

# 徒手遊戲百種

附 大  
滿 洲  
帝 國  
建 國  
體 操

益智書局印行

康德三年四月十五日印刷  
康德三年五月十五日發行

徒手遊戲二百種

(全一冊)  
定價國幣四角  
(外埠酌加郵費)

編輯人 邵連

新京西三馬路四七號

發行人 姜殿昌

新京西三馬路益智書店

印刷人 趙璽廷

新京西三馬路益智書店

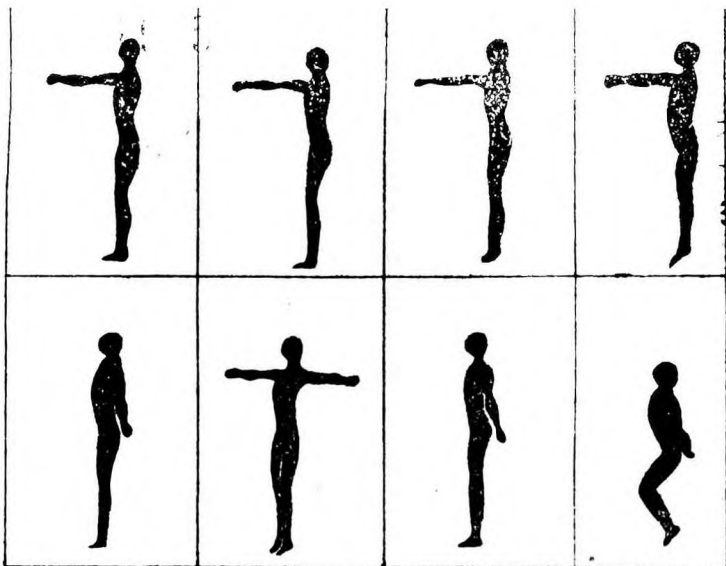
印刷所 益智書店印刷所

新京西三馬路益智書店

發行所 益智書店

新京西三馬路路南





建國體操第一操

第一 兩臂前下振起踵半屈膝(四次十六呼吸)

第一動 兩臂前平舉足跟提起

第二動 兩臂下振半屈膝

第三動 兩臂前平舉直膝

第四動 兩臂下垂足跟落下

第二 兩臂前平舉側開(四次十六呼吸)

第一動 二臂前平舉

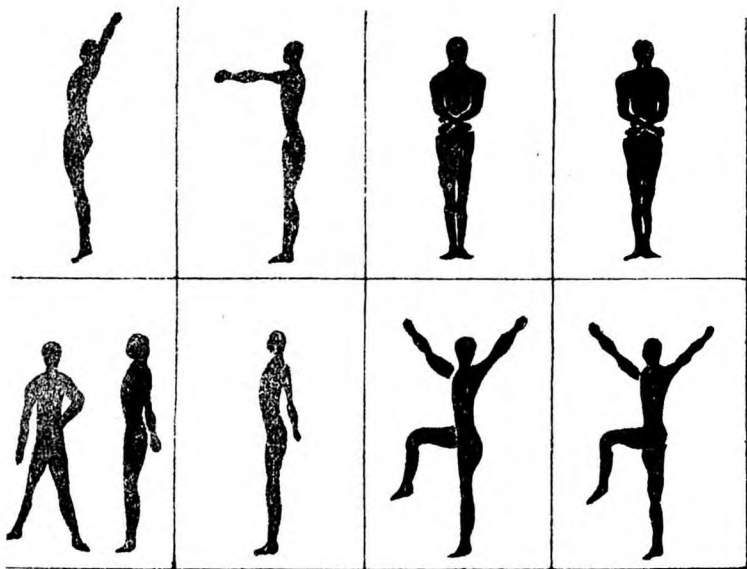
第二動 兩臂盡量側開

第三動 兩臂前平舉

第四動 兩臂下垂

聯絡 最後動作兩臂下垂並不停止同時向

兩側振



第三 兩臂側斜上振屈膝前舉(四次十六呼唱)

第一動 兩臂交叉有體前

第二動 兩臂側斜上振同時左腿屈膝平舉

第三動 兩臂交叉於體前左腿落下

第四動 與二動同惟換左腿行之

聯絡 最後動作兩臂由體側向前平舉作下

次第一動

第四 兩臂清上下振(四次十六呼唱)

第一動 兩臂前平舉

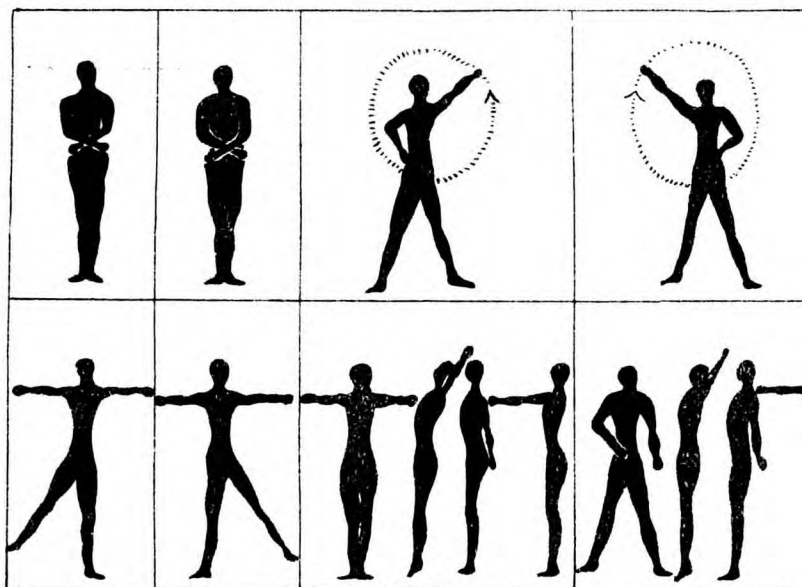
第二動 兩臂下振

第三動 兩臂前上振

第四動 兩臂下垂

聯絡 最後動作左手叉腰同時左足側出成

開立姿勢



第五 單臂旋迴(四次十六呼唱)

第一—四動 右臂由前向上向後旋迴四次

第五動 兩臂前振左足還原

第六動 兩臂下振

第七動 兩臂前上振

第八動 兩臂下垂同時右手叉腰右足側出成

開立姿勢

聯絡 最後動作兩臂下垂並不停止同時側

振

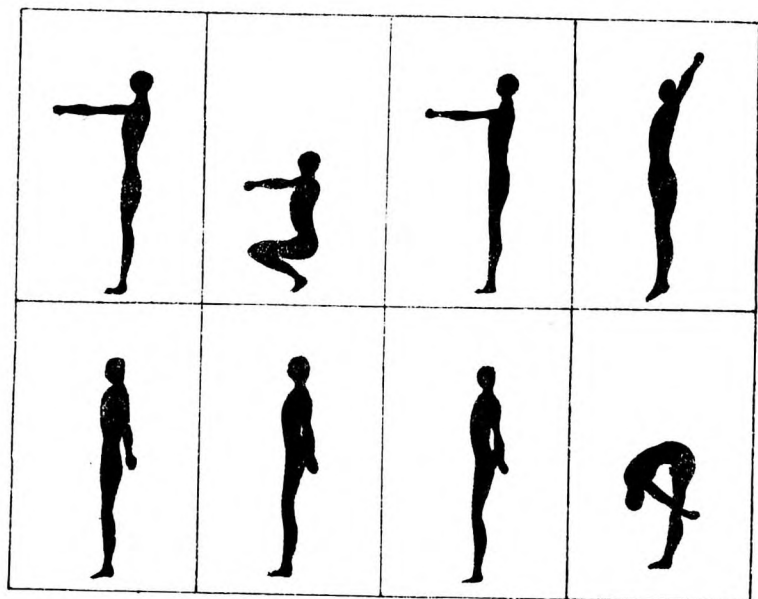
第六 兩臂側振脚側振(四次十六呼唱)

第一動 兩臂體前交叉

第二動 兩臂側斜上振左脚側振

第三動 兩臂體前交叉脚還原

第四動 與第二動同惟換右脚行之



等七 兩臂前上振體前下屈(四次十六呼唱)

第一動 兩臂由前向上振舉

第二動 兩臂下振體前深屈

第三動 體起兩臂前振

第四動 兩臂下振

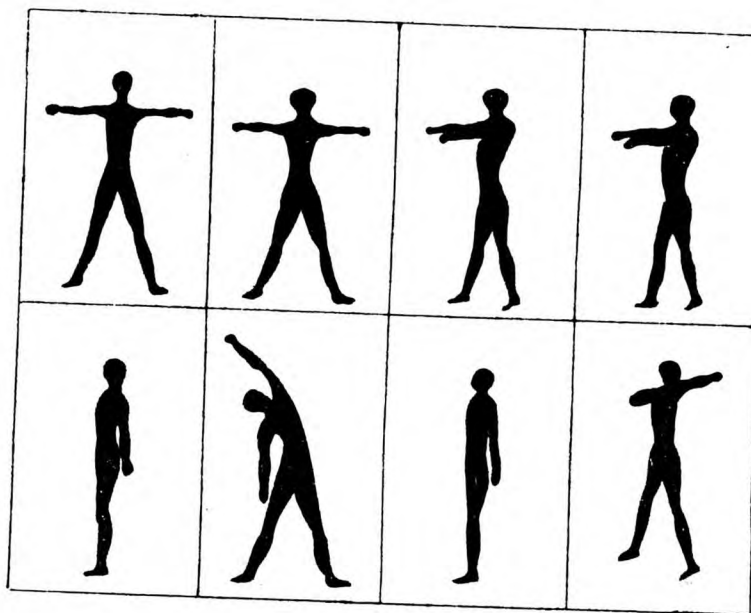
第八 兩臂前振全屈膝(四次十六呼唱)

第一動 兩臂前振舉兩膝深屈

第二動 兩臂下垂同時直膝

第三動 兩臂前振舉

第四動 兩臂下垂



第九 兩臂前舉側振體側轉(左右交互二  
次十六呼吸)

第一動 兩臂前舉左足側出

第二動 左臂胸前輕屈右臂後平展體右轉垂

第三動 兩臂復第一動姿勢

第四動 兩臂下垂左足還原

第五動 第六動 第七動 第八動 與第一

動至第四動同惟交換行之

最後兩臂下垂

第十 兩臂側上舉體側屈(左右交互二  
次十六呼吸)

第一動 兩臂側舉左足側出

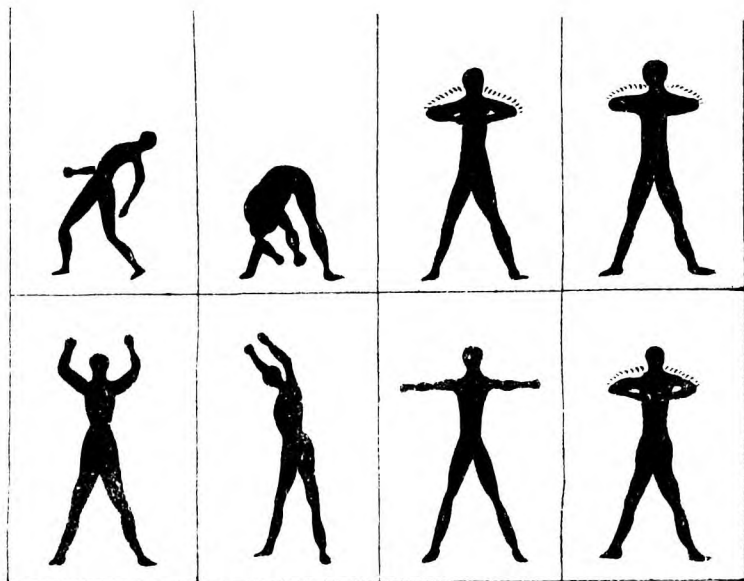
第二動 左右臂上舉右臂下垂體右屈

第三動 還第一動姿勢

第四動 兩臂下垂左足還原

第五動 第六動 第七動 第八動 與第

一動至第四動同惟交換行之



第十一 兩臂反動側平展(四次十六呼唱)

第一動兩臂前平屈後引(兩足輕跳側開)

第二動兩臂動作與第一動同

第三動利用前後屈反動兩臂由前平側展

第十二 體振動前後屈(四次十六呼唱)

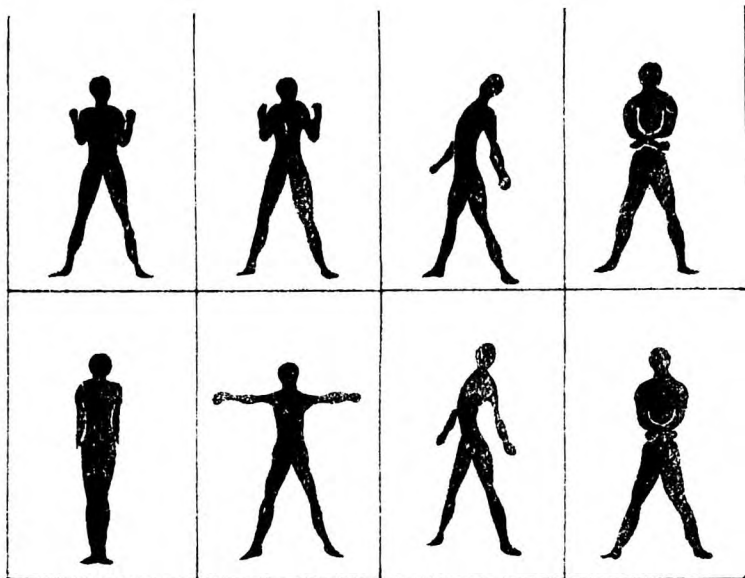
第一動 體前深屈兩臂腿間自然後振

第二動 利用第一動反動上體起來

第三動 兩臂如弧形向後 上體充分後仰

第四動 利用第三動反動上體起來





第十三 兩臂體前交叉反掌(四次十六呼唱)

第一、二動 兩脚開立兩司體前交叉

第三、四動 反掌挺胸

終了時手足同擺還原

建國體操第二操

第一、兩臂側下伸足側出起踵(左右各二次十六呼唱)

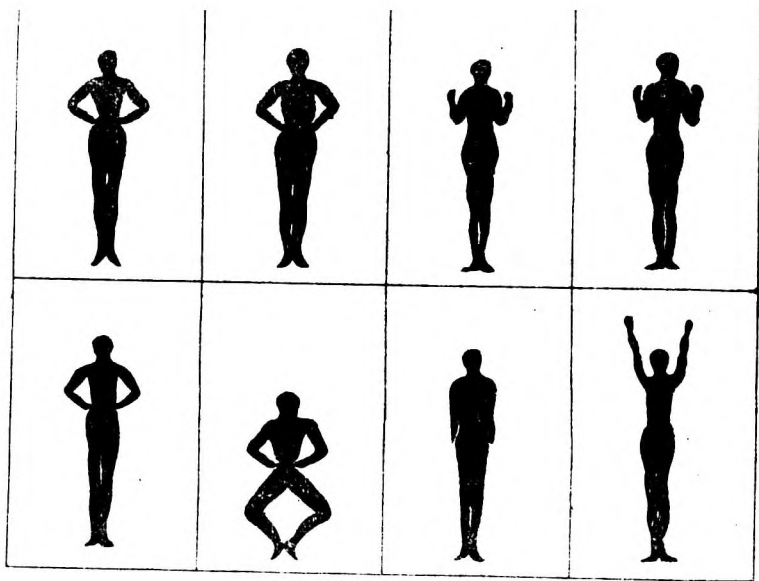
第一動 兩臂側屈左足左出

第二動 兩臂側伸足跟提起

第三動 兩臂側屈足落下

第四動 兩臂下伸左足語原(右方動作與前

同)



第二、兩臂上下伸(四次十六呼唱)

第一動、兩臂側屈

第二動 兩臂上伸

第三動 兩臂側屈

第四動 兩臂下伸

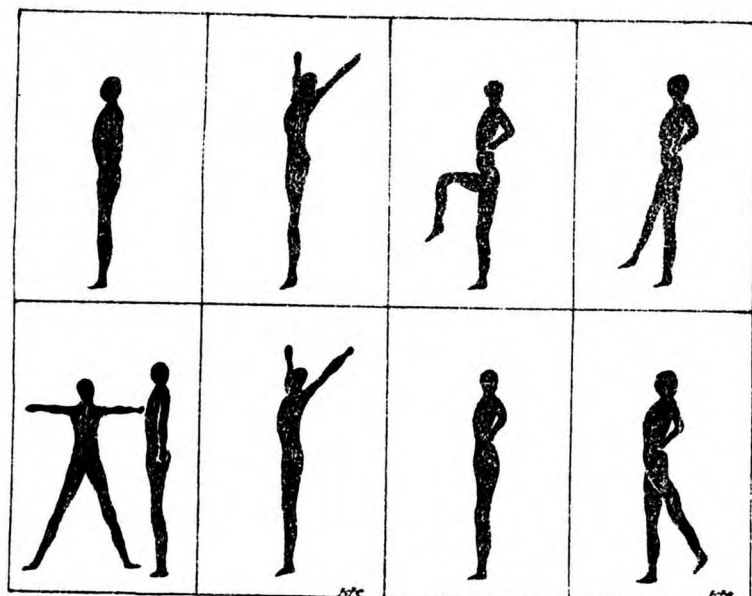
第三、舉踵半臂膝(四次十六呼唱)

第一動 足跟提起(手叉腰)

第二動 兩膝半屈

第三動 用力膝伸直

第四動 足跟落下



第四、腿前後振屈膝舉腿(左、右各二次十六呼唱)

第一動 左腿直膝向前輕振出

第二動 左腿向後、

第三動 左腿屈膝前舉

第四動 左腿落下(最後兩臂下垂)

(左右腿交換行之)

第五、兩臂側上舉胸後屈(四次十六呼唱)

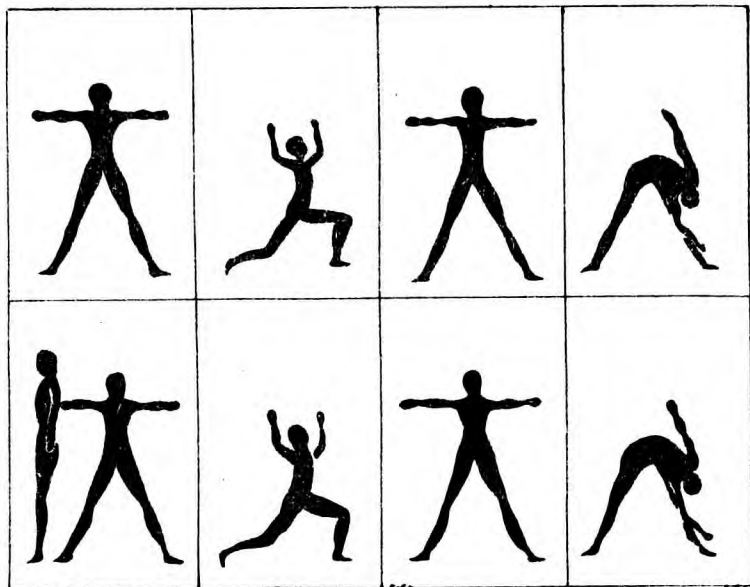
第一動—第二動 直立兩臂由側斜上後舉同

時掌向外反胸後屈

第三動—第四動 兩臂還原

聯絡 於最後(第四) 兩臂側舉輕跳成開

脚姿勢



第六、體動屈（兩臂側舉開脚）（左<sub>右</sub>各）  
（二次十六呼唱）

第一動—第二動 左臂後上舉右臂左前斜下

垂（右手觸於左足爲佳）

體左下轉

第三動—第四動 還原（兩臂側舉開脚）

（右方動作與前同）

第七、兩臂上半屈體側轉屈膝（左<sub>右</sub>各）  
（二次十六呼唱）

第一動—第二動 兩臂上半屈（兩臂側舉大

臂水平小臂直立上舉）同

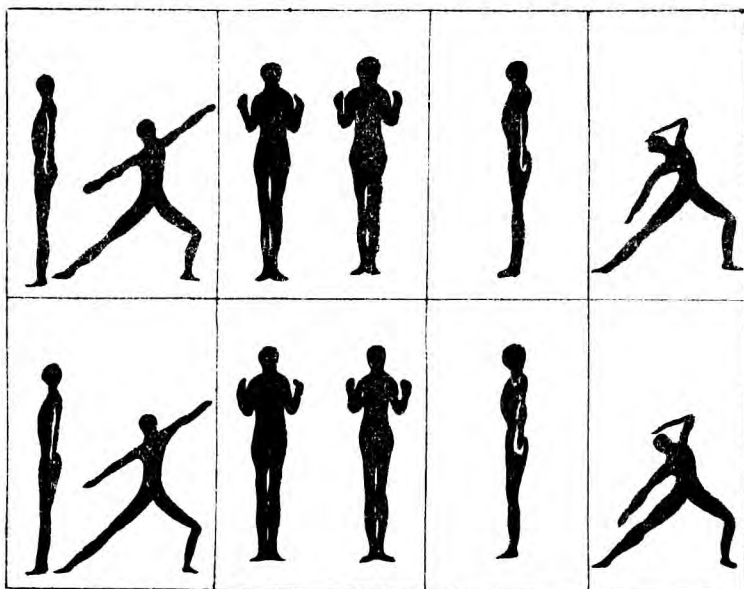
時體重移於左足左臂深屈

體左體

第三動—第四動 還原（兩臂側舉開脚）

（右方動作與前同）

聯絡 於最後（第四）輕跳閉脚立正姿勢



第八、單手頭上屈單足側出屈膝體側屈

(左右各二次十六呼唱)

第一動—第二動 左足左出屈膝左手頭上屈

(右臂側舉) 體右屈 (頭右轉看左

手指)

第三動—第四動 還原

(右方動作與前同)

第九、兩臂斜上下伸體前傾屈膝足前出

(左右各二次三十二呼唱)

第一動 兩臂側屈、第二動 右方姿勢

第三動 左足屈膝左斜前出體左斜前傾同時

左臂斜上前伸右斜膝下後伸 (看左

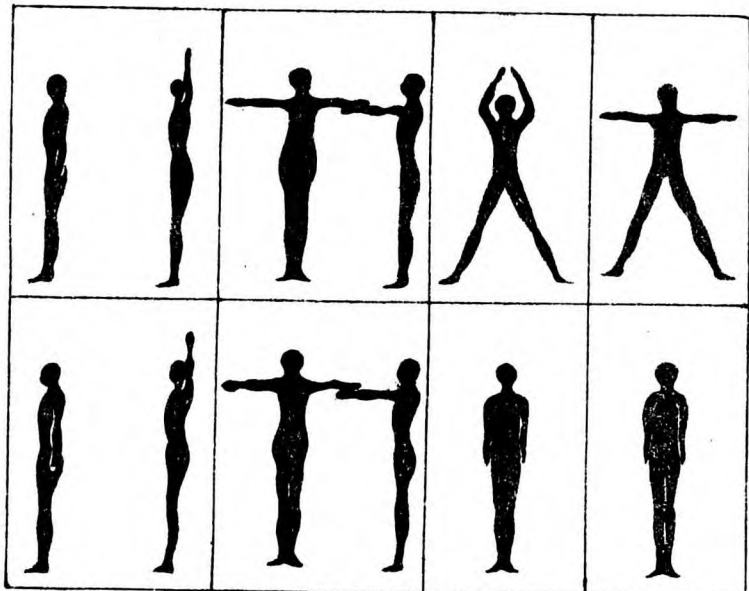
手指兩掌向下)

第四動 右方姿勢、第五動 左脚還原、第

六動—右方姿勢、第七動—兩臂下

垂、第八動 立正姿勢

(右方動作與前同)



第十 兩臂側振舉頭上拍手脚跳開閉

(四次十六呼唱)

第一動 兩臂側振舉脚跳閉

前二動 兩臂體側下振脚跳閉

第三動 兩臂側上振舉頭上拍手脚跳閉

第四動 兩臂體側下振脚跳閉

第十一、兩臂前上側下(二次十六呼唱)

第一動 第二動 兩臂前舉 充分吸氣

第三動 第四動 兩臂上舉

第五動 第六動 兩臂側下 呼 氣

第七動、第八動 兩臂下垂

# 徒手遊戲二百種目次

## 卷前

一、 建國體操第一操

二、 建國體操第二操

## 本文

- |                  |   |               |   |
|------------------|---|---------------|---|
| 一、 有秩序的王道國民…………… | 一 | 十、 提脚兔拍……………  | 八 |
| 二、 偶像追拍……………     | 二 | 一一、 捉白鷺鷥…………… | 九 |
| 三、 違犯禁例……………     | 三 | 一二、 蹲避追捉…………… | 十 |
| 四、 護身牌……………      | 四 | 十三、 跟踪追捉…………… | 十 |
| 五、 裝演偶像……………     | 五 | 一四、 交換追捉…………… | 二 |
| 六、 散開拍人……………     | 五 | 一五、 滾翻兔拍…………… | 三 |
| 七、 左邊小心……………     | 六 | 一六、 追踏人影…………… | 三 |
| 八、 三不成四……………     | 七 | 一七、 穿花追拍…………… | 三 |
| 九、 好朋友……………      | 八 | 一八、 撫傷追拍…………… | 四 |

|              |    |               |    |
|--------------|----|---------------|----|
| 一九、你來追我····· | 一五 | 三二、老鷹捉小鷄····· | 三三 |
| 二〇、穿城追拍····· | 一五 | 三三、單圓追拍·····  | 三四 |
| 二一、講和兔拍····· | 一六 | 三四、雙圓追拍·····  | 三五 |
| 二二、跛脚鷺·····  | 一六 | 三五、走馬燈·····   | 一六 |
| 二三、跛狐捕鷄····· | 一七 | 三六、四角關·····   | 一七 |
| 二四、態來快避····· | 一八 | 三七、縱隊追捉·····  | 一八 |
| 二五、中毒·····   | 一八 | 三八、拍脚·····    | 一八 |
| 二六、老虎捉人····· | 一九 | 三九、吸鐵石·····   | 一九 |
| 二七、追人三拍····· | 二〇 | 四〇、雙捉雙·····   | 一九 |
| 二八、拍手追捉····· | 二〇 | 四一、八陣圖·····   | 二〇 |
| 二九、攀樹避虎····· | 二一 | 四二、後生可畏·····  | 三一 |
| 三〇、老虎捕豬····· | 三三 | 四三、漁人結網·····  | 三三 |
| 三一、老鷹捕鴿····· | 三三 | 四四、雪打梅花·····  | 三三 |



|                  |    |                  |    |
|------------------|----|------------------|----|
| 四五、捉魚……………       | 三四 | 五八、勇士突圍……………     | 四四 |
| 四六、捕鳥……………       | 三五 | 五九、裏應外合……………     | 四五 |
| 四七、集散訓練……………     | 三五 | 六〇、怒馬衝槽……………     | 四六 |
| 四八、調查戶口……………     | 三七 | 六一、蚊蝶穿花……………     | 四七 |
| 四九、英雄豪傑……………     | 三七 | 六二、團結力……………      | 四七 |
| 五〇、引狼入室……………     | 三六 | 六三、推出界外……………     | 四八 |
| 五一、保衛團……………      | 三六 | 六四、爲虎作倀……………     | 四九 |
| 五二、狡兔三窟……………     | 三六 | 六五、開鷄行……………      | 五〇 |
| 五三、優勝劣敗……………     | 四〇 | 六六、單跳比賽（其一）…………… | 五〇 |
| 五四、內河輪船……………     | 四一 | 六七、單跳比賽（其二）…………… | 五一 |
| 五五、刺蝟偷瓜（其一）…………… | 四一 | 六八、跳過山澗……………     | 五二 |
| 五六、刺蝟偷瓜（其二）…………… | 四二 | 六九、搶獅球……………      | 五二 |
| 五七、縮小放大……………     | 四三 | 七〇、搶虎子……………      | 五三 |

|                  |    |                |    |
|------------------|----|----------------|----|
| 七一、狼來了……………      | 五  | 八四、舞場遊戲八種…………… | 六  |
| 七二、跳馬……………       | 五  | 八五、反繞奪位……………   | 七〇 |
| 七三、輪流跳馬……………     | 五  | 八六、開放城門……………   | 七一 |
| 七四、連環圈……………      | 五  | 八七、雙奪位……………    | 七一 |
| 七五、順逆圈……………      | 五  | 八八、回去吃飯……………   | 七二 |
| 七六、三層順逆圈……………    | 五  | 八九、爭座位……………    | 七二 |
| 七七、四層順逆圈……………    | 六〇 | 九〇、貓捉老鼠……………   | 七三 |
| 七八、進退無門……………     | 六一 | 九一、雙貓捕鼠……………   | 七四 |
| 七九、雙進退無門……………    | 六二 | 九二、小鳥分飛……………   | 七四 |
| 八〇、鞭打懶漢（其一）…………… | 六三 | 九三、坐山虎……………    | 七五 |
| 八一、鞭打懶漢（其二）…………… | 六四 | 九四、烟筒爆開……………   | 七六 |
| 八二、失羣鳥（其一）……………  | 六四 | 九五、輪船觸礁……………   | 七七 |
| 八三、失羣鳥（其二）……………  | 六五 | 九六、園中惡客……………   | 七八 |

|               |    |                   |     |
|---------------|----|-------------------|-----|
| 九七、老虎捉小羊····· | 七六 | 一一〇、記憶測驗·····     | 九〇  |
| 九八、捉謎藏·····   | 八〇 | 一一一、算盤·····       | 九一  |
| 九九、盲人捕鷄·····  | 八一 | 一二二、聞令起跑·····     | 九二  |
| 一〇〇、盲人摸魚····· | 八二 | 一二三、猜中跑·····      | 九三  |
| 一〇一、黑夜捕蛙····· | 八二 | 一二四、雷雨投宿·····     | 九四  |
| 一〇二、重霧識方····· | 八三 | 一二五、投機份子·····     | 九五  |
| 一〇三、雷聲·····   | 八四 | 一二六、群鴉爭巢(其一)····· | 九六  |
| 一〇四、易位·····   | 八五 | 一二七、群鴉爭巢(其二)····· | 九六  |
| 一〇五、盲人捕魚····· | 八五 | 一二八、獨腳行進·····     | 九七  |
| 一〇六、盲會計·····  | 八六 | 一二九、可憐貓·····      | 九八  |
| 一〇七、盲偵探·····  | 八七 | 一二〇、僵腰曲背·····     | 九八  |
| 一〇八、盲人心·····  | 八八 | 一二一、定風針·····      | 九九  |
| 一〇九、請你來罷····· | 八九 | 一二二、能說能做·····     | 一〇〇 |

|                   |     |               |     |
|-------------------|-----|---------------|-----|
| 一二三、一動一靜……………     | 一〇一 | 一三六、指導員……………  | 一三三 |
| 一二四、有角無角……………     | 一〇二 | 一三七、電燈廠……………  | 一三三 |
| 一二五、反復無常……………     | 一〇三 | 一三八、上瀋陽……………  | 一三三 |
| 一二六、正的反的……………     | 一〇三 | 一三九、參觀醫院…………… | 一三四 |
| 一二七、軒輊板……………      | 一〇四 | 一四〇、幫搬家……………  | 一三六 |
| 一二八、手號……………       | 一〇四 | 一四一、搶奏樂器…………… | 一三八 |
| 一二九、大小速答(其一)…………… | 一〇五 | 一四二、唱三速答…………… | 一三〇 |
| 一三〇、大小速答(其二)…………… | 一〇六 | 一四三、人琴……………   | 一三〇 |
| 一三一、大小速答(其三)…………… | 一〇六 | 一四四、摸田螺……………  | 一三三 |
| 一三二、敲鑼鼓……………      | 一〇六 | 一四五、縱隊螺旋…………… | 一三三 |
| 一三三、正反遊戲十八種……………  | 一〇七 | 一四六、四門陣……………  | 一三三 |
| 一三四、體態展覽會……………    | 一〇〇 | 一四七、隧道……………   | 一三四 |
| 一三五、單雙注意……………     | 一〇二 | 一四八、風車……………   | 一三五 |

|               |     |                 |     |
|---------------|-----|-----------------|-----|
| 一四九、搶防線·····  | 一三五 | 一六二、方陣替換追捉····· | 一四六 |
| 一五〇、獵狐·····   | 一三七 | 一六三、障礙追捉·····   | 一四七 |
| 一五一、捉大將·····  | 一三六 | 一六四、捕魚·····     | 一四八 |
| 一五二、遭遇戰·····  | 一三六 | 一六五、追捕逃犯·····   | 一四九 |
| 一五三、試騎劣馬····· | 一三九 | 一六六、驚我甜夢·····   | 一四九 |
| 一五四、跳馬比賽····· | 一四〇 | 一六七、闖過去·····    | 一五〇 |
| 一五五、火車站長····· | 一四二 | 一六八、抄襲戰·····    | 一五一 |
| 一五六、飛鳥求食····· | 一四二 | 一六九、伐木造屋·····   | 一五二 |
| 一五七、追着你·····  | 一四三 | 一七〇、大霧捕鯨·····   | 一五三 |
| 一五八、爲人方便····· | 一四三 | 一七一、四國橋·····    | 一五五 |
| 一五九、花與風·····  | 一四四 | 一七二、立近推掌·····   | 一五五 |
| 一六〇、點將追捉····· | 一四四 | 一七三、智力並施·····   | 一五五 |
| 一六一、方陣追捉····· | 一四五 | 一七四、乘虛進攻·····   | 一五七 |

|                 |     |                |    |
|-----------------|-----|----------------|----|
| 一七五、縱虎歸山·····   | 一六  | 一八八、橫排比速·····  | 一六 |
| 一七六、拉你過來·····   | 一五  | 一八九、縱隊比速·····  | 一六 |
| 一七七、推你進門·····   | 一五  | 一九〇、圓陣比速·····  | 一七 |
| 一七八、蜈蚣門·····    | 一六〇 | 一九一、風車·····    | 一七 |
| 一七九、衝過關口·····   | 一六一 | 一九二、對排競走·····  | 一七 |
| 一八〇、背戰·····     | 一六三 | 一九三、橫隊競走·····  | 一七 |
| 一八一、比手勁·····    | 一六三 | 一九四、橫步競走·····  | 一七 |
| 一八二、鬥鷄·····     | 一六四 | 一九五、比目魚·····   | 一七 |
| 一八三、鸚鵡門·····    | 一六四 | 一九六、蛙跳競賽·····  | 一七 |
| 一八四、秘密傳令·····   | 一六六 | 一九七、蹲跳比賽·····  | 一七 |
| 一八五、單雙注意·····   | 一六六 | 一九八、蟹行競走·····  | 一七 |
| 一八六、原地跑遠比賽····· | 一六七 | 一九九、兩面人賽跑····· | 一七 |
| 一八七、隧道·····     | 一六八 | 二〇〇、翻天覆地·····  | 一七 |

## 第二編 徒手遊戲

### 【一】有秩序的王道國民

方法——在場之此端畫線一條爲起點線。全級生徒排成一排橫隊。立在起點線上。另選一人爲司令員。立在場之彼端。距離起點線約三四十步之地。與橫隊同一方向而立。開始令下。司令員高聲唱「一二三四五六七——停。」全體生徒聞司令員唱數。即向前行進。及聞司令員唱「停」字。立即停止行進。端立不動。司令員在「停」字出口後。回顧全體生徒。見有不端立而在舉動者。呼其姓名。令退回起點線。指爲不守秩序的國民。然後司令員再行開始。如前法演習。每次「停」字回顧視察一次。有無不守秩序者。如是繼續進行。直至全體生徒中有人拍到司令員者。爲有秩序的國民。

注意——(一)全體行進。概用便步。

(二)司令員唱數聲浪快慢自便。

(三)不守秩序者退立在起點線上。在第二次司令員唱數時。仍可隨人後前進。惟不得超過

前者。

## 【三】 偶像追拍

此種遊戲與有秩序的王道國民遊戲相同惟增加追拍的動作

方法——在場之一端畫線一條爲起點線。全體生從排成一排橫隊。立在起點線上。另選一人爲守像員。立在場之彼端。距離起點線約三四十步。與橫隊同一方向立。開始令下。守像員高唱「一二三四五六七·停。」橫隊各生聞守像員唱數即向前行進。及聞守像員唱「停」字。立刻停止行進。裝做偶像形狀。端立不動。守像員唱過「停」字。當即回顧各生。有無移動者。如見有移動者。即呼其姓名。令退回發腳地點。重行開始。直至隊員中有走近守像員者拍着守像員爲止。當守像員被人拍着時。全體生徒均逃回起點線。守像者隨後追拍。如被拍着者兩相對調。如守像員不能拍着逃者。則仍爲守像員。再行開始。

注意——(一)守像員未曾唱出「停」字。不可回首。

(二)守像員唱數快慢聽便。



(三) 守像員追拍逃者。不可追過起點線拍人。

(四) 守像員滿三次拍不着逃者。應受罰例。其罰例可在開始前共同規定。

## 【三】 違犯禁例

方法——假定左列三種舉動爲禁例。

(一) 行動者爲賂。

(二) 嬉笑者爲酒。

(三) 談話或發聲者爲煙。

全級生徒列成一排橫隊。教師或另選一人爲稽查。背立在隊前五六步地之中央。開始令下。稽查高唱「高尚的國民。不犯禁例第一——(二·三)條。」口號。其餘各生一聞稽查高唱口號。立即轉向後方奔避。及聞唱出「(二·三)條」時。均各僵立不動。稽查唱到末一字。即旋向後視察各生。倘有犯第一(二·三)條禁例者。即呼其姓名向前追捉。未犯禁例者還復成橫隊。如法重行開始。犯禁例者如被稽查捉獲。即爲第二次之稽查。

注意——(一) 稽查口號尙未唱出。各生不動。

(二)稽查在唱口號時。頭勿回顧。須俟末一字出口。纔得後轉。

(三)三項禁例。有時亦可一同唱出。

(四)「不犯禁例第幾句」。亦可改唱「莫犯煙(酒·賭)禁十句」。

(五)稽查唱口號快慢聽便。惟「一(二·三)條」二字。須響亮敏捷。

## 【四】護身牌

方法——全級生徒選定二人。一爲追拍員。一爲逃者。其餘的人列成兩疊排之而內圓陣。內圓生爲護身牌。外圓生爲持牌手。兩手握住內圓生兩腰側之衣帶。開始令下。追拍員追拍逃者。逃者穿走圓陣。向四處逃避。逃至力竭之時。可任意立在某一內圓生之前。代做護身牌。調換持牌手代做逃者。逃者立定後。腰帶即被爲該護身牌者握住。該護身牌變做持牌手。追拍員見先逃者已立定在某護身牌前。改向該持牌手追拍。如被追拍員拍着者。兩相對調。繼續進行。

注意——(一)持牌手欲令護身牌不易握住逃者之衣帶。可施用種種方法。如牽動護身牌向左右旋轉。或向前後走動等。

- (二) 逃者立定在前。爲護身牌者應速執住其衣帶。不可袖手不援。
- (三) 每更換護身牌一次。須退後一步。以保持圓陣之齊線。

## 【五】 裝演偶像

方法——在全級生徒中選定一人或二人爲追拍員。其餘的人爲逃者。散立在場上。開始令下。追拍員追拍逃者。逃者被追拍員追得緊急之時。即端立不動。裝做偶像樣兒。可免避追拍。追拍員見所追之逃者。如此情形。祇好另尋別一逃者追拍。或立在裝偶像之逃者三步前。引其發笑。即可拍之。拍着兩相對調。

注意——(一) 裝做偶像的不但軀幹端立。即目鼻口不能稍動。

(二) 追拍員在引偶像發笑時。須距立在三步之地。不得用手觸其肢體。

## 【六】 散開拍人

方法——全級生徒散立場上。選定一人爲追拍員。開始令下。追拍員任意追拍其餘人中之一人。倘能拍着兩相對調。原追拍員應高呼「某某是追拍員了」一聲。通知全體。如被

拍者剛纔做過追拍員。自覺不能再做。可在將被拍着之前。高呼一聲「原諒我一次。」追拍員聞言應另行追拍別人。

注意——(一)追拍員宜用聲東擊西法。如丟了追的一人。忽改變換追別人。或回身去追拍後面的人。或乘人不備轉身拍人。

(二)設如被追拍員追得疲乏氣喘。不能再奔逃時。可用一手指鉤住別人的手指。即免追拍。惟時間不得過三十秒。

(三)此種遊戲若在生徒衆多的時候。不妨多選幾個人做追拍員。

## 【七】 左邊小心

方法——全級生徒散立場上。每二人成一對並肩而立。內臂互相挽住。外手叉腰。每五對或十對中選出一對。一人爲逃者。一人爲捕者。開始令下。捕者向前追捉逃者。逃者設法逃避。至危急時。可任意將右臂挽住某一對的左立者之左臂。成爲三人。捕者即追拍該三人的立在右者之一人。右者見本對已成三人。迅速脫離逃開。如未脫離被捕者拍着。即代爲捕者。捕者變爲逃者。倘成對者欲使來者不易接連成三人。可設法迴避。迴避之法。二

人挽臂旋轉奔避。

注意——(一)在左者之一人。外手不可放下。必須始終又在腰上。如已被逃者挽住。不得強行洒脫逃者之手。

(二)逃者被成對者旋轉迴避。宜設法另覓他對連接。

(三)成對者內臂解散。應罰跑繞各對一週。

## 【八】 三不成四

方法——每三人爲一組。各排成一行縱隊。兩手輕搭在前一人的肩上。各組散立在上。選定一人或二人爲逃者。一人或二人爲捕者。開始令下。捕者追捕逃者。逃者逃至危急之時。任意立在一組之後。兩手搭在前一人之肩上。成爲四人的一行縱隊。捕者見逃者已立在此組之後。捨去逃者。改向前追捕是組之爲首者。凡爲首者覺得本組已成四人。即速脫離是組。變爲逃者向四處奔避。如未脫離被捕者拍着。應與捕者兩相對調行之。

注意——(一)一組不願逃者連接。可設法迴避。其迴避之法。一組三人縱隊旋轉。惟在迴避時。每人之手不准離去前者之肩。犯者代替爲逃者。

(二)逃者兩手已搭上一組之末一人的肩上。捕者雖拍着。亦作無效。

(三)此種遊戲。全級之排列並不拘定。或作三層圓陣。或一行縱隊。或三排橫隊。均可演習。

## 【九】 好朋友

方法——在場上劃一區域。(大小視全體人數之多少。臨時酌定。)選定一人爲追拍員。全體散立在區域內。開始令時。追拍員追拍其餘的人。餘者見追拍員追近。設法逃避。倘被追拍員追至危急之時。速與一人攜手結爲好朋友。即可避免追拍。追拍員見逃者已與一人攜手結成好朋友。祇好另尋不攜手的人追拍。若被拍着。或逃出區域線之外者。應代替做追拍人。

注意——(一)二人攜手則可免拍。若在二人以上攜手的。追拍員仍可追拍任何一人。

(二)聞追拍員唱「勇敢好朋友」時。二人攜手的須分開跑散。另易一人。攜手爲好朋友。

## 【十】 提脚免拍

方法——與好朋友法相同。惟在二人攜手時。須將外脚提起。用外手在背後攀住脚尖方可免拍。攜手提脚攀脚三者缺一。即不能避免追拍。

## 【十一】 捉白鷺鷥

方法——全級生徒散立在地上。或走成一行而內圓陣。選定一人或二人做漁翁。其餘的人做白鷺鷥。將右(左)足提起。上體前俯。右(左)手從右(左)膝灣下伸過。手按在鼻尖上。做做白鷺鷥鳥的樣子。開始令下。漁翁任意在各人面前徘徊。見有做做白鷺鷥的人。手不按在鼻尖上者。或提起之脚着地休息者。即用手輕拍其左(右)臂一下。被拍者與漁翁兩相對調。向衆聲明「誰做漁翁」。然後開始捕捉。

注意——(一)做白鷺鷥的人。看漁翁不在近邊。可將提起之脚落地歇息。

(二)漁翁不可用手推動白鷺鷥。強迫其脚落地。

(三)漁翁不得專立在一鷺鷥前。停留滿五秒鐘。

(四)做白鷺鷥的人。其他一手可向後舉起。以維持均勢。

(五)人數在三十人以上。選定三人或四人爲漁翁。

## 【十二】 蹲避追捉

方法——一行面內圓陣。選定一人（人數多時。可多選數人。）立在圓中爲中央生。動令發出。中央生任意走至一人之前。用手摸其肢體。被摸者見中央生伸手來摸。敏捷蹲下避之。如不及蹲下。被摸着者應出隊代替中央生。每人但可蹲避三次。過三次而至第四次時。應速逃。繞圓陣跑一圈或二圈。回歸原位。同時中央生跑出圓陣外追捉。捉得佔其位置。被捉者代爲中央生。

注意——（一）中央生不得蹲下摸人。

（二）追者跑出圓外。應由逃者位上走出。

（三）跑繞圓陣圈數。先由各生共同規定。

## 【十三】 跟踪追捉

方法——在全級生徒中選一人爲逃者。排頭爲追者。其餘的人環立作一行面內圓陣。兩臂側舉將手放在兩旁鄰人的肩上。逃者立在圓陣生的臂下。追者立在逃者對面的圓陣生臂下。



。俟動令一下。逃者可任意奔跑。或繞圓陣外。或穿過各人臂下。或繞圓陣生每人一二週。追者須照逃者跑的略線。跟隨追捉。如被捉着或拍着。逃者立入圓陣。換第二人爲追者。追者改爲逃者。再行開始。

注意——(一)追者滿三分鐘時。尙未把逃者追着。應罰講一故事。講畢立入圓陣換第二者代替爲追者。

(二)圓陣生排列地位。須立定不得移動。

(三)追者不照逃者所走的路線追去。雖拍着亦作爲無效。

## 【十四】 交換追捉

方法——全級生徒散立在場中。選定二人。一爲追拍員。一爲逃者。開始令下。追拍員追拍逃者。逃者見追拍員追來。向四處奔避。其餘各生立定地位。不得移動。逃者被追拍員追得急迫之際。可用手任意拍一人。被拍者即代爲逃者。纔得離位行動。向四處奔逃。原爲逃者立在代替人位置上。不得行動。逃者倘被追拍員拍着。兩相對調。繼續進行。

注意——(一)開始令後。場中除逃者與追拍員行動外。餘者概立定不動。

- (二) 追拍員與逃者兩相對調後。須待逃者跑過三步後。方可向前追拍。
- (三) 在生徒衆多之一級。不妨多選幾個人做追拍員與逃者。

## 【十五】 滾翻免拍

方法——全級生徒散立在場上。選定一人或二人做追拍員。餘者均爲逃者。開始令下。逃者向四處奔逃。同時追拍員隨後追拍。如逃者被追拍員追至危急時。可向地上作一向前滾翻的動作。坐在地上。藉免片時追拍。是時追拍員見逃者滾翻後坐在地上。另行追拍他人。被拍者與追拍員兩相對調。繼續演習。

注意——(一) 逃者滾翻後坐在地上時間不得過三十秒鐘。

(二) 滾翻後起立。追拍員仍可向其追拍。

(三) 若逃者滾翻。同時追拍員。亦作一滾翻。則逃者須連行滾翻一次。方可免避片時之追拍。

## 【十六】 追踏人影

此種遊戲。須在晴天而有太陽的時候演習。

**方法**——全級生徒散立在場上。由教師指定一人或二人爲追踏人影者。開始令下。追踏人影者。任意追踏其餘各人地上所映出的影子。如能踏着某者的影子。即叫某者代替做追踏人影的職務。

**注意**——(一)被追踏者。須向四處散開。不得擁在一處。倘二人的影子疊映在一處。而被踏着者任憑追踏人影者指定一人代替。

(二)追踏人影者。滿三分鐘不能得代替人。應受罰。罰例由共同議定。罰後。仍繼續行原職。

## 【十七】 穿花追拍

**方法**——全級生徒散立場上。選定一人或二人爲追拍員。開始令下。追拍員先指定一人或二人爲被追的人。惟不可指出便追。應當高呼「某某君我來追你。」使被追的人得逃奔的機會。「你」字出口。追拍員方可發腳追拍。指出的被追的人。一追一逃。如有甲在追拍員的前面穿跑過去。追拍員立刻丟下被追的人去追甲。追時或又有乙在追拍員前穿過。追

拍員再丟下甲去追乙。倘使同時有二人以上穿跑過去。追拍可擇其最近的一人追去。如無人穿過。被追的人設法繞過一人。被繞者即變爲新被追的人。如被追拍員拍着。即代替爲新追拍員。全體休息一二分鐘後重行開始。

注意——(一)追拍員「你」字不出口。不可行動。

(二)每次追拍員規定三分鐘須追到代替人。否則受罰。

## 【十八】 撫傷追拍

方法——全級生徒散立場上。選定一人或二人爲追拍員。開始令下。追拍員追逐其餘的人。餘者見追拍員追來。即向場之四處逃避。追拍員追着時可用手拍一下。如被拍着者。二人兩相對調。惟被拍者爲追拍員時。須用左手按在被拍的所在。若撫傷狀。直至拍着代替人。纔得將左手移開被拍所在。

注意——(一)被拍人做追拍員。在追拍他人的時候。如不用左手按在被拍的所在。雖拍着人。亦不生效力。

(二)追拍員拍人。手指觸着。即算拍着。

(三)禁止拉住拍人。

(四)生徒衆多。追拍員可多選幾人。

## 【十九】 你來追我

方法——全級學生排成兩層圓陣。兩相對立。另選二人立於圓外。一爲追者。一爲逃者。逃者在圓外高呼一聲。「你來追我」後。速即向圓陣外奔走。追者聞逃者呼聲。即跟踪追捕。或逆面而捕。如中途被獲。則二人交換行之。逃者設至危急之時。或無力再跑。可走入圓陣。任意立於某二人對面之中間。此時該伍人見有逃者背對立在其前。應即速離開原位而代逃者。若逃者背立之人。未離本位之前。而被捕者捕得。則與已離本位而被捕者無異。追者亦得任意覓一人代替。

注意——(一)逃者未曾呼出「你來追我。」追者不得向前追捕。

(二)逃者被追者之手觸着。即作捕獲。

## 【二十】 穿城追拍

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。先指定乙組各生攜手搭成一行面內圓陣。各將攜手高舉作門。甲組各生中選定一人做追拍員。其餘甲組生爲逃者。散立在圓陣內外。每組演習時間規定三分鐘。開始令下。追拍員追拍逃者。逃者從乙組圓陣生所作之門下穿出穿進。以避追拍員。如被拍着應與追拍員兩相對調。三分鐘後甲乙互易地位。如法行之。

## 【二一】 講和免拍

方法——全級生徒散立在場上。選定一人或二人爲追拍員。開始令下。其餘各生向四處奔逃。追拍員追去拍捉。如有人被追拍員追得將拍着時。可速將雙手高舉。立定不動。口呼「講和」。追拍員見逃者如此情形。另覓他人追拍。沒有舉手及口呼「講和」立定的人。如被拍着應與追拍員兩相對調。

注意——(一)口呼「講和」時。須立定舉臂向上。  
(二)不舉臂而呼講和者無效。

## 【二二】 跛脚鵝

方法——場的一角劃一方形或圓形作爲鴛屋。（大小可容全級人數爲度。）選定一人做鴛。其餘的人散立在場中。開始令下。做鴛的人追拍其餘的人。凡做鴛的跑出三步後應作獨脚跳一次。如被做鴛的人拍着者。即由其餘的人驅回鴛屋再行開始。設如做鴛的人追拍衆人。不按三步一單跳者。亦由其餘的人驅回鴛屋。另選一人代替做鴛。繼續開始。直至存下末一人爲畢。

注意——（一）衆人驅被鴛拍着的人入鴛屋時跛鴛應停止追拍。

（二）畢時集在鴛屋內的人。環成圓陣。末一人立在中間。圓陣的人攜手向左跑十六步。學鴛叫一聲。向右跑十六步。學鴛叫一聲。向臂上伸四次。學鴛叫三聲。末後中間人拍掌大笑一聲。圓陣生也附和大笑拍掌。

### 【三】 跛狐捕鷄

方法——在場上劃一個五步直徑的圓圈做狐穴。選定一人做跛狐。立在穴中。其餘的人做鷄散立場上。開始令時。做鷄的走進狐穴內。向跛狐說道。「跛脚狐。跛脚狐。能否捉住我。」說畢。逃出狐穴。於是跛狐追出狐穴捕之。惟跑出穴後。每跑三步須用單脚跳一步

。倘被跛狐捕獲的。應變爲小狐。幫助跛狐捉鷄。直至全數做鷄的捕完爲止。

注意——(一)做跛狐的跑過三步。如不用單脚跳一步。即不能捕鷄。

(二)小狐捉獲鷄的時候。須經跛狐手拍一下。才算捕獲。

## 【二四】 熊來快避

方法——先就一級生徒之多寡。在場上劃一相當的大圓圈。各生徒散立在圈內。選定一人

。兩手按地做熊。開始令下。做熊的做熊行狀。在圓圈內爬走追人。到追着的時候。舉起任何一枝輕觸人的肢體任何一部份。被觸者代替做熊。

注意——(一)做熊的用手足觸人。切勿用力。慎防傷人。

(二)如有踏出圓圈外。應罰代做熊。

(三)多選幾人做熊。可無須劃大圓圈。

## 【二五】 中毒

方法——全體生徒走成一行面內圓陣各生攜手。在離各生脚尖前二步之地。劃大圓圈的一



爲毒穴。開始令下。全體攜手用力向內。或推或拉。如有人脚踏入大圓圈內。其餘個人大呼「中毒」。隨即大家放手逃散。脚踏入大圓圈內的人。即追捕逃散的人。無論何人被捉獲者。應幫同捉者捉人。直至全體捉盡時重行開始。

注意——此種遊戲。亦可參用上述各種追拍遊戲的方法。

## 【二六】 老虎捉人

方法——在場中劃一十餘步直徑的圓圈。爲虎穴。再在場道兩端各劃一線。爲界線。選定一生爲老虎。坐在虎穴中。其餘各生。圍立在虎穴之外。開始令下。立在虎穴外的人。走進虎穴。引誘老虎。老虎見有人走入穴內。乘人不備。突然立起。向走入虎穴內的人追去。追到界線爲止。凡被老虎在未入界線前捉着者。即變爲老虎。隨同原來的老虎坐在虎穴中。聽憑原來的老虎指揮。追捉其餘的人。如斯繼續而行。直至全體拍盡爲畢。

注意——(一)老虎須坐守在穴中。

(二)追捉的人。必須是走進虎穴來引誘的人。

(三)老虎追逐捉人。不得追過界線。

(四)老虎的手指觸着逃者的肢體任何一部份。即作被獲論。

## 【二七】 追人三拍

方法——利用籃球場的邊線或端線。選定一人做追拍員。立在場中。其餘的人排成橫隊立在一線之後。開始令下。追拍員喊「一二三。」其餘的人聞「三」字喊出。即走出邊線或端線。經過場中。向前跑到對面一線之後。同時追拍員追拍跑出線的人。拍着時須連拍二下。才算捉住。被捉者應在場中幫同追拍。直至拍存一人爲止。

注意——(一)如場地狹小。追拍員應立在靠近一線的前。

(二)追拍員不得追過邊線或端線拍人。

(三)拍人不滿三下。不算捉獲。

(四)第二此開始。拍存末一人做追拍員。

## 【二八】 拍手追捉

方法——兩排橫隊面對而立。中間距離約二十步至三十步不等。在兩隊之中間畫一中界線

。再於兩隊之前五步處。畫一線爲界線。預備令時。每隊各出一人至中界線上立定。作弓箭步姿勢。右臂或左臂前舉。手指貼在相對人之掌中。各唱「一——二——三」三字。趁相對者不留意。即以伸出之手拍對者之手背一下。隨即遁歸本界線內。被拍者向前追捕拍者。直至對組界線爲止。

注意——（一）拍者未被被拍者拍着肢體。而能逃歸本界線內者。勝一分。否則。勝歸被拍者。

（二）二人同時縮手。宜重行預備。再唱。「一——二——三」三字。

## 【二九】 攀樹避虎

方江——全體生徒散立場中。擇定二人做老虎。開始令下。各生向四處奔逃。老虎向前追逐逐某一人。及追着時舉手輕拍逃者肩背一下。作爲被捕。兩相對調。逃者見老虎追來。應設法攀登一樹躲避。（每一人當作樹一棵。登樹即逃者駝在一人的背上。或抱起他人。）如是二人皆得安全無事。老虎見人已攀登在樹上。惟有另覓未攀登在樹上者捕之。

注意——（一）攀登不敏捷。或一足尙未離地。被老虎拍着。則二人中任憑老虎擇一人代

替。

(二)至多二人駝在一人身上。

(三)爲樹身者作騎馬式駝人。較他種姿勢省力穩安。

## 【二〇】 老虎捕豬

方法——人數無限定。全級生徒排成一丁字形在前一橫排者爲豬欄門。在欄門後立者爲豬。爲豬的人數須較爲欄門的人數略少。蓋欄門不固。易被虎衝入捕豬。再以漏粉器畫二十步方形之粉線。選二人爲虎。立在方形粉線外。預備令下。爲欄門者左右攜手。爲豬者匿於欄門之後。均立在方形內。動令下爲虎者傍欄門行走。乘欄門人不留意時。穿入欄門捕豬。捕得者代爲虎。爲虎欄門被撞入處之左右二人爲豬。

注意——(一)爲豬與欄門的人不得走出方形外。

(二)過五分鐘時。虎不能捕獲一豬。罰行舉手禮。並繞方形跑一週。

(三)虎冲欄門。嚴禁用肘頂、足踢、猛力之舉動。

(四)又法。分甲乙兩組。甲組爲虎。乙組三分之一人數爲豬。三分之二爲欄門。被虎捕得

一豬。負一分。粉線方形可放大至三十步。時間定五分鐘對調。

### 【三一】 老鷹捕鴿

方法——每三人爲一組。立在前者爲鴿子。立在中間者爲主人。立在後者爲老鷹。主人一手攔住鴿子。一手攔住老鷹。規定三分鐘輪做主人一次。開始令下。主人先放鴿子。鴿子張開兩臂作飛行狀向場之四處逃去。主人待鴿子逃遠時。乃放老鷹。於是老鷹張放兩臂。循鴿子逃的路線去追捕鴿子。如聞主人拍掌之聲。鴿子可逃回。立在主人前休息。老鷹能在鴿子未攔住主人之手前捕獲。二人互換地位行之。

注意——(一)老鷹飛出捕鴿。須循鴿子飛出的路線。不准抄走近路追捕。惟在主人拍掌。鴿欲飛歸休息。可就近追捕。

(二)鴿在逃時。不張開兩臂作飛狀。鷹也可以不張兩臂追捕。

(三)主人拍掌。鴿須奔歸。並須認定主人。

(四)一組的老鷹。祇可追捕本組的鴿子。有時也可破例。聽憑教者臨時配定。

### 【三二】 老鷹捉小雞

方法——等分全級生徒爲若干組。各排成一行縱隊。每組之第一人爲母鷄。餘者爲小鷄。各握緊前面人的衣服或腰帶。另選一人爲老鷹。立在各縱隊之前方。開始令下。母鷄與小鷄兩臂向側舉起放下各三次。再拍手三下。各作「咯咯咯啾」鷄叫三聲。同時蹲下立起各三次。老鷹即開始追捕任何縱隊的排尾。排尾見鷹由左來向右避。右來向左避。排頭張開兩臂防禦。阻攔老鷹。勿使老鷹捕獲排尾。設如排尾被老鷹捕獲。便與老鷹互易地位原來做老鷹者立在排頭前做母鷄重行開始。

注意——(一)組數在三組以上。可選定二人做老鷹。

(二)排頭排尾旋轉要靈活。

(三)做小鷄在閃避老鷹。須緊隨前面的奔馳。勿使脫手。

(四)小鷄在中途脫手。罰代鷹職。

### 【三三】 單圓追拍

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。選定二人。一爲逃者。一爲追拍者。逃者口呼「你來捉我。」同時跨出四大步。然後環繞圓陣奔跑。追拍者聞逃者「我」字。即可發腳追拍。

逃者。如逃者被追拍者拍着。互易地位行之。倘若逃者或追拍者跑到疲乏的時候。可擇一圓陣生。立其而前。該圓陣生見有人立在面前。即跑出代替立在前面人的職務。

注意——(一)逃者未曾喊出「我」字。追拍者不得發脚向前追捉。

(二)逃者被追者之手觸着。即作捕獲論。

(三)此遊戲排列。亦可改爲一行縱隊圓陣。

## 【三四】 雙圓追拍

方法——全級生徒排成兩層圓陣。內圓生與外圓生相對而立。選定二人立在圓外。一爲追者。一爲逃者。逃者在圓外高呼一聲「你來捉我。」同時跨出四大步。速即向圓陣外奔走。追者聞逃者「我」字出口。即跟蹤追捕。或逆面追捕。如中途被獲。則二人交換而行。逃者設至危急之時。或無力再跑可走入圓陣。任意立在某二人相對之中間。此時該二人中。見有逃者。背對立在面前。應即離開本位。代替爲逃者。若逃者背立之一未離本位。而被追者捕得。則與已離本位而被捕者無異。追者亦得任意擇一人代替。

注意——與單圓追拍同

# 【三五】 走馬燈

方法——假如三十二人走成單行縱隊圓陣。各人左肩向圓心。令一至四（五）報數。分作

## 走馬燈記分表

| 號<br>組別 | 1 | 2 | 3 | 4 | 結果 |
|---------|---|---|---|---|----|
| 一       | 1 | 0 | 0 | 1 | 2  |
| 二       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |
| 三       | 0 | 1 | 0 | 0 | 1  |
| 四       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |
| 五       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |
| 六       | 0 | 0 | 1 | 0 | 1  |
| 七       | 0 | 0 | 0 | 0 | 0  |
| 八       | 2 | 0 | 0 | 0 | 0  |

八組。圓陣之大小視學生之程度。臨時酌定。聞預備令。各組之一數生向圓外橫行一步。蹲下作起跑式。候動令發出。即向前跑去追逐前組之人。如前者被後者追着。或用手拍着作爲失敗。應即退歸本位作下。未曾被後者拍着者。再向前追。直追至拍着最後之一人勝一分。次換各組二數生如法行之。依次輪流追逐。畢時以何組得分較多者爲勝。



注意——(一)不准用手推前者。即拍時亦不可用力。

(二)四陣生兩足立定地位。不得行動。妨礙跑者。即跑者已遭失敗。應迅速退出跑之路線外。以免障礙後者。

(三)如犯以上規則。取消是組之追捉權。

## 【三六】 四角關

方法——一行圓陣。面向內立。左右各有一步之距離。教師以漏粉器依各生之足後畫一大圓形。圓形之內。再畫一四角方形。(三角形。或橢圓形亦可。)方形之四角距離圓形約三尺至四尺。擇定四人爲捕者。立入方形中。餘者散立在方形外與方圈內之區域爲逃者。逃者在圓外奔走。捕者在方形之角上。俟逃者經過伸手拍之。拍着後兩相交換地位。如逃者能在方形外全體奔繞滿十圈。而捕者未曾拍得一人代替。則捕者全體受罰。罰例先由公定之。

注意——(一)捕者脚不准踏出方形外拍人。如犯者雖拍着亦作無效。

(二)逃者可走入方形引誘捕者。惟不准踏着圈線與跑出圈外。犯者與捕者對調。

## 【三七】 縱隊追捉

方法——一行縱隊。選出甲乙二人。甲做逃者。乙做追捉者。逃者口呼「你來捉我。」跨出四大步。繞縱隊奔馳。追捉者隨後追捉。逃者或穿過縱隊二人之中間。惟追捉者不得穿過縱隊。一逃一捉。如逃者被捉者之手拍着。則二人調換地位行之。逃者與捉者欲覓代替人。可任意立在縱隊中某人之前。某人即出代替。

注意——與單圓追拍同

## 【三八】 拍脚

方法——一行面內圓陣。選一人為中央生。以磚塊或木片依圓陣生之足前畫一弧形。連合接成大圓圈。令各生再後退一步。再畫一圈。圓陣生向右（左）轉肩向圓心。右（左）脚踏在外圈線上。作蹲撐姿勢。將左（右）足伸入內圓圈。中央生在內圈中行走。任意用手拍圓陣生伸出之足。圓陣生見中央生蹲下拍脚。迅速將脚縮進。如被拍着。罰跑繞一圈再走入內圈幫中央生拍圓陣生之脚。直至末一人為止。

注意——(一)中央生逾三分鐘未拍着一人之足。應受罰。

(二)中央生不得蹲下行走。又不得走出圓圈外拍脚。

(三)圓陣生之右(左)脚須踏在外線圈上。

(四)此種遊戲過三分鐘後。令學生向後轉。換次足伸入圓圈內。

### 【三九】 吸鐵石

方法——一行面內圓陣。各生背手開立。目視圓之中心。選一人為鐵者。執手巾一方為磁石。立在圓外。為鐵者在圓外或行或跑。乘人不備之際。暗將手巾放在某人縊下地上。迅速繞圓陣跑一週。或二週。搶某人之席位。同時某人覺着。隨即拾起手巾。向前追拍置巾人。拍得還歸原位。為鐵者再在圓外行第二次開始。如逾三次未搶得人之席位者。罰立圓中向衆行一舉手禮。若追者不能拍到為鐵者。(置巾人)應立在圓外。代為鐵者。

### 【四〇】 雙捉雙

方法——人數在三十人。組成十五對。用漏粉器在場中畫二十碼直徑之大圓圈。(人數多

。圓圈可放大一些。每對立在圈內。另外選定一對。（或者用布帶將二人中間的兩足繫起來。如三足競走樣。）爲捉者。其餘各對爲逃者。動令發出。逃者留意捉者所走之方向。然後望四處奔避。慎防被捉者追到拍着肢體。倘使被其拍着。就應當代爲捉者。

注意——（一）無論捉者與逃者。每對手不能放開。如捉者二人手放開。即失掉追捉人的效力。逃者二人手放開。作爲被捕論。

（二）五分鐘行休息一次。

（三）捉者逾三分鐘時。沒有捉到代替。應罰跑繞圓圈一週。

（四）此種遊戲。並不限於二人成對。若改爲三人成組。四人成組皆可。

## 【四一】 八陣圖

方法——四行縱隊分隊地位。選二人一爲逃者。一爲捕者。餘者四人一排。兩臂左右舉平攜手。開始令下。逃者向四處奔避。捕者向前追捕。每組舉臂不動。聞「向左（右）轉」令。全隊變爲橫隊。與左右者仍舉臂攜手。斯時逃者與捕者乘機插入換人。凡被奪去右邊攜手。左者當代替其職行之。

注意——(一)逃者與捕者不可分開舉臂人之手。如在手下穿過亦在禁例。

(二)逃者與捕者覓代替人。亦可舉臂遮立一人之前。在其後者。讓本位走出代其職務。

(三)逃者若被捕者拍着。兩相對調。

(四)舉臂者搦手不可放下。

## 【四二】後生可畏

方法——全級生徒散立場上。各佔立場上任何一物（如樹木。或各種運動器械。柱子或牆角等。）爲住所。開始令時。第一人從住所跑出向場中奔馳。第二人見第一人跑至場中。即高呼「二」一聲。跑出住所追拍第一人。第三人見第二人跑出住所。即高呼「三」一聲。從住所跑出追拍第一第二兩人。凡後離住所者。得追拍前離住所者之權。誰被追者拍着。則應與追拍者合成一夥。幫同追拍他人。所以起先各生。各自分別奔跑。到後來各合成數隊。結果視何隊追拍得人數較多者爲勝。

——(一)如場上沒有樹木。或各種運動器械柱子或牆角這類東西。可在每人的脚下劃一粉圈代之。

(二) 第二人跑出住所。祇可追拍第一人。第三人跑出住所。可追拍第一第二兩人。而第一第二兩人則不能追拍第三人。最後跑出住所的一人。可以任意追拍無論何人。

(三) 跑出住所。先須高呼數目一聲。否則無追拍權。

(四) 在任何時間可跑回原來住所。倘得跑回原來住所之後。而再跑出時。可續唱最末之數目。即能追拍其他先跑出的人。

### 【四三】 漁人結網

方法——一級生徒中選一人做漁翁。其餘的人都做網線。以漏粉器在場中劃如圖式的界線。漁翁立在场中。其餘的人立在场之一邊的安全區內。俟漁翁高呼「一二三。」全體都跑到對面的安全區內。未跑過者。或跑過

場中被漁翁拍着的人。應立在场中聽漁翁編做漁網。幫同捕捉其

漁人結網



餘的人。惟做漁網的人捉住人的時候。須要經漁翁親手拍一下。方可算捉住。被捉住者加入做漁網捉人。直到捉存一人爲止。

注意——(一)捉存下的末一人。應爲下一次的漁翁。

(二)被漁網捉住。未經漁翁拍過。尙可設法逃去。倘一經漁翁拍過。不得逃去。

(三)追捉網線。不可走入

安全區內。

## 【四四】雪打梅花

方法——每五人爲組。場之四周每處以白粉畫大圈五個。(每圈直徑三尺。)合成小梅花式。共畫五處。中畫大圈五個。(每圈直徑六尺。)合成大梅花式。(如

# 花梅打雪



圖) 每組之人各立小梅花圈內。選一生爲雪。立出圈外。爲雪之一人。高聲呼「大。」各組生全體向中間大圈中奔去。(每組立一圈。)爲雪者乘機向前追捕拍一人。拍得兩相對調。不獲再高聲呼「小。」各組生聞聲跑歸小圈。(每人立一圈。)更位三次爲雪者未獲得代替人宜受罰。

注意——(一)拍着身上。即爲被獲。

(二)罰例共同規定。

(三)每一小圈立一人。每一大圈立一組。誤立者受罰。

## 【四五】 捉魚

方法——在場之兩端各劃線一條爲底線。兩底線相距約三四十步。(視生徒之能力規定之)。

○選定一人爲漁夫。立在场中。其餘的各生爲魚。立在甲端底線之後。聞叫笛聲。爲魚者即向對面乙端之底線跑去。漁夫見魚走出底線。即向前任意追拍。苟在兩底線間而被拍着者。應與漁夫連手成網。張於場中。笛聲又發。各生再由乙端底線跑入甲端底線。是時漁夫祇能用網兜攔捕魚。不得再脫手拍人。如有未及逃入對面底線。而被網觸着者。即應



加入連手爲網。如斯網之範圍。愈結愈大。直至最後入網之一人爲優勝者。

注意——(一)規定三分鐘或五分鐘爲一局。至規定時間。未曾入網的人。均爲優勝者。

(二)連手爲漁網。如有一人攜手脫開。作爲網破。即失捕漁之效。

## 【四六】 捕鳥

方法——在場之兩對角處。各劃十步直徑之圓圈一個。一個爲鳥窠。一個爲鳥籠。再在場之中央。畫一二十步見方的方形爲樹林。選定二人爲捕鳥者。立在鳥窠與鳥籠的中間。其餘各生均爲鳥。立在方形中。一生或數生認定一種鳥名。開始令下。教師呼一鳥名。認定是種鳥名的生徒。均須跑出樹林。向鳥窠內跑出。捕鳥者乘鳥未跑進窠前捕之。如被捕獲。即囚入鳥籠內。直到全體盡被捕獲。才得出籠自由。

注意——用獸名代替鳥名亦可。然名稱亦應改爲捕獸。

## 【四七】 集散訓練

方法——全級生徒列成一行面內圓陣或一排橫隊。每人用石頭在自己脚下畫一小圓圈。以

作記號。開始令下。各生蹲下。教師或選一生爲引導員。在圓陣內行走。任意用手指點數人。並言道「你跟我後。」或「你跟在（一二，三，四，五……）數的後面。」或「你跟在某後。」說定次序。然後拍掌三下。高呼依次「集合」口號。被點者聞口號立起。跟隨引導員之後。按序列成一行縱隊。各將兩手置在前一人之肩上。視引導員所向而行進。引導員或行，或定，或便步，或跑步，或繞走圓陣內外。或跑向場之四周。隨意爲之。至各人不在意的時候。高呼「散歸原位」口號。各跟隨引導員後的人。立刻散歸奔回。立入任何一位置上。同時引導員奔立入被點者之位置。未得位置之一人。爲第二次引導員。如第一方法繼續演習。

注意——（一）被點者未聞引導員發出「依次集合」口號。不得起立行動。未聞「散歸原位」口號。不得奔歸原位。

（二）未點着者。勿起立離位。

（三）被點人數不必完全點出。每次選點。至多不出十人。

（四）被點者接成一行縱隊。跟隨引導員。須注意前一人之快慢。腳接不斷。

## 【四八】 調查戶口

方法——場中畫四五步直徑的圓圈六七個爲區地。各生分立在各區內。選定二人爲調查員。立在外。開始令時。二調查員。各任意走到某圈前。向圈內人問道。「你們的區內有幾個人。」由圈內最長的人答道。「有……人。」調查員遂即查點該圈內人數。如以少報多。圈內最長者數人迅速逃往他圈內。如以多報少。餘下的最短小數人。應逃往他圈。例如圈中有八人報六人。則最短小的二人逃出該圈。在逃往他圈的時候。調查員即向前追捉逃出圈外的人。被捕者加入爲調查員。幫同調查。或兩相調換亦可。

注意——(一)調查員不得走入圈內捕人。

(二)以少者多適合缺數的最長的數人。跑往他圈。以多報少餘下的最短小的數人。逃往他圈。

(三)經調查過五秒鐘時間。尙未跑出圈外者。應罰爲調查員。

(四)調查一圈時。不得追捕他圈中逃來者。

## 【四九】 英雄豪傑

方法——以漏粉器在場中畫粉線兩條爲界線。兩線距離二十步至四十步。在全級生徒選一人爲中央生。立於兩線之中。餘人立在一邊界線之後。散立線內者。由此邊界線馳至對邊界線內。或繞中央生一週奔過。中央生見有跑出界線者。即用手向前拍。被拍者即幫同中央生捕捉餘者。捉得一人時。須由中央生親手拍着一下。方爲有效。至最後之一人。未被捕得。即爲英雄豪傑。爲第二次之中央生。

注意——(一)既爲幫同中央生者。不得再逃入界線內。

(二)若畏懼不肯跑出界線者。爲非英雄豪傑。

## 【五〇】 引狼入室

方法——在場上畫五步見方的方形一個或二三個。以作爲室。室與室相隔愈遠愈佳。選定一人爲狼。立在室外。其餘的人立在室內。開始令下。其餘的人任意跑出室外。做狼的見有人跑出室外。即向前追捉。如被狼追急時。可逃進室內躲避。是時狼見室外無人。均在室內。即可隨之追進室內。倘有一人在室外。狼就不能追入室內。有人常立在室內。做狼的可高呼「某某不跑出來。算被我捉住。」聞呼者應跑出室外。否則作爲被狼捉住。被捉

者與狼互易地位行之。

## 【五一】保衛團

方法——在場之一端。畫一區域。爲保衛團司令部。選定三人。一人爲司令。二人爲保衛團團員。餘者散立場上。開始令下。司令走出司令部。由二保衛團團員左右衛護。餘者。設法觸及司令。保衛團團員見有人走近用手拍之。拍着帶回司令部。然後與司令互易位置。再行開始。倘司令被人觸着。撤換保衛團團員。

## 【五二】狡兔三窟

方法——全級生徒作一排橫隊。一至四報數。每一二三人携手成一圓圈爲兔窟。四數生爲兔。蹲在窟內。另選四人。立到場中。二人爲兔。二人做獵狗。動令一下。兔向四處逃避。獵狗向前追捉。捕着兩相對調。兔被獵狗追到危急的時候。可逃入兔窟中躲避。惟兔窟中祇容一兔。原有之兔見外兔跑入。應讓位立刻跑出。獵狗仍追捕之。每二分鐘後。兔與作兔窟三人中之一人調換。

注意——(一)獵狗不得跑進兔窟捉兔。

(二)獵狗與兔子調換時。須待新兔走出三步外。獵狗纔得向前追捕。

(三)爲兔窟者。須直立。並將所携之手舉起。成爲三個大窟門。

(四)此種遊戲。欲改爲全體同時演習。在場中可劃三步直徑的圓圈三個。爲兔窟。現定每一兔窟。至多息四兔。

## 【五三】 優勝劣敗

方法——如場地狹小。可劃十步直徑的圓圈一個。人數衆多時。可分作數次演習。每次人數至多不出十五人。倘若人多場大。可將圓圈多畫幾個。或將圓圈直徑放長。或先令演者走成一行縱隊圓陣。每人相距六步至十步。然後照各人的脚旁劃一大圓圈。動令一下。各生依圓圈線向前跑去。倘能追着前面的人。用手輕拍一下。被拍者失敗。立即退出跑線外休息。拍者及未曾被人追到拍着。仍努力繼續追拍前人。直至退存一人爲止。

注意——(一)跑存的一人。在未演習前。由共同議定贈送一個名號。如勇士，好男兒，：

：等。

(二)用手拍人。不可使勁。

## 【五四】 內河輪船

方法——全級生徒散立在场中。設如全級人數在三十人。組成十五對。每對携手。選一對爲輪船。其餘各對。暗自選定船名一種。如捉魚船、裝貨船、缸船、石頭船、舢舨船、航船、米船、……等。拾一石塊在脚下各畫一二步直徑之圓圈。作爲停船碼頭。開始令下。爲輪船者在場中行走。任意呼喚各種船名。被呼着之船名的一對。應跟隨輪船之後行走。隨走隨呼。各船愈接愈多。猶如內河輪船拖帶各船行駛。忽輪船奔入一空圈內。高聲大呼。『到了。』各船聞聽奔在一圈。未得圈之一對。即爲第二次之輪。

注意——(一)每對自定船名。要誠實不可謊騙。

- (二)各船跟隨輪船行進。其間距離如遊行縱隊行進。各對之外手。搭在前一對之外肩上。
- (三)爲輪船者。有時可高呼『換碼頭。』各船聞聽互換地位。輪船乘機奪佔一圈。

## 【五五】 刺蝟偷瓜(其一)

方法——一行面內圓陣。左右間隔約一步許。圓陣中間畫一二尺直徑之粉線圈爲瓜田。帽一只放在圈中爲瓜。每次二人行之。奪取帽者爲刺蝟。次者爲農夫。令第一第二兩人走入圈內。對立在瓜田之兩邊。預備令時。各兩足開立。兩手撐於兩膝蓋上。俟教師「一——二——三」動令發出。二人中一人突前搶取帽子。奔出圓陣之外。（如用足球。用足踢出圈外。）次者見對者取帽。伸手追拍其身一下。被拍着者作爲失敗。優勝者再得與第三者比賽。搶得帽子。未被拍着。能追出圓陣外者獲勝。

注意——（一）畢時齊集失敗者唱歌。

（二）帽未搶到手中。而相對者手已拍其身。則拍者失敗。

（三）二人同時取帽。二人均作失敗。

## 【五六】 刺蝟偷瓜（其二）

方法——在全級生徒中任擇三人。一爲守瓜田的。一爲犬。一爲刺蝟。餘者爲瓜。爲瓜者走成一行圓陣。向內跌坐地上爲瓜田。看守瓜田的人。走至圓陣中心時。便說「瓜熟了。謹防野獸前來偷瓜。所以我要到瓜田來看守。」說罷坐在園中。抱頭作瞌睡狀。做犬的蹲



在圓陣外面作守望狀。佈置完畢。刺蝟開始偷瓜。既潛入瓜田。用手摸圓陣生的頭。作探瓜的生熟形狀。並問「瓜熟否。」如被摸者。答「還未成熟。」刺蝟另向他瓜探問。如該瓜答「已成熟了。」刺蝟即用手拉該瓜的手。循圓陣外奔跑。表示瓜已偷得。同時做犬的裝作「汪——汪汪」吠聲。以驚醒着守瓜田的人。看守瓜田的人聞犬吠。即驚起追捕刺蝟。倘若刺蝟在跑時。被看守瓜田的人捉獲。則看守瓜田的人失敗。

注意——(一)做犬的。不得在刺蝟偷得瓜未曾跑出瓜田。先事狂吠。

(二)第二次演習。即令第一次失敗者做犬。勝者做刺蝟。原來做犬的歸入圓陣爲瓜。

(三)做刺蝟的携了做瓜的手逃出瓜田。看守瓜田的人。聞犬吠後方可追逐。

(四)做瓜的在奔跑時。不可姑意慢跑。或掙脫刺蝟之手。

(五)刺蝟探瓜生熟。問至第三人時。必須回答「已成熟了。」否則罰做刺蝟。

(六)刺蝟被獲。刺蝟所偷之瓜。應罰跑繞圓陣一匝。

## 【五七】 縮小放大

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。各生左右之間隔靠緊。依各生之脚下畫一粉圈。再

於各生之背後六七步之地。畫一大粉圈。教師立於排頭與排尾之間。口唱「一——二——三」後。即將兩臂平屈於肩前。兩手十指伸直作大圓圈形。各生看見教師手式做大。迅速倒退至背後粉圈上。將圓陣放大。同時模倣教師之手式。口唱「大」字。教師視學生已退立於大粉圈上。或再手做大圓圈形一次。此時各生已立在後方之大粉圈上。可不必行動。如教師兩手十指接合於胸前作小圓圈形。各生迅速向前進立於原位上。將圓陣縮小。同時模倣教師之手式。口唱「小」字。照法反復行之。如有進退不捷敏者。手式模倣錯誤者。或唱誤者。均須罰跑繞大粉圈一次。

注意——（一）應退而不退。應進而不進者。

（二）隨人而行動。遲疑而不決者。

（三）唱字含糊者。

（四）犯右列規則之一者。罪跑繞大粉圈一次。

（五）第二次演習可令犯規者。罰跑之後。直入圓陣之中央。直行至存末一人為止。

## 【五八】 勇士突圍

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。選定一人立入圓中爲勇士。圓陣各生左右靠緊携手爲重圍。聞動令發出。爲勇士者開始攻擊。儘力向圓陣衝突。圓陣生竭力抵禦。勿使勇士衝出。若圓陣被勇士衝開逃出。在被衝開處之二人。應追捕勇士。二人中先捕獲勇士的一人。得爲第二次的勇士。當勇士衝出圓圈時。其餘各生向四處奔散。阻礙勇士之跑線。暗助追者。至捕獲後。仍各歸立原位。復成圓陣。第一次的勇士立入第二次勇士的位置。再行開始。

注意——(一)圓陣生携手要握緊。

(二)勇士衝突時。用力不可太猛。以防衝傷他人。宜用聲東擊西之計。智取爲是。

(三)非被衝開處之人。祇可阻礙勇士之跑線。無追捕勇士之權。又轉得用手拉住勇士。

(四)過三分鐘時。勇士尙未衝出圓外爲一局。罰勇士向衆行一敬禮各生得休息一二分鐘後再行開始。

(五)連做局次勇士者。罰立中央唱歌或講一故事。

## 【五九】 裏應外合

方法——與勇士突圍法相同。惟選勇士二人。一在圓內。一在圓外。圓內勇士。謀逃出圓外。圓外勇士幫助圓內勇士攻破圓陣。圓陣各生出全方抵禦。如被圓內勇士逃出。則被衝開放手之二人。向前追捕二勇士。捕着者兩相對調。

## 【六〇】 怒馬衝槽

方法——在全級生徒中選定二人爲馬。餘者走成一行面內圓陣。左右距離靠緊。各與鄰者携手爲馬槽。爲馬者立在圓陣（馬槽）中央。在離圓陣之一邊約二三十步之地。畫一界線。聞動令發出。做馬的二人各向圓陣生携手間衝突。如能衝出。先衝出之一馬即向界線內奔人。後衝出之一馬。隨後追捉。如能在前一馬未入界線而捉獲。則先一馬做傲馬狀。後一馬變爲馬夫。騎在先一馬背上還歸原位。否則後一馬做傲馬狀。先一馬爲馬夫。騎在後一馬背上而歸。然後換被衝破處之二圓陣生爲馬。立入圓陣中央。如法再行開始。

注意——（一）圓陣生如被做馬的人衝開逃出。全體人員即應放手。以便後一馬毋庸再衝圓

圈奔出。

（二）後一馬追捉前一馬。手指觸着即作被獲論。

(三)後一馬追先一馬。不可追過界線。

(四)馬夫騎在馬上。如嫌馬奔跑不快。可用手拍馬之臀部催速之。

## 【六一】 蝟蝶穿花

方法——全級生徒作一行面內圓陣。另擇四人作蝶。立於圓陣之外。每一蝶二人爲之。組蝶之法。二人左右並立。以內手互置肩上。外臂在側方上下振動。作振異飛翔狀。圓陣生全體攜手唱歌踏足。向左向右旋轉。或前進。或後退。作種種之步法。此時爲蝶者在圓外行走。蝶與蝶相遇時。均低頭行一禮。歌聲停。蝶乘不留意之二人。由其手下穿入圓內。被冲散手之二人。即代替爲蝶。冲入圓內之蝶。即得立是二人之位上爲圓陣生。俟教師吹笛後。再唱喝如前法演之。

注意——(一)蝶冲入圓內。不准用猛力衝突。犯者應罰繞圓陣跑一週。  
(二)爲蝶者外臂振動時間多。教師可令二人同作向後轉。換內臂振動。使運動免有偏頗之弊。

## 【六二】 團結力

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。各人左右間隔靠緊。圓陣之中心。畫一二步直徑之小粉圈。教師立於圈中。各生攜手。教師發令「擴充——」。各生聞令急速退後。將圓陣放大到各生兩臂伸直攜手爲度。教師再發令「團結——」。各生聞令仍攜手速向圓心進行靠緊。在圓陣放大時。如有人將攜手解開者。即令該二人退出圈外。並罰跑繞圓陣一周。以作團結力不堅者戒。如法再行擴充與團結若干次。直至存末四（六）人爲止。最後之四（六）人。當推爲健將。各生歡呼三聲。

注意——（一）各生一聞號令。須迅速行動。號令未發。不得行動。

（二）間陣放大與縮小。全體一致行動。在進退時。圓形整齊。亟宜注意。

## 【六三】 推出界外

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。單數爲甲組。雙數生爲乙組。令各生兩臂側舉。向圓陣看齊。教師以白粉依每人之腳後。畫一大粉圓。先規定時間。每組三分鐘。預備令時。各生向前一步。甲組面對乙組。變成兩行面對面之圓陣。兩組各以右肩或左肩互相抵住兩手。相握動令下。甲組生用力將乙組生推出粉線圓外。乙組生竭力抵抗。若被推出圈外

。無力抵抗再走入圈內。即作失敗。至三分鐘時。吹叫停止。如乙組生留在粉圈線內有一人者。得一分休息二分鐘。兩組對調行之。

(一)推者祇許用肩抵手推。如用猛力冲撞。應嚴行禁止。

(二)有時一人之力不足抵敵。亦可合二三人之力抵推。

(三)被推者。兩足均踏出粉圓外。若有餘力抵抗。亦可復入圈內。

(四)終局時。兩組比較得分數多者。為全勝。

## 【六四】 爲虎作倀

方法——一行或雙行面內圓陣。圓陣中間畫十尺直徑之粉線圈。教師立在其中央爲虎。令一二報數。一數生爲甲組。二數生爲乙組。指定某組爲倀。預備令時。兩組相對之雙行圓陣。各用右手互相推住左肩。左手握住人右臂。或執住腰帶。動令發出。爲倀之一組用力推拉對組入接近教師。教師立在中央用手拍之。被拍者作爲被虎咬死。至三分鐘後。休息二分鐘。兩組互換行之。畢時以何組被虎咬死多者爲失敗。

注意——此種遊戲行於寒天最宜。

## 【六五】 開鷄行

方法——指定全級中之第一人爲鷄行主人。第二人爲買客。其餘的人爲小鷄。列成一行縱隊。各小鷄自將兩手在膝灣下握住。買客向鷄行主人問道。「你有小鷄出賣否。」鷄行主人答道。「有的。你要買。請你看貨吧。」於是買客到小鷄前一一的把手撫弄小鷄的頭部。並故作不滿意的話。(如「這隻太小。」「這隻太大。」「這隻太瘦。」「這隻太肥。」)這隻太不活動。(二)做小鷄的。此時雖受種種撫弄。也不發笑。買客選到某隻小鷄。即說「這隻很好。」鷄行主人即與買客二人各立在該小鷄一旁。各用手鉤住該小鷄的一臂。提起他的身體向前後擺盪三四次。此時該小鷄的兩手須在膝灣下握緊。如在擺盪時。兩手未曾放開。則買客將該小鷄領往場之他端。如法繼續行之。直至小鷄售完爲止。

注意——(一)第二次演習。換第三人爲鷄行主人。第四人爲買客。

(二)小鷄在買客撫弄時發笑。或在擺盪時兩手脫開者。應應公定罰例。

## 【六六】 單跳比賽(其一)



方法——全級生徒列成一行縱隊。各將右脚向後提起。左脚單立。右手向前下握住前一人之右腳。左手放在前一人之左肩上。開始令下。全體均用左脚單跳前進。在單跳進行時間。無論何人。若將右手放去所握前一人之右腳者。應驅逐出隊。退立一邊。餘者仍舊連接重行開始如前。直至祇服二人連接跳躍爲止。而此二人爲優勝員。

注意——(一)每有一人被逐出隊。全隊人員須變換相反方向進行。

(二)在第二次開始時。各改提左脚。用左手握住前一个人的左脚。右脚跳躍。

## 【六七】單跳比賽(其二)

方法——以磚塊或石子在場上排成直線數行。(視每次比賽人數而定。)

每行磚塊。一律自五塊起或至二十塊爲度。(視生徒之能力而定。)每一磚塊之距離約一步。預備令時。每人立在每行第一磚塊之後。動令一下。各以一脚提起。單脚跳過磚塊。每跳一次越過一磚塊。待各磚塊一一跳過後。跳者仍用一足立地以一手將最後一磚塊拾起。然後照前法跳回原處。更換一脚。重復如法跳過。將再末一磚塊拾起。再如前法跳回換脚。如是往返跳躍。直至力盡不能再跳。或將磚塊拾完爲止。每人輪行一次。末後視何人

能拾得磚塊最多者爲勝。

注意——(一)跳時祇可用一脚。如兩腳落地者出局。

(二)跳時因低。而觸着磚塊者出局。

(三)換腳時間。如超過十數者出局。

## 【六八】 跳過山澗

方法——在場中畫橫線兩條。兩線之間作爲山澗。寬約三步。全級生徒作一排橫隊。立在山澗之此方。教師立在線的彼方。開始令下。各生依次跳越山澗。如跳時不慎。腳輒着橫線。作爲跌落山澗。罰其在兩橫線中間。爬行一踰。由兩線走出補行跳越。

注意——(一)山澗之寬狹。視生徒之能力臨時酌定。

(二)原地跨跳。退後三步跨跳。單脚跳。以及各種跳法。由教者隨意指定。

(三)不照教師指定跳法。跳者罰爬行山澗。

## 【六九】 搶獅球

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。教師以漏粉器。依各人之足尖前。畫一大粉圈。中間再畫一四步直徑之粉圈一個。爲獅穴。圈中置小石塊三枚爲獅球。擇一活潑之學生。立入小粉圈內爲獅。看守獅球。開始令發出。圓陣各生任意走入大粉圈內。向小粉圈搶取獅球。爲獅者見有人走入大粉圈時。即用手輕拍來者。被拍者當與獅對調地位。如獅球被圓陣各生全數搶去。而無一人拍着者。則獅失敗。

注意——(一)爲獅者不得走出大粉圈外拍人。

(二)圓陣生逾三分鐘。未曾搶得獅球一枚者。應罰向爲獅者行一舉手體。或環行唱歌一次。

(三)爲獅者不得用手護住獅球。

(四)獅球全數失去。爲獅者即無拍人之能力。

(五)獅失敗。罰向圓陣生行一舉手體。圓陣生歡呼三聲。

## 【七〇】 搶虎子

方法——全級生徒每人拾小石塊二塊。走成一行面內圓陣。各生左右距離須有一步許。依

各人之脚下畫一大粉圈。圈內爲危險區。圈外爲安全區。圈中再畫一三步直徑之小粉圈爲虎穴。選定一人或二人立入虎穴爲虎。小石塊爲虎子。置於穴中。圓陣生之小石塊歸左手。一手握住。預備令下。圓陣生均退出大粉圈外。（即立於安全區內。）俟開始令出。走入危險區。跑向虎穴中搶奪虎子。虎見有人來搶取虎子。即向前逃捕。捕得一人。收納其手中小石塊一枚。然後放去。將小石塊藏之於穴中。亦爲虎子。如手中僅存一小石塊又被虎捕住者。應與虎兩相對調。圓陣生如能將虎穴中之虎子。完全搶得。罰虎作虎行狀跑繞大粉圈一周。

注意——（一）圓陣生之肢體。被虎觸着即作捕獲。

（二）虎不可追出危險區捕人。

（三）虎子須安放在虎穴中。

（四）虎捕獲一人時。教師即吹叫笛。令餘者停止奪取虎子待虎將獲得之虎子安放入虎穴內。教師再吹叫笛。重行開始。此條規則適用於一虎遊戲。若二虎可不用。

【七一】 狼來了

方法——選定一生爲狼。覓一地點躲藏。其餘各生爲羊。在羊中指定某爲母羊。率領羣羊擇一地點爲羊圈。在狼躲藏之時。羣羊均須蹲踞圈內。兩手抱頭。閉目靜默。母羊口數一、二、三、四……的數目。使狼躲藏妥當。數至百數。母羊帶領羣羊尋覓狼的躲藏所在。如發見。母羊即大聲高呼「狼來了。」羣羊聞聲立定不動。待狼走出躲藏的所在。隨即折回羊圈。狼隨後追捕。被捕者立在一旁休息。

注意——(一)此種遊戲最適宜於鄉村學校。因鄉間荒僻。做狼的易於隱伏。

(二)母羊見狼。可毋庸逃避。

(三)羣羊須同行同止。在尋覓狼跡。應緊隨母羊而行。

(四)羣羊逃進羊圈。狼不得追入捕捉。

(五)有時狼可先跑入羊圈等候羊回捕之。惟有一羊先在圈內。狼即不能預先進圈。羣羊見狼先入圈。可使一有計謀之羊。去引誘狼跑出圈外。俾羣羊乘機逃入。

(六)每三分鐘狼與母羊兩相交換做一次。再三分鐘在羣羊中選二人。一爲狼一爲母羊。惟被狼捉住過者。失去此資格。

(七)誰爲狼時。捕獲羊較多者。爲優勝。

## 【七二】 跳馬

方法——全級爲首的一人。一脚踏向前半步。上體前彎。將兩手撐在前脚的膝蓋上。頭前俯。背聳起爲馬。其餘的人。依次列成單行。立在相距做馬的側面十餘步的所在。開始令下。各人依次跑至做馬的旁邊。用兩手按在做馬的背上。奮力的兩脚分開跨躍超過做馬的背上。如有不用躍過者。即罰代替做馬。

注意——(一)兩手按拍馬背。勿故意用力重拍。

(二)第二次演習時。規則略爲嚴格。凡跨躍者。除用手按拍馬背外。不准將肢體的任何一部分份觸着馬身。犯者罰代做馬。

## 【七三】 輪流跳馬

方法——全級生徒排作一行縱隊。第一人跑向前七八步之地。兩脚分開立定。上體前彎。以兩手撐在兩膝蓋上。頭前俯背部聳起爲馬。第二人見第一人已成馬的樣子。隨即向前跑去。以兩手按拍第一人做馬的肩部。奮力的兩脚分開跨躍越過馬背。然後再跑向前七八

步之地。如第一人法做第二馬。第三人見第二人躍過第一馬時。發脚前跑。如第二人法跨躍越過第一第二兩馬。跑到第二馬前七八步之地。做第三馬。其餘各依次如法按騎跨躍越過。直到前者之前做馬。待各人全數做馬時。三由第一馬始。依次起立。一一的在各馬背上跨躍越過。直到末一馬前七八步之地。復依次做馬。如是輪流跨躍。輪流做馬。至興盡爲畢。

注意——(一)如人數多。而場地小。可分作若干組行之。將短小力弱者。集成一組。體重力大者爲一組。中等身材的爲一組。

(二)如欲使跨躍越過較難。可將馬與馬之距離減短至三四步。使跳馬者無充分的奔跑地步。較爲不易跳越。

## 【七四】 連環圈

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。令一二報數。如一級人數成單時。即指定餘單者。立在圓陣中間爲中央生。不成單時。教師自爲中央生。令一數生向左轉。二數生向右轉。二人面對面立。互以右臂相鉤。動令一下。圓陣各生從本位相對的一人之右邊走去。(一

數生向排尾方走。二數生向排頭方走。）與次一對的來者。互鈎左臂。各從左邊走去。再與來者互鈎右臂。從右邊走去。如是一鈎左臂向左邊走去。次鈎右臂向右邊走去。如蛇行進狀。連環不斷。中央生視圓陣生走來整齊不錯的時候。隨意插入各生之間。同行連環鈎臂行進。教師乘各生行進不注意中央生舉動的時候。即吹叫笛一聲。全體聞笛聲立即成對。鈎臂立定。如有三人鈎臂之一組。末一人即爲下次的中央生。先須罰跑繞圓陣外一週。然後走入圓陣的。中間繼續演行。

注意——（一）走時步伐。並不限定一種。初時宜用便步。至後用點趾步跑步皆可。

（二）鈎左臂時。向左邊走去。鈎右臂時向右邊走去。在中央生加入之後。各宜視來者之臂臨時變更鈎臂。

（三）連做兩次中央生者。罰繞圓陣兩圈。

## 【七五】 順逆圈

方法——全級生徒走成兩行縱隊圓陣。內（外）層圓陣生不動。外（內）層圓陣生向後轉。面向排尾。倘若兩層圓陣人數成單時。即以餘下單的一人。立在圓陣中心爲中央生。不



成單時。教師自爲中央生。動令發出。全體向線陣上行進。兩層陣所走之方向不同。一順一逆。中央生隨意加入陣內行進。至任何時間。教師可吹哨笛一聲。立刻停止行進。內外圓陣生二人聯合。兩手互置在兩肩上。對面立定。餘下一人罰跑繞陣外一週。或向全體行一敬禮。然後立入陣中央爲中央生。再繼續開始。

注意——(一)在行進時不得預作準備姿勢。態度應取自然。倘有發見僵促形狀者。教師隨時勉以勇敢。

(二)二人聯合。須內外圈各一人。不可聯合前者或後者。

(三)中央生須待圓陣走過一週後。方可加入。

(四)有時教師可下向後轉走之口令。使內外兩圓陣變換方向行進。

(五)練習純熟。步伐可改用跑步。

(六)中央生在罰跑繞陣之際。見有二人不將兩手互置在相對人之肩上。尙可向前奪取聯合。奪得時不成對者罰跑一圈。代爲中央生。

## 【七六】 三層順逆圈

方法——全級生徒走成三行縱隊圓陣。內外兩層圓陣生不動。中層圓陣生向後轉。面向排尾。如餘下一人或二人均為中央生。不餘時。教師自為中央生。立在圓陣中間。動令一下。全體各依圓陣線行進。內外兩層圓陣同一方向環行。惟中層圓陣所去之方向則不同。中央生隨意加入何層圓陣環行。聞「停止」令。內外圓陣生二人面對立定。兩手相攜圍住一中層圓陣生。中層圓陣生。兩手分搭在內外圓陣生二人之肩上。餘下之一二人。罰跑繞圓陣外一週。立入圓中為中央生。再行繼續開始。

注意——(一)中央生至多以二人為限。

(二)餘與順逆圈注意略同。

## 【七七】 四層順逆圈

方法——全級生徒走成四行縱隊圓陣。自右至左。稱第一層圓陣。第二層圓陣。第三層圓陣。第四層圓陣。一三兩層圓陣不動。二四兩層圓陣向後轉。面向排尾。如有餘下一人或二人或三人。均立入陣中為中央生。不餘教師自為中央生。動令發出。全體圓陣生各依陣線行進。一三兩層圓陣與二四兩層圓陣所走之方向不同。一三兩層圓陣順走。二四兩層圓陣逆

走。中央生待全體走過一週後。可隨意加入何層圓陣行進。惟限定每人加入一層圓陣。一聞「停止」令。全體立定。二三層圓陣生。二人並立。（仍一順一逆立。）內手攜在。一層圓陣生兩手攜住二層圓陣生的外手。而向內立。四層圓陣生兩手攜住三層圓陣生的外手。而向外立。餘下的人或立錯方向或攜手錯誤者。均罰跑繞圓陣外一週。然後立錯方向或攜手錯誤的歸入圓陣。餘下的人立入圓陣中間為中央生。再行繼續開始。餘與三層順逆圈同。惟每次開始。須說明何層圓陣轉向何方。

## 【七八】 進退無門

方法——全級生徒走成三行縱隊圓陣。每三人的中間一人。退後半步為跑者。兩邊二人攜內手高舉作門。全體人數如有餘下一人或二人者。皆為中央生。不餘教師自為中央生。立在圓陣中心。開始令下。跑者彎體從門下穿過。依圓陣線跑向前進。穿過前者之門下。環行穿門。中央生隨意加入為跑者。跑過三四匝後。教師鳴笛一聲。跑者即刻立定。據住一門。不得門之跑者。罰繞圓陣跑一圈。連犯罰跑二圈。再行開始。

注意——（一）跑者偃腰穿門。宜迅速前跑。倘能追及前一人時。就可以用手輕拍其臀部驅

逐催快。

(二)兩邊的人中間距離須放大。作門之手順高舉。以便跑者穿過。一聞笛聲。迅將作門之手放下。

(三)每三分鐘後。或演滿五次。調換兩邊二人之一為跑者。

## 【七九】雙進退無門

此種遊戲。教授生徒衆多之一級。最為相宜。惟全級人數以五能除盡。餘下的人至少須有二人。最好餘下四人。才有興趣。

方法——全級生徒走成五行縱隊圓陣。自右至左。(即自外至內。)一二三四五數生。每五人中二四數生退後半步為跑者。一五數生內手擋住三數生(即中行生。)之手。三人攜手高舉作二門。全級人數如有餘下二人。或三人四人皆為中央生。餘下一人者則教師補額。中央生立在圓陣中心。開始令下。跑者由門下穿過。(二數生穿一三數生之門。四數生穿三五數生之門。)依圓陣線跑向前進。穿過依次前者之門下。中央生隨意加入二四數生為跑者。環行穿門。至二三匝後。教師鳴笛一聲。一三五數生將做門之手垂下。跑者立刻

停止。奪據立一門之後。不得門之跑者。罰跑繞圓陣外一週。或向全體行一敬禮。再行開始。

注意——(一)中央生(即三數生)立在圓陣的中行。兩臂側上斜舉。兩脚略爲分開些。若時間長久非常勞苦。故宜在每次開始時。與兩邊一五數生輪行是職。

(二)每行三次。換圓陣的一圈人爲跑者。餘與進退無門同。

## 【八〇】鞭打懶漢(其一)

方法——一行圓陣。各生面向中心。每人之肩膀須左右靠近。選定一生或二生。手執毛巾一條立在圓外。圓陣各生將兩手反握於背後。作閒足稍息姿勢。目應注視圓心。手勢毛巾的人在圓陣外環行。視有不注意者。即將手中毛巾暗遞給立其左者之手中。巾傳過即由左立人受巾人之位上。受巾人急以毛巾追擊右鄰之背部。在右者見左鄰接到毛巾。迅速逃回本位。奔繞圓陣一週或二週仍立入原位爲止。受巾人見右者已逃歸原位。即停止追擊。如前者之方法將巾授與某人。授後立入其位置。

注意——(一)圓陣生兩目須向圓中注視。不得向後回顧。

(二) 追打者不可以毛巾擊追者之頭面。又不可使勁重打。

(三) 逃者既歸本位。追者不得再擊。如多擊一下。罰還擊三下。

(四) 跑繞圓陣週數。在開始時規定。

## 【八一】 鞭打懶漢(其二)

方法——與其一相同。惟離圓陣十餘步處立一標準。每次追打者與逃者均須繞過標準二次與圓陣一次。毛巾可增至三條。同時有三對人之追逃。殊有興味。惟小學生用毛巾至多不宜過兩條。

## 【八二】 失羣鳥(其一)

方法——一行縱隊圓陣。第一人第二人各執手巾一條。爲打鳥者立在圓陣之中間。其餘人員爲鳥。場之四處畫四尺直徑之粉圈十個。每圈當作一樹。羣鳥依圓陣線環行走至二三匝。教師一臂高舉。伸示一(二，三，四，五)指。同時鳴笛一聲。羣鳥聞聲逃向四處。照教師所示之指數。組合若干同伴棲息一樹。(教師伸示一指。一鳥棲一樹。餘可類推。)打

鳥者見羣鳥分散隨後追逐。追著用巾鞭之。倘已照教師所示之數立入粉圈內者。即不能鞭。擊圈內有不按數立者。打鳥者可追入圈內任鞭一人。過二分鐘時。鳴笛集合。換第三人。第四人爲打鳥者重行開始。直輪至末一人爲打鳥者完畢。

注意——(一)打鳥者祇可追逐鞭擊。不得用手拉住鞭人。

(二)鳥視一圈內所立之人數。已按照教師所指示之人數。應即自退出。免波及他人。

(三)此遊戲若在園林中行。尤有興味。

## 【八三】 失羣鳥(其二)

方法——兩行縱隊圓陣。內圓各生面向排尾。設備與其一同。惟場之四處不畫粉圈。風「開步—走」令。內圓各生向排尾方向走。外圓各生向排頭方向走。各依圓陣線行進。走至二三匝。教師高舉一臂。伸示二(三，四，五)指。鳴笛一聲。各生聞笛聲照教師所示之指數。迅速二。(三，四，五)人組合在一起。持巾者追逐未組合之人。及不按照教師所示之數組合之人鞭之。十秒鐘後重行開始。換第三人第四人出爲執巾人。

注意——(一)執巾人祇可追逐鞭擊。不准用手拉住鞭人。

(二) 嚴禁鞭人面頭。

(三) 寒天宜用跑步快步行進。

## 【八四】 舞場遊戲八種

教授注意——(一) 操場假作為跳舞場。教師擔任舞場指導員。全級生徒為跳舞員。而於監

察員由教師在生徒中輪流派任。

(二) 設如場地寬大。一級人數不多。宜劃定一區域為跳舞場所。

(三) 監察員人數按照全體跳舞員人數。每十人派一人。

(四) 指導員係指導全體舞員作種種舞式。

(五) 監察員立在全體舞員之四周。監察舞員能否按照指導員之號令與動作。模倣演行。如有懶惰。或動作不敏捷。不注意指導員之指導者。皆可用軟鞭追擊。務使就範。以全體動作一致為止。

(六) 監察員不得任意用鞭追擊。須具有(五)條所述之理由。方可行使職權。總之使人心服受罰。為第一要義。如有處理不當者。兩宜從嚴禁止。立即撤換。或竟取消其遊戲



的資格。凡誤鞭一下者。應受被誤鞭者。回鞭三下。

(七)指導員備吋笛一個。懸於頸項。每一監察員執軟鞭一條。軟鞭係洗面所用之手巾。或代以布帶亦可。惟質地宜柔軟切忌堅硬。否則恐有鞭傷皮膚之慮。

(八)跳舞時普通步法。皆用點趾跑步。惟步度較短小。足跟向後上振起。

(九)跳舞時若和以音樂。尤饒興趣。或令舞員口唱歌曲與音譜。

(十)每次演習以三分鐘為宜。至多不得過五分鐘。每次應休息一二分鐘。在此休息時間內。更換監察員一次。若係小學生或女生。演習時間每次至多不得過三分鐘。如動作並不劇烈。亦可變通。時間略為延長。

(十一)指導員宜立在高處。俾全體舞員。容易看見模倣演行。

(十二)開始時。全級生徒除監察員外。散開跳舞。互相環繞或穿過行進。並須注意指導員之號令與動作。

### (I)大鳥飛舞

各舞員將兩臂在左右平舉之部位。向上下擺動模倣大鳥飛舞勢。

(註)聞令不動。舉臂不平不直。舞勢不正確者。監察員向前矯正。用鞭追擊。

(2) 小鳥飛舞

各舞員。將兩臂屈在肩旁。引肘向下。指尖向左右。小臂與手腕向上下扇動。模倣小鳥飛舞勢。

(註)與前同。惟兩臂屈在肩旁。

(3) 起錨舞

上體前俯。兩足開立。後退三步。前進三步。兩手交互向前下伸。臂向懷中一伸一屈。作水手起錨姿勢。

(註)停止動作。或怠惰休息者。監察員可用鞭擊之。

(4) 拉帆舞

各舞員頭向上仰。兩脚開立作騎馬式。在原地交互起蹲。兩臂由上斜面。向懷中交互伸屈。作拉帆勢。

(註)全前。

(5) 牛鬪舞

各覓偶成對。開足相對立定。上體深向前屈。臀部突起。手握拳。兩臂弧形向上舉。做牛角

狀。向空中作游泳勢不息。上體隨勢向左右擺動。二人模倣牛鬪。

(註)不覓偶成對。或不彎體向前不作牛鬪者。監察員可追逐鞭擊。

### (6) 猴跳舞

各將兩手作鉤形。倣猴爪狀。臂屈在肩膀。一足提起。作單足跳躍行進。

(註)不模倣猴狀。或兩足落地。不用單足跳躍者。監察員可用鞭擊之。

### (7) 鶴舞

兩臂在左右舉之部位。向上下擺動。一足提起。兩足交互向前單足跳躍行進。

(註)兩臂不作鶴之張翼狀。或足不提起。或停止動作者。監察員均可向前追擊之。

### (8) 白鷺鷥舞

右(左)足提起。右(左)手由右(左)膝灣下穿過。上體前俯。右(左)手按在鼻尖上。左(右)手向後舉起。

(註)(一)監察員見有脚不提起。或手不按在鼻尖上者。用鞭追擊之。

(二)以上自(1)與(2)。(3)與(4)。(5)與(6)。(7)與(8)都可用「正的」「反的」方法演習。文

可改用動作示範演習。舞員應注意指導員。在變換舞式時的號令。如發有「反的」口令

。應與指導員所示之動作。相反表演。譬如指導員示範動作是「大鳥飛」。「口令」反的。「舞員即宜表演「小鳥飛」

(三)尚有數十種。內容相倣。茲不贅述。

## 【八五】 反繞奪位

方法——一行面內圓陣。選一人爲奪位者。立於圓陣之外。奪位者在圓外行走。視有注意已之走近一人。即用手輕拍其肩一下。疾馳奔繞圓陣二週。奪佔被拍者之位置。被拍者亦出時向奪位者相反之方向疾馳。奔繞圓陣一週而歸本位。如本位未被奪位者奪去。則速至原位立定。此時奪位者仍在圓外再拍他人。

注意——(一)奪位者手拍人要輕。不可用力猛拍。犯者罰以十分鐘不准加入遊戲。

(二)二人環繞圓陣奔馳時。應注意衝突。奪位者應繞外圈奔馳。被拍者。得繞內圈奔馳之權。

(三)奔繞圓陣圈數可視生徒之能力規定之。

(四)奪位者滿三次未曾奪得位置。應罰立入圓中行一舉手禮。

## 【八六】 開放城門

方法——與反繞奪位法略同。惟全體圓陣生左右攜手。奪位者任意拍一圓陣生之背。被拍者放去所攜之手。追拍奪位者。如追繞圓陣兩匝。尙未追着奪位者。列隊圓陣生全體攜手高舉作門。大呼「城門開了。」奪位者聞聲任意鑽過某二人之臂下。走入圓陣內。以示奪位者逃入城內。立入被拍者之位置。被拍者代替奪位者再行開始。若被拍者能在兩匝內。追着奪位者。兩無關係。奪位者如法重行開始。

注意——與反繞奪位注意相同。

## 【八七】 雙奪位

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。選定二人攜手立在圓陣外做奪位者。圓陣各生左右攜手。開始令下。奪位的二人攜手。在圓陣外徘徊。視察圓陣生中有不留意者。任意用手輕拍圓陣生中某某二人兩手相握處一下。迅速擇一方向繞跑圓陣外一週。奪去被拍二人的位置。同時被拍的二人速與奪位二人成背對的方向。跑繞圓陣。及跑到與奪位二人相遇的

時候。彼此換一人攜手在相遇地點上旋轉一週。再携住同夥人的手仍向原方向前跑歸本位。如奪位人奪得位置。則被拍二人即變爲下次的奪位人。奪不到位置。仍立在圓陣外重行開始。

注意——(一)二人跑繞圓陣。必須攜手而行。

(二)圓陣生一律攜手。

(三)奪位二人與被拍二人相遇時。攜手旋轉。不可暗中設計損害。

## 【八八】 回去吃飯

方法——全級生徒作一行面內圓陣。選定一人做叫吃飯者。在圓陣裏面走來走去。任意走到圓陣某某二人的面前。舉手指定說道。「你們快快回去吃飯吧。」被指的二人。即速在圓陣外面成反對方向各繞跑圓陣一週。跑歸本位。視何人先到者爲勝。遲到者與叫吃飯者對調地位。再行開始。

注意——叫吃飯者「吧」字未曾出口。被指的二人不得發脚。

## 【八九】 爭座位

方法——全級生徒作一行面內圓陣。報數號。選定一人立在圓陣中央。用手帕紮瞞雙目爲盲人。開始令下。圓陣各生左右攜手。依圓陣線跑繞二三匝。然後坐下。盲人高呼「七與十九」——調。「報」七與十九「兩個數目的人。聞「調」字。應即匍匐經圓陣內互換座位。盲人在二人互換座位的時候。或將二人中任何一人捉住。或搶坐其位置。誰被盲人捉住。或座位被盲人搶去者。即代替做盲人。重行開始。

注意——(一)調座位者須爬走。又須從圓內而行。

(二)有時盲人可呼「七與十九繞我一圈」——調。「則調位者須繞盲人一週。然後調位。

(三)盲人滿三次捉不到人。或搶不到座位者。應受公定罰例。

## 【九〇】 猫捉老鼠

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。選定二人。一人做猫。一人做鼠。猫立在圓陣外。老鼠立在圓陣內。圓陣各生左右攜手作門。開始令下。猫說「我是老猫。」老鼠說。「我是老鼠。」猫說「要來捉你。」老鼠說「看你的本領。」猫聞言即跑進圓陣追捕老鼠。老鼠見猫來速逃出圓陣外避之。圓陣各生遇猫出入圓陣時。將攜手所作之門故意低下阻礙。不

使貓輕易通過。老鼠進出可將門提高任其自由。老鼠如被貓捕獲。罰跑繞圓陣外一週。然後排入圓陣與人攜手作門。做貓的人改做老鼠。另在圓陣生中選一人做貓。繼續行之。

注意——(一)貓不能在三分鐘內將老鼠捕獲。兩相調換行之。

- (二)圓陣生阻礙貓之出入。祇可以將攜手所作之門低下阻止。不能蹲下或彎體等動作阻止
- (三)做貓的手觸着老鼠身上。即作捕獲論。
- (四)貓與鼠不限定多少。教者可臨時酌定。

## 【九一】 雙貓捕鼠

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一行面內圓陣。兩圓陣相距約五六步。每組之第一人做貓。立在圓陣外。第二人做鼠。立在圓陣內。圓陣各生左右攜手作門。開始令下。鼠叫三聲。貓聞鼠叫。即潛入圓陣內追捕老鼠。鼠見貓來速逃出圓陣。設法躲避。兩層圓陣隨便出入。圓陣各生遇貓出入。將攜手所作之門故意低下阻礙。不使貓輕易通過。鼠之出入則任其自由。務使鼠不易被貓捕獲。迨三鼠被貓均捕獲時。如貓捉老鼠法行之。

## 【九二】 小鳥分飛



方法——全級生徒走成兩行縱隊。左右二人攜手。第一對爲鳥窠。末一對爲小鳥。另選一人或教師爲老鷹。立在隊前。開始令下。老鷹學鳥叫數聲。小鳥二人分手各走隊之一邊向前奔跑。老鷹即追捕小鳥。捕得一鳥。被捕者代爲老鷹。原爲老鷹與另一小鳥攜手立在第一對前於鳥窠。如二小鳥未被老鷹拍着身上。能奔至第一對前攜手。作爲老鷹者一次失敗。第二次開始時。換二人爲鳥窠。換二人爲小鳥。

注意——(一)爲老鷹的人滿三次失敗。罰向衆行一敬禮。或罰跑繞縱隊一週。

(二)小鳥分逃時。不可同走隊之一邊。與由隊列間穿過。

(三)小鳥被鷹手觸着肢體。即爲被捕。

(四)小鳥二人。須至排頭前携手。才可拒鷹追捕。

## 【九三】 坐山虎

方法——全級生徒中選定一人坐在場中。做坐山虎。其餘的人都環繞坐山虎而立。開始令下。其餘的人。口唱「坐山虎。坐山虎。你來捉我。你來捉我。」隨唱隨走。或進或退。或走繞坐山虎。作種種引誘坐山虎的舉動。做坐山虎的初時裝作不動。俟有人走近時。乘

其不留意。迅速伸手觸他。如被觸着。兩相對調地位行之。

注意——(一)坐山虎的下半身。始終不可離地。

(二)如全體人數過了二十名。可選兩個人做坐山虎。

## 【九四】 烟突爆開

方法——在場的彼端劃一條界線。或者劃一十步直徑的圓圈。為避災區域。全級生徒在場的此端走成一行面內圓陣或半個圓陣。選定一人立在圓陣的中央為演講員。開始令下。演講員講一個簡短的故事。講到其間出人意外。高聲大呼「烟突爆開。」圓陣生聞聲迅速逃入避災區域內。同時演講員隨後追拍。如能在圓陣生未曾逃入避災區域前拍着一人。即與其互易地位。被拍的人為新演講員。如演講員追不到人。而圓陣生均逃入避災區域內。均由教師召集各圓陣生如法再行開始。

注意——(一)演講員須立在圓陣當中演講。

(二)故事可隨意杜撰。以不雷同各出新裁為住。

(三)演講員「開」字出口。圓陣生方可逃散。

(四) 演講員不可追入避災區域線內拍人。

(五) 演講員滿三次拍不到人。應受罰。罰例在開始前共同規定。

## 【九五】 輪船觸礁

方法——全級生徒在場中走成一行面內圓陣。圓陣走成。選定一人立在圓陣中央爲演講員。然後圓陣生散開。(演講員不動。) 立在場之四周。各人在脚下各劃一二尺直徑小圓圈爲救生船。(除去演講員。) 圓圈畫好。仍復圓陣排列。演講員開講故事一段。可不必定要講完。視圓陣生在專心注意聽講之際。即大呼「輪船觸礁。」演講員與圓陣生都逃到救生船中去。(即每人奪據一小圓圈。) 末得入救生船的做第二次的演講員。第二次開始時。第一次的演講員出局。即其所佔據的小圓圈作爲廢圈。每次出局一人。增一廢圈。換一新演講員。直到存末一人推爲福將。

注意——(一) 演講員奪不到圈。罰跑繞圓陣外三匝。仍爲演講員。

(二) 演講員「礁」字未出口。圓陣生不得行動。

(三) 廢圈可作一記號。或令出局者立在圈內休息。

(四)二人奪一圈。可用搏戰法解決。勝者得圈。

## 【九六】 園中惡客

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。作為花園。選定二人。一立在圓陣內為惡客。一立在圓陣外為園丁。開始令下。圓陣各生攜手作門。園丁向惡客道。「誰人叫你走進我的園裏面。」惡客答道。「我是自己要進來的。」園丁說道。「快快跑出來。」惡客答道。「你來趕我。我就跑。」園丁聞言就追捉惡客。惟追時須依惡客所經過之路線。在圓陣生攜手所作之門下穿出穿進。凡惡客做一種動作。園丁須做樣演行。故惡客可從圓陣生背上逃過。或在地上翻筋斗。或從圓陣生跨下爬過。或折回原路跑繞圓陣各生。及表演各種機巧運動的動作。使園丁不易追到。如被園丁捉住。惡客立入圓陣。另選一圓陣生為園丁。原有園丁變為惡客。

注意——(一)滿三分鐘時園丁尚未把惡客捉住。由園丁向某一圓陣生先行三鞠躬。請出代替(二)園丁不能依惡客所跑的路線及所做的各種的動作。可由惡客指定某一圓陣生代為園丁

## 【九七】 老虎捉小羊

在全級生徒中。選定一年齡較長者爲老羊活潑的一人爲老虎。再選一人做賣貨物

者。立在老羊的面前。其餘的人做小羊。立在老羊的背後。開始令

下。賣貨物者環繞老羊唱歌。歌畢賣貨物者在老羊前面立定。舉

手作敲門狀。口唱「擗擗門。」老羊問「外面是誰。」賣貨物者答

「是我。」老羊作開門勢道「某某兄。」同時行一鞠躬禮。賣貨物

者答禮道「請問小羊有多麼大。」老羊答道「像貓樣大。」賣貨物

者聞言。再如開始時繞老羊唱歌與問答。凡三四次。惟第二次老羊

須答「像狗樣大。」第三次宜答「像小牛樣大。」如是至最後的一

次。老羊須大聲說道。已經長足了。做老虎的人聞得是言。即從

旁邊躍出。往四處追捕小羊。斯時賣貨物者。躲在小羊背後。動作與小羊同。老羊設法阻

礙老虎。小羊設法向四處逃避。倘若被老虎捕着。應與老虎對調地位。重行開始。

注意——(一)做老虎的人。追捕小羊時。老羊從中阻礙。不得用猛力衝撞老羊。

(二)小羊逃避。祇限在運動場的區域。

(三)如遇二級人數衆多。可分作數小隊演習。

C調 叮 唞 嚙

1 6 5 1 6 5 | 3 3 6 1 5 6 5 3 2 — |  
叮 唞 嚙 叮 唞 嚙 買 雙 草 鞋 過 陵 莊  
3 2 1 3 2 1 ||  
陵 莊 到 草 鞋 破

F調 捉 謎 藏  $\frac{4}{4}$

5 3 2 5 3 2 | 5 5 3 3 2 1 | 5 5 5 3 5 6 1 |

(衆唱)捉謎藏捉謎藏 大家齊來捉謎藏 手挽手兒捉謎藏

(被摸者唱)我是誰我 是誰請你仔細猜 一猜

(盲人唱)某某兄某某 兄請你替我做一 回

(被摸者猜中唱)正是 我正是我解下手 帕我來做

(被摸者猜不中唱)不 是我不是我請你 再去猜一猜

5 3 2 5 3 2 | 1 7 6 5 4 3 2 2 1 | 1 7 6 5 4 3 2 2 1 |

捉 謎 藏 拉拉拉拉 拉拉拉拉拉 拉拉拉拉 拉拉拉拉拉

1 7 6 5 4 3 2 2 1 | 1 7 6 5 4 3 2 2 1 ||

拉拉拉拉 拉拉拉拉拉 拉拉拉拉 拉拉拉拉拉

方法——全級生徒作一行面內圓陣。選定一人用手帕紮瞞兩目。立在圓陣中央爲盲人。開始令下。全體均踏脚口唱捉謎藏歌。唱至「手挽兒手捉謎藏」句。圓陣各生左右攜手。將半身面向右轉。第一第二兩四拍「拉拉拉拉：：」向右依圓周線走八步。第三第四兩四拍「拉拉拉拉：：：：。」向左依圓周線走八步。唱畢圓陣各生放手蹲下。靜候盲人摸猜。凡被摸者立起。即唱「我是誰。我是誰。請你仔細猜一猜。」盲人答唱「某某兄。某某兄。請你替我做一回。」被摸者如被盲人猜着。即唱「正是我。正是我。解下手帕我來做。」唱畢兩相對調。如未被盲人

【九八】 捉謎藏

方法——全級生徒作一行面內圓陣。選定一

猜着。被摸者答唱「不是我。不是其。請你再猜。」唱完盲人仍走立圓陣中央。重行開始。

注意——(一)盲人雙目繫瞞之後。不可動手按摸。

(二)預先共同議定罰例。盲人三次猜不着。應受罰。罰後另選一人代替。

## 【九九】 盲人捕鷄

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。選定一人用手帕繫瞞雙目。立在圓陣中央爲盲人。圓陣生做鷄。開始令下。圓陣生左右攜手。環行唱歌。唱畢立定。手放下各退後一步。盲人住意呼圓陣生中一人的姓名。被呼者即仿鷄叫。「喔喔喔」三聲。盲人循聲前去捕捉。如捕得兩相調換地位。否則仍爲盲人。再行開始。

注意——(一)圓陣生退後一步。不可行動。盲人前來捕捉。祇可上體躲閃。兩腳不得移動地位。

(二)摸人捉鷄。一索即應捕獲。

(三)摸人滿三次捉不到鷄。應受罰。

## 【100】盲人摸魚

方法——全級生徒。排成一行面內圓陣。選定一人或二人爲漁夫。立於圓陣之中央。用布帶紮瞞兩目。圓陣生由排頭始一至五報數。分爲紅、黃、藍、白、黑、五種魚。開始令發出。圓陣生向左依圓周跑二圈。再向右圓二圈。教師吹笛一聲。圓陣生全體立定蹲下。靜候漁夫摸魚。漁夫即走至某生面前。伸手與其攜手。用左手摩其手背。再問「你是什麼顏色魚。」圓陣生即答「你猜猜看。」漁夫察其聲音。猜係何色之魚。猜中兩相對調。不中再換一人猜之二次不中罰在圓陣外跑一圈。立入中央重複開始。

注意——(一)圓陣生回答「你猜猜看」四字。聲音可隨意裝做。惟須響亮。  
(二)漁夫祇可按摩人之手背。餘均在禁例。

## 【101】黑夜捕蛙

方法——全級生徒攜手作一行面內圓陣。指定第一第二兩人。立入圓陣中央。一爲捕者。一爲青蛙。均用手帕紮瞞兩目。開始令下。圓陣各生全體蹲下或坐下。捕者口呼「一二三



「青蛙躡足向圓中四處躲藏。捕者循聲追捕。有時直呼做青蛙的姓名。或拍掌探問青蛙的行踪。做青蛙的聞呼已姓名。即答「略略略。」聞掌聲亦答以掌聲。如捕者三呼姓名。三擊手掌。未曾將青蛙捕獲。則兩相對調行之。次更換第三第四二人演習。依次輪流。直至勇尾爲畢。

注意——(一)圓陣各生慎防捕者青蛙二人走出圓陣。

(二)演習時圓陣生須肅靜無聲。

(三)三呼姓名。三擊手掌。捕者未將青蛙捕獲。罰跑繞圓陣外一週。

## 【1011】重霧識方

方法——全級生徒走成一行圓陣。面向中心。選定一人爲中央生。立入圓陣中間。分圓陣生爲四。假如圓陣有二十八人。一至七爲東方。八至十四爲南方。十五至二十一爲西方。二十二至二十八爲北方。中央生以巾紮瞞兩目爲盲人。圓陣生各攜手。動令下。圓陣生向右(左)轉。依圓陣線環行數週。再向後轉換一方向環行。或踏足代行進。擾亂盲人聽覺。教師令下「立定」。一圓陣生面向圓心放手立定蹲下。教師指令由某人始報數一次。然後

向盲人問「東(南)(西)(北)方是在何處。」盲人舉起右臂指出。如所指方向不誘。即以是方之第一人代替。或由盲人指定是方第幾人代替亦可。

注意——盲人滿三次指錯方向。罰跑繞圓陣外一週。

## 【1011】 雷聲

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。指定一人或排頭爲雷公。以手帕一方紮瞞雙目。立於圓陣中間。爲雷公。再以手帕一任意授與圓陣之某人。雷公口中作雷聲。「哄隴隴——哄隴隴哄隴哄隴……」手持手帕的人聞雷聲起即速將手帕順次向左右傳授。及至雷公口中換作「豁辣」一聲時。遂即停止傳遞手帕。同時俱各蹲下。兩手掩於耳上作驚慌狀。此時手帕落在何人手中。即爲第二次之雷公。

注意——(一)自雷公作「哄隴隴——哄隴哄隴哄隴」之聲。中間不能稍有間斷。其聲宜長而緩。高低不等。「豁辣」之聲須急而重。

(二)「豁辣」之聲發後。手帕落在何人之手。不得再行傳授。傳授手帕時。動作宜敏捷。圓陣各人蹲下後。須俟雷公交換方可起立。

## 【一〇四】易位

方法——全級生徒走成一行圓陣面均向內。選定一生爲盲人。盲人立入圓陣之中央。用手帕瞞目。開始令下盲人立在中圓。即呼圓陣各生。「某某二人換位」或呼「某某二人繞我一週換位。」某某二人聞呼。即走入圓陣內交換位置。盲人乘其交換時捕之。被捕者代爲盲人。

注意——呼人換位。逾五次。未能捕得。盲人應受罰。

## 【一〇五】盲人捕魚

方法——全體生徒列成一行面內圓陣。左右攜手。選定一生爲盲人盲其餘各生拾一石塊或木片。在足尖前面劃一弧形粉線。使線端左右連接。適成一小圓圈形。劃成後。令各生將圓陣解散走入圓內。盲人用手帕繫瞞兩目立於圓中。開始令發出。各生拍手跳躍。且呼且走。或奔避。或追隨盲人。或故意臨近盲人面前。呼「你來捉我」且以手輕拍盲人之肩背一下。盲人利用彼等調笑機會。靜穆偵伺。乘間捕捉。被捕者代爲盲人。或加入爲盲

人。

注意——(一)各生逃避時不得越出界線。犯者罰爲盲人二次。

(二)各人如被盲人手觸及。即作被獲論。

(三)逾五分鐘時。盲人尙未曾捕獲一人。罰繞跑粉線圈一週後。仍爲盲人。

方法——全級生徒分作甲乙兩組。交互爲盲人。譬如甲組先出二人或三人爲盲人。則該組所餘之人握手爲運動界線。乙組生入內爲魚。教師預定演技時間。在時間內捕獲若干人。即得若干分。時間一至再換該組數人爲盲人。至該組人數演完。兩組交換。至終了。計算何組得分多者。以定優勝。

## 【一〇六】 盲會計

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。指定一人爲盲會計。立在圓陣中央。以手帕紮瞞雙目。圓陣生向右轉。變成縱隊圓陣。各攜手環行唱歌。歌畢。全體向左轉。面向中央蹲下。盲會計走至圓陣某生前說「算賬。」某生報「書一本。」盲會計答「十文。」次走至某生之右鄰面前。該生即說「書二本。」盲會計答「二十文。」如法依次問書數報書價。直

至末一人爲畢。教師向盲會計問「三十文三本書。賬在何處。」盲會計略一盤算。答出「賬在某人。」所答不誤。與盲人兩相對調。全體拍掌歡迎入隊。

注意——(一)第一人書一本。價若干。次人書與價須加一倍。依次增加書數。盲會計依書

數報明書價錢。倘盲會計書價報誤。罰向在某人前行一舉手禮。重行報出。

(二)圓陣生報書數亦應按照次序。不得亂報。犯者罰繞跑圓陣一週。

## 【107】 盲偵探

方法——全級生徒列作一行縱隊。擇定一生爲偵探。隊前畫一小圓圈。再於離隊二十步處畫一小圓圈。偵探以布帶瞞目。立於兩圈之間。教師令第一人走至盲偵探之前。演習某種姿勢。演習既畢。即走向對面小圈之後立定。第二人見第一人已至小圈之後。遂亦走至盲偵探之前。亦演習一種姿勢。亦往小圈之後。依次輪演。每一人向盲偵探前演習一種姿勢之時。教師須將各人所演之各種姿勢。一一向盲偵探說明。俾盲偵探得觸於耳。而會於心。教師視全體演畢。即詢問盲偵探演習某種姿勢者何人。或第幾人係盲習何種姿勢。如偵探能對答無誤。即令盲習是種之姿勢者。易爲盲偵探。否則盲偵探當再連續一次。

注意——(一)各人所演之姿勢。不得出兩臂前舉。側舉、上舉。及臂之伸屈、拍手、舉手禮、各種步伐。仿倣運動等。

(二)排列須照平常規則。不得於演習時調換位置。并戒喧嘩談笑。尤不得有不規則之姿勢與舉動。

(三)演習人數不宜過多。以八人或十人爲限。倘全體人數過多。可多分幾組。每組合演一種姿勢。

(四)教師對盲偵探報告時。宜高聲嘩說二次或三次。總須使盲偵探明瞭爲度。

## 【二〇八】 盲人心

方法——全級生徒作一行面內圓陣。擇定一生用手帕紮瞞雙目爲盲人。立在圓內排頭前二步之地。人數在三十人以上。可由排頭始一至十報數。規定十人爲一組。開始令下。教師吹笛一聲。全圓生徒即行向右轉。變成縱隊圓陣。依圓形線便步前進。教師再吹笛一聲。每組在行進時任意表演一種姿勢。(假如第一組十人作兩臂側舉。第二組十人兩手叉腰。

第三組十人以手加額行舉手禮。第四組十人作兩臂前舉。)教師立在盲人旁。將走過盲人

面前的一組所演的姿勢。隨時對盲人報告。「某種姿勢走過了……。」全圓環行數次。教師報告至多不出四遍。教師再吹笛一聲。圓陣生全體向左轉面向圓陣中心立定。盲人解去瞞目手帕。教師向盲人問「某種姿勢是何組。」或問「第幾組演何種姿勢。」盲人能在十秒鐘內答出。如所答不錯。即以猜中該組之第一人出代替。或由盲人指定該組第幾人代替可亦。盲人即立入代替人之位置上。如盲人所答錯誤。再復行開始。滿三次答不中者。罰向衆行一敬禮。

注意——(一)全級不滿三十人。可以改用一至六報數。或一至四報數。組數之多寡。應視生徒之能力而定之。

(二)一組所演姿勢。須要一律。

## 【一〇九】 請你來罷

方法——全級生徒作一行面內圈陣。選定一人爲盲人。用手帕將雙目紮瞞。立在圓陣中央。圓陣各生携手向左或向右繞圈跑。聞盲人拍掌聲。全體立定。盲人用手指向圓陣一點道「請你來吧。」被點者就走入圓內。盲人即在圓內追捕如能捕獲。須猜出被點者爲誰。猜

着二人互易地位。猜不中或所指點的地位適值空位。重行開始。

注意——(一)滿三次猜不中。或三次均指示着人。盲人罰向全體行一鞠躬禮。

(二)被點者如被盲人手指觸着。即作得捕獲。

## 【110】 記憶測驗

此種遊戲爲靜的遊戲。測驗生徒的記憶力。在生徒玩了動的遊戲之後。中間加此入種靜的遊戲。藉可變換興趣。

方法——全級生徒作一行面內圓陣。指定第一人立在圓陣的中央。爲測驗生。教師用手按瞞他的眼睛。開始令下。圓陣各生携手環行唱歌。在唱歌聲中教師用嘴暗示某生。叫他離去圓陣。躲藏在別的地方。歌畢圓陣各生互易位置。圓陣生拍掌一下。教師將按瞞測驗生眼睛的兩手去掉。叫測驗生指出誰人躲藏。同時教師口中起數「一二三四五……」的數目。測驗生如能在三十數以內指出躲藏的人爲優等記憶。躲藏人走出先向測驗生行一鞠躬禮。次行一握手禮。圓陣各生鼓掌一次。以表欽佩。在三十數至五十數間指出者爲中等。僅躲藏人向測驗生行一鞠躬禮而已。五十數至七十數間指出者平平。過七十數指出者。罰跑繞圓陣一週後。歸立圓陣的原位上。換第二人如法行之。倘若指錯。罰跑繞圓陣一週後。



仍須立在圓中。再做測驗生一次。

注意——躲藏人不必藏至遠處。使測驗生立在圓中瞧不見就好了。

## 【一一一】算盤

方法——假如全級生徒有三十人。作一行面內圓陣。令一至十報數。分作甲乙丙三個算盤。選出一人立在圓中爲計算員。教師用手按瞞計算員的雙目。開始令下。圓陣各生任意調換位置。教師下「停止」令。圓陣各生立定不動。教師將按瞞計算員眼睛的兩手去掉。隨問「三個算盤第五位上是三個什麼人。」計算員略爲籌算。即答出報「五」數的三個人。如果答的不錯。被答出的三個人罰跑繞圓陣外一週。再由計算員在三人中指定一人代替做計算員。如答錯一人者。被答出二人不罰跑。即由計算員在二人中指定一人代替。如答錯二人者。罰計算員跑繞圓陣外一週。完全答錯。或逾規定時間尙未答出一人者。罰例加倍。罰後仍做計算員。再行開始。

注意——(一)規定時間。由教師臨時視生徒之程度酌定。或口數五十數目。爲必須答出的時間。

(二)教師問計算員方法並不一定。宜隨時變化。譬如問「甲種算盤

一或問「甲三乙五丙七是那三個人」等。

## 【一二一】 閱令起跑

方法——全級生徒列成一排橫隊。或用體操時分隊列式。或作一行各生左右間隔三步至六步的面內圓陣。教師立在橫隊之前。(若圓陣排列。教師立在圓中。)令排頭始一至三報數。或一至四(五·六·七)報數。視生徒之程度。由教師臨時酌定用何種報數。演時教師下第一次令「各就各位——」。各生左脚踏出半步蹲下。兩手撐在地上。作徑賽起跑預備的姿勢。下第二次令「預備——」。各生右脚跟提起。臀部聳起。兩手撐直使肩部引向前傾。目注視前方三四尺之地點。下第三次令。教師任意擇定左列號令之中一種發出。

「跑」——全體向前跑出五六步。在末一步上兩臂向上舉。仿至終點姿勢。

「一」——報一數的人均跑向前五六步舉臂。其餘的人不動。

「二」——報二數的人跑出。餘皆不動。(如用一至四……報數。可依此類推。)

「停」——全體不動。

如有誤聽口令跑出者。或應跑不跑。不跑而跑出者。或遲遲而跑出者。各應受罰。罰例可先時公定。或罰跑繞隊外一週。聞第二次「各就各位」令。各生仍在原立所在作起跑預備姿勢。繼續再行。

注意——(一)場地狹小。可改跑為原地跑步。

(二)起跑姿勢不正確者。教師隨時矯正。

(三)此種遊戲為練習聽徑賽起跑時的發令。與跑到終點的格式。

## 【一二三】 猜中跑

方法——將全級生徒五分之三的人。攜手搭成一個大圓陣。其餘五分之一的人。在大圓陣中攜手搭成一個較小的圓陣。教師立在圓陣中心。令內外圓陣自第一人始報數。開始令下。全體唱歌。外圓陣攜手向右環行。內圓陣攜手向左環行。次各相換方向環行。歌畢立定。教師任意走至某生前說「外單。」說畢。內外圓陣仍自第一人始報數。報至教師對立的某生。及對某生後面的一人為止。設如某生後面的一人係屬單數。二人罰跑繞圓陣一週。

某生與後面的一人均屬單數。二人罰跑繞圓陣二週。倘若後面的一人屬雙數。某生雖屬單數。則無關係。猜中一人之數。二人罰跑繞圓陣一週。猜中二人之數。加倍罰跑。猜過後再行開始。

注意——(一)猜法有「外單」、「內單」、「外雙」、「內雙」、「外單內雙」、「內單外雙」六種。猜中與否的方法。可依上述類推。

(二)教師立對某生。如其背後為空位。應以右首一人頂替。

(三)立定如有移動一步者。罰跑繞圓陣二週。

## 【二四】雷雨投宿

方法——全體生徒等分爲甲乙兩組。甲組生爲旅客。較乙組多一人。排成一行縱隊。乙組生爲宿舍。排成一排橫隊。立在場中。一二報數。各將右手叉腰。一數生向後轉。二數生不動。變成一正立一反立的一排橫隊。開始令下。甲組生唱歌行進。向乙組環繞。同時乙組生口作「哄曬曬……」雷聲。教師視甲組繞過乙組三四匝時。吹吶笛一聲。乙組生高聲大呼「豁辣——」霹、一聲。甲組生聞聲速爭擇乙組生中任何一人攜手立定。內中必

有一人未曾爭着一人攜手者。立令退立一旁休息。同時乙組生中亦須減少一人。可令排尾在原位上席地休息。如斯繼續演習。逐次甲組退出一人。乙組一人席地休息。直到存下末一人能爭得攜手者。尊爲旅行健將。甲組演畢。兩組交換地位行一次。

注意——(一)未下「密辣」霹靂聲。旅客不得先行爭投宿舍。(即攜手。)

(二)在搶攜手時。如有爭執。二人都退出局外。

## 【一一五】投機份子

方法——用漏粉器在場上畫二步直徑的小圓圈若干個爲地位。(照一級人數少去一個。)列成水平線。圓與圓之距離須相等。在全級生徒中選定一人爲投機份子。其餘的人各佔立一個圓圈。開始令下。投機份子下令其餘的人「開步——走。」練習各種變排方法。在任何時間。投機份子先佔立一圓圈。然後令下「各歸地位。」其餘的人聞令速即奔回搶奪地位。無圓圈佔得之一人。罰跑全隊一匝。然後做下一次的投機份子。

注意——(一)各人須聽從投機份子的號令。在行進時態度須要自然。不可時刻返顧。戀聯地位。

- (二)各人搶奪地位舉動不可粗暴。倘有二人同進一圓圈。可用拇戰法解決誰人得到。
- (三)連做三次投機份子者。罰講故事。

## 【一一六】羣鴉爭巢(其一)

方法——在場之中間。劃大圓圈一個爲樹林。四角上各劃小圓圈三四個(至多占全級人數三分之二。)爲鴉巢。演時全級生徒聚在大圓圈內。各作鴉噪聲。俟動令發出。各向場之四角上跑去。每人奪據小圓圈一個。奪不到的人。罰跑繞大圓圈外三週。然後全體再聚在大圓圈內。重行開始。

注意——(一)二人同奪一小圓圈時。可用拇戰解決。

- (二)跑繞大圓圈須跑足一匝。

## 【一一七】羣鴉爭巢(其二)

方法——與羣鴉爭巢(其一)相同。惟在每人奪據小圓圈時。須聽教師叫笛次數而行。如吹笛一聲。一人立一小圈。吹笛二聲。二人合立一小圈。吹笛三聲。三人合立一小圈。倘有

得不到小圓圈的人。或不按照叫笛規定人數。立入小圓圈內者。各罰跑繞大圓圈外三匝。

## 【一一八】獨腳行進

方法——全級生徒排成一行縱隊。教師做排頭或選定一生做排頭。開始令下。排頭發令「右(左)腳前提起左(右)腳跳躍——走。」各生聞令將右(左)腳向前提起。跟隨排頭環行場內半週或一週。排頭再下「換腳跳——走」的口令。各生聞令換腳跳躍。再環行場內半週或一週。排頭下「二腳離地——」的口令。各生聞令迅速散開坐在地上。將兩腳舉起。或攀登柱子樹木或各種器械(如雙槓、單槓、平台、秋千架等。)上。如過五秒鐘時兩腳尚未離地者。罰向衆行一敬禮。然後下令「歸家——」。全體歸成原列。換一排頭。再行開始。

注意——(一)不照排頭的口令而動作者。罰跑繞全場一週。

(二)歸隊之令未下。兩腳不可放落地面。

(三)如用風琴奏進行曲以和之。則更饒興趣。(一)(二)(三)(四)四拍右足跳。(五)(六)

(七)(八)四拍左足跳。再改每足跳二拍。琴聲停。各生兩足離地。

(四)此種遊戲。行於冬季最爲相宜。然演習時間不宜過久。在單脚跳進時。宜間換便步走若干步。

## 【一一九】可憐貓

方法——全級生徒作一行面內圓陣。選定一人爲可憐貓。立在圓陣外。開始令下。各生攜手環行齊唱「可憐貓。可憐貓。……」數聲。再唱「你且跑進來」三聲。在原地踏脚由右旋一周。同時兩手向前招搖。旋向內盤腿坐在地上。可憐貓見各生坐下。便爬行走進圓陣內。任意踞在某人面前。先作貓叫三聲。次作各種引人發笑的聲音。相對可憐貓的人。即用手輕推可憐貓的頭。正容而呼「可憐貓……」三聲。畢時全體俱大笑。若相對可憐貓的人不笑。可憐貓祇可爬到別的人前。再照前法做一遍。直到誰對可憐貓發笑者。即由誰代替做可憐貓。設如可憐貓爬到第三個人前不能引笑。罰向全體行一鞠躬禮。然後請人代替。

注意——(一)對可憐貓的一人。手推可憐貓的頭而呼「可憐貓」三聲。全體均須大笑。如



有不笑者（除對可憐貓的一人外。）罰代替做可憐貓。  
（二）可憐貓向全體行過禮後。請人代替。被請者不得推却。

## 【1110】 僵腰曲背

方法——全級生徒作一行而內圓陣。教師或選一生爲領袖。立在排頭與排尾的中間。開始令下。領袖口呼「僵腰。」並將上體僵下作鞠躬狀。僵畢即立直。圓陣各生照領袖的姿勢演出。倘若領袖口呼「立直」而做僵腰姿勢。圓陣各生應立直不動。否則罰跑繞圓陣一週。然後繼續行之。

注意——此種遊戲。可仿照正反遊戲法演習。

## 【1111】 定風針

方法——全級生徒列成體操時分隊式的隊形。或一排橫隊。教師立在隊前。先說明方向。開始令下。教師說「北風起。」全體即轉向北方。倘若本來向北的。可不必轉動。教師說「東風起。」則各生轉向東。「西風起」轉向西。「大風起」自右旋轉一週。如有做錯者

罰跑繞隊外一週。

注意——此種遊戲。授高級生徒。可增加東北，東南，西北，西南等四個方向。

## 【一二三】 能說能做

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。教師令排頭始各依「左」「右」二字順次唱出。（法如一二報數。）輪唱至末一人仍由排頭繼續唱下。

第二次凡口唱「左」字的人。舉起左手。口唱「右」字的人。舉起右手。

第三次相反行之。即口唱「左」字舉起右手。口唱「右」字舉起左手。

注意——（一）唱字要清楚不可含糊。

（二）唱字要敏捷流利。

（三）與右鄰生唱字不可雷同。

（四）第二次演法。唱做須符合。

（五）第三次演法。唱做須相反。

（六）犯以上五條之一者。罰跑繞圓陣外一週。

## 【一二三四】 一動一靜

方法——一行面內圓陣。自排頭始一二報數。教師立在排頭與排尾之間。開始令下。教師口唱「一——二——三」後提起一脚。一數生立刻模倣行之。二數生靜立不動。如教師作全蹲姿勢。二數生模倣行之。一數生靜立不動。如法反復行之。

注意——(一)教師提起一脚爲一數生之動作。全蹲爲二數生之動作。兩不相犯。

(二)動作須要敏捷。

(三)犯右列二條之一者。罰跑繞圓陣外一圈。

(四)此種遊戲。可與縮小放大聯合演習。

(五)此種遊戲。可用相反法行之。在教師做動作之前。口唱「一——二——反(正)的」。如提起一脚。一數生做全蹲姿勢。二數生靜立不動。全蹲。二數生提起一脚。一數生靜立不動。

## 【一二三四】 有角無角

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。坐在地上。兩手握拳。食指伸直。放在兩膝上。教師或選定一人爲領袖。立在排頭與排尾的中間。開始令下。領袖說「角向上。」圓陣各生須將兩食指指向上。中央生說「角向下。」圓陣各生須將兩食指指向下。還復開始前的姿勢。領袖說「貓（狗。兔。馬……）角向上」時。圓陣各生食指不宜向上指。因爲貓（狗。兔。馬……）無角。凡領袖呼出的獸名有角的。照「向上」的說法去做。無角的一律須照「向下」說法去做。如有做錯者。罰他跑繞圓陣一週。然後再與領袖對調地位。繼續演習。

## 【一二五】 反復無常

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。教師立在排頭與排尾之中間。口唱「一——二——三——」後舉示兩手掌心向圓心。各生立刻仿照教師的手式做出。教師再將兩手翻來翻去。各生隨之而行。教師隨唱「一——二——三——」聲音延長。忽然間唱出「三」字。將手背旋停向圓心。各生亦是照樣做出。如有做錯者。罰跑繞圓陣一圈。重行開始。

注意——（一）手式做錯者。應自願認罰。不必等候教師指明。纔不失君子「知過必改」之

(二)跑繞圓陣須向右跑去。

(三)教師在做手式時。將「三」字改唱爲「正」字或「反」字。尤能增加興味。唱「正」字。各生與教師手式相同。若唱「反」字。則各生與教師的手式不相同。

## 【一二六】 正的反的

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。教師立在圓陣之中央。

(一)同時的——教師用一種姿勢。如拍手、蹲下、手叉腰、手叉頸，臂前伸，跳躍，舉臂，提腿，等……動作。並口說「正的」。「學生立刻照教師的式樣做出。假使教師口說「反的」。「學生均直立不動。(或者與教師所做的動作相反演出。)做錯者。罰跑繞圓陣一週。

(二)依次的——教師走至某生前。照(一)法命某生立即答出。錯者與教師對調地位。自始至終無一人答錯者。教師講諧談一種。

注意——(一)遲遲答者受罰。

(二)此種遊戲。最有趣味。方法甚多。教者可仿此變化。或參閱本編(一六一)正反遊戲

## 十九種。

### 【一二七】 軒輕板

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。一二報數。一數生向圓心走三四步向後轉。與二數生面對面立。變成二層面對圓陣。教師立在圓中拍掌一下。二數生拍掌一下直立不動。一數生急速蹲下。教師拍掌二下。一數生拍掌二下。同時立起二數生蹲下。如斯一二數生聞掌聲以定起蹲。一起一蹲。猶如二人在坐軒輕板樣。

注意——(一)動作遲鈍。——應蹲不蹲。——應起不起。——拍掌錯誤。  
(二)犯右列規則之一項者。罰跑繞圓陣一週。或立入圓陣中。集七八人。令裝作殘疾病人樣(如裝啞吧。扮貓面貓叫等。)跑一圈。然後加入遊戲。

### 【一二八】 手號

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。一二報數。教師立於排頭與排尾之間。舉隻手作掌。各生直立不動。若舉隻手作拳。各生迅速蹲下。舉雙手作掌。如在全體蹲下時。二數生

立起。舉雙手作拳。如在全體直立時。二數生蹲下。

注意——(一)餘與軒輕板同。

(二)此種遊戲。可與縮小放大聯合演習。

## 【一二九】 大小速答(其一)

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。各生左右之間隔。以兩臂肩前平屈爲度。演時教師立於圓陣中央。令第一人始。口唱「大。」兩臂平屈於肩前。兩手拇食二指伸直。仿做大圓圈的形狀。第二人不加思索。接唱「小。」兩手指接合在胸前。仿做小圓圈的形狀。第三人唱「大。」做大圓圈。與第一人同。第四人唱「小」做小圓圈。與第二人同。凡前者唱「大」做大。次者唱「小」做小。順次唱做。如有唱錯。(即與前者所唱相同。)或做錯者。(即與前者所做相同。)或遲遲出口。或舉動遲鈍者。皆當罰跑繞圓陣外一週。直到全體唱做滿三匝後。無一人錯誤者。再換別一種遊戲。

注意——(一)演手式須敏捷而有決斷。不可由小放大。由大縮小。

(二)唱大唱小。字音要清楚響亮。

## 【二三〇】大小速答(其二)

方法——與大小速答。(其一)略同。惟唱做相反。如口唱「大。」手應做小圓圈形。口唱「小。」手應做大圓圈形。口手不相同。同則受罰。

## 【二三一】大小速答(其三)

方法——全級生徒仍如大小速答(其一)排列法。教師用(其一)的唱做相同法。或用(其二)的唱做相反法。預先聲明。然後任意走至一人面前。做一手式。或口唱一「小」(「大」)字。令其從速演答。被問者見教師的手式。或所唱字音。即速以與教師不同者答演。如演答錯誤。罰跑繞圓陣外一週。教師待被罰者跑回本位。再示以一種手式。或唱一字。令其從速演答。錯者再罰跑一圈。不錯。另向他人提問。

## 【二三二】敲鑼鼓

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。各生兩足開立。演時教師立在圓陣中央。吹呌笛一



聲。第一人曰「東」——鼓聲一下。同時全蹲。兩手食指伸直。握拳仿擊鼓狀。等二人曰「狂」——「鑼聲」一下。同時上體向左側傾前。左臂斜上高舉。仿提鑼勢。右手握拳向左側擺動。仿敲鑼勢。第三人同第一人。第四人同第二人。前者擊鼓。後者敲鑼。依次如輪行。如有動作遲誤者。罰跑圓陣一週。直到全體輪行滿三次。而無一錯誤者。另換一種遊戲。

注意——聞教師吹叫笛二聲。鑼鼓各應敲二下。吹三聲。敲三下。多敲少敲均應受罰。

## 【三三】 正反遊戲十八種

說明——(一)教師發急短的口令。使學生一聽到。立刻就要依口令所指的動作表記出來。有時教師不用口令。吹一聲叫笛。演一個動作。學生聽見後。迅速模倣教師所示的動作。這是叫做「正的遊戲。」

(二)在口令之前。加上一「反」字。或者教師做一個「敲鑼」的動作。學生聽見。立刻與「敲鑼」相反的動作(擊鼓)表演出來。這是叫做「反的遊戲。」

(三)有時教師察得學生相反的動作。已演來純熟。也可以驟然變換「正的遊戲」方法來做

。「正的」「反的」互相應用。悉隨教者斟酌變化。

(四)演習的時候。隊形排列。是不據定的。橫隊，縱隊，圓陣，以及行進間各種隊形。都很合宜。不過這種遊戲在行進時間演習。必須先在停止時間演習過一二次纔妥當。

(五)行進時間演習。教師吹一聲叫笛。發一急短的口令。或者吹一聲叫笛。表示一個動作。學生聽見即刻就立定。表演出與教師相反的某種動作。下「開步——走」令。或再吹一聲叫笛。學生仍然繼續行步。

(六)教師在行進時間發令演式。應立在隊伍的前側。使全體學生容易看得見的地方。最好立在台上。演習這種遊戲。教師應訓練學生。人人當以「君子」自勵。凡是動作遲鈍。演式錯誤者。宜具自罰自的美德。不必一定要指明後纔肯認罰。

(七)動作遲鈍。演式錯誤的學生。倘不知自己認罰。教師即大聲發一「碰——」令。猶如槍彈射擊到遲誤者身上。那時他再不肯承認自罰。他的「君子性」是搶斃了。用這種說法。做錯的學生無有不盡願自己認罰的。

(八)左列十八種遊戲。先分一種一種的演習。至後可以逐漸連合數種演習。

### (1) 小船避風

(甲)口令法——教師將方法對學生說明。

你們(指學生)每人是條小船。我(教師自指)是天文台。小船必須聽從天文台上發出的報告。以定行止。左列的口令。就是報告。

口令：

「無風——。」

「一船——。」

「二船——。」

「三船——。」

「四船——。」

「五船——。」

「風息——。」

你們聽得我下「一船——」或「無風——」的口令。各人就在本位上立正。

「二船——。」的口令。每兩個人將兩手互加在相對的人肩上。

「三船——。」。三個人結合為一組。各用手抱住鄰者的背部。

「四船——」。四個人集在一處。兩手互加在鄰者的肩上。組成一個圓陣。

「五船——」。五個人集在一處。兩手互加在鄰者的肩上。組成一個圓陣。

「風息——」。令出各組解散。各人迅速跑歸原立地位上。倘有人在三秒鐘以內。不能依

所示的報告去做。颶風一起。（即教師口作「呼——呼——呼——風聲。」那麼這幾條小

船必遭颶風吹沉。徘徊和組織不合符的人。應當速認自罰。天文台報告「無風——」。

「一船——」。如各小船誤會。擅自離本位組合。都作犯規論應罰。罰法行一舉手禮。高

聲呼誦「我誓願隨時隨地扶助他人」一句。以下各種遊戲罰法都是這樣。

（乙）叫笛法——叫笛吹一急短聲。爲「一船」和「風息」的報告。叫笛吹二（三）（四）（五）聲

。爲一（二）（三）（四）（五）船「組合的號令。方法與前相同。

（丙）手示法——教師吹叫笛一聲。豎一指上舉。爲「一船」和「無風」「風息」的報告。其餘

如伸二指三指四指五指。都可以類推的。

## （2）指手話脚

（甲）口令法——教師下左列的各種口令。學生應迅速將口令所指的動作表演。如發令後過

一秒鐘時。有不能將姿勢演出。或所演的姿勢錯誤等的人。不必待教師發碰「——」。

的口令。應自認罰。

口令——動作……

「正——手。」兩臂向前舉起。

「正——足。」拍手踏足

「反——手。」與「正足」口令的動作同。

「反——足。」與「正手」口令的動作同。

乙)模倣法——教師兩臂向前舉起。學生迅速就模倣兩臂向前舉起。教師拍手踏足。學生也模倣拍手踏足。教師做拍手踏足的動作前。加上「正——」的口令。學生仍舊模倣教師做的動作。加上「反——」的口令。學生迅速變換與教師做的動作相反的演出。

(丙)叫笛與示式法——「正的方法。教師吹叫笛一聲。兩臂向前舉。學生也兩臂前舉。教師拍手踏足。學生也拍手踏足。」

「反的方法。教師吹笛一聲。兩臂前舉。學生拍手踏足。教師拍手踏足。學生兩臂向前舉。有動作遲誤的人。教師再發「碰——」的口令。

### (3) 敲鑼擊鼓

(甲)(乙)(丙)三種方法與前一種同。不過口令與動作不同。

口令——動作：

「正——鑼。」上體略向前傾。兩足分開膝略屈。右臂斜上高舉。作提鑼勢。左手握拳向左右擺動。作敲鑼狀。口作「狂——狂——狂——鑼聲。」

「正——兩鼓。」腿開立蹲下。兩手握拳。食指伸直。作擊鼓狀。口作「東——東——東——東。」

「反——鑼。」與「正鼓」口令的動作同。

「反——鼓。」與「正鑼」口令的動作同。

### (4) 耳朵鼻子

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

口令——動作：

「正——鼻。」學生口唱「鼻子」二字。一手按在鼻上。

「正——耳。」學生口唱「耳朵」二字。兩臂屈在肩上。兩手執住兩耳。

「反——鼻。」學生口唱「鼻子」二字。兩手執住鼻耳。  
「反——耳。」學生口唱「耳朵」二字。一手按於兩上。

(5) 大小速答

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

口令——動作：

「正——大。」學生口唱「大」字。兩臂肩前平屈。兩手拇食二指伸直。作大圓圈形。

「正——小。」學生口唱「小」字。兩手拇食指相接合於胸前。作小圓圈形。

「反——大。」學生口唱「大」字。兩手作小圓圈形。

「反——小。」學生口唱「小」字。兩手作大圓圈形。

(6) 前進後退

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

口令——動作：

「正——進。」學生口唱「進」字。向前行進。

「正」——退。〔學生口唱〕退「字。向後退步。

「反」——進。〔學生口唱〕進「字。向後退步。

「反」——退。〔學生口唱〕退「字。向前行進。

(7) 做鷹作兔

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

口令——動作：

「正(飛)」——鷹。〔學生口唱〕飛「(鷹)」字。兩臂向左右振動。作張翼狀。兩踵提起放下。

「正(跑)」——兔。〔學生口唱〕跑「(兔)」字。右脚退後半步。蹲下兩手撐地。作徑賽起跑式。

「反(飛)」——鷹。〔學生口唱〕飛「(鷹)」字。蹲下作起跑式。

「反(跑)」——兔。〔學生口唱〕跑「(兔)」字。兩臂左右振動。作張翼狀。

(8) 拍手蹲下

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。



口令

動作：

「正——拍。」兩手在胸前拍手。

「正——蹲。」兩手組於背後。兩腿蹲下。

「反——拍。」與「正蹲」口令的動作同。

「反——蹲。」與「正拍」口令的動作同。

(9) 風吹避雨

(甲)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

口令

動作：

「正——風。」學生口作「呼——呼——」風聲。

「正——雨。」兩臂抱頭頂。作定位跑步。

「反——風。」與「正雨」口令的動作同。

「反——雨。」與「正風」口令的動作同。

(10) 指鹿爲馬

(由)(乙)(丙)三種方法與指手話脚相同。不過口令與動作不同。

「正」——鹿。「兩手十指張開。脉部貼於頭頂。作鹿角狀。

「正」——馬。「兩足向左右跳開屈膝。兩手握拳臂向前下伸。兩足跟先起後落。上體向上聳下蹲。作騎馬馳騁狀。

「反」——鹿。「與「正馬」口令的動作同。

「反」——馬。「與「正鹿」口令的動作同。

(11) 舉臂提腿

(甲) 模做法——教師左(右)臂向上舉。學生也左(右)臂向上舉。教師左(右)腿屈膝提起。學生也左(右)腿屈膝提起。

教師演左(右)臂向上舉的動作前。加上「正」——的口令。學生仍然模倣左(右)臂向上舉。加上「反」——的口令。學生迅速變換與教師相反的動作。左(右)腿屈膝提起。

(乙) 叫笛與示式法「正的」方法——教師吹叫笛一聲。演左(右)臂向上舉的動作。或左(右)腿屈膝提起的動作。學生立刻就模倣教師所演的動作。

「反的」方法——教師吹叫笛一聲。演左(右)臂上舉。學生相反演提起左(右)腿。教

師提起左(右)腿。學生舉起左(右)臂。

(12) 伸拳跳躍

(甲)(乙)二種方法。與前一種同。不過所演的動作不同。

動作：

兩拳向上伸。

兩足向上跳。

(13) 地雷爆裂

全體學生列隊的四週。以漏粉器畫一大方形約二三十碼見方。或畫二三十碼直徑的大圓圈。在此方形或圓圈之內。爲地雷區域。教師乘學生不注意的時候。發大聲「哄——」。學生聞第一聲「哄——」。急速逃出地雷區域的外面。倘使有久在教師第二聲「哄——」發出。尙未逃出地雷區域。應立在圈內自罰行舉手禮。吹笛一聲。各生奔歸原立地位。

(14) 老虎來了

教師乘學生不注意的時候。疾呼「老虎來了——」。學生聞聲。速向就近處躲避。躲避的

法則。要使全身離地。或就鐵槓平台懸垂。或攀住窗檻。攀登立竹與樹上等。如有人過三秒鐘時。尙未離地。教師作虎嘯一聲時。那人應速自認罰行舉手禮。否則作爲已被虎咬死。

(15) 落海遇救

演這種遊戲。最好在授輕器械操的時候。教師與學生略作短時間的談話。然後令學生各將手中器械置於側方地上。教授徒手操的時候。可將頭下操帽脫在地上。代作器械。先複習在前各種的遊戲。在學生不防備的時候。教師大聲疾呼「落海——」。突至某生前奪取器械一二件。各生聞聲迅速爭取器械若干件。未得者。作爲落海未得遇救。應自罰行舉手禮。或繞本隊四周跑一圈。口令「放在地上。」各生將器械放在原處地上。不依令行者罰。

(16) 表明意志

口令——動作：

「錦上添花——」。各生兩手掌心向前。小指豎起。餘指握拳。臂前舉。頭微向左右搖動。

「雪中送炭——」。各生兩臂屈於胸旁。手指輕拍胸膛數下。足跟提起。

「錦上添花——」。各生立正不動。口張開。作「哈哈」聲。意指教師唱誤。

「雪中添花——」同。

右列口令發出。各生應照口令所指的動作。從速演出。

(17) 寒來暑往

教師將左列一種口令發出。學生應速將口令所指的動作演出。這種遊戲亦可以依前之指手話腳的(甲)(乙)(丙)三種方法演習的。

口令——動作：

「寒來——」各生兩臂相組於胸前。足開立。屈膝以足尖點地踏足。作寒慄態度。

「暑來——」各生兩手十指張開。兩臂平屈。擺動小臂。作搖扇狀。

「寒來暑往——」與「寒來」同。

「暑來寒往——」與「暑來」同。

(18) 網球足球

口令——動作：

「拍(正)網球——」各生右足向後半步。左臂向前舉。手指張開。作拋球向上勢。

握右 拳置於肩上。作執球拍勢。做做網球發球式。

「踢(正)足球——」各生左足向前一步。右足向前作踢球勢。

「踢網球——」各生立正不動。

「拍足球——」同。

「反網球——」各生做做踢足球的動作。

「反足球——」各生做做拍網球的動作。

教師下右列各種口令。學生立刻將口令所指的動作演出。

### 【一三四】 體態展覽會

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。左右距離約一步。教師或另選一人立在圓陣中央爲會長。圓陣各生爲展覽標本。開始令下。會長報告「開——會。」各生聞「會」字。各演一種姿勢。如有同樣姿勢的人。罰跑繞圓陣一週。會長再報告「閉——會。」各生還復原狀。如法反復行之。

注意——(一)「會」字發出。姿勢尚在猶疑不決者。應罰。

(二)表演姿勢。非到報告「閉——會。」不可變動。

(三)罰跑圈數。或改施別種罰例。可由教者臨時酌定。

(四)會長每人輪值一次。

## 【一三五】單雙注意

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。自排頭始一二報數。以定單雙。凡報雙數者均將帽反戴。或竟不戴帽。報單數者戴帽。以便易於辨別。開始時各生同時一齊唱歌。教師在無論何時吹叫一聲。各生聞叫笛聲立刻停止唱歌。並速辦停止之數為單為雙。倘屬單數。則單數者均應蹲下。雙數直立不動。如停在雙數時。相反行之。設有應蹲不蹲。不應蹲而蹲者。罰跑繞圓陣外一週。

注意——(一)教師吹叫停止唱數。如屬於一三五七九……數時。單數生蹲下。二四六八十……數時。雙數生蹲下。

(二)蹲下要敏捷。

(三)唱數聲音要整齊。要響亮。

## 【一三六】 指導員

方法——全級生徒列成一行縱隊。第一人爲指導員。開始令下。指導員口喊「開步——走。」全體生徒隨指導員行進。並模倣指導員之舉動。例如指導員在前繞場四周行進。或環成圓陣。跳過障礙物。或爬行。或翻筋斗。以及各種機巧動作等。隨指導員後面的人均須模倣。如有不模倣或動作遲鈍的人。指導員當即高聲警告「某人不要偷懶。」二三分鐘後指導員無動作可指導。即呼「立——定」之口號。全體立定。指導員退立在排尾之後。換第二人爲指導員再行開始。

注意——(一)每一指導員指導動作。不宜重複。

(二)每一指導員。至少須指導十個動作。

(三)指導員指導動作。如能按運動順序。及有新穎合於生理的動作。教師應以言語獎勵。

(四)此種遊戲。寒天行之最爲適宜。

## 【一三七】 電燈廠



方法——全級生徒走成一行面內圓陣。教師爲電燈廠總機關。立在圓陣外面。圓陣各生爲市上燈桿。手臂爲電線。教師隨意立入二人之中間。用右（左）手置於右（左）邊人之左（右）（右）肩上。口唱「時間已到。大放光明。」八字。右（左）邊人迅速舉右（左）手置於右（左）邊人之左（右）肩上。不待教師八字唱完。已連接至教師之左（右）肩上。則市上接電迅速。教師走出圓外重行開始。如教師八字唱完。尙未接至教師之左（右）肩上。視被何人所遲誤者。即罰其跑繞圓陣一週。然後與教師對調。

注意——（一）爲市上電桿者。手置於側者之肩上。應自肩被人置上後。方可舉臂。不可預接與間接。

（二）被置肩方之手。不可舉動。如犯應罰。

## 【一三八】 上瀋陽

方法——全級生徒作一列面內圓陣。教師立於圓陣中央。開始時教師口叫「我要到瀋陽去買把剪刀。」說罷。兩手食指與中指作剪刀剪物狀。於是各生皆模倣教師所做之姿勢。教師再說「我要到瀋陽去買把扇子。」說畢。搖手作搖扇狀。但中指與食指仍作剪刀相剪不

停。教師再說「我要到瀋陽去買張搖椅。」說時將身向後搖動。作坐搖椅狀。惟剪刀扇子的動作。仍不宜停頓。如斯繼續行之。歷時稍久。下令「出發——」。各生聞令向四處散開。及聞「歸家——」令。各生歸立本位。仍演其動作。如有錯誤者。罰行一鞠躬禮。

注意——觀察生徒之程度。而增減其動作之數目。演一動作後。觀察一次。有無錯誤者。

## 【一三九】 參觀醫院

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。各生之脚下各做一記號。教師為醫生。選定一人或數人。（至多不得出四人。）為參觀人。與醫生（教師）同立在圓陣之中心。假定一號二號三號病房三間。（病房間數無限制。視學生之程度增減之。）每號病房病態有二種或三種。（隨教者臨時酌定。）假定每號病房有三種病態。舉例如左。

一號病房。——牙痛。——頭。——肚痛。

二號病房。——眼痛。——脚。——嘔吐。

三號病房。——耳痛。——肩膀受傷。——跛脚。

病態之表演如左。

牙痛。(用舌尖由內攻起左頰部。或右頰部。)

頭痛。(兩手抱頭。)

肚痛。(全蹲。口作呼聲。)

眼痛。(閉合左眼或右眼。)

脚痛。(屈一膝提起。兩手抱住。)

嘔吐。(上體前彎。口作嘔吐聲。)

耳痛。(一手按住耳朵。)

肩膀受傷。(左(右)手按於右(左)肩上。)

跛脚。(作起一足。在原地作跛行狀。)

教師將每號病房之病態及表演。向學生詳細講述。教師令下「病愈出院。」各生聞聲向操場之四處散開。教師拍掌數下。各生立刻奔歸原位。教師見各生已就本位。即指圓中人介紹道「這一、幾位要參觀本醫院。」說畢。再拍掌一下。疾說「開——」號病房。「各生立刻。表演一號病房中之三種病態。同時參觀人與醫生。查察有無將病態表演錯誤者。」

或遲疑模倣他人者。若有之。指爲假病人。令其背向圓心。當由醫生（教師）指囑某參觀人將某假病人驅逐出醫院。該假病人迅速脫離本位。向圓陣外順手跑繞二圈或三圈。（預先規定。）某參觀人見假病人情虛逃走。隨後追捕。捕獲兩相對調。捉不着走入圓陣。如前法重行開始。

注意——（一）表演病態動作。須要敏捷。

（二）參觀人追捉假病人。須待假病人喊過「一二——三」離開本位後。方可向前追捉。或在發足前。先跨出三步。

（三）無論逃者與追者。須由順手跑繞圓陣。（即對排頭之方向。）

（四）此種遊戲教授小學生。刪去追逐一節。假病人即與參觀人對調行之。病態宜改爲二種。病房減存二間或三間。

## 【一四〇】 幫搬家

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。教師立在圓陣中間爲中央生。開始時教師說。「我有一個朋友。姓三橫一豎的王。他家裏搬家。（即遷居）。」我去幫他搬了一隻椅子。

口說手做。說畢。任意走至某生面前。令其接續演講。某生應照教師所說多加說一件東西。說「我有一個朋友。姓三橫一豎的王。他家裏搬家。我去帮他搬了一隻椅子。一座衣架。」並演手式。說畢。某生之右鄰。隨即接續演講。說的時候更比前者所說多加上一件東西。順次繼續演講。如有人不能說出多搬一件東西者。或脫落一件東西者。應罰跑繞圓陣一圈。再立出圓陣之外爲旁觀。

注意——(一)出言須響亮。使全體聽聞。

(二)演講所搬之東西。不可重複。

(三)所講的東西。應加以手式表演。

(四)滿有五人立出圓外時。作爲一局終了。第二局開始。換學生爲中央生。

(五)講詞可由各生杜撰。如繪圖畫。種花樹。遊動物院等。

#### 繪圖畫講詞

「星期六晚上。我沒有事做。拿了一張白紙。鋪在書桌上。畫一個人。」「畫一輛車。

」「畫一株樹。」「……」

#### 種花樹講詞

「植樹節那一天。在我家花園裏。」種一株玫瑰花。「種一株白蘭花。」種一株百合花。」「……………」

### 遊動物院講詞

「昨天我的哥哥。發起遊玩動物院。我和姊姊妹妹弟弟大家都贊成。攜手走到了院裏。」「看見一匹花條馬。」「看見一隻駱駝。」「看見一隻山貓。」「……………」

## 【四】 搶奏樂器

方法——一行橫隊。兩端生前走進成面內圓陣。平分全級學生爲甲乙丙丁四組。每組以中間之一人爲準。退後看齊。四組變爲方陣。組與組距離須有二三步。以便認別。

假定樂器五種。舉例如左。

(一) 鑼。——兩足開立。曲右膝。轉體向右。右手作提鑼勢。左手作敲鑼勢。口作「狂狂——狂」敲鑼聲。

(二) 鼓。——兩足開立蹲下。兩手食指伸直。作擊鼓勢。口作「鑿——鑿」敲鼓聲。

(三) 鑊鈸。——立正。兩手在胸前拍掌。口作「趣——趣——趣——趣」鑊鈸聲。

(四)喇叭。——立正。體微向左側屈。兩手握空拳。右拳向前上斜舉。左拳孔貼近口邊。口作「嗚」——嗚——吹喇叭聲。

(五)胡琴。——兩膝屈。左脚提起擱於右腿上。作蹠起一足之坐勢。左手作持胡琴勢。右手握琴弓勢。口作「工六——工六——工六——」之聲。」指定甲組敲鑼。乙組敲鼓。丙組敲鐃鈸。丁組吹喇叭。教師爲主組拉胡琴。開起令下。各組將指定之樂器表演。教師立於甲丁兩組之間演拉胡琴。視察各組奏樂器。有無貪懶停奏。及誤奏之人。教師任意換奏某組之樂器。該組即代奏教師之樂器。五組各奏一種樂器。各不相同。倘有換奏不敏捷。與他組之樂器相衝突者。全組罰跑圓陣一圈。

注意——(一)自開始令下。各組演奏樂器。須繼續不停。

(二)每組演奏之樂器不得雷同。換奏時。如不敏捷。與教師或與他組所奏樂器有衝突者。應受罰。

(三)譬如教師奪甲組之敲鑼。甲組即速改爲拉胡琴。再教師奪乙組之敲鼓。則乙組應改敲鑼。他組演奏不變。餘均倣此而行。

(三)五組輪流行之亦可。

## 【一四二】唱三速答

方法——全級生徒走成一列面內圓陣。令各生報數。隨意舉一臂向前。另選一生爲中央生。執手帕任意鞭擊某者伸出之手。同時隨呼一某數。被呼之人。迅速口唱「一——二——三」三字。唱畢。答出被擊者之手屬於何數。所答不合。或呼過三字後遲疑不能答出者。中央生即用手中鞭擊其臀部。被鞭人爲逃者迅速向圓外跑繞一週。與中央生兩相對調。如所答不誤。中央生向之行一敬禮。連問三次無答錯者。罰中央生跑一圈。

注意——(一)唱過三數。尙未答出。中央生即行追逐。

(二)鞭時不可擊頭部及要害部位。

(三)逃者離本位繞跑圓陣。中央生即可追逐鞭擊。

(四)逃者須由本位上逃出。由本位上逃入圓陣與中央生對調。

## 【一四三】人琴

方法——全級生徒走成一行面內圓陣。教師立於圓陣之中央。圓陣作爲風琴。教師爲琴師



。令學生一至七報數。每七人爲「斗」「來」「米」「法」「收」「拉」「西」七音鍵一組。每一音鍵。規定姿勢如左。

「斗」兩臂上舉。全蹲。

「來」兩手相組於胸前。左足後伸全蹲。

「米」兩臂肩上屈。全蹲。

「法」右臂半向上屈。左臂肩前平屈。全蹲。

「收」左臂上舉。右臂前舉。全蹲。

「拉」兩手又在兩膝蓋上。全蹲。

「西」頭前屈。兩手脈腕彎屈。手指向下。臂向前舉。全蹲。

琴師兩手作按琴姿勢。口唱某音。該音鍵開聲即將規定姿勢演唱。譬如教師唱「斗」或唱「一」。每組之一數生爲「斗」音鍵。隨即兩臂上舉全蹲。口唱「斗」。餘此類推。琴師視察音鍵有無錯誤。無則續唱一音。音鍵不靈動。即姿勢不敏捷。該音鍵作爲損壞。須由琴師修理之。其修理方法。該音鍵伸出兩掌。給琴師用手爪搔動。至發出笑聲爲止。不笑則跑

繞圓陣一週。

注意——(一)音鍵發音宜清楚。動作須敏捷。

(二)發音錯誤。罰跑一週。

## 【一四四】摸田螺

方法——全級生徒作一行面內圓陣。一生爲中央生。立於圓陣爲漁夫。其餘圓陣各生

兩手均置於背後。左右肩膀靠緊。圓陣生手握石塊一爲田螺。開始令發出。圓陣生將石塊在背後住來傳遞。即無石塊者。亦當假作傳授。以引誘中央生來摸取。中央生視察石塊所傳之方向。由各人之肩上升手向各人背後奪。如能捉住石塊。即與石塊最後脫手之一人相對調。如法再行開始。

注意——(一)石塊傳遞不慎。跌落地上。過在最後脫手者。應罰與中央生對調。

(二)中央生前來摸奪石塊。圓陣生不得以身障礙。中央生亦不得將身壓住圓陣生。強攫石塊。

(三)圓陣生兩足開立之地位。不致。

## 【一四五】縱隊螺旋

方法——全級生徒排成一排橫隊。向右轉變成一行縱隊。教師做排頭。各將兩手放在前一人人的肩上。開始時各生唱歌行進。自排 各依次半面向左轉前進。環成圓陣。然後排頭沿排尾之內側。依螺旋線前進。走至圓陣中心。各生即在原地踏脚。待歌畢立定。再行唱歌踏脚。由排頭始依次二次右轉灣。靠近外層人的左邊。徐徐的依螺旋線走出。

注意——(一)走成螺旋時。外層人與內層人相距須有第二步之闊。留此地位。以便走出。

(二)每次換一人做排頭。

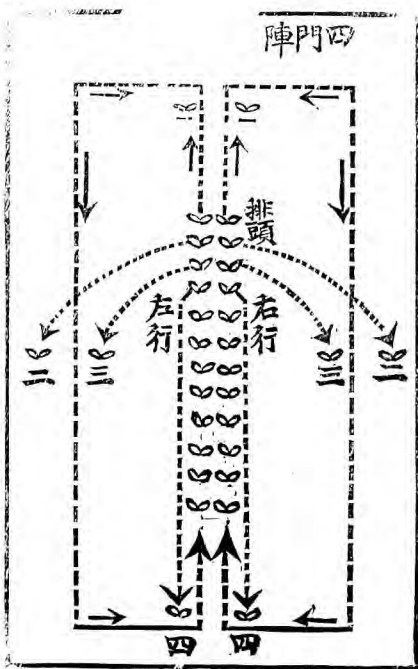
(三)排頭走入中心。或令全體向後轉。由排尾始照直線前進。走成一行縱隊。

## 【一四六】 四門陣

方法——全級生徒列成兩排橫隊。

報數後。向右轉變成兩行縱隊。排

頭二人內手携住高舉作門。右行(即後排)二三數二人立在右行之右側。左行(即前排)二



三數二人立在左行之左側。各作一門。（如圖。）第四二人立在排尾背後作門。演時每行縱隊各生兩手放在前一人肩上唱歌前進。由排頭二人之門下穿過。左右二列各生依次分開。轉向左右。再折向左右二門下穿過前進。再依次轉向左右併成兩行。穿過排尾之門下。而歸原處踏脚。歌畢立定。凡作門的人。待末一對穿過即隨後行進。

方法——每演一次調換八人做門。直至各人輪着爲畢。

## 【一四七】 隧道

方法——全級生徒排成兩行縱隊向左右轉。變成兩排面對面立的橫隊。各人與相對者做成一對。兩手携住舉起作門。中間留出二步的地位爲隧道。開始令下。末一對的門放開。携手前進。從各對門下穿過。走至第一對旁做新第一對。將兩手舉起作門。同時末二對末三對……依次跟隨後一對之後穿過各門。輪流做新第一對一次。直到各對還復原列隊形爲止。

注意——（一）第二次演時。可由第一對始向末一對方向行之。

（二）兩手携住高舉作門。非輪到前進穿門時。不可放下。

(三)如人多場小。直進而無餘地。不妨轉灣行之。

## 【一四八】風車

方法——將全級生徒三分之二的人。攜手搭成一個大圓陣。其餘三分之一的人在大圓陣中。攜手搭成一個小圓陣。合成一個雙層不相等的圓陣。演時全體唱歌。外圓陣各生携手向  
右環行進。內圓陣各生携手向左環行進。一順一逆。唱第二次歌時。內外圓陣各換相反方向環行。

注意——(一)環行時步伐要注意。如有人將前一人鞋子踏脫。不論誰是誰非。均罰繞圓陣一週。如有人攜手脫開者亦然。

(二)複習時令各生攜手高舉環行。

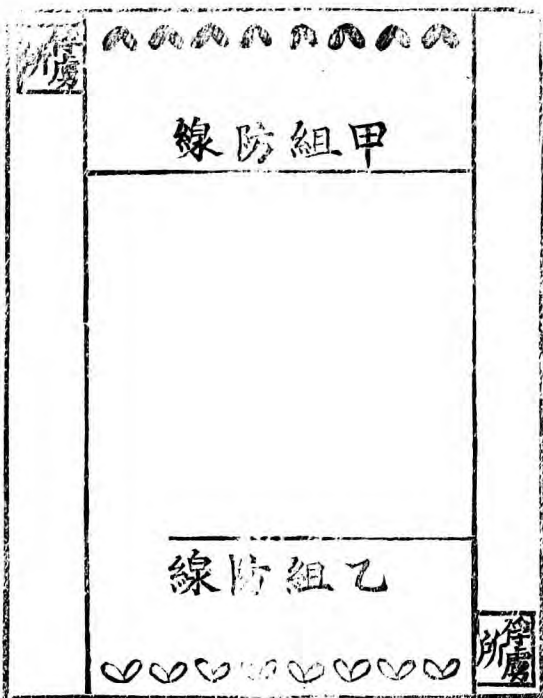
(三)歌曲擇生徒之純熟者。

## 【一四九】搶防線

方法——先以漏粉器在場上畫如圖式之粉線。再將全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一排橫

隊。立於防線後五六步之地。指定一組爲攻。一組爲守。開始令下。攻組之第一人與守組之第一人同時前進。至場之中央攻者仍向前走。守者則遙爲阻礙攻者進行之路線。若守者不能阻敵。而被攻者逃過。直至守組之防線上。則攻者獲勝。守者亦可搶劫防禦攻者。直達攻組防線上。倘能先攻者而得敵防線仍爲勝利。勝者驅負者入本組之俘虜所。穿兩組各出第二人如法行之。順次演習。畢時以何組所得俘虜較多者爲全勝。

防線搶



注意——(一)演時務宜機敏。不可互相對立。或左衝右避。守方固宜竭盡防禦之力。然攻

方故出奇計。使敵方防不勝防。於是出其不意。便可直達敵方防線。

(二)如欲縮短時間。可令雙方每次各出三四人。

## 【一五〇】 獵狐

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩組疊排而立。(即各人面向同一方向。)

(一)兩組相間距離約五步。每組各人左右須有一步以上的距離。預備給獵戶與狐狸可以跑過。先指定甲組爲狐狸。乙組排頭爲獵戶。動令一下。做狐狸的即在本組各人的中間。曲折如駝行狀向前跑。及穿過本組排尾處。再跑到對組(即獵人的一組。)

(二)從排尾始。曲折如駝行狀穿到對組排頭處。同時獵戶循狐狸所跑的路線。追捕狐狸。設如狐狸能跑到對組排頭處。而未曾被獵戶捕住。作爲脫險。即立在本組排尾旁爲排尾。另由本組之第二人代替做狐狸。倘狐狸被獵戶捕獲。應與獵人互換地位。即第二次做獵戶輪值狐狸組的第二人。依次而行。

注意——(一)狐狸不必一定由各人的中間一一的穿過。不妨越過數人。再由他處穿入。惟獵人則應循狐狸所跑的路線而進。如有跑錯路線。須要跑回原處。重行循跑。

(二)在獵人追捕狐狸時。兩組人員。不得有一人行動。如有暗助或礙妨之舉動發現。即指

定該組失敗。

## 【一五一】 捉大將

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。各設大將一人。右臂上繞以手帕作爲標記。餘者爲兵士。頭上戴帽。每組分防禦與攻擊二小隊。防禦隊環繞在大將之左右保護之。攻擊隊進攻敵組。奪取敵組大將臂上之手帕。或互相搶奪頭上之帽。如帽被敵奪去。即失其攻擊防禦之資格爲俘虜。初時可專奪敵兵之帽。等候敵兵勢力全衰。然後以全力奪取大將臂上之手帕。若大將臂上手帕失去即爲失敗。

注意——(一)各人之帽作一記號。以便辨認。

- (二)搶奪敵帽。宜用智取。勿仗武力。恐損傷肢體。
- (三)帽子失去者。即應聽從敵命。

## 【一五二】 遭遇戰

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。每人頭上戴帽一頂。各作一排橫隊兩相對立。其間相



距約三四十步。開始令下。各向中央前進。彼此相遇互相衝突。各注意頭上所戴之帽。爲奪取敵帽。凡失帽者即失戰爭之權。應退立原位蹲踞。不得直立。勝者既奪得敵帽。更可再奪其他各敵人之帽。惟動作時亟須注意自己頭上之帽。若己帽被人奪去。則並前所奪得之敵帽。亦爲奪去己帽者所有。至適當時間。教師可發令停止。將兩組奪得之帽。兩相比較。多者爲勝。

注意——(一)各人之帽須先做一記號。俾便辨認。

(二)衝突時勿專尙武力。致損壞衣服或傷及肢體。

(三)每人須認定一人而奪帽。勿二三人同奪一人。

## 【二五三】 試騎劣馬

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。一組爲劣馬。一組爲騎手。教師背靠牆壁立着。劣馬組的第一人將兩手握住教師之兩手。偃腰立着。第二人以手撐在第一人的腰上。也偃腰立着。第三人第四人等如法依次接連前者偃腰成立一行縱隊。騎手立在每騎劣馬之側方五六步處。動令一下。騎手從側面跑向劣馬。每人躍乘一馬。做劣馬的待騎手躍乘背上時。設

法擡下。惟不可把身體立直。或兩手離去前者腰上。倘騎手騎上馬背後有一脚踏地者。爲劣馬的獲一分。至適當時間下令停止。然後兩組互易地位行之。停止後以何組得分較多者爲勝。

注意——(一)做馬的。後者不能幫助前者擡下騎手。

(二)騎手躍乘馬背。忌用猛勁。

## 【一五四】 跳馬比賽

方法——等分全級生徒爲若干組。每組列成一行縱隊。隊前各劃一起點線。在越起點線前每七八步之地各劃一短線。(短線之多寡。視每組人數之多寡而定之。)動令一下。各組之第一人從起點線跑到第一短線上。兩脚開立。上體前彎。兩手撐在兩膝蓋上。頭前俯背部向上爲馬。第二人待第一人跑過二三步時。隨即跑出。跑至第一人處。用手按在第一人的肩上。跨躍越過。再跑到第二短線上如第一人法做馬。第三人如第二人法跳過第一第二兩人的肩背。到第三短線上做馬。其餘的人依次向前。一一的跨躍越過前者之肩背。到空位短線上做馬。直輪到末一人跳過最後一人。唱一「完」字。即跑到末一短線上做馬。第

一人開末一人唱「完」字即立起跑向前。從本組各人之肩背上一一的跨躍跳過後。跑回起點線內。其餘的人順次如第一人法跟隨前一人（做馬時的後一人。）一一的跳過以前各人之肩背。跑歸起點線。視何組先回到起點線內復成原列者為勝。

注意——（一）做馬的膝部須要伸直。如有蹲下幫助後人便於跳越者。作為犯規。

（二）不到短線上不可做馬。

（三）繞越一馬。即作為失敗論。

## 【一五五】 火車站長

方法——等分全級生徒為甲乙丙丁……數組。每組排成一行縱隊。各選出一人為站長。動令發出。各組生為火車。由排頭為火車頭。領導成一行前進。其餘的人緊緊跟隨其後。走快走慢曲折奔走。惟從排頭而行。教師視生徒走來正是興高采烈之際。鳴笛一聲。各組生迅速向前拉住前一人之腰帶。倘不及拉住。被站長拍着。兩相對調。若拍不着。繼續開始。

注意——（一）各組生未聞叫笛前。不准預先拉住前者的腰帶。

(二)站長滿三次鳴笛。不能捉到一人。罰向衆行一敬禮。

## 【一五六】 飛鳥求食

方法——平分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。左右平分立在場之此端。每隊之前各畫二步直徑的圓圈一個。教師發出動令後。口數一百個數目。甲乙兩組一聞動令發出。各自散開。向操場之四處拾取磚礫石塊。堆積在本隊前圓圈內。待教師百數數完。隨即在原處整隊。聽候教師評定優劣。教師數完百數。先視察何組整隊敏捷整齊。次比較拾得磚礫石塊多者之一組指爲優勝。

注意——(一)操場上如有磚礫石塊。最宜演習此種遊戲。

(二)演習次數。宜視場上磚石之多寡而定。

## 【一五七】 追着你

方法——全級生徒等分爲甲乙丙三組。或甲乙丙丁四組。依組次排成一行縱隊。然後走成一行圓陣。面均向外立。動令發出。各組之第一人向左繞圓陣疾跑一週。跑歸本組。輕拍

第二人肩一下。第二人被拍如第一人法行之。依次輪流跑繞圓陣。畢時視何組末一人首先回到本位上者爲優勝。

注意——(一)圓陣生須在本位上立定。倘有阻礙別組的進行者。即取消該組比賽。

(二)前者手拍未着。次者不准先跑。

(三)此種遊戲排列。亦可改作一行縱隊排列。

## 【一五八】 爲人方便

方法——全級生徒平分爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。各排作一排橫隊。平立到場之

一端。各組隊前劃一起點線。相距二十步地。再劃一終點線與起點線平行。並在終點線相

近處劃一二步直徑的圓圈。起點線前安放磚塊數堆。(堆數與一組的人數相等。)俟動令

一下。每組的第一人由起點線內跑出。在中途拾取一堆磚塊。雙手捧托移放在終點線相近

之圓圈內。然後用腳踏着終點線。即跑歸原位。手輕拍第二人。第二人被拍。如第一人

法行之。次換第三人。第三人歸換第四人。……結果視何組先拾完磚塊。及末一人先跑

歸原位者爲勝。

注意——(一)每堆磚塊數目。自一塊至數塊不定。視生徒之能力而定。

(二)前者未拍着次者的肢體。次者不得發脚。

(三)磚塊須塊塊放入圓圈。不可遠投亂拋。

## 【一五九】 花與風

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩橫隊相對而立。中間相距至多三十步。每組之前。各劃界線一條。一組爲風。一組爲花。花組共同擇定一種花名。不令風組知悉。開始令下。花組全體跑到風組前立定。風組叫出許多花名。如被叫着花組的人。迅速逃歸本組界線內。風組的人隨後追捉。如花組的人在未逃入界線前。被風組追着。則投降爲風組的人。再行開始。

注意——(一)規定三分鐘後。兩組互易地位。並檢查花組存下人數。至後兩組比較做花組時所存下的人數。多者爲勝。

(二)花組被風組叫着花名時。方可逃回界線內。

## 【一六〇】 點將追捉

方法——均分全級生徒爲甲乙兩組。排成兩排正排相對之橫對（甲組的排頭對乙組的排尾。兩橫隊相距二十步至三十步不等。在各人的脚下。各畫一小圓圈。教師立在兩隊之間。任意高聲呼一號數。假如「預備——二。」則兩組中二數生爲被點將官。聞點急速由後向本排排頭之方向跑去。繞過對組排尾排頭之側面。及本隊背後二此。如能在二次內追着對組之跑者勝二分。否則由本隊後跑歸本位。先立入原立小圈內唱「到」字者勝一分。負者在本位上坐下休息。失去被點權。次再由教師呼點號數。倣此而行。

注意——（一）各組生所報之數。須記清楚。

（二）每次點將。必須更換。俾全體運動普遍。

（三）跑時須依一定之路線。

（四）不跑的人。須立在小圈內。不得走出。又不得故意妨礙對組人進行。

（五）追着對組跑者。可用手輕拍一下。

（六）結果以何組分數最多者爲勝。

## 【一六一】 方陣追捉

方法——等分全級生徒爲甲乙丙丁四組。每組列成一排橫隊。各立一方。合成一方陣。預備令下。各組之第一人退後一步向右轉。蹲下作起跑姿勢。俟動令發出。即向前跑去追逐前組之跑者。如前者被後者追着。或用手拍着。作爲失敗。即退出跑線。回歸本位坐下休息。未被拍到的人。仍向前追拍。直到拍着最末一人勝一分。次換各組之第二人如法行之。依次輪行。畢時以何組得分最多者爲勝。

注意——(一)不跑的人須立定地位。不得移動。致妨礙跑者。即跑者既遭失敗。亦應立刻退出跑的路線外。以免阻礙後之跑者。

(二)不准用手推前跑的人。即拍時亦宜少用力。

(三)此種遊戲。亦可採用方陣替換退捉法。

## 【二六一】 方陣替換追捉

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一行縱隊。各立在籃球場底線右角上的外面。(每組之排頭。面向對面的底線而立。)聞動令發出。兩組之排頭。依線向前追捉對組之排頭。依邊線經過四角。跑回原處。如未追着。手拍本組第二人出。繼續追捉。兩組排頭既



得代者。即退立本組排尾之後。如法依次輪流替換追捉。一隊中如被對組人追到者。即爲全體失敗。如兩組均未追到。至畢時視何組之末一人先跑到原處者爲勝。

注意——(一)向前跑時。須依粉線。經過四角。不得跨越。

(二)將追到前者。可用手輕拍其下一。即爲捕獲。

## 【一六三】 障礙追捉

方法——全級生徒經分爲甲乙兩組。各作一排橫隊。左右攜手。兩隊相對而立。其間相距一二十步。每組各出第一第二兩人。一爲逃者。立在本組之後。一爲追者。立在對組之前。動令發出。甲組的追者向乙組之後捕捉乙組的逃者。乙組的追者向甲組之後捕捉甲組的逃者。同時兩組隊員攜手各連成一排。阻礙敵隊的追者。逃者倘被敵組追者捉獲負一分。而勝組之追者又可乘勝奔回本位。再捕捉負組的追者。如能再捕獲又勝一分。然後兩組再各出第三第四二人如法行之。每次勝負決定。更換二人。畢時以何組得分較多者爲勝。

注意——(一)追者視敵隊間隔中。如有空隙。可由其間穿過追捉敵組的逃者。惟不准用強

力衝開敵隊。

(二)各隊中途散手。應每次負二分。

(三)追者須顧及本組之逃者有否被敵追者捕獲。若本組逃者被捕。當注意其來追捕。斯時仍可繼續追捕敵組之逃者。倘能捕獲。則敵之追者不能前來追捕。是次可成爲和局。

(四)逃者被敵追者手指觸着。即作爲被捕論。

## 【一六四】 捕魚

方法——在場之兩端各畫一橫隊。等分生徒爲甲乙兩組。各立於場之一端。甲組生爲網。左右携手。乙組生爲魚。教師發出動令。兩組均向場中進行。甲(網)組圍捕乙(魚)組。乙組生可從甲組的兩端。或從各人的攜手底下鑽過逃走。惟不可強力衝開甲組之網。如被捕獲。退出場外休息。

注意——(一)捕魚時爲網之一組。先橫隊前進。次變成圈形。設計把魚圍在網內。

(二)爲網之一組。手宜握緊。如將手放開。作爲破網論。所有在網之魚。都可逃出。

(三)被捕之魚應退蹲在場外。

(四) 規定三分鐘。兩組對調地位行之。

(五) 畢時何組捕魚較多者爲勝。

## 【一六五】 追捕逃犯

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。指定一組爲逃犯。一組爲追捕員。在場之一角劃圓圈一個爲監獄。(圓圈的大小。能容全體逃犯爲度。)開始令下。逃犯的一組。任意散開在場中。追捕員的一組。三分之一的人數立在獄旁守衛。其餘的人追捕逃犯。俟逃犯組中人。口數「一二三四……九」數到「九」時。追捕員發脚追捕逃犯。一被捉着。即囚在監獄內。不得強行自逃。惟在一二逃犯被囚獄中。苟有一人冒險自外衝入獄中搭救。而未被追捕員拍着衝入者。則全數被囚的人遇救。可以逃出監獄。直至全體逃犯盡捕入監獄爲一局。再兩組調換地位行之。

注意——逃犯被追捕人手指觸着。即作捕獲論。

## 【一六六】 驚我甜夢

方法——全級分爲甲乙兩組。每組各走成一行縱隊圓陣。每組全體蹲下。作徑賽起跑各就各位之姿式。惟右膝跪地。首俯下作睡臥狀。動令發出。各組之第一人向對組之圓陣跑繞一週。再繞本組圓陣一週。至 二人旁輕拍其背一下。高呼「跑」字。第二人被拍聞呼聲即跑出本位。如第一人法行之。(斯時第一人立入第二人之位置。)順次輪流。視何組先畢者爲勝。

注意——(一)跑時須繞對組。與本組圓陣。

(二)立入跑者之位置。不必蹲下。即立定地位。亦不得行動。

(三)預備員須待前一人拍着股體後方可跑出。

## 【一六七】 闖過去

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫相對而立。兩橫隊相距約四五十步。每組之前七八步處。各劃一線爲界線。再於隊後各劃一方形爲俘虜所。開始令下。先甲組第一人向前走過乙組之界線。乙組之第一人見甲組第一人走入本方界線內。即向前追捉。此時甲組之第一二人爲救本組第一人之危急。即跑出捕捉乙組之第一人。甲組第一人見本組第

二人走出援救。迅速跑回原位。如是兩組依次輪流跑出追捉。凡後出者有捕捉對組先出者之權。捕獲敵人。隨即驅入俘虜所內。末後視何組捕獲敵人較多者為勝。

注意——(一)每組每次祇可走出一人救回一人。且須依次輪行。

(二)對組排尾走出。本組可出

頭向前追捕。

(三)不得進入界線捕人。

## 【二六八】抄襲戰

方法——分全級生徒為紅白兩軍

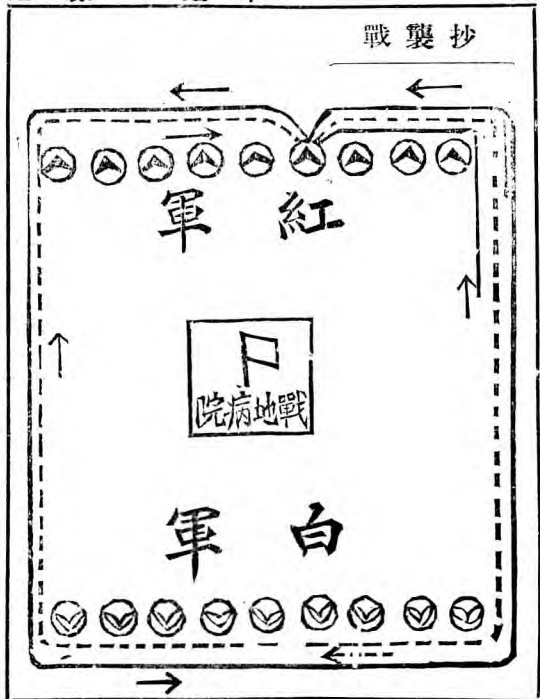
。排成兩列相對之橫隊。中間距

離約二十餘步。教師以漏粉器。

於每人足下畫以直徑二步之粉線

圈。再於場之中央。畫以五步之

正方形。為戰地病院。(如圖。)開始時。各軍之排頭。走至對軍之背後。任意選定一人



。以手輕拍其肩一下。迅速由敵之側方。向本隊之後方跑去。繞過兩軍之側。再馳至敵軍之後方。奪據被拍者所立之粉線圈。同時被拍者則視拍者所去之方向。迅速向其反背之方向奔去。亦繞過兩軍之側。而奔歸原位。是時何人先入粉線圈者勝一分。遲至者應入戰地病院休息。然後兩軍再出次人之。如法輪演至末一人。行畢視何軍在病院多者爲負。

注意——(一)被拍者與拍者所走之方向。須兩相反背。不得二人走同一之方向。犯此規則被拍者須入病院。

(二)兩人同時奔入粉線圈者。皆免入病院。

(三)跑時應繞本軍與敵軍之兩側。不可抄走近路。

(四)此遊戲爲拍者與被拍者之競爭。除兩軍所出之一人外。餘則毫無關係。

(五)凡入病院者。一人負一分。

## 【一六九】 伐木造屋

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩橫隊相對而立。其間距離約三十步。中央畫一個二步直徑的圓圈。作爲工匠住所。先由教師。指定甲組某人爲伐木工匠。開

始令下。該工匠即離本位走至乙組背後。出其不意輕拍乙組中任何一人之肩背一下。隨即由乙組之後逃到中央工匠住所內。（或跑繞本組之後。再跑到工匠住所。）同時乙組中被拍者。隨後追拍伐木工匠。如能在伐木工匠未曾逃入工匠住所前拍着。則伐木工匠應蹲踞在本位上為造屋材料。被拍者獲勝。得為第二次之伐木工匠。倘伐木工匠已經逃入工匠住所。則乙組之被拍者。應蹲踞在本位上為造屋材料。甲組仍得為伐木工匠。畢時以何組造屋材料較多者為負。

注意——（一）當伐木工匠在敵組之後。敵組各人不得回首返顧。或故意避讓免拍。

（二）伐木工匠往來路線。任其自取。惟被拍者須循伐木工匠逃走之路線隨後追拍。不得抄取近路。預先立在工匠住所外等候。

（三）做造屋材料的人。須蹲踞在本位上。直到完畢時。判定勝負。纔可起立。

## 【1707】 大霧捕鯨

方法——全級生徒分為甲乙兩組。各排成一行橫隊。立到場之一端。每組擇一活潑的學生。立在本組的前面做舵夫。餘者各以手帕瞞目。與左右鄰生連手。教師自做鯨魚。或者另

選一伶俐學生做。動令發出。各組的舵夫呼「全隊向前進。」瞞目的人携手向前行進。爲鯨魚者。見兩組圍來就向運動場四處奔避。以不被捕得爲能事。兩組的舵夫視鯨魚的去向指令本組全體前進追捕。其口令如左。

「一（排左）轉灣。」

「排頭排尾斜向前進。」

「排頭排尾圍合快跑。」

「成縱隊。」

「排尾前進成橫隊。」

十分鐘內視何組携手勿散開。能够先捕獲鯨魚者勝五分。

注意——（一）非有休息的號令。不得放脫所携的手。如有中途放手。每一次負一分。

（二）舵夫無捕捉權。祇有阻礙鯨魚行進。及發令本組全體向前捕捉。

（三）運動場面積寬大。捕捉鯨魚很不容易。四周可劃以粉線爲界限。縮小區域。或者兩組各出二人爲鯨魚。甲組追捕乙組的鯨魚。乙組追捕甲組的鯨魚。每組再分爲兩小組。

。這樣末比較容易些。



F 調 四國橋 4/4

|                        |                       |                                      |                                      |                                      |                                  |
|------------------------|-----------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------|
| $\frac{56}{\text{四國}}$ | $\frac{53}{\text{橋}}$ | $\frac{2\ 3\ 5}{\text{場下}} \text{了}$ | $\frac{2\ 3\ 5}{\text{場下}} \text{了}$ | $\frac{2\ 3\ 5}{\text{場下}} \text{了}$ | $\frac{235}{\text{場下}} \text{—}$ |
| $\frac{56}{\text{四國}}$ | $\frac{53}{\text{橋}}$ | $\frac{2\ 3\ 5}{\text{場下}} \text{了}$ | $\frac{235}{\text{場下}} \text{—}$     | $\frac{5323}{\text{我的好朋友}}$          | $\text{—} \parallel$             |

方法——在全級生徒中指定二人為隊長。各自認定一個猛獸的名

目。假如一稱虎隊。一稱獅隊。兩隊長而對立在場中。雙手互握高舉作半圓形如橋狀。其餘各生列成一行縱隊。側身互相前後攜手。聞開始令出。即唱四國橋歌向前行進。由兩隊長的橋下穿過。左轉灣或右轉灣環成圓陣。向橋下繼續穿走。歌畢橋向下壓。即隊長之兩手向下壓。凡壓在橋下者。兩隊長問其願屬何隊。如願入虎隊即立在虎隊隊長背後。再如前法開始唱歌穿走。歌畢又被橋壓下者當屬獅隊。如法依次輪流徵募隊員。直到全體人數均分成兩隊時。劃一線在兩隊長之間為界線。兩隊長互用右臂挽住。左臂給本隊第二人右臂挽住。各將兩臂挽接成一串。兩手緊握在胸前。兩隊均列作一排橫隊。動令發下。各隊員用方向排尾方拉去。如虎隊被獅隊拉過界線。在規定時間內虎隊不能抵抗退出獅隊的界線者。則虎隊失敗。反之獅隊失敗。

注意——(一)兩隊相拉。每次時間。至多規定一分鐘。

(二)動令未下。不能先拉。

(三)中途脫手。作爲失敗。

## 【一七二】立近推掌

方法——全級生徒平分爲甲乙兩組。各據立圓陣之半。或各作一排橫隊相對而立。中間距離至多十步。兩種排列聽教者便利選用。預備令時。兩組各出一人對立靠近。以脚尖觸接敵之脚尖。兩脚左右分開約二十寸寬。屈臂于胸旁。引肘向後。兩手在與肩等高之部位。二人手指向上。手掌相合。動令一下。各用兩掌推敵之兩掌。使敵移動所立之地位。如能推掌迫敵移動退後者。得勝一分。然後兩組各換一人。如法行之。依次輪演。完時視何組得分最多者爲全勝。

注意——(一)不得用軀體抵撞迫敵移動。

(二)此種遊戲。爲立近推掌。另有二人相距二步對立。參閱智力並施。

## 【一七三】智力並施

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩橫隊相對立。中間相距各以兩臂前平舉。指尖與相對者接觸爲度。每人左右至少須有一步之间隔。在各生脚尖之前與脚跟之後。各劃一線。預備令時。各將脚尖脚跟靠緊。兩臂收在胸旁。掌心向前。上體略向前傾出。俟動令發下。各生兩臂前伸。互以兩掌抵推。推時觀測敵人之來勢。若來勢凶猛。可用智敵。或推或讓。能使敵兩脚移動觸線。即獲勝利。結果視何組個人獲勝利較多者爲勝。

注意——(一)推時用手掌之下半部份。手指向上。否則手指容易受傷。

(二)祇可用兩掌抵推。不可用手拉人。

(三)脚尖脚跟一離地位。即爲失敗。

(四)推敵離位。自身須要立穩。倘同時離位。成爲和局。

## 【一七四】乘虛進攻

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一行面內圓陣。左右攜手爲守者。每組再選定二人或四人爲攻者。立在敵組圓陣之外。開始令時。守者依圓周線橫行唱歌。教師在適當時

間。下令「立——定。」守者聞令一齊兩足分開立定。兩手攏緊戒備。攻者組臂於胸前。在敵組圓陣外徘徊。俟敵組圓陣橫行一停。即尋覓守者空隙與防範疎忽之處。乘虛衝入圓陣之內。視何組攻者完全先攻入敵組之圓陣者爲勝。

注意——(一)攻者不許用手衝入敵組。祇可用首或上體。

(二)當攻者衝陣時。守者當設法組止其衝入。以臂或腿而抵禦之。不可施以粗暴之舉動。

## 【一七五】 縱虎歸山

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一行而內圓陣。左右攜手爲虎柙。每組各出一人

爲老虎。立在敵組圓陣的中間。距離兩圓陣的前面二三十步處。劃一區域。作爲山林。動

令一下。爲虎者向圓陣衝突。圓陣生竭力抵禦。勿使老虎衝出。倘圓陣被虎衝開逃出。被

衝開脫手之二人。應離去圓陣追捕老虎。如能捕獲者勝一分。爲虎者衝出虎柙。(即圓陣

。速望山林逃去。逃入山林。未被追獲。得勝一分。次兩組各出第二人。如第一人法。

再行演習。直輪到末一人爲止。以何組得分較多者爲勝。



方法——用足球場地。在中線與罰球區域之間。雙方各加劃一新線。將全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一排橫隊。各立在球門線上。預備令時。兩組前走進至中線上。左脚踏在中線上。右腳退後一大步。右手推住敵人之左肩關節。左手執住敵之膊右中部。俟動令發出。各用力將敵人推入球門。或球門線外。彼此抵推。兩相對抗。規定三分鐘。教師吹叫一聲。停止抵推。各立在推到時所在。教師記錄兩組人所得之分數視何組得分較多者爲勝。

注意——(一)分數計算法。推敵入球門者。得五分。過球門線者。得三分。過罰球區域線者。得二分。過新線者得一分。推至中線與新線之間者。得半分。(二)推時。一人對一人。兩手不可移動地位。(三)祇可推。不准拉。(四)規定時間未到。不得自行停止抵推。

## 【二七八】 蜈蚣鬪

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一行縱隊。兩隊選一強有力者爲排頭。面對面立

。中劃一界線。預備令下。兩組排頭各將右手由對組排頭的肩上。伸到其背後。左手從對組排頭的脅下。伸到其背後。兩手十指組握在對組排頭的背上。餘者兩臂圍抱前者的腰部。兩脚開立。規定一百數為決賽時間。動令一下。教師從一數至一百。各生幫同前者將對組拉過界線。直到教師數至一百。下停止令時為止。視何組無一人脫手。並能將對組拉過界線者為優勝。

注意——(一)兩組排頭宜擇力大者任之。力小者殿後。

(二)每組人數至多十二人。如人數衆多。可多分數組行之。

## 【二七九】 衝過關口

方法——挑選隊長二人。由兩隊長輪流挑選隊員。組成甲乙兩橫隊。相對而立。其間距離約十步。每隊隊員左右執手作門。隊長可將力大的隊員排在力小的隊員中間。使勢力平均。庶幾雙方無弱點可乘。開始時。甲隊隊長呼一本隊隊員的姓名。被呼者應聲跑至敵隊前。盡力向敵隊衝門。或從門下穿過。如一處不能衝過。或門下穿過。可換一處行之。惟不得過三處。倘能衝過。或門下穿過。則被衝過的左右二人。即為俘虜。應投降歸誠衝者。

的一隊。由衝者帶回本隊。排入隊中。增厚勢力。如衝者三次衝不過或穿不過敵隊者。應留在被衝的一隊為敵隊的隊員。最後視何隊隊員多者為優勝。

注意——(一)雙方隊長。可輪流派出隊員去衝過敵隊。

(二)每一俘虜。最好排在兩個本隊員之中間。以防俘虜作弊。

## 【二八〇】背戰

方法——平分全級生徒為甲乙兩組。各排一排橫隊相對而立。中間距離約二十步。每組前一步之地。各畫一界線。在兩界線之中間。畫中線一條。預備令時。兩組前進。至中線之一邊。背對背立定。各將兩臂向後鈎挽對組一人之臂灣。動令一下。各以背部抵住敵人。力推向後。使敵走回敵方界線內。至規定時間。視何組多推敵入敵界者為優勝。

注意——(一)每次規定時間二分鐘。

(二)規定時間未到。不得停止抵推。

(三)雙方背部須貼緊。兩臂須鈎緊。

(四)如採用計分法。背推入敵界線內者勝二分。過中線入敵方者勝一分。



(五)本遊戲亦可改爲背對挽敵入本方界線內。或改爲背對立在中線上。舉敵離地者獲勝。

## 「一八一」 比勁手

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各列成一排橫隊。兩隊相距約七八步。而對面立。或排作兩組各據半圈。兩陣亦可。中間畫線一條。離中線一步半的所在。爲中線。各就線一條爲底線。預備令時。兩組各出一人。右脚踏在中線上。靠緊敵人右腳之旁邊。左脚踏在底線上。左手放在背後。握住敵之右手。動令一下。各緊握右手施拖拉推抵紐轉等動作。使敵移動其預備時所立之地位。或身體之任何一部份觸及地面。即勝一分。次各換左手如法爲之。兩手勝負決定。各歸本組。換次一人出行之。依次輪行。直到末一人爲止。以何組得分較多者爲全勝。

注意——(一)比賽時。二人握手脫開。當重行握住決之。

(二)放在背後之手。不得幫助比賽之手。

(三)如改爲兩手相握同時比賽。須兩手交叉握住。即右手握敵之右手。左手握敵之左

手。

(四)欲縮短演習時間。每次各出三四人。

## 【一八二】 鬪鷄

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩相對立。中間相距約十步。每隊的前面一步之地。各劃一界線。在兩界線之中間。再畫一中線。聞預備令時。兩組各出第一人走至中線上。用左手攀住右脚。左脚觸立支地。俟動令發出。左脚點地單跳。互用右手相推。如被推過本隊前界線。或右脚落地者作爲失敗。失敗之組。再出第二人與勝者決勝。依勝負輪流換人。末後視何組人員先完者爲負。

注意——(一)各用右手推動。不可推及面部。

(二)右手不攀住右脚者。作爲失敗。

(三)第二次演時。換右脚單跳。使兩腳運動平均。

## 【一八三】

鷓鴣鳥鬪

方法——全級生徒走成一行而內圓陣。等分爲甲乙兩組。各據立圓陣之半。或各排作一排橫隊。兩相對立。預備令時。兩組各出末一人。走至中央而對面立。二人相距約二步。各將左腳向後擡起。右腳單立。右手握敵之右手。左手向後攀住左腳踝。動令下後。各用右手拖拉推抵及縱轉等動作。使敵之左手脫去左腳。或左腳觸地。或傾跌在地上。即可獲勝一分。勝敗決定。各歸本位。兩組再出末第二人如法行之。依次輪流演習。直到排頭決勝爲畢。畢時總計兩組所得之分數。較多之一組。指爲全勝。

注意——(一)鬥時祇可用右手推拉扭轉等動作。不得用身體推撞。

(二)二人左手同時脫去左腳。或左腳同時觸地。或同時傾倒地上。均作爲和局。各得半分。

(三)欲縮短演習時間。每次各出二人或四人對決。

(四)若改爲全體同時而行。則排列應改兩組橫隊對面立近中線。再在每組背後十步所在。各畫界線一條。每人右手互握住敵之右手脈腕。動令發出。拉敵入本組後之界。至規定時間爲止。(每次二分鐘。或三分鐘不等。教者臨時酌定。)拉敵入本方之界線內者勝二分。拉敵過中線者勝一分。

## 【一八四】 秘密傳令

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩隊相對而立。其間相距約十步。各組每人左右相隔距離約二步。指定一組的排頭爲發令員。排尾爲受令員。教師立在適當的地點。兩組的發令員立在教師的兩旁。教師預定成語一句爲命令。低聲告知發令員。俟動令一下。發令員即奔回本組至第二人之前。口接第二人之耳部。輕聲傳告教師的命令。乃即回歸本位。同時第二人如法傳告第三人。第三人傳告第四人。順次互相傳告。直至排尾。由排尾馳至教師前。將傳來的命令告明教師。至是視先傳到教師前及報告無錯誤的一組爲勝。

注意——(一)命令宜簡短而有興趣。且便於記憶者。

(二)傳達命令。須按序而行。

## 【一八五】 單雙注意

方法——與單雙注意(其一)相同。惟此種爲分組競爭的。報一數者爲甲組。報二數者爲乙

組。如有蹲下遲緩。或應蹲而不蹲。不應蹲而蹲者。除罰跑繞圓陣一週外。再令其退出圓陣。畢時視何組人退出多者爲失敗。

## 【一八六】 原地跳遠比賽

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。每組作一行縱隊。各行縱隊左右距離約五六步。每組之前各劃一起點線。每組的排尾。立在對組之前爲監察員。開始令時。每組的第一人始。立起點線上。爲原地跳遠。兩腳落地之點。即爲第二人的起點線。由監察員用磚塊劃一線。第二人第三人……如法依次前跳。至末一人完畢。量其總遠度。以該組所跳的人數平均之。視何組的平均遠度最遠者爲勝。

注意——(一)前者腳落地的時候。最好腳立定不動。俾便監察員依脚跟後。劃明次者的起點線。

(二)跳時兩腳須併緊。落地時兩腳亦須併緊。不可使兩腳先後落地。犯者取消其是次所跳的遠度。

(三)本遊戲亦可取法穿梭比賽。即一組爲守。一組爲攻。攻組第一人向守組方跳去。兩腳

落地之點。爲守組第一人的起跳線。向攻組守跳去。兩腳落地之點。爲攻組第二人起跳線。如法攻組向守組方跳去。守組向攻組方跳去。末視守組能跳過起點線者爲勝。反之即負。

## 【二八七】 隧道

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。每組列成兩排面對面立的橫隊。如隧道(其一)法。兩組各對依次而行。末視何組先還復原列隊形者爲優勝。

注意——(一)第二次演時。可由第一對開始。

(二)繞越一門。作爲失敗。

## 【二八八】 橫排比速

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。或甲乙丙……若干組。每組列成一排橫隊。同一方向站立。每組相距約七八步。整頓後。各生在脚尖前用磚塊劃一線。與隣線相連接成一長線。以作歸隊的標準。相距各組排頭的側方十餘步處。畫一線。線外爲散步區域。教師下

令「散」隊。各生自由走入散步區域內。或唱歌或遊戲。一聞教師下「橫排歸隊」令。各生即速跑歸原立的所在。排成一排橫隊。視何組排隊迅速整齊者為優勝。

注意——(一)散隊令出。各生均須走入散步區域內。

(二)排隊須依各人身材之長短為序。

(三)演習純熟後。歸隊標準線可取消。歸隊口令與方法。可參用下列的數種。

(1)「面對面歸隊」——「兩組面對面。各排成一排橫隊。」

(2)「背對背歸隊」——「兩組背對背。各排成一排橫隊。」

(3)「兩排橫隊歸隊」——「每組各作兩排橫隊。」

(4)變換方向。由教師指示地點歸隊。

## 【二八九】 縱隊比速

方法——全級生徒等分為甲乙兩組。或甲乙丙……若干組。每組依身材之長短為序。列成一縱隊。兩組分立兩旁。在排頭脚尖前各劃一線為歸隊線。排頭不動。各生兩臂前舉看齊。還原後教師下令「開步」——走。各組均向前行進。走至十餘步外。教師下「歸立原

處——」令。各組迅速跑歸隊線後。列成一行縱隊。以何組歸隊敏捷整齊者。爲優勝。

注意——(一)遵守秩序。不可喧擾。

(二)行進時。各組排頭須互相看齊。

(三)純熟後。在歸隊時。可變換方向。由教師指示地點排隊。或參用橫排速法。

## 【一九〇】圓陣比速

方法——在場上劃大圓圈（大小視人數而定。）兩個。或數個。（視組數而定。）兩圓圈之前十餘步處。劃一長線爲散步區域。等分全級生徒爲甲乙兩組。或甲乙丙——若干組。（人多可多分幾組。）每組環立在一圓圈上。面向中心。各人左右距離須平均。教師下令「散——隊。」各組圓陣解散。全體均走入散步區域內。或唱歌。或遊戲。一聞教師下令「圓陣歸隊——。」各組迅速跑歸原位。在圓圈上仍列成圓陣。視何組列成圓陣敏捷。不亂位置。及左右距離平均者。爲優勝。

注意——地上圓圈。如教授年齡較大的生徒。可不用劃。



## 【一九二】風車

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。(人數衆多。可多分幾組。每組三分之二的人。携手搭成一個大圓圈。其餘三分之一的人。在大圓圈內携手搭成一個小圓圈。兩組各搭成內外兩層圓陣。分立左右。在甲的彼端。劃一界線。與各組相距至少須有二十步。動令發出。各組向界線方隨旋隨進。如車輪狀旋轉。視何組完全先旋進界線。而兩層圓陣整齊者。爲優勝。

注意——(一)兩層圓陣旋進。手須握緊。如有中途散脫。該組作爲失敗。

(二)如場地狹小。可縮短界線的距離。演時令各組圓陣旋入界線後。再行旋歸原處。

(三)此種遊戲。如教授高年級生。可改爲各生將右臂挽住鄰者的左臂。左臂給隣者右臂挽住。

(四)教授低年級生。可改作單層圓陣。或分作數小組。每一小組(五人)作一圓陣。替換演習。

## 【一九二】對排競走

方法——全級生徒平分爲甲乙兩組。每組排成 A B 兩小排相對的橫隊。中間相距約二十步。動令一下。每組的 A 排橫隊第一人跑到對 B 排橫隊第一人前。輕拍其肩一下。被拍者即讓位與拍者。隨即跑出到 A 排橫隊第二人前。拍其肩立入其位置。第二人如法跑到 B 排橫隊換該排第二人。如法與本組對排調位。依次輪演。直到末一人爲畢。視何組先畢者爲勝。

注意——(一)被拍者祇可在本位上踏出一步。受拍後纔能跑出。

(二)調位須按序而行。

## 【一九三】 橫隊競走

方法——平分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。兩橫隊相對而立。其間相距約四五步。每組之第一人與末一人的脚下。各畫一圓圈。動令一下。各組之第一人從本隊之後面。繞過末一人。經本隊之前。跑到原位。呼一「到」字。第二人聞聲。如法跑繞本隊一週換第三人。依次輪行。畢時以何組末一人先入本位者爲勝。

注意——(一)第二人第三人……須繞過第一人與末一人的側方。由後面歸本位。

(二)前者未曾呼出「到」字。後者不得跑出。

## 【一九四】橫步競走

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。各作一排橫隊。左右平立。在每組之前。各劃一起點線。在起點線前二三十步處。各畫一個二步直徑的圓圈。爲終點標準。預備令時。各組之第一人兩臂組結在胸前。面向右側或左側。立在起點線上。俟動令發出。用右足或左足向側橫步馳騁。向終點標準行進。至則仍用橫行環繞終點標準一匝。橫步奔歸。換第二人出照法進行。次次輪流。直至末人爲畢。以何組末人先歸起點線者爲勝。

注意——(一)左(右)側行進。左(右)足在前。不得用右(右)足踏到左(右)足之側前。

(二)前者未入起點線。手拍次者之肩。次者不得跑起點線。

(三)(四)兩條。參閱矮人競走。(四)(五)兩條。

## 【一九五】比目魚

方法——排列與設備。均與橫步競走同。惟每組規定二人爲一伍。在預備令時。每組各出第一伍二人背對背貼緊側立在起點線上。各將兩臂鉤住背對人的兩臂。屈在胸旁。依動令下。一人用右足向右側橫行。一人用左足向左側橫行。向終點標準而進。至則環繞終點標準一匝。二人仍橫行馳歸起點起線。換第二伍出。如法行之。視末何組末一伍先馳回起點線者爲勝。

注意——(一)每伍橫行背部須貼緊。兩臂鉤緊。脚之步度須兩相合符。

(二)環繞終點標準。仍須橫行。

(三)(四)兩條。參閱矮人競走。(四)(五)兩條。

## 【一九六】 蛙跳競賽

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。各作一行縱隊分立左右。隊前各劃一起點線。在起點線前二三十步之地。各劃一二步直徑的小圓圈。爲終點標準。預備令時。每組各出第一人立在起點線後。作蹲撐勢。動令一下。兩手移向前進。同時兩脚隨兩手跳向前進。跳一步頭抬起一次。如是手脚交互移前跳進。如蛙跳狀。跳至終點標準。繞

過折回起點線。換第二人出。如法行之。輪流而下。直至末一人跳回起點線爲畢。視何組先畢者爲勝。

注意——(一)前進時。手脚不可離地。

(二)跳繞終點標準。不准踏着圈線。

(三)前者跳回換人。須用手拍次者肩上一下。

(四)(五)兩條。可參閱矮人競走(四)(五)兩條。

## 【一九七】 蹲跳比賽

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。各作一行縱隊。分立左右。隊前各劃一起點線。在起點線前二三十步處。各劃一個二步直徑的小圓圈爲終點標準。預備令時。每組各出第一人。立在起點線後。兩手叉腰。兩膝微灣。動令一下。各向前一蹲一跳。跳到終點標準。再轉身跳回。手拍第二人的肩一下。第二人出。如第一人法行之。順次輪流而行。直到末一人跳歸爲畢。

注意——(一)前進時須蹲跳。不可取巧立起跳進。或奔步行走。

(二)兩手須又在腰上。

(三)結果視何組末一人先跳歸起立線內者爲勝。

(四)(五)兩條。可參閱矮人競走。(四)(五)兩條。

## 【一九八】 蟹行競走

方法——全級生徒等分爲甲乙兩組。或甲乙丙……數組。各排作一行縱隊。隊前劃一線爲起點線。距離起點線發二十三步處。再畫一線爲終點線。與起點線兩相平行。動令一下。每組的第一人。兩手撐在身後地上。手脚交互向前搬移。走到終點線折回起點線。換第二人出。依法行之。輪流演習。以何組先畢者爲優勝。

注意——(一)行進行時。臀部不着地。僅四肢着地。

(二)至終點時。四肢須有一肢觸着終點線方可折回。前者有一肢觸着起點線。次者纔可出起點線。

## 【一九九】 兩面人賽跑

方法——全級生徒平分爲甲乙兩組。各作一行縱隊。分立左右。每隊之前劃一起點線。在起點線前二三十步之地。各劃一終點線。各組之雙數生向後轉。與單數生背對立。互將背部靠緊。兩臂鈎緊成爲兩面人。動令一下。第一兩面人向前跑去。(單數生向前跑。雙數生倒退。)至終點線。二人脚均踏着線。再跑回起點線。(此時單數生倒退。雙數生向前跑。)換第二兩面人出如法行之。依次而下。直到末一兩面人回轉爲止。何組末一兩面人先歸起點線內者爲勝。

注意——(一)兩面人跑時。兩臂須鈎緊。步調宜合符。否則不僅不能跑快。恐有傾跌之虞。

(二)兩面人前進。一順跑。一倒跑。不准二人橫跑。

(三)跑歸應退立在後方。仍須列成一行縱隊。

(四)前一兩面人未曾踏着起點線。後一兩面人不得跑出。

## 【1100】 翻天覆地

方法——等分全級生徒爲甲乙兩組。各作一排橫隊。並立在一線上。各隊前面劃一起點線

。離起點線前二十步之地。劃一終點線。預備令時。各組的第一人。走立在起點線後。兩手撐地。或伏撐姿勢。身之左側或右側向終點線方向。動令發出。左手左脚由上畫弧形向前。變成仰撐姿勢。隨將右手右脚由上畫弧形向前變成伏撐姿勢。如是一仰一俯向前翻進。至終點線觸着線。即立起奔歸。輕拍第二人之肩一下。第二人在第一人出發後。即應伏撐在起點線後作預備。至肩部被前一人拍着。即照法前進。依次輪行。直到何組末一人先歸者爲勝。

**注意**——(一)翻覆時不得起立。犯者每一人負一點。

(二)未觸終點線而起立者。負一點。

(三)未曾拍着肩部跑出起點線者。負一點。

(四)一組負滿三點。即作爲失敗。



