

中小学 文体活动 指导大全

中国少年儿童出版社

高明强 杜建海 编

指导大全



中小学 文体活动 指导大全

高明强 杜建海◎编写



中国少年儿童出版社

封面设计:安 宏

插 图:毕树校 林继勋

责任编辑:刘道远

中小学文体活动指导大全

高明强 杜建海 编写

*

中国少年儿童出版社 出版发行

地址:北京东四 12 条 21 号 邮编:100708

北京忠信诚印刷厂印刷 新华书店经销

*

787×1092 1/32 4.875 印张 2 插页 92 千字

1997 年 8 月北京第 1 版 1998 年 11 月北京第 2 次印刷

本次印数:5,000 册 定价 5.80 元

ISBN 7-5007-2057-2/G·853

凡有印装问题,可向本社发行二科调换。

目 录

文娱游艺篇

柳暗花明 (迷宫游戏)	(2)
疑窦顿开 (推理游戏)	(5)
巧思妙算 (数学游戏)	(7)
妙语联珠 (文字游戏)	(9)
藏头隐尾 (猜谜游戏)	(11)
扑朔迷离 (大众魔术游戏)	(14)
变幻有术 (科学魔术游戏)	(16)
五彩精灵 (民间弹子游戏)	(18)
眼敏手捷 (民间抓子游戏)	(19)
力争红旗 (民间跳房游戏)	(23)
鹰鸡斗智 (民间鹰鸡游戏)	(25)
手长眼睛 (民间迷藏游戏)	(26)
儿童乐园 (组合游戏)	(27)
击鼓传花 (综合游戏)	(29)
此起彼伏 (拉歌)	(31)
争当三姐 (对歌)	(34)
眉飞色舞 (故事会)	(36)

青春旋律（集体舞舞会）……………（37）

周游世界（模拟旅游）……………（39）

皆大欢喜（游艺会）……………（41）

体育竞技篇

如鱼得水（水中游戏）……………（46）

拉网捕鱼（冰上游戏）……………（47）

球迷新趣（球类游戏）……………（48）

奔跳之乐（田径游戏）……………（50）

技巧接力（体操游戏）……………（51）

校园烽火（操场军事游戏）……………（53）

金鸡独立（民间脚斗游戏）……………（55）

兼程万里（象征性长跑）……………（57）

驰骋原野（越野跑）……………（58）

零的突破（足球）……………（61）

巧手神投（篮球）……………（62）

艺高胆大（自行车）……………（64）

雪上飞人（花样滑雪）……………（65）

势均力敌（拔河）……………（67）

舞绳在手（跳绳）……………（69）

新的高度（跳皮筋）……………（73）

脚上功夫（踢毽子）……………（75）

直上云霄（放风筝）……………（79）

轻盈飘飞（掷飞碟）……………（81）

旋转不已 (打陀螺)	(83)
雏燕凌空 (荡秋千)	(85)

节庆假日篇

莺歌燕舞 (元旦)	(88)
恭贺新春 (春节)	(90)
花灯盛会 (元宵节)	(91)
生命之绿 (植树节)	(93)
笑慰英灵 (清明节)	(95)
篝火熊熊 (青年节)	(97)
荡桨清流 (端午节)	(99)
未来栋梁 (儿童节)	(101)
高擎圣火 (国际奥林匹克日)	(103)
再现风云 (建党纪念日)	(105)
军人风姿 (建军节)	(107)
园丁颂曲 (教师节)	(110)
月亮之歌 (中秋节)	(112)
祖国礼赞 (国庆节)	(113)
秋高气爽 (重阳节)	(115)
圣诞快乐 (圣诞节)	(117)
科技之光 (校科技节)	(119)
金色年华 (集体过生日)	(122)
挥手作别 (毕业联欢日)	(124)
再度欢聚 (毕业生返校日)	(125)

桃李芬芳（校庆）	(127)
----------------	-------

郊野活动篇

安营扎寨（夏令营）	(132)
-----------------	-------

餐风饮月（露营）	(134)
----------------	-------

山野硝烟（野外军事游戏）	(136)
--------------------	-------

走向远方（远足）	(137)
----------------	-------

车轮滚滚（自行车旅行）	(139)
-------------------	-------

回归自然（野炊）	(141)
----------------	-------

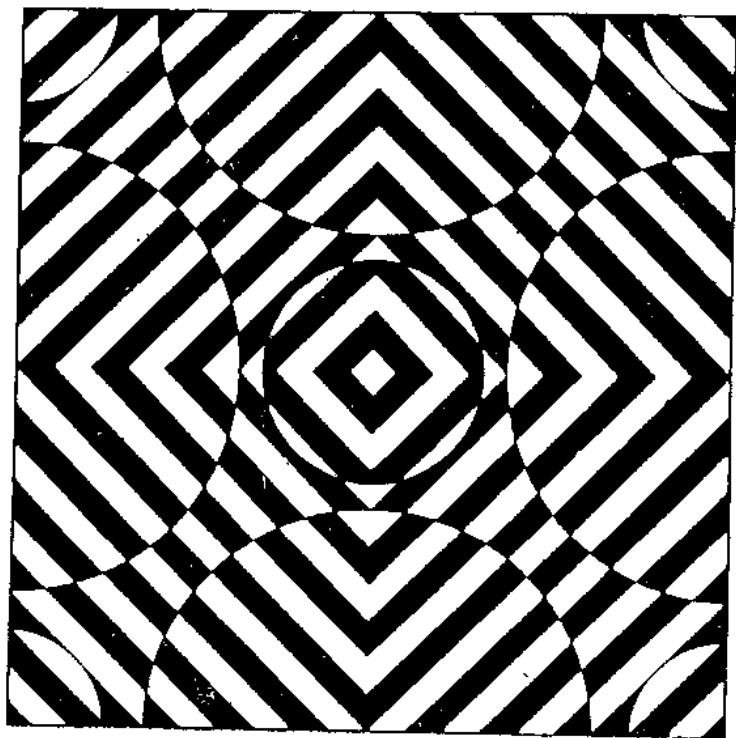
不虚此行（钓鱼）	(143)
----------------	-------

形神俱佳（堆雪人）	(145)
-----------------	-------

十字街头（城游）	(146)
----------------	-------

后记	(149)
----------	-------

文艺游艺篇



柳暗花明

(迷宫游戏)

迷宫，最早是古希腊人特意建造的地下或半地下建筑。这些建筑往往有难以计数的小房间，迂回曲折的甬道，不易辨认的小径。后来，迷宫一般指庭园迷宫、盘陀迷路及军事阵图等。而它作为一种游戏形式出现的，主要是迷宫图画。迷宫错综复杂，解走时常是“柳暗花明”，使人内心产生顿悟感。开展这项活动能启迪同学们的才智，增强他们的识别和判断能力，培养他们的灵活性和忍耐性，提高对复杂环境的应变能力。

活动准备

活动组织者要帮助同学们了解并掌握迷宫解走的常识。然后，确定两个活动项目。并根据要求搜集几种迷宫图画，在16开纸上刻印好，另外再在较大的白纸上画好。同时准备好粉笔和小奖品若干。

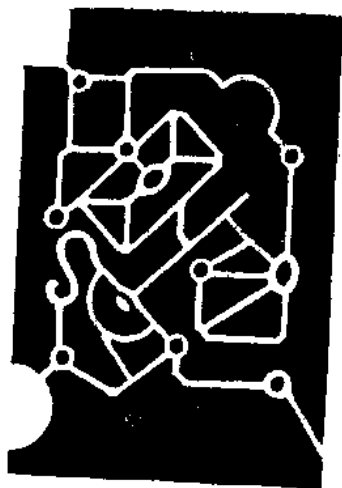
活动形式和过程

一、迷宫图案解走赛

1. 主持人向同学们宣布竞赛规则，如独立解走，从速解答，以解走迅速、路线简捷为优胜等。接着，把描绘的迷宫



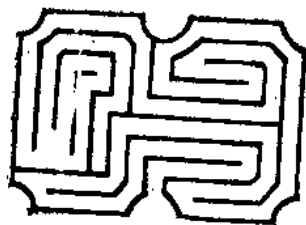
汉普顿迷宫



凡尔赛迷宫



索米尔兰顿山迷宫



惠姆勃莱顿迷宫



园艺协会迷宫

欧洲著名的庭园迷宫

图画贴在黑板上，再把刻印的迷宫图发给大家，人手一份。

2. 参加者仔细审视迷宫图。解出后，即举手请求当场解走，或把自己解答的迷宫图上交给主持人，主持人注明上交的先后顺序。

3. 规定的时间一到，主持人在黑板上当众解走迷宫图，并根据上交迷宫图的解走情况判定胜负，公布优胜者姓名。

二、球场迷宫解走赛

1. 主持人在水泥球场上，用粉笔画出范围较大、路线曲折的迷宫。让活动者列队站在进口处旁边，把小奖品放在迷宫的出口处。

2. 主持人介绍活动要求：如走入绝境，则按原路退出，由他人解走；如走了盘陀路，也不是最佳途径，同样要退出观看。并把活动者分成人数相等的几个小组。

3. 经抽签后，一个小组几名同学排着队在迷宫中解走，其他组同学向后转，违者取消活动资格。当该组同学解走失败，退出观看时，由第二组接着解走。以后依次进行。走出迷宫的小组可以把出口处的一份奖品拿走。

活动建议

1. 组织迷宫解走要保密，应让参加者独立解走，不然，就会失去游戏的意义。

2. 组织者可在活动过程中讲述一些迷宫趣闻，如古希腊神话中的米诺斯迷宫，古丹麦十字架上的迷图，诸葛亮的“八阵图”，《水浒》中祝家庄的盘陀路，苏州庭园迷宫“狮子林”等。

附录

迷宫图画解走常识

迷宫是按照一定的线路图设计的，有的途径通向绝路，有的是交叉路，有的是回环重复的盘陀路，但至少有三条路可通。用笔解走迷宫时，沿入口处进去，把通往绝路的路线全部涂掉，同时，也要涂掉对到达目的地不起作用的盘陀路，直到出口处。那么，在迷宫图上就会显示出最简捷的路线。

疑 窦 顿 开

(推理游戏)

推理，是从已知判断（前提）推出新判断（结论）的思维形式。在推理过程中，要十分注意其中的逻辑联系。推理游戏，就是通过推理开展趣味活动。其形式有数字推理、图案推理、文字推理等等。经常开展推理游戏，能培养同学们的独立思考能力，增强逻辑思维能力和合理的想象力。

活动准备

组织者事先要搜集各种推理游戏题目，做好答案，然后把这些题目用墨笔誊抄在白纸上。同时拟订好“猜问”的规则和答案要求等。正式活动前还需布置一下场地。

活动形式和过程

一、推理解题

1. 主持人宣布“推理解题”游戏开始。先介绍题目的类型及解答办法，要求大家遵守抢答规定。

2. 主持人出示一道数字推理题。题型为左面是数字图形，右面是文字说明和解题要求。如推断9只闹钟中1只与众不同的，并推导3只闹钟上的时间等。同学举手抢答后，主持人记录正确解答者的姓名。

3. 主持人悬挂出一道图案推理题，题型同上，但解答结果是根据推理改变图案（图画）的原貌。同学举手抢答，经主持人允许到黑板上画出改动后的图案。如正确，主持人做好记录。

4. 主持人声音洪亮、口齿清楚地逐一读出文字推理题。题型为：题目+小故事+问题。内容有刑事案件侦破，文化生活知识探究等。同学略作思考，能解者起立讲述推理的过程及结论。主持人要对每一个同学的解答予以肯定或否定。如无人答对，则说出正确答案。

5. 推理解题完毕，主持人统计个人解答的正确次数，然后公布前三名“推理能手”。

二、猜问

1. 主持人宣布“猜问”活动开始。首先，简述“猜问”的作用。其次，介绍猜问的方法和要求。

2. 主持人请一名同学说出一个人名（或地名、物名，范围不限，古今中外，男女老少，人文景观，皆可，但需出者和猜者都熟悉。），写在一张白纸上，作为谜底。

3. 主持人将这谜底交给另一位同学猜。这个同学觉得力

不从心，可转给其他同学。

4. 猜的同学提一些相关性问题，如“是中国人吗？”“是现代中国人吗？”“是男人吗？”等等，出题的人作“是”或“不是”两种答复。

5. 猜者逐步缩小提问范围，通过 10 次左右猜问，到最后一次猜问回答后，主持人出示谜底，猜准为赢，奖给礼品一件。

活动建议

1. 推理题目的难度要适中，不要太容易，一猜即中就没味道了；也不要太难，个个百思不得其解，则会令人望而生畏。

2. 题目类型要多样化，数字题、文字题、图案题，应各占一定的比例。

巧思妙算

（数学游戏）

数学游戏，是运用趣味数学的一种智力游戏。一般有 8 种类型，即数字的组合和排列，几何图形的拼合和分割，文字趣题的结果运算。参加者解答时常常兴趣浓厚，热情很高。因此，数学游戏不仅可以作为数学教学的形式，而且也可以作为生动活泼的课余活动，以激发同学们学习数学的兴趣，增进他们的思考力和判断力。

活动准备

数学游戏活动由班级学习委员和数学课代表共同负责。

事先，要搜集并编排好各种形式、一定数量的趣味数学题，把它们抄在小黑板、白纸或幻灯片上。同时，要准备好挂图架，几套七巧板及幻灯机，刻好包括题目序号、姓名、得分栏目的记分表。最后讨论好不同题目的答题形式和要求。

活动过程

1. 学习委员宣布活动开始，并介绍这次活动的题目类型、计分办法和答案要求，鼓励同学们积极思考，踊跃解答，争取好成绩。

2. 数学课代表逐一报出10道机智题，如“树上有6只麻雀，打死3只，还有几只？”等，由同学举手抢答，答对1题得1分。

3. 接着，学习委员出示写有5道“容易做的难题”的小黑板，如分数中的繁分数化简，点名举手同学，到黑板前解出答案，答对1道给2分。

4. 数学课代表放映写有10道“数字填空”、“数字移位”游戏题的投影幻灯。同学举手抢答，填写、移位正确的给分，每题1分。

5. 学习委员在黑板上分别贴好用绘出来的火柴列成5个算式的白纸，要求同学搬动火柴位置，使算式成立。请同学举手抢答，算式能够成立的每道题给2分。

6. 由数学课代表放好绘有5种“幻方”图案的挂图架，请同学迅速地排幻方或填数，能正确完成一种的，给4分。

7. 做完了上述基本题，选拔出得分最多的8名同学进行难度较大的拼板游戏。学习委员分发给这几位同学一套纸糊

的七巧板，要求按规定拼出4种几何图形，完成一项者给10分，共40分。

8. 到规定时间结束时，学习委员和数学课代表根据拼图结果和速度，加上原有积分，评出“聪明脑袋”若干名，并予以适当奖励。

活动建议

1. 游戏题目事先一定要准备好，题型形式要丰富而有趣味性，既有动口的，又有动手的，由易到难，并注意保密。

2. 比赛要规定解答时间，抢答一定要举手，任意报出答案无效，屡次犯规而情节严重的可取消评比资格。

妙语联珠

（文字游戏）

文字游戏是利用文字的结构、含义、组合等规律设题，供同学们学习语言文字的趣味活动。它的形式较多，有填字、拼字、辨字、猜字和改字等。开展文字游戏，在嬉笑之中，能扩充同学们的语言文字知识，促进语文学习。

活动准备

文字游戏活动由校语文组出题，由校学生会学习部组织。语文教师分工搜集各种有趣的题目，并按活动需要或刻印，或绘制，并计好分数。组织者请各班推选3名代表，组成竞赛小组。参赛者带上书写用笔。同时，请学校教导处帮助准备好智力抢答机和分数牌。

活动过程

1. 各班参赛小组、裁判员在台上就座。主持人介绍文字游戏的活动形式，智力抢答机的使用方法，计分评奖办法。

2. 主持人向各小组分发一张填字类题目纸，内容有“成语填像”、“圆环填字”、“填字组词”、“色彩填字”、“填写同义（反义）字”等。组内几个人共同讨论，一人填写，填毕，陆续按电钮，交上答题纸。主持人请裁判员判阅后，宣布各组的成绩。裁判员在记分板上写上各组的得分情况，并出示正确的答案。

3. 主持人清晰响亮地读出一个个字谜题。各组同学稍作思考，即按电钮。主持人请首先亮灯的小组同学站起回答，如答对，裁判员举起得分的分数牌，如答错，另一名裁判员举起减分的分数牌，并在记分板上增减。

4. 主持人逐一读出一道道拼字类题目，如用四横二直，能拼成几个汉字？将某两个独体字相凑，能拼成几个不同的汉字？若干个汉字上加某个偏旁部首，使它成为另外几个汉字等。各小组把答案写在纸上后，即按电钮，主持人读首先亮灯小组的答案，判定其正确与否后，裁判员出示分数牌，增减分数。

5. 主持人开头说一个4字格的成语，然后各组每人依次也各说一个成语（要求形成“顶真格”，即后一个成语的第一个字必须与上一个成语的末一字相同），使所有成语首尾相接，成为一条龙。如联出，裁判予以加分；如联不出，则按