

让心灵的界线消失

幽默大集

假如我是队

十分钟队会

上海市普陀区教育局 主编
共青团上海市普陀区委员会

生活小经验

小小勇士们



上海科学普及出版社

序

“十分钟队会”是我区宜川学区华阴路小学少先队员们的创造。每当开起这样的队会，孩子们便像翱翔在长空的雏鹰，展示着各自的聪明才智，锤炼着探索生活的翅膀，享受着自主发展的愉快。“十分钟队会”给孩子们带来了欢乐，孩子们在欢乐中成长。这所小学开展“十分钟队会”活动已经八年了。时间的流逝并没有使这种独特的队会稍有逊色，而是越搞越红火，由此足见这项活动深受孩子们的喜爱，因此它具有很强的生命力。“十分钟队会”的成功，已引起许多领导同志的关注，也吸引了一批专家和教育工作者对这一学校教育现象进行深入的研究。作为小学生自我教育的一种载体，“十分钟队会”在宜川学区的十所小学内已发展成一个富有特色的系列：“小漫画”、“童话系列活动”、“家庭小主人报”、“文化早餐”、“影视小剧场”、“学习生活录像”、“七彩小世界”、“社会服务队”等。现在“十分钟队会”活动正在我区小学和初中逐步推广，近年来还走向外区县，甚至走向外省市。这些都预示着，在“十分钟队会”这个小天地里可能做出一篇教育科研，教育改革，教育实践的大文章来。当然，这有待于广大教育工作者不懈的共同努力。

《十分钟队会》这本小书，是孩子们自己写的，是他们绚丽多彩活动的生动写照，是他们自由创造的结晶。我热切期待着，这本书将激起更多的少先队员投身于“十分钟队会”活动的兴趣，同时激起更多的教育工作者研究“十分钟队会”现

象的兴趣。

上海市教育局局长袁采同志为本书题了书名,借此机会,谨向所有关心、支持、指导我区“十分钟队会”活动的领导、专家和教师表示深切的谢意。

上海市普陀区教育局局长

刘培鸿

一九九二年二月

十分钟队会十分有价值

——致少先队员与辅导员

“十分钟队会”是一种独特新颖、充满乐趣的队活动，它满足了队员们的活动欲、自主欲、表现欲、创造欲，因此受到了队员们最热烈的欢迎。它简易可行，能够天天搞、人人动，因此能够很快地普及开来。

十分钟队会不是辅导员或上级领导想出来的，而是少先队员在少先队自动化运动中发明创造出来的。倡议人是普陀区华阴路小学的一名叫丁炜的女队员，支持人是该校校长贺秀菊和全体教师，创造人是该校少先队大、中队集体，倡导推广人是区教育局与团区委领导。在一九八四年上海市少先队代表会议发出“队队要自动，人人要自动，在自动化活动中创造出更多更新更美的队活动”号召之后，丁炜在校少代会上作了一个提案发言：“我们的队活动不应当什么都由老师、辅导员计划、包办，我们不能没有自主自动的小天地。光有课堂上的发言，一周一次的队活动是不够的，我们都渴望有更多的发表意见和施展才能的机会。我建议学校给我们一个完全由我们自己安排、自己设计主持队活动的时间，希望每天给五分钟或十分钟。”具有教育民主思想的校领导充分尊重队员的心愿，在全体教师的支持和指导下，十分钟队会诞生了，班班搞，天天搞，队员人人参与，校园里充满了生气、乐趣和创造精神。十分钟队会如今已从一个区遍及全市，走向全国，并且被

列入少先队工作字典和中国少年儿童工作百科全书。十分钟队会的诞生史和发展史是很有意义的，它生动地表明十分钟队会是富有生命力的，广大少先队员是富有自治力、参与力和创造力的，我们的学校、学区和区级领导人的教育思想是开放的、开明的、先进的。教育局长来牵头主编这本少先队员写的书，在全国尚属首创，我要表示深深的敬意。

十分钟队会十分有特色。

第一个特色是全自主、全自动。队会的设计、主持、筹备、总结全由队员们自己做主，自己计划，自己组织安排，全从队员们的兴趣、意愿出发，由他们自力更生来实施。它属于少先队集体有组织、有领导的经常性、灵活性的自由活动，而不是集中性、规定性的计划活动。总目标一致，但却发挥异曲同工、殊途同归的作用。

第二个特色是真轻松、真快乐。十分钟队会是轻松有趣的文明休息活动。让少先队员轻轻松松、快快乐乐，在愉快的集体休息中消除学习的疲劳，满足玩乐的需求，得到身心愉快，这是学校少先队组织的重要任务之一，十分钟队会正是履行了这一职能，它以乐休为主，在乐休中乐学、乐治、乐进，本书所列一百例队会可以最有力地证明这一点。

十分钟队会十分有价值。

它是队员们快乐的小天地。

它是队员们自治的小园地。

它是队员们友爱的小家庭。

它是队员们创造的小舞台。

它使每一个中队都成为快乐、团结、向上的自动好集体。

它使每一个队员都成为富有独立自主能力、进取创造精神和集体主义思想的中国好少年。

《十分钟队会》这本书也十分有价值。历来，有关队活动的书都是大人写小人，大人写给大人或小人看，这当然是大人的功劳。现在少先队自动化化到了写书上来，本书是由小人（少先队员）写小人，小人写给小人看，小人写给大人（辅导员、老师）看（当然，大人作了指导、修改、补充，但主体仍是小人），这在全国尚属首创，也许它将被认为是少先队运动史上的一项可贵的创举！我郑重地向广大少先队员和少先队工作者推荐这本书，希望通过对本书的阅读和运用，把十分钟队会活动进一步普及起来，把十分钟队会体现的少先队自动化与创造精神发扬开来，让少先队员在自主自动的十分钟队会中锻炼成长为具有新型素质的人才。

全国少先队工作学会副会长 段 镇
上海市少年儿童研究中心主任

1992.1.26

快乐的十分钟

肖皎舸 词
朱启和 曲
王莹英

1=F

$\underline{6\ 6}\ \underline{6}$ | $\underline{\dot{1}}\ 6\ \underline{6}$ | $\underline{\widehat{5\ 6}}\ \underline{5\ 3}$ | $\underline{\widehat{5\ 1}}\ 2$ |
啦啦 啦 啦啦 我们 自主 又自 动，

$\underline{2\ 2}\ \underline{2}$ | $\underline{5}\ 2\ \underline{6}$ | $\underline{5.6}\ \underline{5\ 3}$ | $\underline{2\ 1}\ 3$ |
啦啦 啦 啦啦 象 小鸟 飞翔 天 空，

$\underline{6\ 6}\ \underline{\dot{1}\ 6}$ | $5\ 3$ | $\times$ |
多么 舒畅 轻 松， 噢！

$\underline{\dot{1}}\ 6\ \underline{5}$ | $\underline{3\ 3}\ 1$ | $\underline{\dot{1}\ \dot{1}}\ \underline{\dot{1}}$ ||
快 乐 的 十分 钟 十分 钟。

注：“十分钟队会”的铃声一响，队员们立即进入角色，高唱《快乐的十分钟》歌曲。唱毕，开始十分钟队会。

目 录

一、十分钟队会 100 例

- | | |
|-------------------------------|------------------------------------|
| 1. 不看不知道..... 1 | 17. 手的自白.....18 |
| 2. 青少年与青春偶像
..... 2 | 18. 动物尾巴的作用.....20 |
| 3. 补品..... 3 | 19. 心有灵犀一点通.....21 |
| 4. 修改购物单..... 4 | 20. 热门新闻.....22 |
| 5. 怎样使用压岁钱
..... 5 | 21. 美.....23 |
| 6. 出口成歌..... 6 | 22. 一粒米的叙述.....25 |
| 7. 男子舞蹈队..... 7 | 23. 我是“de”.....26 |
| 8. 时事述评..... 8 | 24. 春天从哪天开始.....27 |
| 9. 头顶太阳拾麦穗
..... 9 | 25. 小孩子夸菜篮子.....28 |
| 10. 面对 0.2 小时的黄
牌警告.....10 | 26. 成语接龙.....30 |
| 11. 挫折中的我.....11 | 27. 好同桌.....31 |
| 12. 让我们互相了解.....12 | 28. 生活小经验.....32 |
| 13. 聪明的诀窍.....13 | 29. 反意指令.....33 |
| 14. 玻璃瓶里的秘密.....14 | 30. 考考你的感觉.....35 |
| 15. 击鼓传花.....15 | 31. 幽默大赛.....36 |
| 16. 说名字.....17 | 32. 绿.....37 |
| | 33. A, B, C.....——
看谁写得对.....38 |
| | 34. 对号入座.....39 |
| | 35. 一心不能二用.....40 |

36. 填地图·····41	58. 外星人(下)·····66
37. 即兴表演·····42	59. 风情照片大家谈·····67
38. 唐老鸭服务社·····44	60. 剪子“咔嚓嚓”·····68
39. 模仿·····45	61. 我与十二生肖·····68
40. “问”家三兄弟住店·····46	62. 我为南浦大桥作贡 献·····69
41. 笑·····47	63. 蔬菜王国的自述·····70
42. 眼睛的苦恼·····48	64. 绕令王·····72
43. 挟书包·····49	65. 动物王国·····73
44. 猜姓名·····50	66. 穿针引线·····73
45. 假如我是队长·····52	67. 小小勇士们·····74
46. 我们心目中的队长 ·····53	68. 圆圈梦·····75
47. 配合默契·····54	69. 露一手·····76
48. 说说家乡话, 夸夸 土特产·····56	70. “时”“地”“人”“事” ·····77
49. 等二次《龟兔赛跑》 ·····57	71. 逗笑·····78
50. 请告诉我这是为什 么·····58	72. 编报接力赛·····79
51. 送温暖·····59	73. 广告设计·····80
52. 让心灵的界线消失 ·····61	74. 挖掘你潜在的能力 ·····81
53. 未来的配音明星·····62	75. 一分钱的价值·····83
54. 拍脑袋小设计·····63	76. 走样·····84
55. “食”指连心·····63	77. 角角、方方和圆圆 ·····85
56. 外星人(上)·····64	78. 三湾的污水治理·····86
57. 外星人(中)·····65	79. 谈话·····88
	80. 到了2010年·····89

81. 猜猜他(她)是什么人.....90	91. 植物小知识.....102
82. 我的生物钟.....91	92. 未来小时空.....103
83. 削苹果比赛.....92	93. 小小雕塑家.....105
84. 南瓜娃娃.....93	94. 我的生日.....106
85. 神幻小魔术.....95	95. 水果拼盘比赛.....107
86. 上海话唱流行歌曲.....96	96. 手捧红烛唱赞歌.....109
87. 奇妙的植物.....97	97. 手帕上的图案.....110
88. 三个3.....98	98. 踩方格.....111
89. 小小侦察兵.....98	99. 红、黄、绿信号灯.....112
90. 步调一致得胜利 ...101	100. 钉钮扣比赛.....113

二、十分钟队会问答

十分钟队会是怎么产生的?(115)十分钟队会指挥中心是怎么分工的?(115)三人小组与大队部的关系如何?(116)中队的“十分钟队会”三人小组的责任是什么?(116)十分钟队会中中队辅导员起什么作用?(117)十分钟队会有哪些类型?(117)十分钟队会是怎样设计的?(118)怎样设计十分钟广告?(119)十分钟队会天天搞,会不会到后来没内容搞?(119)十分钟队会的节目单怎么分配、排练?(120)十分钟队会的设计者和主持人的关系如何?(120)怎样当好十分钟队会主持人?(121)两人主持十分钟队会应怎样配合?(121)十分钟队会主持不下去怎么办?(122)第一次主持失败了怎么办?(122)二年级的十分钟队会怎样进行?(123)十分钟队会有哪些档案资料?(123)十分钟队会与培养能力有什么密切关系?(124)一个好的十分钟队会设计师应具备哪些条件?(124)第一次当十分钟队会主持人要注意些什么?(125)十

分钟队会有什么教育意义？(126)十分钟队会效果怎么评？
(126)十分钟队会民主精神如何体现？(127)十分钟队会内
容从哪里来？(127)十分钟队会为什么受欢迎？(128)十分
钟队会对少先队自动化有什么意义？(128)

三、十分钟队会选题 200 例

后记134

一、十分钟队会 100 例

1. 不看不知道

在我们班里，只要一上完体育课，便会有许多同学拥到水龙头边，喝生水解渴，常常有人因为喝了生水闹肚子。针对这一情况，我设计了一次“不看不知道——不喝生水”的十分钟队会，并向当医生的姑姑借了两架显微镜。

那天，我把两架显微镜放在两个桌上，分别滴上一滴自来水，一滴白开水。调好了放大倍数，只让同学们仔细观察，并没告诉他们哪一台放了白开水，哪一台放了自来水。同学们怀着好奇的心情走上台来，眯着眼睛仔细地瞧着，一回到座位上，他们就交头接耳地谈起自己见到的情景……最后一位同学也看完了，我就问同学们：“你们看见什么啦？”同学们都争先恐后地举起手抢着回答，有的说：“我看见左边的显微镜里有许多小虫，有的像棒子，有的像细绳，还有的像话梅核。”又有的说：“我看见右边显微镜里，只有一些黑点，不会动，而且稀稀拉拉。”“左边显微镜里的小虫还会蠕动。”其他同学也纷纷作了补充说明。“对，你们说得都对。”我高兴地说，“左边的显微镜里放的是自来水，所以十分不干净，右边显微镜里放的是白开水，所以比较干净。自来水里含有许多大肠杆菌、蛔虫子、霉菌等病菌。喝了后会得肠胃炎、消化不良等疾病。”同学们听了我的话后都议论开来，有的说：“以前我喝生水真不应该。”有的说：“没想到自来水里有这么多细菌，我以后再也不喝了。”这时，平时最爱喝生水的张华同学站起来后悔地说：

“我平时喝了生水肚子痛还不知道什么原因，现在我明白了，我再也不喝生水了。”“对，喝生水会生病，影响我们身体健康，所以，希望同学们以后再也不喝生水。”我小结道。这时，台下热烈地鼓起掌来。

开了这次十分钟队会后，同学们不再在体育课后去喝自来水了。

曹杨新村第八小学 周文俊

2. 青少年与青春偶像

常常可以看到青少年塞着耳机，边走边哼着和他们年龄相差无几的“小虎队”的歌，由此想到：青少年是否应具有青春偶像？树立了偶像对我们学习究竟有没有帮助或影响？对此，初一（3）中队以辩论会的形式开了一个以青少年与青春偶像为主题的十分钟队会。

首先我们在同学中选出四个评委，其余同学组成“霹雳队”、“咪咪队”A、B两个队。各推选出一位代表上台辩论。辩论方法：双方各自发言两分钟，阐述自己的观点；接着自由辩论各两分钟，最后评委打分。

A队主要观点：青少年应该在紧张的学习生活之余开展丰富的课余生活，“小虎队”的歌大都健康活泼，充满生机，很适合我们，经常听、唱他们的歌也可以使我们得到精神上的松弛。能以更充沛的精力投入到学习中，更何况“小虎队”中的一员在唱歌之余努力学习，考进了大学，这样的青春偶像是很适合青少年的，应该树立。

B队主要观点：青少年的主要任务是学习，而树立一个青

春偶像要花费我们过多的精力和金钱。有许多人听了歌以后，千方百计地弄钱买磁带，上课也想，下课也想，影响了正常的学习生活，结果只能导致学习成绩下降。如果把这些精力用在学习上，把这些钱用在买书上，不是更有意义吗？所以，青少年应以学习为重，不应去特别崇拜谁而树立什么青春偶像，只能把这些当作自己生活中的一种点缀。

A、B两队代表辩论得相当热烈，名抒己见。辩论中同学们深深体会到：青少年与青春偶像，要把握好一定的尺度，正确地对待，既要把它作为一种娱乐，但也不要沉湎于其中，以免影响了学习。

甘泉中学 周鸣颖

3. 补 品

我班大多数同学都是独生子女，娇生惯养，什么事都由父母帮着干，吃好的，穿好的，还常常吃补品。父母认为这样有助于孩子的健康。可是有些小朋友吃了补品反而面黄肌瘦，还有些小朋友吃补品太多，得了肥胖症。为了让同学们意识到小孩不能乱吃补品，我特地在十分钟队会上排了一个小品《只有锻炼才能健康》。

小品中有医生、瘦子病人、矮个病人、肥胖病人。医院里来了一个矮小的病人，接着又来了瘦子病人和肥胖病人，医生给他们检查了身体，便开了药方，当他们拿到药方时都惊呆了，原来上面都写着“锻炼”。医生对他们说：“以后不要再吃补品了，小孩吃补品会影响自身的正常生长和发育，从今天开始到小花园集中，每天坚持做一套‘健美操’，一定要好好锻炼，要

记住只有锻炼才能健康。”过了一段时间，瘦子病人脸上出现了红光，矮个病人也长高了2厘米，肥胖病人也健美多了。

通过这个小品，同学们知道了乱吃补品的害处。从此我班再也没有同学乱吃补品了，操场上积极参加锻炼身体同学多了起来。

曹杨新村第五小学 史 华

4. 修改购物单

平时，同学中有铺张浪费，乱敲长辈们竹杠的现象，特别是在学校组织的活动中，往往利用自备午餐的机会，向家长提出过高的要求，有些同学一次秋游活动的消费量就等于父母亲几天的工资收入，真是太浪费了！过几天就要秋游了，于是我设计主持了一个以修改购物单为主题的十分钟队会。

观看小品《一份购物单》

王小亮：啊！明天就要秋游了，是到锦江乐园活动，真是太好了！我得想想买些什么东西好。（作思考状，边想边拿出纸、笔不停地记着什么，口里念念有词）1. 一双旅游鞋。2. 一个新水壶。3. 一罐午餐肉。4. 一袋巧克力夹心面包。5. 两包九制陈皮。6. 五只桔子。7. 一袋太阳牌锅巴。8. 两包猪肉脯。9. 一个苹果。10. 一包水果冻。11. 易拉罐一听，桔子水一包。12. 零用钱10元。

.....

旁白：放学后，小亮兴冲冲地奔回家。

王小亮：（手里挥着购物单）爸爸，爸爸，我们要秋游了！

“怎么样，大家看了这个小品，一定很有感想吧！好，我们

就以小队为单位，就这张购物单，大家讨论交流一下。”

（大家进行了激烈地讨论，然后，一个个发表了自己的意见）

有的说：“旅游鞋和水壶可以不买，桔子只要买两只解解渴，零用钱也可以不拿。”

有的说：“旅游鞋、水壶、水果冻、零用钱等都可以不要，而且巧克力夹心面包可以换成一般的面包，节约一点！”

有的说：“我认为只要带午餐肉、面包、桔子就可以了。”

还有的说：“只要带一包桔子水、一个苹果、陈皮和面包。”

“嗯！大家说得都很好，但重要的是要落实到行动上。马上就要秋游了，我们大家一起来看看，哪些同学带的东西适当，实惠。”

通过这次十分钟队会，果真，秋游那天，同学们带的东西非常实惠。也没有同学比吃比阔的。有的还把省下的零花钱存起来了呢！

宜川二小 吴 敏

5. 怎样使用压岁钱

我们这一代大多数都是独生子女，家里，爸爸、妈妈喜欢，爷爷奶奶那就别提了。每逢过年，同学们一定能收到许多压岁钱，为了让同学们正确使用压岁钱，我们小队利用十分钟队会，通过采访的形式向同学们宣传该怎样使用压岁钱。

首先，我们采访了杨华同学。在家里，爸爸、妈妈都十分喜欢她。过年的时候，爸爸妈妈给了她许多压岁钱，让她买点东西吃。但是杨华却认为，这么多的钱买东西吃实在太浪费

了，老师也说过，要提倡勤俭节约。于是她不仅用压岁钱交了学费，还买了一套《十万个为什么》。杨华从小就喜欢电子琴，她把余下的钱买了一台电子琴。这虽然花了不少钱，但是杨华的心里十分高兴。

我们班有些同学，他们拿压岁钱买玩具手枪，买变形金刚，买零食吃，这就是不正确使用压岁钱的表现。

这些压岁钱是爸爸、妈妈、爷爷、奶奶辛辛苦苦用汗水换来的，我们应该正确使用。

下面我们又采访了李莉同学，她的爸爸在外地工作，很少回家，过年时，妈妈把一年省吃俭用的50多元钱给李莉。50多元钱放在身边不方便，家里条件又不好。于是，李莉把压岁钱给妈妈，妈妈却说：“莉莉，这压岁钱是你的，你自己觉得怎么用合适就怎么用。”这下可为难李莉了，该怎么用呢？“银行，对，存在银行里。”李莉高兴地说。于是，李莉把大部分的钱存进了银行，余下一点钱，买了一些学习用品。妈妈知道后，表扬李莉是个好孩子。

通过这次“怎样使用压岁钱”的十分钟队会，同学们受到了很大的教育。不仅没发现一个同学乱用钱，而且每次学校组织捐款活动，同学们纷纷拿出自己的零用钱、压岁钱，捐献给国家，为国家出一份力。

洛川小学 杨晓芳

6. 出口成歌

当代中学生有一股强烈的自我表现意识与欲望，我们认为这个意识与欲望应该表现出来。