

编者：李鸿江

孙守正

徐道琛

少年儿童游戏 800种

农村读物出版社

少年儿童游戏 800 种

李鸿江 徐道琛 孙守正 编著

农村读物出版社

(京) 新登字 169 号

少年儿童游戏 800 种

李鸿江 徐道琛 孙守正 编

封面设计：廖蓉

版式设计：任琪

责任编辑：廖蓉

*

农村读物出版社 出版

山东淄博前进印刷厂 印刷

各地新华书店 经销

*

850×1168 毫米 1/32 12.3 印张 160 千字

1992 年 9 月第 1 版 1992 年 9 月北京第 1 次印刷

印数：1—13000

ISBN 7—5048—1670—1/G·465 定价：6.90 元

序 言

少年儿童是我国未来现代化的建设者,社会主义的接班人。他们的健康发展和茁壮成长,乃国脉之所系,关系着国家的命运和社会主义的前途。因此,国家、社会、学校、家长和一切有识之士对少年儿童的教育,无不十分关注。然而,如何根据少年儿童的特点,对他们进行科学的培养和教育,造就一代有用之材,却是一个需要认真对待和解决的问题。由于受到片面追求升学率的影响,目前中小学生学习的内容越来越多,教材难度越来越大,家庭作业越来越重。再加上不少家长望子成龙心切,于学校学习之外,另加专项学习:攻外语者有之,弹钢琴者有之,学画画者有之,其结果,学生的负担越来越重,体育活动越来越少,这不仅严重影响了少年儿童的正常发育和身体健康,也使他们失去了天真烂漫,生动活泼的生活光彩。这种现象不能不引起我们的忧虑和关注。

我们党和政府历来关心和重视青少年一代健康活泼的成长。特别是把体育放在一个极其重要的地位。毛泽东同志在《体育之研究》一文中早已指出体育对中小学生的意义,并对那些单纯重视智育忽视体育的现象进行了尖锐的批评。毛泽东同志说:“儿童及年入小学,小学之时,宜专注重于身体之发育,而知识之增进,道德之养成次之;宜以养护为主,而以教授训练为辅。今盖多不知之,

故儿童缘读书而得疾病或至夭殇者有之矣。中学及中学以上宜三者并重,今人则多偏于智。中学之年,身体之发育尚未完成,乃今培之者少而倾之者多,发育不将有中止之势乎?吾国学制,课程密如牛毛,虽成年之人,顽强之身,犹莫能举,况未成年者乎?况弱者乎?观其意,教者特设此繁重之课以困学生,蹂躏其身而残贼其生,有又受者则罚之。智力过人者,则令加读某种之书,甘言以饬之,厚赏以诱之。嗟乎,此所谓贼夫人之子软!……人独患无身耳,他复何患?求所以善其身者,他事亦随之矣。养其身而无过于体。体育于吾人实占第一之位置,体强壮而后学问道德之修勇而收效远。”

邓小平同志、江泽民同志也都十分强调少年儿童要“有体力”、“要锻炼增强体魄和良好的心理素质”。

少年儿童当中开展体育活动,游戏是一种再好不过的形式。体育游戏集体性强、趣味性高、集跑、跳、投各种活动于一体,寓体力、聪明、智慧于其中。不仅增强体质,抑且开发智力,培养良好品德,极受少年儿童的欢迎,应该大力提倡。

李鸿江诸同志多年来致力于少年儿童体育游戏的编著和研究,博览国内外资料,特别是在日本工作和学习期间,深入研究了日本的体育游戏理论与实践,曾编译出版过《体育锻炼与儿童智力发展》一书,最近又编辑出版《少儿游戏 800 种》,广泛集中了当代儿童体育游戏之精华,内容丰富,新颖活泼。对于开展少年儿童的体育活动,进行全面发展的教育,纠正当前教育中的弊端,必将起到积极的作用。我十分高兴看到这本书的出版,因而写了上面

这些话。至于本书的特点,作者已有详尽的介绍,不再赘述。

古奇踪 一九九一年五月

编者的话

游戏是儿童认识世界的窗口。游戏是儿童最好的教科书。游戏是孩子们天经地义的正经事。目前,对游戏一无所知或毫无兴趣,身体如同豆芽菜型或肥胖型的孩子,怕经风雨、不见世面、弱不禁风、笨手笨脚、动则疲劳的孩子,性格怪癖、任性、不合群、总愿独居家中的孩子正日益增多。

少儿时期正是长身体的阶段。孩子们好奇心强,求知欲高,好动不好静,兴奋容易转移,情绪波动大,对于外界直观形象事物的记忆比逻辑记忆发达,集中注意力的能力还比较差。这就要求我们要寓教于教,寓学习于游戏之中。

本书编辑的少儿游戏 800 种,图文并茂,生动活泼,通俗易懂,简便易学,丰富多样,易于择选,适合少年儿童的身心发展特点。这些游戏能为孩子们创造出欢快热烈的氛围,体味到游戏的乐趣。

本书会成为孩子们娱乐的天使,会引导孩子们在色彩纷呈的游戏中,增长才智,健全体魄,锻炼性格,陶冶情操,理解社会规范,协作忍让他人。

我们相信此书能够成为幼教工作者及家长们在对孩子优育优教过程中必备的游戏宝库。成为中小学体育教

学不可缺少的参考资料。

在编写过程中,承蒙北京体育师范学院院长孙民治教授对本书文字进行了通审,并由中国教育学会常务理事,中国教育学会体育研究会理事长古奇踪同志为本书作序,在此谨致以衷心的感谢。

编者 一九九一年五月

目 录

序言 (1)

编者的话 (5)

●球类游戏●

投球游戏 (1—5)

利用障碍物躲避球击

圆圈内躲闪球

混合编队躲闪球

投击得分

往返躲闪球

踢球击人

自由投击

三队躲闪球(1)

三队躲闪球(2)

足球游戏 (5—12)

踢球越高

射门比赛

半圆踢球

列队踢球

踢球出圈

圆场踢球

足球比赛

三角场踢球

带球过障碍

半场足球

分区足球

双圆足球

集体争球

简易足球

队列踢球

垒球游戏 ... (13—15)

手垒球

脚垒球

简易垒球

三角场垒球

扔球跑垒

篮球游戏 ... (15—18)

分区篮球(1)

分区篮球(2)

分区篮球(3)

角篮球

圆圈篮球

活动篮筐

排球游戏 ... (19—21)

托气球

过网气球

九人简易排球

窗帘排球

墙壁排球

简易排球

掷准游戏 ... (21—27)

打活动目标
打龙尾
打野鸭
打跑兔
换位击准
呼名击准
“王子”与“卫士”
“雷公”球
优秀射手
骑手与马
球王
相互投击

接力游戏 ... (28—32)

鸭行接力
运球接力
放球接力
盘球接力
滚球接力
跳绳传球接力
踢双球接力
带球钻梯子接力
两人三脚盘球接力

●捉人游戏●

单人追捉游戏

..... (33—39)

单臂捉人

单足跑捉人
自由捉人
“虎”捉替身
双脚跳捉人
猜拳捉人
阻拦捉人
换组捉人
圆阵追逐
双圆追逐
跳马追逐
一人追二
大鱼网
分网捕鱼
渔翁捕鱼

集体追捉 ... (39—42)

狐狸和小鸡
换对
猎手
挑战者
捉马尾

阵地追捉 ... (42—51)

跟我来
老鹰捉鸡
狼和小羊
稻草人捉麻雀
抢位子
葫芦精

小兔搬家

转移

换房

取鞋

追与逃

过河

狩猎

突击手

挑战

捉野猪

强行渡河

捉狐狸

借物追捉 ... (51—55)

警卫

巨人和矮子

信号员

传宝

雷鸣

松鼠与核桃

踩尾巴

捉蛇

接力救援

摸、逗、猜、找游戏

..... (55—65)

摸鱼

捕兽

笼中困兽

逗狮子

逗小熊

牧羊犬和狼

猜猜是谁

螺旋前进

狐狸出洞

三人一组

小熊寻食

悬空闪躲

寻宝

套马

踩影子

捉迷藏

月亮和太阳

禁止通行

防守与进攻

狮子捉小兔

●力量游戏●

各种角力游戏

..... (66—74)

单足角力

蹲撑角力

顶背角力

握手角力

直跪角力

互推角力

挤撞角力
顶肩角力
集体角力
跼足角力(1)
跼足角力(2)
腿部角力
印度式角力
顶肘角力
背人角力
猜拳淘汰赛
额头角力
顶臀角力
推手角力

使用器材的角力

..... (74—81)

夺棒角力
推球角力
拽毛巾角力
拽带子(绳子)角力
拔河角力
圆圈拔河
平衡木角力
拽人角力
平衡角力
推拉角力
拍手之战
翻身角力

拽起角力
挤包子(1)
挤包子(2)

使用器材 的游戏

环圈游戏 ... (82—84)

扔、接环圈
滚环
钻圈
运球钻圈
跳圆圈
滚圆圈

木棒游戏 ... (85—87)

竖棒
夺棒角力
托棒平衡
换位扶棒
击球中目标

利用绳子的游戏

..... (87—91)

连续跳绳
分腿并腿跳
钻蜘蛛网
套石子
脚拔河

跳(钻)绳子

绕绳子

斗蛇

跳长绳

●综合性游戏●

加分游戏 ... (92—94)

掷准得分

走河堤

猜拳得分

踩星星

拍手呼号

吹羽毛

竞赛游戏 ... (95—97)

跳房子

猜拳竞走

原地不动

跑垒比快

跳“山羊”赛跑

争夺游戏

..... (97—100)

猜拳夺旗(1)

猜拳夺旗(2)

跳跃夺旗

打雪仗

寻宝

台球

口令游戏

..... (100—103)

叫号接球

前进、后退

打空罐

听口令

跟我做

中靶得分

指鼻子

堆石子

一对一的游戏

..... (104—106)

脚猜拳

骑手与马

拍手背

套腕子

抓手绢

争夺王位

挑战游戏

..... (106—109)

分队吹羽毛

肥皂泡射门

无鞍长马

拆石堆

夺刀砍树

捞鱼

身体移动游戏

..... (109—112)

向后划线

匍匐画线

交错步

支撑前进

爬行赛

袋鼠行

猜谜游戏

..... (112—115)

猜花名

猜动物

魔泉水

猜领头人

丢手绢

摸岗哨

●用球的游戏●

按顺序做的游戏

..... (116—123)

穿裆球

掷“保龄球”

头上传球

滚球击跳箱

滚球击木棒

击落不倒翁

对面传球

圆圈传球

运球接力

圆圈追传球

抢断球(1)

抢断球(2)

定点射门

运球过桥

钻“桥”运球

踢球跑垒

拍击式棒球

21 分棒球

大家同时做的游戏

..... (124—131)

滚球进圈

扇子排球

阻截球

手足球

争抢球

滚球击人

滚球打靶

换位击人

击腾空球

接球击人

球击骑手

掷球击人

投篮比赛

攻与防
击球射门
曲棍乒乓
手拉手足球
简易橄榄球

面对面的游戏

..... (132—140)

手网球
简易排球
隔网手球
多人排球
滚球射门
传球比赛
掷击空罐
拦截球
点球比赛
踢球击罐
沙包掷准
击球中靶
山羊接力
交叉传球
传球与断球
传球赛跑
传接球得分
球先生

混合游戏

..... (140—148)

抢球
累计传球
10次传球
攻城
妨碍传球(1)
妨碍传球(2)
传球接力
定位传接球
投篮得分
随意传球
罐篮球
攻防转换
棒篮球
曲棍气球
方阵攻守
扇子足球
耍球

投掷、滚击游戏

..... (149—155)

土坡足球
成功传球
掷雪球
掷团扇
转圈投篮
滚球射门
闯关
骑马传球

搬家
猜猜看
打靶得分
击空罐
发排球
争捡沙包
高尔夫足球

追逐游戏
..... (155—157)

消毒
圆圈追逐
迷阵追逐
猎兔
定数排队

集体追捉游戏
..... (157—164)

捕鲸鱼
拍背
猜拳追逐
夺旗
红与白
双人捉
四队捉
争夺战
追与逃
圆圈追逐
占领阵地

捉害虫
太阳和月亮
花与风
跨山越海
三队追逐
追逐攻城
三色帽子

阵地追逐游戏
..... (165—171)

森林防火
乘胜追击
丢手绢
捉俘虏
报时员
移树
指名追逐
抢位子
吹魔笛
转移阵地
追踪
蒙眼猜人
追拍
找朋友
狼来了
占圈
拍人抢位

使用器材的捉人游戏

..... (172—175)

握绳捉人

梯上捉人

追逐夺帽

捣年糕

看家

抢椅子

拍拍手

抢毛巾

逗狐狸

各种捉人游戏

..... (176—178)

猫和奶酪

传手绢

找朋友

鲸鱼的鲨鱼

乌鸦与仙鹤

猎手与狐狸

●用力的游戏●

集体角力

..... (179—182)

集体相扑

拉力

取帽相扑

追逃相扑

协力相扑

阵地相扑

球相扑

单人相扑

用器材的游戏

..... (182—186)

推大球

夺空罐

抢带子

夺木棒

夺木桶

绳球击罐

抢球

两人拉手抢帽子

自由抢帽子

推棒

班级游戏

..... (187—191)

突围

陆地战

陷坑

海战

突入敌阵

破门比赛

拽拉比赛

圈牛