

学校文化娱乐活动项目训练与比赛

学校与教育丛书

学校游戏项目的

训练与比赛

《学校游戏项目训练与比赛》 编委会◎编

辽海出版社

学校与教育丛书
学校文化娱乐活动项目训练与比赛

学校游戏项目的

训练与比赛

（本书参照原国家体育总局出版） 张敬东◎编

辽海出版社

责任编辑：陈晓玉 于文海 孙德军

图书在版编目 (CIP) 数据

学校游艺项目的训练与比赛/《学校游艺项目的训练与比赛》编委会编. —沈阳：辽海出版社，2011.2
(学校文化娱乐活动项目训练与比赛：10)

ISBN 978-7-5451-1139-2

I. ①学… II. ①学… III. ①游戏—青少年读物
IV. ①G898

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 016457 号

学校文化娱乐活动项目训练与比赛

学校游艺项目的训练与比赛

《学校游艺项目的训练与比赛》编委会/编

出 版：辽海出版社	地 址：沈阳市和平区十一纬路 25 号
印 刷：北京海德伟业印务有限公司	字 数：1280 千字
开 本：640mm×940mm 1/16	印 张：150
版 次：2011 年 3 月第 1 版	印 次：2011 年 3 月第 1 次印刷
书 号：ISBN 978-7-5451-1139-2	定 价：296.00 元 (全 10 册)

如发现印装质量问题，影响阅读，请与印刷厂联系调换。

前 言

文化娱乐活动是文化体育娱乐活动的简称，其娱乐性、趣味性、知识性和多元化结合的特点是广大读者学习之外追求的一种健康生活情趣。

学校的文化娱乐活动项目包括音乐、美术、舞蹈、文学、语言、曲艺、戏剧、表演、游艺等多方面内容，广大青少年同学在课余时间通过参加多种形式的文化娱乐活动，能够达到开阔视野、陶冶情操、增长才智、提高能力、沟通人际、适应社会以及改善知识结构，掌握实用技能等效果。在这些文化娱乐活动中，他们通过接受不同形式、不同内容的有益教育，能够受到潜移默化的作用，从而达到提高思想、文化和身体的综合素质，这对造就和培养有理想、有道德、有纪律、有文化、适应时代腾飞的新一代人才有着十分重要的作用。

如今的广大学生课业负担都比较重，课堂学习与课余活动时间安排不尽合理，往往课余文化生活比较贫乏，适合广大青少年同学娱乐的场所不多，健康的课余文化生活缺乏必要的引导，这是摆在广大教师和教育研究者面前急待解决的重要问题。那么，如何在封闭式学校的管理中处理好繁重的学习压力与课余文化生活的关系呢？如何才能使综合素



质得到全面提高呢？

为了适应青少年发展的需要，营造良好的校园文化环境，为校园文化娱乐活动的组织策划提供良好的指导，我们特地编辑了这套“学校文化娱乐活动项目训练与比赛”丛书，包括《学校音乐项目的训练与比赛》、《学校美术项目的训练与比赛》、《学校舞蹈项目的训练与比赛》、《学校器乐项目的训练与比赛》、《学校语言项目的训练与比赛》、《学校曲艺项目的训练与比赛》、《学校戏剧项目的训练与比赛》、《学校表演项目的训练与比赛》、《学校棋牌项目的训练与比赛》和《学校游艺项目的训练与比赛》共10册。本套书从学校的实际情况出发，以育人为根本目标，坚持先进文化的方向，从音乐、绘画、表演、游艺等方面重点对学生的基础知识和操作能力进行训练，努力使他们在娱乐中学到知识，在欢笑中陶冶情趣，并通过系统的训练和比赛，使他们的智力得到开发、知识结构得到改善，最终达到新课标要求的培养高素质的合格人材的目标。

本套书涉及到文化娱乐的多种知识领域，具有很强的系统性、实用性和现代性，对于校园文化娱乐活动的组织策划，具有良好的指导作用，非常适合各级学校领导、教师以及有关人员阅读和收藏，也是各级图书馆陈列和收藏的最佳版本。



目 录

第一章 游艺活动基本知识	(1)
第一节 游艺活动概述	(2)
1. 游艺活动的概念	(2)
2. 智力类游艺活动	(2)
3. 技巧类游艺活动	(4)
4. 运动类游艺活动	(5)
第二节 游艺活动组织	(7)
1. 建立组织机构	(7)
2. 进行活动设计	(7)
3. 设施的准备	(8)
4. 场地的布置	(9)
5. 现场的调控	(9)
第三节 游艺应注意的问题	(11)
1. 高雅的情趣	(11)
2. 和谐的气氛	(11)
3. 新颖的感觉	(11)
第二章 游艺活动学习训练	(13)
第一节 魔术学习训练	(14)



1. 断指速接 (14)
2. 香烟自立 (15)
3. 口中串珠 (16)
4. 气球提起气罐子 (18)
5. 直线钓花瓶 (19)
6. 纸团失踪 (19)
7. 节日礼品盒 (20)
8. 剪不破的手帕 (22)
9. 摸牌猜点 (23)
10. 蛋落杯中 (23)

第二节 猜谜学习训练 (36)

1. 无中生有谜语 (36)
2. 金蝉脱壳谜语 (36)
3. 欲擒故纵谜语 (37)
4. 抛砖引玉谜语 (38)
5. 瞒天过海谜语 (39)
6. 迷魂阵谜语 (39)
7. 连环计谜语 (40)
8. 人物类谜语 (41)
9. 地理类谜语 (43)
10. 地名类谜语 (47)
11. 字词类谜语 (49)
12. 成语类谜语 (53)
13. 事物类谜语 (56)
14. 自然类谜语 (59)
15. 建筑类谜语 (62)



16. 人体类谜语	(64)
17. 动物类谜语	(67)
18. 植物类谜语	(70)
19. 食品类谜语	(73)
20. 蔬菜水果类谜语	(75)
21. 器具类谜语	(77)
22. 科技类谜语	(79)
23. 用品类谜语	(94)
24. 工业交通类谜语	(100)
25. 文体医药类谜语	(105)
26. 诗歌谜	(108)
27. 故事谜	(112)
28. 其他类谜语	(119)
第三节 娱乐游戏训练	(122)
1. 赛“龙舟”	(122)
2. 鲤鱼跳龙门	(122)
3. 泼水节	(124)
4. 快乐的星期天	(125)
5. 夺“宝”拉人	(127)
6. 拉和拍	(128)
7. 开动火车	(129)
8. 骑兵迎战	(129)
9. 手推小车	(130)
10. 猫跳赛	(131)
11. 龙凤戏珠	(131)
12. 呼啦行进	(132)



13. 手足情深	(134)
14. 力士竞速	(135)
15. 摸石过河	(136)
16. 时代列车	(137)
17. 单足荡跃	(138)
18. 袋鼠跳跃	(139)
19. 双足甩包	(140)
20. 速跳夹竿	(141)
21. 机智的送水队	(143)
22. 脚板追逐	(145)
23. 空中飞弹	(146)
24. 天平称水	(147)
25. 五子献寿	(148)
26. 象鼻摘果	(150)
27. 西天取经	(152)
28. 熊猫吃竹	(152)

第四节 闯关游戏训练

1. 闯三关	(155)
2. 夺球追赶	(155)
3. 水中障碍接力	(156)
4. 迷宫	(157)
5. “全部”和“一部”	(158)
6. 绕线前进	(158)
7. 双脚跳绳接力赛	(159)
8. 全能运动员	(159)
9. 看谁踢得多	(160)



10. 传踢毽	(161)
11. 双人跳绳赛	(161)
12. 飞龙抢珠	(162)
13. 母鸡捉小鸡	(163)
14. 渔网捕鱼	(163)
15. 二人三足赛跑	(164)
16. 打蛇尾	(164)
17. 打敌人	(165)
18. 钻山过河	(166)
19. 夹膝跳	(167)
20. 捡沙包	(167)
21. 叫号接球	(168)
22. 步伐移动	(169)
23. 打脚踝	(169)
24. 躲流弹	(170)
25. 活动篮筐	(171)
26. 篮板反弹球	(172)
27. 斗智斗勇	(172)
28. 运动过杆	(173)
29. 顶球赛	(174)
30. 高抛快跑	(174)
第五节 合作游戏训练	(176)
1. 舞龙头	(176)
2. 移动火车	(177)
3. 龙舟竞赛	(177)
4. 小鸭走路	(178)





5. 夹运三球	(179)
6. 六人板鞋	(179)
7. 团队热身	(180)
8. 过关斩将	(180)
9. 思维体操	(181)
10. 过湿地	(182)
11. 勇气号登陆车	(182)
12. 面对面地介绍	(183)
13. 盲人方阵	(184)
14. 卧式传递	(184)
15. 大树与松鼠	(185)
16. 代号接龙	(186)
17. 数字传递	(187)
18. 罐头鞋	(188)
19. 全体离地	(188)
20. 翻叶子	(189)
21. 解方程式	(190)
22. 千斤顶	(190)
23. 木人梯	(191)
24. 默契报数	(191)
25. 平结绳圈	(192)
26. 齐眉棍/圈	(194)
第六节 互助游戏训练	(195)
1. 连环手	(195)
2. 坐地起身	(196)
3. 过河	(196)

4. 众志成城	(197)
5. 速凝	(198)
6. 疾风劲草	(199)
7. 默契	(199)
8. 三个进球	(200)
9. 断桥	(201)
10. 电网	(201)
11. 同心圆	(202)
12. 筑塔	(203)
13. 有轨电车	(203)
14. 快速传球	(204)
15. 盲人走路	(205)
16. 谁是胜利者	(206)
17. 袋鼠跳	(206)
18. 雨	(207)
19. 同舟共济	(208)
20. 修复计算器	(208)
21. 跳绳接力	(209)
22. 协同作战	(209)
23. 齐心协力	(210)
24. 推铁环	(211)
25. 车轮滚滚	(211)
26. 跳袋接力	(212)



第一章

游艺活动基本知识



第一节 游艺活动概述

1. 游艺活动的概念

游艺一般是指利用各种文化娱乐器具或玩具进行的带有一定技艺的游戏活动，内容包括魔术戏法，各种游戏、猜谜、对联等。游艺活动集文化娱乐和智力锻炼于一体，以丰富多彩的内容和生动有趣的形式受到群众的广泛欢迎。这项活动不仅适用于青年，也深受少年儿童喜爱，是节假日晚会和游园的重要活动项目。

游艺活动有各种分类方法。按人的运动特点来划分，可以把游艺活动划分为智力类游艺、技巧类游艺、运动类游艺三种。智力类游艺是人智力运动的游戏，技巧类游艺是人技巧运动的游戏，运动类游艺是人力运动的游戏。这种划分方法在某些项目中会发生交叉。

2. 智力类游艺活动

智力类游艺活动的特点是：人们在进行这类活动时，主要是发挥自己智力运动能力。智力类游艺活动在我国具有悠久的历史、繁多的种类和广泛深厚的群众基础。智力类游艺活动常见的有：

(1) 猜谜。谜，是准确地抓住事物的特征，运用比拟的方法，以含蓄、精炼而又生动形象的语言表达出来，让人们去猜测的一种文字游戏，具有“谜面”、“谜底”和“谜目”三大部分。

“谜面”又叫喻体，是灯谜的主要部分，是猜谜时以隐语的形式表达描绘形象、性质、功能等特征，供人们猜射的说明文字。它是为了揭示谜底所给的条件提供的线索，是灯谜艺术的表现部分，也可以说是灯谜提出问题的部分，通常由精炼而富于形象的诗词、警句、短语、词、字等组成。谜面文字要求简介明了，通俗易懂。

“谜底”又叫本体，就是所说的事物本身，让人们猜测的答案。谜底字数一般很少，有的是一个字、一个词、一个词组、有的是一种事物的名称或者动作，最多也不过是一两句诗词。如果谜底字数教多，制谜者就不容易制出好谜，猜谜语者也不好猜中。

“谜目”就是说明要猜的范围、格式及谜底的数量。它是联系谜面和谜底的“桥梁”，其作用有点像路标，给人指明猜射的方向。谜的种类繁多。从内容方面分：有物谜、名称谜、动态谜、字词谜、诗文谜、科技谜等。从制作方法上分：有普通谜、格律谜、哑谜、画谜、射覆谜和谜语故事等。

(2) 对联。对联，是我国特有的一种雅俗共赏的文学形式。它是由诗词、骈文中对偶句演变而来的。其最早形式叫“桃符”，始于秦汉以前，即用桃木板两块，写神荼、郁垒二神，悬挂门旁，以为能“压邪”。到了五代，后蜀宫廷里开始在符上题联语，称为题桃符。

后来因主要是在春节用红纸写成贴在门上，故又称为



“门对”、“春帖”、“春联”。一幅幅对联鲜红夺目，表达出喜庆气氛，文字各异，包涵着不同的内容和情感，也蕴含着丰富的知识。

(3) 射覆。射覆也是一种古老的游戏，类似猜谜。开始是用作劝酒的。把酒席上一件东西，放在一个碟子或碗的下面，然后说出这东西形态和大体的作用来，请在坐的人猜测，猜不中的罚酒。

现在运用到文学上来，是用两个物名，左一个物名的首字，和右一个物名的末字，合起来要成一个物名，左一个物名的末字，和右一个物名的首字合起来，也要成一个物名。只把左一个物名的首字和右一个物名的末字说出来，请人猜出所藏的物名。例如：松○○花——射香水；○南○京——射湖北；春○风○——射秋雨，等等。

(4) 棋牌游戏。棋牌类游戏历史悠久，是一种在世界范围内盛行的智力类游艺活动。主要有各种棋类游戏、各种扑克牌游戏、麻将牌游戏、骰子游戏等。

智力类游艺活动除上述四种外，还有文字游戏、数学游戏、物理游戏、化学游戏、逻辑游戏、外语游戏、真空游戏、拆合游戏等等。

3. 技巧类游艺活动

技巧类游艺活动的特点是：人们在进行这类活动时，主要是以挥自己各种技巧运动的能力。技巧类游艺活动可以分为传统型和现代型两类。

(1) 结构游戏：堆雪人，一笔画，华容道，快速组装，



魔方变幻，巧解九连环等。

(2) 表演游戏：感觉表演，耐力表演，联想游戏，绕口令，套圈钓鱼，抱物过桥，巧越障碍等。

(3) 魔术游戏：借助物理、化学、机械原理来表演各种物体、动作或水火等迅速增减隐现变化的游戏。

(4) 技能游戏：气枪打靶，气球投篮，呼拉圈，康乐球，台球等。

(5) 角色游戏：蒙眼动作，大头娃娃、捉迷藏、走迷宫、找捷径等。

现代型技巧类游戏可分为电动、电子、声光、器械等各种游戏项目。

这类活动主要是利用现代电声光学原理按一定娱乐规则和程序进行设计，检验参与者的触觉（器械）、听觉（声音）、视觉（光线）、幻觉（化学）、形觉（概率）、移觉（物理）、知觉（逻辑）、感觉（障碍）等各种功能的发展水平，检验人的神经系统的反应速度，让人们在活动中发挥自己的技巧能力。



4. 运动类游艺活动

运动类游艺活动的特点是：人们在进行这类活动时，主要是发挥自己体力的水平，在游戏中体现自己强壮的体力。

运动类游艺主要有以下三种：

(1) 体育游戏

体育游戏是提高身体的活动性游戏和与各专项技能密切相关的专门性游戏。体育游戏是用游戏的形式把各种体育项

