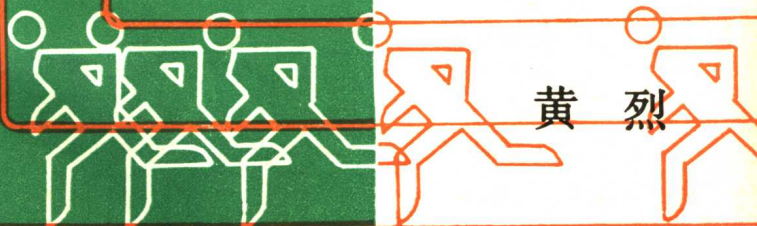


风采丛书

体育 游戏 200 例



黄烈

· 风采丛书 ·

体育游戏200例

黄 烈 编著

广东人民出版社

责任编辑 黄克淮

封面设计 杨白子

绘 图 佳 雄

体育游戏200例

黄 烈 编著

•

广东人民出版社出版

广东省新华书店发行

广东新华印刷厂印刷

787×1092毫米32开本 5印张 78,000字

1984年9月第1版 1984年9月第1次印刷

印数1—37,200册

书号7111·1449 定价0.52元

目 录

第一章 体育游戏和游戏教学法	1
----------------------	---

第二章 体育游戏200例	6
--------------------	---

第一部分 接力游戏	6
-----------------	---

1. 竞 走	8
--------------	---

2. 跑 步	8
--------------	---

3. 单足跳	9
--------------	---

4. 跛鸭跳	9
--------------	---

5. 跛鸡跳	10
--------------	----

6. 跛鹤跳	10
--------------	----

7. 并腿跃进	11
---------------	----

8. 爬 行	11
--------------	----

9. 持趾竞走	11
---------------	----

10. 握胫竞走	12
----------------	----

11. 三级跳	12
---------------	----

12. 跛狗跳	12
---------------	----

13. 蟹 行	13
---------------	----

14. 蛙 跳	14
---------------	----

15. 跳 绳	14
---------------	----

16. 穿麻袋跃进	15
17. 推倒与竖立	15
18. 掌上竖棒	16
19. 负 重	16
20. 旋转跃进	17
21. 开立跃进	17
22. 蹲踞竞走	17
23. 头上顶物	18
24. 汤匙盛球接力	18
25. 球板击球	19
26. 犁地接力	19
27. 奇人跳跃	20
28. 三足竞走	21
29. 五足竞走	21
30. 怀抱接力	22
31. 背负接力	23
32. 锁链竞走	24
33. 雄鸡骑马	24
34. 骑兵接力	25
35. 空军飞行	26
36. 火车接力	26

37. 复式接力	27
38. 钻 圈	27
39. 跳 棒	28
40. 搬换物体 (一)	30
41. 搬换物体 (二)	30
42. 搬换物体 (三)	31
43. 掷物入圈	32
44. 顶 物	33
45. 跨越障碍物	33
46. 传 帽 (一)	34
47. 传 帽 (二)	35
48. 传递消息	35
49. 拍电报	36
50. 传手号	37
51. 传烛火	37
52. 夹花生米	39
53. 棒推球进	39
54. 坐卧传球	40
55. 卧坐传球	41
56. 头上传球	42
57. 胯下传球	42

58.	篮球传球(一)	43
59.	篮球传球(二)	44
60.	足球传球	47
61.	排球传球	47
62.	篮(足)球直(折)线运球	47
63.	曲线运球	48
64.	运双球	49
65.	拨球	51
66.	空中运球	51
67.	投地篮	51
68.	篮球投篮	51
69.	运球投篮(一)	52
70.	运球投篮(二)	52
71.	足球运球射门	53
72.	传球投篮(射门)	53
73.	掷圈与套圈	53
74.	套圈与拾圈	54
75.	抛浪人	55
76.	田赛接力	56
77.	计算	57
78.	答题、默写或填充	58

79. 填 字	58
第二部分 追拍游戏	
80. 单骑追敌	59
81. 螳螂捕蝉	59
82. 勇士打虎	60
83. 绕圈追拍	61
84. 追 捕	62
85. 独脚虎	64
86. 后浪逐前浪	64
87. 突然袭击	65
88. 报数追拍(一)	66
89. 报数追拍(二)	66
90. 报数追击	68
91. 反击挑衅者	68
92. 渡江比赛(一)	69
93. 渡江比赛(二)	70
94. 捉龙尾	70
95. 追截传球	71
96. 追拍滚地球(一)	72
97. 追拍滚地球(二)	73
98. 突 围	73

99. 传球追赶(一)	73
100. 传球追赶(二)	75
101. 伺机夺取	75
102. 夺 宝(一)	76
103. 夺 宝(二)	77
104. 偷 袭	78
105. 放烟幕	78
106. 你踢我追	79
107. 运球追拍	80
108. “狼来了”	81
109. 撒网捕鱼	82
110. 当机立断(一)	83
111. 当机立断(二)	84
112. 白马与黑马	85
113. 分清是非	85
114. 方阵追拍	86
115. 迷阵追拍	87
116. 冲敌营	89
117. 捉俘虏	89
118. 跳杠追拍	91
119. 障碍追拍	92

第三部分 争夺游戏	93
120. 拾物竞争	93
121. 跟我走	94
122. 打游击	94
123. 放物争位	95
124. 单足争位	97
125. 争坐椅子	97
126. 乘机抢位(一)	98
127. 乘机抢位(二)	98
128. 争上游	99
129. 绕圈夺旗	99
130. 白兔争窟	100
131. 缴械竞赛	101
132. 球的争夺(一)	102
133. 球的争夺(二)	103
134. 球的争夺(三)	103
第四部分 角斗游戏	104
135. 抱 斗	104
136. 背 负	105
137. 摔 角	105
138. 推 手	106

139.	抗 掌	108
140.	突破臂环	106
141.	拉入圈中	107
142.	拍 背	108
143.	打 膝	108
144.	缚足冲撞	110
145.	雄鸡决斗	110
146.	跛鹤决斗	111
147.	跛鸭决斗	112
148.	猫 斗(一)	112
149.	猫 斗(二)	112
150.	跛脚独臂战	113
151.	驱逐出境	113
152.	背立拖棒	114
153.	单棒争夺	114
154.	软棒袭腕(趾)	115
155.	双棒争夺	115
156.	进攻与守卫	116
157.	背拉拔河	117
158.	钩指拔河	118
159.	背推拔河	118

160.	单足拔河	119
161.	蹲踞拔河	120
162.	拔河取物	120
163.	骑兵拔河	121
164.	四角争雄	121
165.	牵肘战	122
166.	横队拔河	123
167.	歼灭战(一)	124
168.	歼灭战(二)	124
169.	球的攻击(一)	125
170.	球的攻击(二)	126
171.	球的攻击(三)	126
172.	球的攻击(四)	127
173.	球的攻击(五)	127
174.	球的攻击(六)	129
175.	多余的球	130
第五部分 摸猜游戏及其他		133
176.	蒙眼摸猜	133
177.	打醉汉	134
178.	快马夺旗	134
179.	寻 羊	135

180. 借 眼	136
181. 击 鼓	136
182. 摸 石	137
183. 吹 烛	138
184. 夺 位	138
185. 闻声捕捉(一)	139
186. 闻声捕捉(二)	139
187. 迷途的人	139
188. 谁失踪了?	140
189. 黑夜摸索	141
190. 猜 球(一)	141
191. 猜 球(二)	142
192. 猜捉带领员	142
193. 猜 宝	143
194. 青蛙跳水	143
195. 花落谁手	144
196. 哼哈二将	145
197. 联句(词)	145
198. 探 宝	146
199. 随遇而作	146
200. 真假口令	147

第一章

体育游戏和游戏教学法

体育游戏是一种锻炼人们全面发展的良好活动。它能培养革命英雄主义和集体主义精神；它能养成机智勇敢、团结互助、忠诚老实和遵守纪律等品德；它能增强体质，促进身体的全面发展，并有助于专项技术（体育、军事技术）的提高；它生动活泼，既能调剂生活，使身心愉快，又能达到积极休息，提高工作效率的目的。

体育游戏是一种群众性娱乐性很强的体育活动。它的内容丰富多彩，健康有益，形式生动活泼，新颖别致。它不受人数、技术、场地和器材等的限制，方法规则比较简单，技术易于掌握。不论是男女老幼，不论是部队、学校、工厂和机关等都可以根据不同的时间、地点和条件灵活地选择或创造教材，因而能吸引广大群众参加。

体育游戏是一项集体活动。游戏能否顺利进行，是与游戏组织者的指导艺术，游戏参加者的积极性分不

开的。调动参加者的积极性，提高他们的兴趣，是对组织者的基本要求。要成为一个合格的游戏组织者，就不能不注意学习体育游戏教学法。这种教学法对游戏的成功与失败有着很大的作用。

这里提出几个要点是在组织游戏前所必须引起注意的。

一、教材的选择

1.要重视游戏的政治思想内容，反对带有迷信色彩和庸俗内容的游戏。

2.应根据不同的对象（性别、年龄、身体情况、工作性质等）、人数多少、场地设备及天气情况而灵活选择游戏教材。

3.要注意掌握游戏的活动量，尽可能照顾大多数人能够参加。

4.游戏的内容不要太复杂，游戏用具以简便为宜。要因地制宜地利用场地和物质条件而选择教材。

5.游戏项目的多少，以游戏的时间长短而定，最好多准备几个，以满足游戏者的需求。

6.做第一个游戏时，可选择易做和比较有趣的，以激起游戏者的兴味。

二、准备工作

做游戏前应做好一切准备工作，如教案、场地及用具等。对如何组织指挥要做到心中有数。

三、讲解与示范

1. 讲解须有次序，可以按照名称、人物、用具、准备方法及规则等顺序讲解。

2. 讲解要求简短扼要而有鼓动性，以激发游戏者的情绪。每次教新游戏时，应做示范，必要时可让少数参加者先做。

3. 讲解与示范后（有时也可在中间），应询问全体成员是否明晓。如发现游戏者不注意听讲或许多人没听清楚，应大声讲解，并要求游戏者严格遵守方法和规则。

四、分队和排列

1. 如人数多时，可分队（组）进行。

2. 分队（组）方法：一般用报数的方法。报数后（或做一个游戏后），指挥者可根据实力酌情调整，也可采用班、排、连或年级等组织分组，还可由各队（组）队长选择自己的队员。上述几种方式可灵活采用。

3. 分队（组）后，即迅速按规定的队形编队并做好其他准备工作。

五、指定或选出各种人物

1. 领队或引导人的选择应考虑他的思想作风和组织指挥能力，既可以指定，也可以推选。主角人物可采取指定、公选和自报三种方式选出。裁判员（如一个裁判，可由指挥者负责）、检查员、记分员、计时员等可以指派，也可以由参加游戏者轮流担任。

六、遵守规则

游戏进行中，发生缺点错误是难免的，一般多是出于无意，或由于技术不熟练所造成。如遇有粗野动作，或有投机取巧等犯规行为时，应适时纠正。要强调执行规则，维持秩序，主持公正。如发生一般的小缺点，群众情绪不受影响，可继续进行，不必过多的中止游戏。待该项游戏结束时，再指出缺点或问题。

七、游戏的变换和次数

每项教材举行的次数，应事先有所准备。如游戏者情绪不高或效果不好时，可改变新的教材。如情绪高涨，视情况可再举行一或二次。

八、表扬为主

每当游戏告一段落或结束后，在必要讲评时，表