间划好地位,平放砖两块。

游戏方法:

游戏开始,甲、乙两人后脚踏在砖上,听到口令向相反方向绕椅子一圈,回到砖头边把砖横放后,再跑第二圈;把砖竖放,跑第三圈;把砖放平,跑第四圈拿起砖。谁先完成这几项任务为胜利。

注意事项:

1. 砖和椅子的距离必须相等, 砖要按照规定的方法放好, 否则要跑回去重放后再跑。
2. 两砖之间距离要大一些, 以免相撞。



3. 在校外活动, 可用木块代替; 也可在小椅子上放火柴盒代替放砖。
4. 此游戏也可分成三、四组同时进行。

(卢湾区瞿溪路第一小学供稿)

支援同伴

(适用低、中年级)

游戏人数不限。选出两人, 一人为“追者”, 一人为“逃者”。“逃者”手中拿一条手帕, 其余的人散立在场地上。

游戏方法:

游戏开始, “追者”喊“一、二、三”, 就去追拍“逃者”。如

“逃者”把手帕传给同伴,“追者”应追拍接手帕的人,如“逃者”被“追者”拍着,两者对调,游戏继续进行。



注意事项:

1. “追者”拍着“逃者”身体的任何部位,就算“逃者”失败。
2. 人数多少可根据场地大小而定,但不宜过多。

(普陀区沙洪浜学区供稿)

挑 战

(适用低、中年级)

游戏人数不限,排成一个圆圈,选出一人为挑战人,其他

人手放在背后准备应战。



游戏方法：

游戏开始，挑战人在圆圈外沿逆时针方向奔跑，跑到某一人后面击其手掌一下后，继续绕圈奔跑。被击者为应战人，立即追拍挑战人。如果挑战人被拍着，就算失败一次，仍作挑战人，游戏继续进行。如果挑战人绕一圈后站到应战人的位置上，这时应战人就变成挑战人，游戏继续进行。如挑战人连续三次失败，另换挑战人。

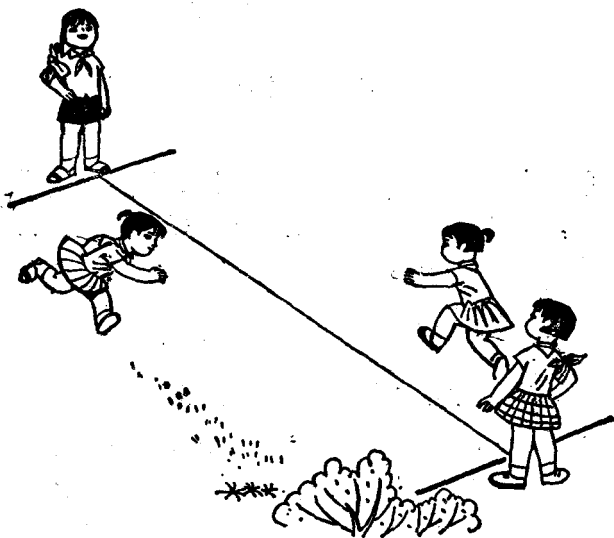
注意事项：

应战人追拍挑战人时，应轻拍，不可猛推。

战地救护

(适用低、中年级)

在场地上画两条相距十米左右的平行线。游戏人数四人以上。准备手帕两条。



游戏方法

游戏开始，两人右手叉腰面对面站在两条平行线上。另两人分别在站立的两人的右上臂用手帕打一个活结，按逆时针方向跑半圈，跑向对方解下手帕，再跑半圈后将手帕用活结

结在本方一人的右臂上。看谁先解下和结好手帕后，拍到对方的人为胜。

注意事项：

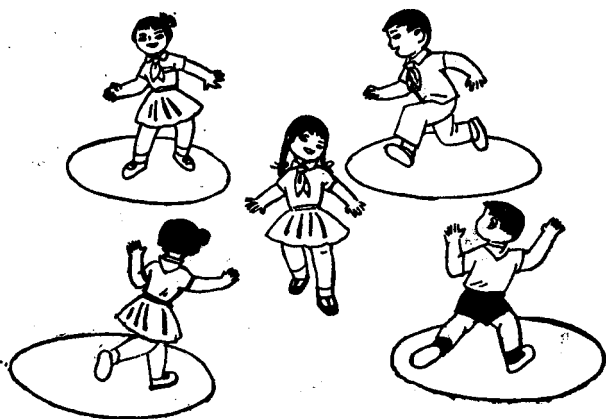
1. 站立的两人，位置不可移动。
2. 解、结手帕的人奔跑时一律要从站立的人后面绕过。

(普陀区沙洪浜学区供稿)

阵 地 调 防

(适用低、中年级)

按照人数，在场地上画直径五十厘米的小圆圈若干只为“阵地”，小圆圈之间距离为二米左右。每人站一个“阵地”，另选一人为战斗预备员。



游戏方法：

游戏开始，战斗预备员说：“准备战斗，调防”。站在阵地内的战士听到调防口令，立即相互调换“阵地”。在互换位置时，战斗预备员可以去占领一个“阵地”，剩下一个没有阵地的人就做战斗预备员，游戏继续进行。

注意事项：

1. 游戏进行中不调换位置者作为战斗预备员。
2. 在占领阵地时，以先进圈或先踏线为先，若同时到达，则猜拳决胜。

看谁踢得准

（适用低、中年级）

游戏人数两人以上。准备小球一只，手帕一块。在游戏前，游戏者脚前放一个小球，然后用手帕蒙住眼睛。



游戏方法:

游戏开始,游戏者退三步、进三步、自转两圈后立定,原地踢球。如人多时,可分组轮流进行,每人踢一次,踢准者得一分,得分多的一组为胜。

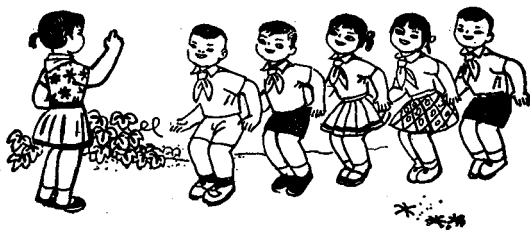
注意事项:

小球的位置应适当,不要离游戏者过远或过近。

行动听指挥

(适用低、中年级)

参加人数不限。根据游戏人数可排成一路或二、三路纵队,前后相距约一米,左右相隔约二米。选出一人作指挥员,面向纵队站立。



游戏方法:

游戏开始,指挥员发出“左”、“右”、“前”、“后”等口令,参加游戏者按照口令向左、右、前、后并脚跳动,其中不跳或跳错

• 10 •