



中等职业学校教材
ZHONGDENG ZHIYE XUEXIAO JIAOCAI

体育教学游戏

TIYU JIAOXUE YOUXI

石瑞章 主 编
刘合力 副主编



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS



★ 教育部审定 ★
教育部审定 教育部审定 教育部审定

体育教学游戏

TIYU JIAOXUE YÓUXI

第二版



人民教育出版社
PEOPLE'S EDUCATION PRESS

中等职业学校教材

体育教学游戏

石瑞章 主 编

刘合力 副主编

人民邮电出版社

北 京

图书在版编目(CIP)数据

体育教学游戏 / 石瑞章主编. —北京: 人民邮电出版社,
2009.9
中等职业学校教材
ISBN 978-7-115-20160-7

I. 体… II. 石… III. 体育课—专业学校—教学参考资料 IV. G634.963

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第140575号

内 容 提 要

本书为体育课教材,全书分为3个部分,即室内游戏、室外游戏和体育锻炼的一般知识,内容集教育性、娱乐性、竞技性、趣味性、综合性于一体。游戏中加入了生理常识、准备活动及体育锻炼的一般知识。

本书可作为技工学校、技师学院、中等专业学校的教学和训练用书。

中等职业学校教材

体育教学游戏

-
- ◆ 主 编 石瑞章
 - 副 主 编 刘合力
 - 责任编辑 须春美
 - ◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市崇文区夕照寺街14号
邮编 100061 电子函件 315@ptpress.com.cn
网址 <http://www.ptpress.com.cn>
北京铭成印刷有限公司印刷
 - ◆ 开本: 787×1092 1/16
印张: 8.75
字数: 202千字
印数: 1—3000册
 - 2009年9月第1版
2009年9月北京第1次印刷

ISBN 978-7-115-20160-7

定价: 19.00元

读者服务热线: (010)67170985 印装质量热线: (010)67129223
反盗版热线: (010)67171154

前 言

游戏活动是一项体育运动，它是体育教学和体育训练的组成部分，同时也是体育教育、教学的方法和手段之一。它不仅有效地发展学生的身体素质和智力，对提高学生掌握和运用体育技能有着重要作用，而且对培养学生集体主义观念、自觉遵守纪律、团结友爱、勇敢顽强、果断及进取精神，都有着极其重要的意义。由于体育教学游戏的内容丰富多彩，形式多种多样，组织起来生动活泼，竞赛性强，能够调动人们从事体育锻炼的积极性，所以得到了广大教育工作者的重视。

本书中的游戏集教育性、娱乐性、竞技性、趣味性、综合性于一体。具有一定的锻炼和教学价值。游戏中加入了相关生理常识、准备活动及一般体育知识。本书共编写了3个部分：室内游戏、室外游戏和体育锻炼的一般知识，可作为技工学校、技师学院、中等专业学校的体育课程教学和训练不可缺少的用书。

本书由石瑞章任主编，刘合力任副主编，路建国主审。由于编者水平有限，书中难免存在错误和不妥之处，恳请读者批评指正。

编 者

2009年6月

目 录

体育游戏的分类.....	(1)
体育游戏的教学方法.....	(2)
体育游戏的生理意义.....	(4)

室内游戏

1. 祝你好.....	(5)
2. 指点江山.....	(5)
3. 巧成一句话.....	(6)
4. 接后语.....	(6)
5. 传口令.....	(6)
6. 拍电报.....	(7)
7. 提问猜人.....	(7)
8. 传送带.....	(8)
9. 猜个性.....	(8)
10. 三子棋.....	(9)
11. 添鼻子.....	(9)
12. 盖方块.....	(10)
13. 掰手腕.....	(10)
14. 踢毽子接力.....	(11)
15. 综合素质比赛.....	(11)
16. 脚抛球比高.....	(12)
17. 传递实心球比赛.....	(12)
18. 小球追大球.....	(13)
19. 组画接力.....	(13)
20. 组句接力.....	(14)
21. 飞镖比准.....	(14)
22. 乒乓球打靶.....	(14)
23. 沙包投课桌.....	(15)
24. 拦击导弹.....	(16)
25. 扑克牌分类.....	(16)
26. 室内运动会.....	(17)
27. 弹棋.....	(17)
28. 弹百分.....	(17)
29. 牛角棋.....	(18)

30. 分割包围.....	(18)
31. 鲤鱼跃龙门.....	(19)
32. 夹豆豆.....	(19)
33. 洞底取宝.....	(20)
34. 抢凳子.....	(20)
35. 护火灭火.....	(20)
36. 轨上驾车行.....	(21)
37. 请君入瓮.....	(21)
38. 请你出宫.....	(21)
39. 顶气球接力.....	(22)
40. 抛投降落伞.....	(22)
41. 羽针掷准.....	(22)
42. 气球“排球赛”.....	(23)
43. 智荡峡谷.....	(23)
44. 击点扣准.....	(24)
45. 钓瓶.....	(24)
46. 盲人进猴门.....	(24)
47. 乒乓球打靶.....	(25)
48. 投球入圈.....	(25)
49. 投球反弹过杆.....	(26)
50. “独木桥”上巧斗智.....	(26)
51. 马步推掌.....	(27)
52. 夹球跳跃去祝贺.....	(27)
53. 吹羽毛球比赛.....	(28)
54. 支援前线.....	(28)
55. 传递密码.....	(28)
56. 接龙造句.....	(29)
57. 接龙组词.....	(29)
58. 摇、摇、摇.....	(29)
59. 估时间.....	(30)
60. 盲人点环.....	(30)
61. 打活靶.....	(31)
62. 手指拔河.....	(31)
63. 得数点名.....	(31)
64. 快速记忆比赛.....	(32)

65. 气球掷远·····	(32)	22. 跳绳跑接力夺旗·····	(47)
66. 吹球赛·····	(33)	23. 传球比多·····	(48)
67. 悬垂穿针·····	(33)	24. 传球追赶·····	(48)
68. 指头拉力赛·····	(34)	25. 折线运球接力·····	(49)
69. 看谁气壮·····	(34)	26. 运球追拍·····	(49)
70. 盲球·····	(35)	27. 运球接力·····	(50)
71. 旋转击鼓·····	(35)	28. 颠球接力·····	(50)
72. 起重机·····	(35)	29. 传球截球·····	(51)
73. “轻弹”激战·····	(36)	30. 踢球追球·····	(51)
74. “釜底抽薪”·····	(36)	31. 圆圈排球·····	(52)
75. 机灵的侦察员·····	(36)	32. 传球接力·····	(52)
76. 听声猜人·····	(37)	33. 踩线·····	(53)
77. 方圆同步·····	(37)	34. 进圈·····	(53)
78. 捶“锤”锉“锉”·····	(37)	35. 盲人过河·····	(53)
79. 数青蛙·····	(38)	36. 转圈辨向·····	(54)
80. 开火车·····	(38)	37. 闯三关·····	(54)
		38. 争夺阵地·····	(54)
		39. 钻圈·····	(55)
		40. 集体过障碍·····	(55)
		41. 套圈·····	(56)
		42. 综合素质训练能力·····	(57)
		43. 住店·····	(57)
		44. 机警换位·····	(58)
		45. 冻人·····	(58)
		46. 双脚跳绳接力·····	(59)
		47. 跳绳传球·····	(59)
		48. 胯下运球接力·····	(60)
		49. “30分”投篮·····	(60)
		50. 追球·····	(60)
		51. 排球体操接力·····	(61)
		52. 蛙跳追捕·····	(62)
		53. 传球接力·····	(62)
		54. 跑跳比赛·····	(62)
		55. 排头捉排尾·····	(63)
		56. 绕队曲线跑·····	(63)
		57. 圆形曲线跑·····	(64)
		58. 绕人“8”字跑·····	(64)
		59. 综合障碍跑·····	(65)
		60. 追拍游戏(1)·····	(66)

室 外 游 戏

1. 集中注意力·····	(39)
2. 看谁反应快·····	(39)
3. 一次记牢·····	(40)
4. 追忆模仿·····	(40)
5. 击掌令·····	(40)
6. 听数转体·····	(41)
7. 出手指·····	(41)
8. 高人矮人·····	(41)
9. 大小西瓜·····	(42)
10. 抓耳抓鼻·····	(42)
11. 大小手指·····	(42)
12. 拳掌互变·····	(42)
13. 三人攻防线·····	(43)
14. 挤肩角力·····	(43)
15. 抢扶体操棒·····	(44)
16. 谁的反应快·····	(44)
17. 迎面接力跑·····	(45)
18. 圆圈接力跑·····	(45)
19. 看谁追得上·····	(46)
20. 同号追·····	(46)
21. 鸭子赛跑·····	(46)

61. 追拍游戏(2)	(66)	100. 预防传染病	(86)
62. 突围	(67)	101. 环球旅行	(86)
63. 斗鸡	(67)	102. 夹球竞速	(87)
64. 攻守堡垒	(67)	103. 拉人进圈	(87)
65. 抢球游戏	(68)	104. 木靴竞走	(87)
66. 穿插追击	(69)	105. 第三者是多余的	(88)
67. 看谁灵巧	(70)	106. “8”字颠球接力赛	(88)
68. 包子、剪刀和锤子	(70)	107. 无钩钓鱼	(88)
69. 圈里只能有一人	(71)	108. 穿花运球接力	(89)
70. 不要转向	(71)	109. 单手拔河团体赛	(89)
71. 水中赛跑	(72)	110. 双脚跳绳接力	(89)
72. 打水鸭子	(72)	111. 我要读书	(90)
73. 摸石子	(73)	112. 生产竞赛	(90)
74. 时代列车	(73)	113. 智夺红旗	(91)
75. 步调一致	(74)	114. 禁止偷猎	(91)
76. 同步卫星	(74)	115. 运送弹药	(92)
77. 航天飞机	(75)	116. 勇敢的侦察兵	(92)
78. 紧急计算	(75)	117. 猴跳接力	(92)
79. 车轮滚滚	(76)	118. 跨沟摘桃	(93)
80. 群星捧月	(76)	119. 翻山越林送情报	(94)
81. 慢而稳骑车	(77)	120. 你追我赶	(94)
82. 骏马驰骋	(77)	121. 弃暗投明	(95)
83. 五足接力	(78)	122. 争兵抢将	(95)
84. 高水平服务	(78)	123. 智撼山动	(96)
85. 勺球竞技	(79)	124. 传球到位	(96)
86. 湖中竞舟	(79)	125. 球打龙尾	(96)
87. 赶猪	(80)	126. 水中骑兵	(97)
88. 钓瓶赛跑	(80)	127. 水中拍龙尾	(97)
89. 抬轿子	(81)	128. 小汽艇竞赛	(97)
90. 抢救伤员	(81)	129. 水中戏龙	(98)
91. 麻袋跳	(82)	130. 水中滚木	(98)
92. 保卫“军库”	(82)	131. 勇荡秋千, 智入“浮圈”	(99)
93. 铺铁轨	(83)		
94. 火车出山	(83)		
95. 彩绸飘舞	(84)		
96. 八仙过海	(84)		
97. 巧过封锁线	(85)		
98. 修长城	(85)		
99. 编花篮	(85)		

体育锻炼的一般知识

1. 锻炼身体的方法有哪些?
怎样选择? (100)
2. 怎样合理地进行锻炼? (100)
3. 参加体育锻炼为什么要
因人而异? (101)

4. 锻炼或比赛前为什么要做 准备活动? (101)	26. 为什么每天锻炼也消耗不完 人的体力? (114)
5. 怎样做准备活动? (102)	27. 为什么经常参加体育锻炼能使 胖人“消瘦”, 又能使瘦弱的人 变得壮实? (115)
6. 为什么运动后要做整理 活动? (103)	28. 饭后进行短时间休息 有什么好处? (115)
7. 刚睡醒为什么不宜做 剧烈运动? (103)	29. 为什么在剧烈运动后不宜 大量饮水? (116)
8. 人的体力有没有限度? (103)	30. 为什么肌肉越运动越 发达? (116)
9. 为什么运动的时间久了 就会疲劳? (104)	31. 运动时为什么会出现 抽筋现象? (117)
10. 为什么说没有疲劳就 没有训练? (105)	32. 游泳有什么好处? (117)
11. 为什么经常锻炼的人 不宜疲劳, 而且疲劳 后体力容易恢复? (105)	33. 为什么游泳时必须 用嘴呼吸? (118)
12. 什么叫运动过度? 怎样发现 运动过度? (105)	34. 为什么有时游泳会嘴唇 发青, 起鸡皮疙瘩, 甚至打冷战? (118)
13. 什么叫“夏练三伏”? (106)	35. 为什么短跑运动员在起跑时 要蹲下? (119)
14. 什么叫“冬练三九”? (106)	36. 怎样才能跑得快? (119)
15. 冬天锻炼有哪些好处? (107)	37. 练长跑对身体有什么 好处? (120)
16. 冬天锻炼怎样保护皮肤? ... (107)	38. 骑自行车对身体有什么 好处? (120)
17. 冬天开展什么体育活动好? (108)	39. 登山对人体有什么作用? ... (121)
18. 怎样防止冻疮? (108)	40. 为什么踢毽子也是锻炼 身体的好方法? (122)
19. 为什么冬天锻炼之前更应 做好准备活动? (109)	41. 跳绳有什么好处? (122)
20. 人体是怎样构成的? (110)	42. 散步有什么益处? (122)
21. 什么叫做“运动员的 心脏”? (111)	43. 早晨锻炼有什么好处? (123)
22. 在同样进行运动时, 为什么 经常锻炼的人比一般人的 血压、脉搏变化小? (111)	附录 A 部分体育项目简介 (124)
23. 什么运动可使肺活量 显著增大? (112)	参考文献 (132)
24. 经常运动对呼吸功能有 什么好处? (112)	
25. 人体需要哪些营养? (113)	

体育游戏的分类

体育游戏是在游戏中发展和派生出来的一个分支,是以进行人体基本动作为主的游戏,能培养学生顽强、勇敢、坚毅,遵守纪律等优良品质。

体育游戏是进行体育活动的一种手段,是体育教学和训练的重要内容,将跑、跳、投、球类、体操等项目,通过“游戏”手段,使学生在轻松愉悦的情绪中对其基本技术建立正确的形象概念,帮助学生巩固已掌握的动作,改进错误动作,对体力增强、智力发展和陶冶情操都有积极的作用,能够激发学生学习、训练的自觉性和积极性。

体育游戏的内容丰富多样,且不受场地和器材等客观条件的限制,可因人、因时、因地、因条件灵活开展。根据体育游戏教学的性质来分,可将体育游戏分为室内游戏和室外游戏两大类。

一、室内游戏

室内游戏的开展多数是在大风天气、雨雪天气、天气炎热和小场地及特殊情况下进行的。室内游戏既可以解除学生的疲劳,同时又能提高学生的精神和兴奋性。室内游戏集教学、娱乐、智力、竞赛于一体,能更好地激发学生的上课情绪,进一步提高体育教学质量。同时,可改变学生对体育的看法,使他们更加热爱体育。通过室内游戏活动的开展还可以提高学生的思维能力,提高智力,提高大脑的反应速度,增强学生的主体意识。

在组织室内游戏时要注意以下几点。

- (1) 要控制学生的喧闹声,以免影响隔壁教室的上课。
- (2) 要让学生爱护公物,防止在游戏中损坏桌椅、窗户玻璃、灯泡等。
- (3) 教师在设计游戏时要注意学生的安全问题,室内人多场地小,又有课桌椅,游戏时不要发生碰撞。

二、室外游戏

室外游戏的开展能更好地提高学生的集中注意力。能更好的调节学生的课前情绪和气氛,并在体育课的准备活动中、各项体育项目训练前起到重要的生理调节作用。特别在体育课的准备活动中能更好地调动学生的活动积极性,使学生的身体和心理能更快地、尽早地进入到上课和训练的状态。同时,还能更好地发挥学生锻炼身体的积极性和锻炼热情,进一步提高教师的教学和组织能力,更好地发挥教师的教学水平和能力。

通过开展体育游戏活动,可进一步培养学生的团结协作精神,相互团结,相互帮助的集体主义精神,使得整个班级显得更加团结友好。

体育游戏的教学方法

一、游戏的选择

游戏的选择首先应与教学内容、课程安排和训练项目相结合，一般可选择以下内容。

1. 选择发展身体素质和准备活动性的游戏。
2. 选择配合教材及辅助性练习。
3. 选择提高大脑兴奋性的游戏。
4. 选择课后放松性游戏。

二、场地和器材

首先要做好场地选择。场地要平整，附近应无建筑物。场地的大小可根据人数来确定，人数较多选择的场地应大些，反之较小，有些游戏可发动游戏参与者共同布置。其次要加强安全教育，特别在投掷器材时，应根据教师的口令统一投出或收回器材。

三、讲解与示范

1. 正确的站位与集中学生注意力

教师讲解要领时应站在学生能看得见、听得到的位置。做分队接力游戏时，应先将几路纵队转成面对面的横队，教师应站在中间的位置讲解；如是圆圈队形，教师应站在圆弧线上或跨前一两步讲解，而不应站在圆心讲解，在讲解前，必须设法集中学生的注意力，以免部分人没有听清而影响整个游戏的进行。有时由于学生吵闹，一时又制止不了，这时教师可停下来不讲话，学生自然会停止喧闹。

2. 要领应讲清楚

游戏开始后不能中途停下来再讲要领，因此，要求教师在游戏开始之前一次讲清楚游戏方法及规则。简单游戏的方法与规则讲解一次，复杂游戏的方法与规则要重复，直至学生完全清楚后才开始游戏。在接力游戏中，排头要清楚游戏的线路后才能开始游戏。

四、讲解的顺序

- (1) 游戏名称。
- (2) 游戏的队列分布。
- (3) 游戏的方法（即过程）。
- (4) 游戏的规则与要求。
- (5) 游戏的结果。

五、游戏的裁判工作

担任裁判的无论是老师还是学生，应本着公平公正的原则，要严肃、认真、准确地执行规则，一般不应让本队队员检查自己队伍的犯规情况，而应让各队交叉检查。

六、游戏结束和赏罚

体育游戏一般都是以争夺最后的胜利而告终的。体育游戏的胜负，不仅是体力的竞争，同时也是智力的竞争。胜负的评判，无论是以完成任务的数量、质量为基本指标，还是以完成时间的快慢为基本指标，其完成任务的方法是起决定性作用的。

在一轮游戏结束后，教师可让负的一方同学表演节目（如唱歌），或做一些简单动作。无论是唱歌还是做一些简单动作，其内容应该是健康向上的，不可带侮辱性和惩罚性，应在玩笑和愉悦下来完成。

游戏结束后，应及时进行总结，既要肯定成绩，表扬遵纪、勇敢、机智、快捷的队伍或个人，也要指出存在的不足。最后还要整理、归还器材。

体育游戏是一种发展中学生的体力、智力，促进身心健康的有效方法和手段，必须根据中学生的心理和生理发育特点，采用灵活多变的教学方法，培养学生良好的学习兴趣和养成锻炼身体的习惯，提高体育教学的效果和质量。

体育游戏的生理意义

无论教学和训练，体育课都是正确、熟练地掌握运动技能、增强体质的有效手段之一，但是教学和训练又需多次反复进行，有时使人感到枯燥无味和单调，所以在体育课中适当穿插一些游戏，从生理学和教育学来讲，都具有积极的作用。

体育游戏能提高人们中枢神经系统的兴奋性，能促进血液循环，加速新陈代谢和呼吸系统的功能，同时使人的大脑处于良性兴奋状态，这时有利于学会各种运动技能，因为任何技能从生理学的观点来解释都是条件反射，而当大脑处于良性状态时，最有利于这种条件反射暂时性神经通路的形成。当一个人聚精会神地处于迫切学习心情时，也就是大脑处于良性兴奋状态的时候，而游戏恰恰起到集中注意力、提高兴奋性的积极作用，如“有效与无效口令”等游戏就是起到这个作用。

有些游戏内容与课的内容基本相接近，或难度较低，而通过比赛形式进行，这样就能使大脑皮质的相应中枢有了粗糙的分化过程，对学习基本部分的动作起着十分有效的作用。有很多体育游戏的内容是通过给予各种信号，如“看谁反应快”等，这种急起急停的训练可以提高一个人对刺激物的反应速度，而对培养一个优秀的球类、田径、击剑等运动员来说是不可缺少的。

体育教学和训练还可以提高一个人感觉器官的机能，如一个优秀的射箭运动员能百发百中，一个优秀的篮球运动员能在不同距离和角度把篮球巧妙地投入篮筐，优秀的铁饼运动员在原地快速旋转后，能准确地奋力把铁饼掷向预定方向；一个优秀的女子体操运动员在空翻后，能准确地落在平衡木上等，这些惊人的准确性，都是在长期刻苦的训练中提高了感觉器官，即视觉、运动感觉、前庭感觉等机能的敏感性而获得的。

我们知道每个项目都要求运动员必须具备较高的专项身体素质，而反复进行专项素质的训练，长时间会感到乏味和疲劳。如果适当穿插一些体育游戏，可以起到提高学生兴趣，发展身体素质的作用，如“圆圈接力跑”既能练习弯道跑技术，又能发展速度耐力等。

总之，体育游戏不仅能起到准备活动的作用，如提高兴奋性，升高体温，伸展各关节韧带等作用，而且能达到放松、消除疲劳的目的。它不但能起到诱导和练习的作用，而且还能作为发展身体素质的手段，因此，可以说体育游戏对人体的中枢神经系统、运动器官及内脏器官的生理机能起着提高和调节的良好而积极的作用，它也是促进体育教学的一种重要的方法和手段。

室内游戏

1. 祝你好

(1) 目的

提高动作的灵敏性。

(2) 方法

上课铃声响后，教师走进教室说声“上课”，全体同学起立——同位同学二人转向相对——握手问候“您好”——转回正面坐下。

意义：教师祝愿同学们在短暂的45分钟里努力学习，同学相互祝愿取得可喜成绩。

(3) 规则

起立坐下尽量做到无声响，各个环节要干脆利落，表现得亲切、自然，谁做得不自然，或有明显的响声算失败一次，让其表演小节目。

下课，教师喊声“下课”，全体起立——同位转向相对——握手说“再见”再转向正面。

意义：表示已完成一节课的学习，在课间休息的10分钟暂时分离，并互祝快乐。

2. 指点江山

(1) 目的

提高反应和判断能力。

(2) 方法

将座位前后两排的学生（4人）按交叉路线编为1、2、3、4号，每个人用右手食指轻按自己鼻尖，坐好保持两眼向前平视。教师随意喊“某号”，被叫到的某号“同学”不要动，其他未被叫到的同学迅速用右手食指指向被叫到的同学（某号）。而且指的时候不得转身、转头，看谁指得准，动作快。教师可以连续变换叫号，指错或动作慢为失败，失败的同学表演小节目。

(3) 规则

① 未叫号前学生不准转身、转头、说话。

② 4个人为一小组，失败者在小组内表演。

意义：提高学生的反应和判断能力，活跃课堂气氛，调动学生参与活动的情绪。

3. 巧成一句话

(1) 目的

训练学生的反应能力和集体配合能力。

(2) 准备

① 按纵行将学生分成若干小组，每组排头同学手拿一支粉笔。

② 教师将黑板分成与组数相同的若干块并标上号供每组使用。

(3) 方法

每组的第1名同学到黑板上指定区域写出第1个汉字，然后将粉笔交给第2名同学，由他（她）到黑板上写出第2个汉字，依此类推，直到最后一名同学写完。要求全组同学完成一个完整的句子，完成得又快、又准者为胜。

(4) 规则

① 必须在教师宣布开始后每组第1名同学方可走上讲台写字，在开始前不准讲话和商量，不准下位子。

② 每组必须写成一个完整的句子，要求这一句子中必须带一个“体”字或“身”字、“球”字、“田”字，否则为失败。字的选择由教师确定，教师在游戏开始前要把要求讲清楚。

③ 前一位同学写完回到座位上之后，另一位同学才能离开座位上台。

④ 哪组写的句子完整、准确、有意义、速度快为第1名，依次排定名次。

4. 接后语

(1) 目的

练习学生的思维反应能力，提高学生的快速回答能力。

(2) 方法

学生坐在座位上，由第1排第1个学生随便说一个词汇，如“今天”，接着第2个学生以第1个学生所说的词汇的后一个字打头又组成一个词汇，如“天气”，依此方法一直往下传，可组成“气候”，“候补”，“补救”等，一直到某一学生组不成词语为止，请该学生表演一个小节目，然后再重新开始。

(3) 规则

① 前一个人说了某个词语之后，后一人在5秒钟之内没有接上，也算失败，要罚表演节目。

② 如果有人提醒，则罚提醒人表演节目。

③ 在接后语时，请保持室内肃静。

5. 传口令

(1) 目的

锻炼学生的瞬间记忆力和听力。

(2) 方法

学生坐在座位上，按座位纵行组成队，游戏开始，各队第1人到教师那里接受秘密口令后，回到自己座位上坐好。教师发令后，各队将口令一个接一个轻声地往后传，

最后一人听到口令后，立刻用纸条写下来，到前面交给教师，以先送到而又没传错的队为胜。

(3) 规则

- ① 传口令要轻声，不要被别人听到。
- ② 口令要依次往下传，不要隔人传，也不能下座位传。
- ③ 口令传错的队不参加评比，还要适当表演小节目。

6. 拍电报

(1) 目的

培养学生的集体配合力和默契能力。

(2) 方法

学生坐在座位上，按座位纵行分队，各队学生身体稍向右转，用手前后牵成一串。游戏开始前，教师召集各队排头，将一队数字（不多于3位数，最大数不大于4）给排头看过并记住，排头回到原座位坐好。教师发令后，各队排头立即用提手的方式依次一个接一个往后传电报，提手一下表示1，连续提两下表示2……排尾收到电报后，立即跑到前面用粉笔将这组数字写在黑板上。没有传错而又最快的队为胜。

(3) 规则

- ① 只许用提手的方法传，不允许讲话，如哪个队讲话则不参加评比。
- ② 各队排头看过电报回到座位后，不能立即传，要等教师发令后才能传。

7. 提问猜人

(1) 目的

锻炼学生的思维和判断力。

(2) 方法

学生坐在座位上，选一学生做领头人站在前面背向大家，这时教师在学生中另外指定一人，让大家都知道，但不让领头人知道，然后让领头人转过身来，根据“范围的大小”向其他同学提几个问题，根据得到的答案将教师所指定的人猜出来。例如，游戏者所在班级共有52个学生，其中男生28人，女生24人。这时要猜某一学生，可以这样提问：

问：这个人是男同学吗？

答：不是（范围缩小到22个女生，领头人注意到女生中有13人留长发，9人留短发）。

问：这个女生是留短发吗？

答：是（范围又缩小到9个留短发的女生中，领头人又发现这9人中6人穿短袖衣，3人穿长袖衣）。

问：她现在穿的是短袖衣吗？

答：是（范围缩小到6人，6人中有2人是班干部）。

问：她是班干部吗？

答：是（范围缩小到2人，再找差别，发现其中的学习委员是戴眼镜的，另一个不戴）。

问：她戴眼镜吗？

答：是。

领头人这时就可以猜出教师指定的人是学习委员。

(3) 规则

① 提问时不能直接问指定人的姓名。

② 一次提问不能有两个问题，如“是不是前四排中的一个女生？”这个问题就有两问。只能问：“这个同学是不是在前四排中？”或问：“是女生吗？”

8. 传送带

(1) 器材

球，根据班级人数配备数量。

(2) 目的

发展上肢，锻炼腰背肌力量。

(3) 方法

自然座位的纵行为一个小组，将各组人数调整适当，桌子与座位距离为 1m~1.5m，开头一人双手拿球，从头上向后传递，后面的人双手接球后，继续后传，最后一个人接球后双手举起，返回传递，将球传至第 1 位同学，第 1 位同学接球后，经头上放回桌上。

(4) 规则

臀部不能离凳子，双臂、手腕、腰尽量伸直传接球，不能抛球，不能转头转身，传递最快的一组为优胜，最慢的一组为失败，失败小组表演小节目。

9. 猜个性

(1) 器材

每人一张小纸条。

(2) 方法

学生坐在座位上，按座位纵行分队，游戏前每人在小纸条上写上以下内容：

我最喜欢的人.....

我最喜欢的课.....

我最喜欢的运动.....

我最喜欢的花.....

我的优点是.....

我的缺点是.....

然后写上自己的姓名，交给教师。游戏时教师从中任意抽取一张纸条念给大家听，然后让大家猜写纸条的是谁。猜中者，给该学生所在的组记 1 分，然后再从中抽出一张念给大家猜，最后积分多的一队为胜。

(3) 规则

① 写纸条的人，不许将所写内容告诉其他同学。

② 自己的个性要写得真实。