

教育部國民體育委員會主編

遊 唱

陳 韻 蘭 編

教育部國民體育委員會印行

安全教育

國民體育常識

擒拿

摔角術

短兵術

軍警體育

從體育中培養品格

壘球

戰時體育補充教材

中學舞蹈教材(下冊)

中學舞蹈教材(上冊)

初中器械運動

小學韻律活動補充教材

小學徒手操

小學遊戲

小學競技運動教材與教法

小學整隊與走步

體育圖書 教育部國民體育委員會主編發行

趙汝

趙汝

鄧文

張敬

溫登

程銘

江良

宋登

程復

高科

高梓

周鳴

彭澤

王子

馮公

王智

趙功

功功

編編

著著

MG
J642
114

例言

- 一、本書所列教材可供教學一二年級唱遊之參考。
- 二、本書所列教材多採用固有之樂譜其中秦辛為兒童所極欣賞者。
- 三、本書之編裝畧有進度。
- 四、本書所列教材包括各種唱遊教材如一邊唱歌一邊遊戲者，唱歌動作而後遊戲者，唱歌表情者，唱歌表意者。
- 五、本書內容尚祈讀者惠手指正。



目錄

唱遊教學要點	1
唱遊教材	3
1. 鴉子	3
2. 蘆溝橋	4
3. 打死鬼子兵	6
4. 請安舞	7
5. 皮匠舞	8
6. 遊戲	9
7. 跳舞	11
8. 四四兒童節	12
9. 高興矮	13
10. 我們怎樣旅行	14
11. 做這個做那個	17
12. 盪秋千	19
13. 拍大麥	20
14. 穿針	21
15. 馬來了	23
16. 小樂隊	25
17. 老母鷄	28
18. 請客	31
19. 小英雄	34
20. 農家樂	36

唱遊教學要點

在研討唱遊教學方法前我們必須明瞭什麼叫唱遊。簡單的說唱遊是將唱歌與遊戲打成一片。不過在這裡所謂遊戲是包括着遊戲動作與表情。所以唱遊教學是唱歌遊戲表情動作的混合教學。茲將管見所及將唱遊教學要點分述於後。甲、整個的唱遊教學應注意下列各點。

- (一) 所用的教材必須有興趣。所用的方法必須能增興趣。整個的唱遊教學應當以興趣為前提。
- (二) 唱遊的教材應當採取簡單的、易學易做的、兒童能明瞭的。
- (三) 唱遊的取材最好與其他科目如國語常識……等有密切之聯繫。
- (四) 唱遊的教法必須有變化。將練習唱歌欣賞韻律動作表演講故事遊戲等時常調劑且有適當的配合。

乙、教唱時應注意之事項

(一) 教唱時應注意下列各點

- 1) 第一學年唱歌完全用聽唱法。第二學年可由聽唱法逐漸轉入視唱法。
- 2) 唱歌時要養成兒童正確的姿勢。切忌彎扭搖擺聳肩等壞習慣。
- 3) 聲調不宜太高也不宜太低。
- 4) 歌音須注意婉轉。切忌高聲叫喊。
- 5) 發音與節拍教師自己必須唱得正確。
- 6) 在唱歌前須練習發音。發音練習的音程須與所用教材之音程一致。
- 7) 唱歌教學的步驟可如下述：(一) 教師先將所用音樂彈一二遍。(二) 然後把歌辭像講故事一般說一遍。(三) 再領着兒童把歌辭說一二遍。(四) 兒童明

白了歌辭的意義後教師範唱。(五) 然後叫兒童隨唱。(六) 逐句唱熟後全曲

領唱。

教師範唱時最好不用琴。這樣可使兒童聽得正確。



(南)

(9)練習音樂中所用的深呼吸我們必須知道音樂中所用的深呼吸和平時的吐氣不同練習這種深呼吸我們要注意下列兩點：

(3)任何時候不許聳肩。

(4)叫小朋友用手放在腹部上去明白腹呼吸的道理和動作。

(二)遊戲時應注意下列各點：

(1)在教學表情與動作之前教師可利用圖畫童詩童謠及故事等引起他們的幻想和興趣。

(2)在教學表情與動作之前教師應先令學生跟着音樂作拍手踏足點頭走步……等簡單的動作使兒童了解所用教材的韻律。

(3)動作須讓兒童自發非到兒童實在不能發表時教師不要告訴他們。

(4)動作須注重自由表演不必呆板刻一我們要記得我們的目的並非為觀衆預備節目。

(5)動作須注重自然切忌做作。

(6)兒童天賦的韻律感覺與表演能力不同因此學習的快慢與程度也各有異有些兒童很快的能自發有些兒童開始只會模仿不會自發作教師的應當利用這少數能力較強的兒童來啟發其他的兒童使他們也逐漸的有自發的能力。

(7)所選動作的運動量須力求適當運動量太大固不適宜於兒童但是太小了却失去了唱遊的意義。

(8)遊戲時所用的器具及場地的佈置須在課前妥為準備。

(9)遊戲教學應先將遊戲之名稱方法規則說明清楚然後指定一組兒童試演一次全體兒童明瞭後方可開始。

(10)利用遊戲的機會訓練正公誠實勇敢合作等美德。

(11)兒童之遊戲機會須普遍。

鴨子 7 調 2/4

1 1 1 2 | 3 3 | 2 2 2 2 | 1 1

(一) 鴨子鴨子 搖擺 走起路來 慢慢

1 1 1 1 | 3 3 | 2 2 2 2 | 1 1

搖擺搖擺 搖擺 搖到水中 玩耍

- (二) 鴨子喜歡游泳 兩足當槳划動 划動划動划動 每天划在水中
- (三) 鴨子水上捉魚 捉魚捉魚玲瓏 玲瓏玲瓏玲瓏 頭部鑽入水中
- (四) 鴨子鴨子搖擺 講起話來真怪 唧唧唧唧唧唧 慢慢慢慢出水

說明

I 音樂 2/4

II 排列 單行圓形面向排頭

III 動作

- 第一首 兩臂在背後合掌如鴨尾，屈身前進前進時身體向左右轉搖擺如鴨行狀。
- 第二首 體直兩臂側垂當槳由前向後划動。
- 第三首 兩臂划動四次然後上體前下穿兩次同時兩臂順勢向後擺如鴨在水中捕魚狀重複一次。
- 第四首 兩臂在胸前交組兩手按肩下昂頭挺胸搖擺用慢步前進如鴨行狀。

蘆溝橋 正調 4/4

(一) 蘆溝橋邊出事了 出事了 出事了

蘆溝橋邊出事了 什麼事情

- (二) 日本鬼子打我們打我們打我們日本鬼子打我們真真可恨。
 (三) 我們要把他趕出境趕出境趕出境我們要把他趕出境才是中國人。

說明

1. 音樂 4/4

2. 排列 一二教兩排對面立相距約十五呎。

3. 歌詞 動作

- (一) (1) 蘆溝橋邊出事了 (1) 牽手前進八步兩臂徐徐舉起挺胸。
 出事了,出事了。
 (2) 蘆溝橋邊出事了 (2) 牽手後退四步手隨之放下。
 (3) 什麼事情 (3) 放手,在胸前拍掌一下,上體畧向左下彎如問事狀。
 (二) (4) 日本鬼子打我們 (4) 兩手叉腰左足起在本位作蹲姿兩步起立,左足向左前斜方重踏一步同時用左拳向
 左前斜打。
 (5) 打我們 (5) 右足向右前斜方重踏一步同時用右拳向
 右前斜打。

- | | |
|------------------|---|
| (6) 打我們 | (6a) 同(5) 惟改用左手左足 |
| (7) 日本鬼子打我們 | (7) 兩手叉腰右足起在本位踏兩二次起立右足向右前斜方重踏一步 |
| (8) 真真可恨 | (8) 左足重踏兩拳在胸前向下重打表示恨惡 |
| (三) (9) 我們要把他趕出境 | (9) 牽手在本位踏兩拍左足向左前斜方前步一步同時兩臂(仍攜手)向前擺後足併上臂向後擺作趕人狀 |
| (10) 趕出境 | (10) 向右前斜方作趕人狀 |
| (11) 趕出境 | (11) 向左前斜方作趕人狀 |
| (12) 我們要把他趕出境 | (12) 同(9) 惟自右足開始 |
| (13) 才是中國人 | (13) 放手拍胸一下伸拳(大姆指翹起)向前 |

打死鬼子兵 G 調 2/4

1 1 1 1 1 | 3 5 5 3 1 | 2 2 2 2 2 2 | 2 2 2 7 5

打死了打死了 一個鬼子兵 打死了打死了 三個鬼子兵

1 1 1 1 1 | 3 5 5 3 1 | 2 4 4 3 2 | 1 0 1 0

打死了打死了 一個鬼子兵 共 幾 多 少 人 (他) 說!

說 明

1. 音樂 2/4

2. 排列 單圈圓形面向圈中選一兒童為領袖站在圈中

3. 歌詞 動作

- | | |
|------------|-------------------------|
| (1) 打死了打死了 | (1) 用右拳由上向下重打兩次同時重踏右足 |
| (2) 一個鬼子兵 | (2) 右手伸出食指 |
| (3) 打死了打死了 | (3) 同(1) 惟用左手右足 |
| (4) 二個鬼子兵 | (4) 左手伸出食指與中指 |
| (5) 打死了打死了 | (5) 同(1) |
| (6) 三個鬼子兵 | (6) 右手伸出食指中指與無名指(即中間三指) |
| (7) 共幾多少人 | (7) 拍手三下 |
| (8) (人名)說 | (8) 由領袖叫名指人 |

被叫到的兒童就把答數說出來如果答錯就找作領袖。

本遊戲可變化如下：在每個打死了打死了的時候領袖伸出右手的手指表示打死的鬼子兵數目兒童們就照著這個數目(不要比五大)唱與做這樣可以變成一個數學的遊戲。

請安舞 D 調 3/4

(一) 哥哥你好, 弟弟你好, 踏踏, 轉一轉,

(二) 姊姊你好, 妹妹你好, 拍拍, 跳三跳, 哇——哇——

1. 音樂 3/4

2. 隊列 單排圓形 一致者同伴面向圓中

3. 歌詞 動作

- | | |
|--------------------|--------------------------|
| (一) (1) 哥哥你好, | (1) 拍手兩下轉身向同伴鞠躬。 |
| (2) 弟弟你好, | (2) 拍手兩下轉身向鄰兒鞠躬。 |
| (3) 踏踏 | (3) 在本位左右尺各重踏一次。 |
| (4) 轉一轉 | (4) 自右尺起作三小跳後自轉一週。 |
| (5) 重唱(1)(2)(3)(4) | (5) 重複(1)(2)(3)(4) |
| (6) 哇——哇—— | (6) 全體左手向右作六滑步或小跳步。 |
| (二) (7) 姊姊你好, | (7) 拍手兩下與同伴握手問好。 |
| (8) 妹妹你好, | (8) 拍手兩下與鄰兒握手問好。 |
| (9) 拍拍跳三跳 | (9) 拍手兩下與同伴拉雙手,在本位垂足跳三次。 |
| (10) 重唱(7)(8)(9) | (10) 重複(7)(8)(9) |
| (11) 哇——哇—— | (11) 同(6) |

皮匠舞 G調 3/4

繞繞繞繞線兒 繞繞繞繞線兒 拉 拉 捷捷捷
繞繞繞繞線兒 繞繞繞繞線兒 拉 拉 釘釘釘

一天工作 做完了 自由快樂 真逍遙
啞啞啞啞啞 啞啞啞 時候不早 再見罷

說明

1. 音樂 3/4
2. 排列 雙排圓形 同伴對面立
3. 歌詞 動作

(1) 繞繞繞繞線兒	(1) 兩臂平屈于胸前手握拳右拳在外左拳在內 兩拳向外輪繞六次(兩次慢的,四次快的)
(2) 繞繞繞繞線兒	(2) 兩臂平屈于胸前手握拳右拳在外左拳在內 兩拳向內輪繞六次(兩次慢的,四次快的)
(3) 拉拉	(3) 兩臂前平屈兩肘用力向後拉線兩次
(4) 捷捷捷	(4) 拍手(在胸前)三次
(5) 重複(1)(2)(3)(4)	(5) 重複(1)(2)(3)然後右拳打左拳三次(立即向 左右轉成雙行圓形同伴並立)
(6) 一天工作做完了	(6) 同伴携內手向前作跑跳步四步
(7) 自由快樂真逍遙	(7) 同伴携內手向前作跑跳步四步
(8) 啞啞啞啞啞	(8) 同伴携內手向前作跑跳步四步
(9) 時候不早再見罷	(9) 對面兩人點頭兩次握手分別至末一拍時各 向右橫一步得新同伴。

遊戲 7 調 2/4

1 1 1 1 3 5 5 3 1 1 2 2 2 2 3 2 2 1 5

(一) 看我們大家 來踢毽子啊 來踢毽子啊 來踢毽子

1 1 1 1 3 5 5 3 1 1 2 2 2 2 3 2 2 1 5

看我們大家 來踢毽子啊 多運動了 身體好

(二) 看我們大家來拍皮球啊, 來拍皮球啊, 來拍皮球,

看我們大家來拍皮球啊, 多運動了, 身體好。

(三) 看我們大家來盪秋千啊, 來盪秋千啊, 來盪秋千,

看我們大家來盪秋千啊, 多運動了, 身體好。

(四) 看我們大家來騎竹馬啊, 來騎竹馬啊, 來騎竹馬,

看我們大家來騎竹馬啊, 多運動了, 身體好。

說 明

1. 音樂 3/4

2. 排列 單排圓形面向圈中

3. 歌詞

動作

- | | |
|---------------|-----------------|
| (一) (1) 看我們大家 | (1) 拍手四次。 |
| (2) 來踢毽子啊 | (2) 左足單足踢二次或四次。 |
| (3) 來踢毽子啊 | (3) 右足單足踢二次或四次。 |
| (4) 來踢毽子啊 | (4) 左足單足踢二次或四次。 |
| (5) 看我們大家 | (5) 同(1) |
| (6) 來踢毽子啊 | (6) 右足單足踢二次或四次。 |

(1) 多運動了身體好 (2) 手頭腰在本位跳足四次然後並足跳三次末一次時高跳。

(二)

作法如第一首惟改踢毽子為拍皮球各種拍皮球之動作均可。

(三)

作法如第一首惟改踢毽子為盪秋千(兩臂側上屈如握秋千狀兩膝順兩臂之擺弄作屈伸)。

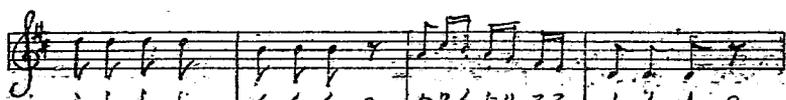
(四)

作法同第一首惟改踢毽子為騎竹馬(左手抱竹馬右手執鞭作跑馬步)。

跳舞 D 調 3/4



提起我們的足 踏踏踏，舉起 我們的手。 拍拍拍，頂



我們兩人 點點頭 牽牽手兒一同 向前走

說明

1. 音樂 奏
2. 排列 單排圓形面向圖中選兒童數人至圖中一二數對立。
3. 歌詞 動作

1) 提起我們的足	1) 兩手叉腰提起左足。
2) 踏踏踏	2) 踏足三下(左右左)
3) 舉起我們的手	3) 左手叉腰舉起右手。
4) 拍拍拍	4) 在胸前拍手三下。
5) 我們兩人點點頭	5) 圖中兒童一二數點頭時其他兒童在本位點頭。
6) 牽手牽手兒一同向前走	6) 圖中兒童一二數牽手向排頭方向帶或前進其餘兒童拉手成大圈在本位踏足。

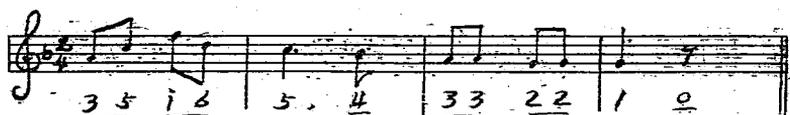
一次做完後另選兒童入圖如是輪流直至每人均有在圖中跳舞的機會。

本教材可將兒童排成一二數面對立之雙排圓形動作可照上述圖中兒童所做之動作進行。

兒童節 7調 3/4



甲 四月的第四天，今天 是四月 第四天 四



乙 月的第四天 快樂的 兒童節，
朋友再見再見，不知那日再能相見，那日再能相見，願在兒童節前

說明

1. 音樂 3/4

2. 排列 雙行圓形，面向舞頭，同伴携內手。

3. 歌詞 動作

甲 (1) 四月的第四天 今天 (1) 內足起(握之手前擺)向前作橫步四步。

(2) 是四月第四天 (2) 外足起(握之手後擺)向前作橫步四步。

(3) 月的第四天 快樂 (3) 同(1)。

(4) 兒童節 (4) 同(2)。

乙 (5) 朋友再見再見 (5) 兩人對立互握右手搖動三次，作與友別握手狀。

(6) 不知那日再能相見，那日再能相見，願在兒童節前 (6) 各自拍手一下後即向左轉(如是兩人成相友方向)作鹿跳步前進至同樣相遇為止(或前進至音樂停止為止，不論相遇者為舊同伴或新同伴。)

高興娃 D調 4/4

1 3 3 5 5 | 1 — | 7 6 5 4 | 3 — 0

我有特長得高，我有時變得矮，

3 5 1 — | 1 5 3 — | 5 5 5 5 5 | 5 —

有時高，有時矮，請朋友猜一猜。

說明

1. 音樂 4/4

2. 排列 單排圓形面向圓中選一名為盲者一兒為領袖站在圓中。

3. 歌詞

—— 動作

- | | |
|------------|--|
| (1) 我有特長得高 | (1) 兩臂漸漸上舉及騰起雙腳。 |
| (2) 我有時變得矮 | (2) 蹲下兩手置膝上縮小。 |
| (3) 有時高有時矮 | (3) 同(1)(2) |
| (4) 請朋友猜一猜 | (4) 兒童們做做領袖所作之動作(或高或矮)
請盲者猜如被盲者攜著領袖代作盲者育者
另指一兒為領袖。 |

(3) 搖啊搖何搖何搖何 (3) 搖船動作如(2)前推後拉共四次
搖啊搖何搖何搖何

(4) 槳一推船可停 (4) 上體後傾槳向後再兩手向前一推然後
又腰蹲下

(二) (1) 我們怎樣旅行我 (1) 全體攜手向左右順圓前進如(一)U
們怎樣旅行

(2) 騎馬前進騎馬前進 (2) 左足在前作跑馬步八次

(3) 得得得得得得得得 (3) 右足在前作跑馬步八次

得得得得得得得得

(4) 慢步行時馬可停 (4) 右足在前作跑馬步三次末一拍時左足併上

(三) (1) 我們怎樣旅行我 (1) 全體攜手向排頭方向前進完了時向右轉成一
們怎樣旅行 一行

(2) 乘火車乘火車 (2) 每八人一組為一火車(人與人間靠近)兩
臂前微屈兩肩輪流按拍繞圈如輪狀左右
足輪流踏足共八次

(3) 滋滋滋滋滋滋滋滋 (3) 同(2)作八次

滋滋滋滋滋滋滋滋

(4) 慢慢行時車可停 (4) 同(2)祇做三次末一拍時左足併上

(四) (1) 我們怎樣旅行我 (1) 全體攜手向排尾方向前進
們怎樣旅行

(2) 乘汽車乘汽車 (2) 每四人搭肩成一汽車向前踏步八次

(3) 嗚嗚嗚嗚嗚嗚嗚嗚 (3) 同(2)惟向前走十六踏步

嗚嗚嗚嗚嗚嗚嗚嗚

(4) 慢慢行時車可停 (4) 同(2)做六步至末步時足併上

- (2) (1) 我們怎樣旅行，我們怎樣旅行 (1) 全體攜手向排頭方向前進。
- (2) 坐飛機坐飛機 (2) 各人兩臂側平舉做足尖步向前進八步。
- (3) 項項項項項項項項 (3) 各人兩臂側平舉向前小跑步上禮帽擡起
項項項項項項項項 落如魚躍狀重複一次。
- (4) 慢慢降低降下地 (4) 兩臂側舉慢步六步上禮漸漸降下。

註：(1) 關於交通工具其餘如汽船滑杆轎子馬車——等等可由學生自由提出表演並可作分組遊戲每組表演交通工具一種使其他各組猜。

- (2) 本教材足部動作太多恐太疲勞故宜分組試演。
- (3) 本教材動作之快慢教師須視學生之程度而定。

做這個做那個 G 調 3/4

我的朋友你在圖中做什麼，做什麼，我的

朋友你在圖中究竟做什麼，做

這個做那個做這個做那個，你們

不要跟我做仔細聽着，我

說明

1. 音樂 3/4
2. 排列 單排圓形面向圖中選一光為領袖站在圖中
3. 預備 領袖自選動作甲乙兩種(滑稽而有趣)在唱做這個時做動作甲唱做那個時做動作乙。
4. 歌詞 動作
 - (1) 我的朋友你在圖中 做什麼做什麼。
 - (2) 領袖在圖中做動作甲全體兒童攜手向左作跑跳步，跑步，走步，或滑步。

- | | |
|--------------|----------------------|
| (2) 我的朋友躲在圈中 | (2) 領袖在圈中做動作乙全體兒童攜手向 |
| 究竟做什麼 | 右作跑跳去跳步走去或滑跌 |
| (3) 做這個 | (3) 領袖做動作甲兒童做做也作動作甲 |
| (4) 做那個 | (4) 領袖做動作乙兒童做做也作動作乙 |
| (5) 做這個做那個 | (5) 同(3)(4) |
| (6) 你們不要跟我做 | (6) 領袖雙手搖手叫停止狀兒童們木性踏 |

(7) 仔細聽看我 (7) 右手置右耳旁上體象向左下彎

方法(一) 唱畢領袖說做這個或做那個領袖可任意做着但是兒童們必須照他所說的做決不能照他做的做譬如領袖說做這個那末不管領袖自己做什麼兒童們必須做動作甲如果領袖說做那個那末不管領袖做的是什麼兒童們必須做動作乙誰做錯就是誰代領袖

方法(二) 唱畢領袖說做這個時兒童們跟着領袖做任何動作如叉腰下蹲摸頭捏鼻子拍肩鳥飛蛙跳等等如領袖說做那個時不論領袖做什麼動作兒童們不要做站着當做動作而不做不當做動作而做均為失敗失敗者代作領袖失敗者不只一人時由領袖指定一人代替

盪秋千 子調 3/4

盪 3 盪 5 盪 3 2 盪 5 盪 2 盪 4 盪 3
盪 快 盪 慢 盪 快 盪 慢 盪 快 盪 慢

用力, 用力, 用力, 盪去, 用力, 盪到, 天, 腳 際

認 明

1. 音樂 3/4

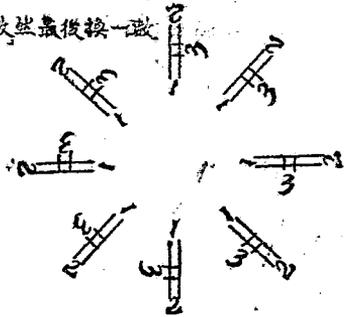
2. 無音 1

2. 排列 三人一組的大圓形，一數對着二數，二數對着三數（盪秋千者）立在秋千架旁，用兩手放在秋千上（一二數的臂上，三數

的一數在後，二數在前，三數在右，如圖）

（系三數動作）一二數依着韻律盪動兩臂，同時身體的重心由一足上移至另一足上，三數作雙臂屈伸，拍推秋千，兩腿隨勢屈伸，唱到末一詞「用力」時，三數在秋千下擦過，到第二次盪快盪慢的強時，三數雙手拍好，置于一對一二數的秋千上。

三數盪過數次後換二數，最後換一數。



拍大麥 子調 2/4

拍大麥小麥拍 拍 拍 大麥小麥拍 阿
 啦 啦 啦 啦 啦 啦 啦 啦

磨 麵粉 大小 饅頭 做 三 百
 啦 三 百 三 百

說 明

1. 音樂 3/4
2. 排列 雙排圓形一二數面相對。
3. 歌詞 動作
 - (1) 拍大麥小麥拍 (1) 兩手在左右腿外側輕拍一次再重拍一次，然後自己的兩手相拍一次，再用雙手拍同伴一次。
 - (2) 拍大麥小麥拍阿 (2) 同(1)
 - (3) 磨磨麵粉大小饅頭 (3) 自己的兩手相拍一次，再以右手拍同伴的右手一次，自己的兩手相拍一次，再以左手拍同伴的左手一次，自己的兩手相拍一次，再以雙手拍同伴的雙手二次。
 - (4) 全體向左(或右)轉成相反方向的雙行圓形，即一行向排頭一行向排尾，自左足起向前作跑步或跑跳步十四個，末兩拍時向前一次對新同伴行幼變單禮。

穿針 G 調 3/8

1 3, 2 1 2 | 3, 1 1 | 3, 2 1 2 | 3, 1.

縫衣服的線一直長對着針眼兒穿上，

1 1 5 4 | 3 2 1 1 | 3 3 2 1 2 | 3 3 1

千針萬針 窸窣縫綉替前方將士做衣裳。

說明

1. 音樂 3/8

2. 排列 全體兒童分成四組每組八人至九人童子站成橫排橫排的左端第一人為線結右端第一人為針線結與針之間的兒童為線。

3. 分段

A. 縫線

針(右端第一人)引着線前進(線結不動)穿過線結的右手與左端第二人的左手所組成的宮形左端第二人順勢左向後轉(手不放)兩手交叉於身前這是縫第一針於是針再引着線穿過左端第二人的右手和第三人的左手所組成的宮形第三人也順勢左向後轉(手不放兩手交叉於胸前)這是縫第二針如是繼續下去直至線縫完為止(即右端第二人向後轉為止如圖)

左端 1-2-3-4-5-6-7-8 右端

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8

B. 折線縫 至此右端第一人放手口線做完時，拉下針然後拍手一下，每
 人舉右臂右向後轉還原仍攜手不放
 注意：折線時線不宜斷（即所牽之手不應放開）
 兩手交叉時右臂在左臂之上

馬來了 C 3/4

馬來了 馬來了 我家寶寶 早來了

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

東看看 西瞧瞧 走一步 跳兩跳

1. 6 5 | 4. 6 5 | 3. 2 3 | 1. 2 1

嚇得貓上屋 鷄上灶 刺叭狗兒 汪汪叫

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

說明

1. 音樂 3/4
2. 排列 單排圓形面向圈中
3. 歌詞

動作

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| (1) 馬來了馬來了
我家寶寶回來了 | (1) 全體向左轉向前作跑馬步八個即向右轉 |
| (2) 東看看 | (2) 左手置額上上體向左轉同時屈膝即還原。 |
| (3) 西瞧瞧 | (3) 右手置額上上體向右轉同時屈膝即還原。 |
| (4) 走一步 | (4) 左足上前一步右足並上。 |
| (5) 跳兩跳 | (5) 兩手叉腰在原地作並足跳兩次。 |

- | | |
|------------------|----------------------------------|
| (6) 嚇得爬上屋 | (4) 左右手足輪流上舉作爬上屋狀。 |
| (7) 鷄上灶 | (5) 兩臂側屈舉肘右足前躍一次肘放下。 |
| (8) 喇叭狗兒汪汪
不叫 | (8) 兩手置兩耳邊手指放鬆如狗耳手指屈伸如
狗耳振動狀。 |

小樂隊 G 調 ¾

1 3 | 5 1 3 | 5 5 3 1 | 5 5 5 5

(一) 小朋 友 敲 起 銅 鼓 向 前 冬 冬 冬 冬

1 3 | 5 1 3 | 5 5 5 5 | 0 0

小朋 友 敲 起 銅 鼓 真 好 聽

5 5 5 5 | 1 3 5 | 5 5 5 5 | 0 1

冬 特 兜 冬 冬 冬 冬 冬 冬 冬 特 兜 冬 冬 冬

5 5 5 5 | 1 3 5 | 5 1 3 5 | 0

冬 特 兜 冬 冬 冬 冬 冬 冬 冬 特 兜 冬 冬 冬

(二) 小朋友 吹起喇叭向前 大大大大 小朋友 吹起喇叭真好聽
大大大大 大大大大 大大大大 底大
大大大大 大大底大 大大底大大

(三) 小朋友打起小鑼向前 鑼鑼鑼鑼 小朋友 打起小鑼真好聽
鑼鑼鑼鑼 鑼鑼鑼鑼 鑼鑼鑼鑼 鑼鑼
鑼鑼鑼鑼 鑼鑼鑼鑼 鑼鑼鑼鑼鑼鑼

說明

1. 音樂 茲

2. 排列 單排圓形面向中央

3. 歌詞

動作

- | | | |
|-----|--|-----------------------------------|
| (一) | (1) 小朋友 | (1) 拍右手 |
| | (2) 敲起銅鼓向前 | (2) 兩手指在胸前搭成圓形如鼓 |
| | (3) 冬冬冬冬冬 | (3) 左右兩食指輪流作打鼓狀 |
| | (4) 小朋友 | (4) 拍左手 |
| | (5) 敲起銅鼓 | (5) 同(2) |
| | (6) 真好聽 | (6) 左手置左耳邊上體器向左前彎 |
| | (7) 冬冬冬冬冬冬冬
冬冬冬冬冬冬冬
冬冬冬冬冬冬冬
冬冬冬冬冬冬冬
冬冬冬冬冬冬冬
冬冬冬冬冬冬冬 | (7) 全體向左轉或單行前進同時左右食指輪流作打鼓狀作時頭表示勇敢 |
| (二) | (8) 小朋友 | (8) 拍右手 |
| | (9) 吹起喇叭向前 | (9) 兩手握空拳右拳在前左拳在後置於口前作準備吹喇叭狀 |
| | (10) 大大大大大 | (10) 向右斜方作吹喇叭狀此時奏動手指 |
| | (11) 小朋友 | (11) 拍左手 |
| | (12) 吹起喇叭 | (12) 兩手握拳左拳在前右拳在後置於口前向左斜方作吹喇叭動作 |
| | (13) 真好聽 | (13) 同(8) |
| | (14) 大大大大大大 | (14) 全體向左轉或單行前進作吹喇叭動作四拍 |

大大大大大大
 大大大大大大
 大大大大大大
 大大大大大大
 大大大大

向左四拍向右再四拍向左再四拍向右。

- (三)
- (15) 小朋友
 - (16) 打起小锣向前
 - (17) 蹄蹄蹄蹄蹄
 - (18) 小朋友
 - (19) 打起小锣
 - (20) 真好聽
 - (21) 蹄蹄蹄蹄蹄
蹄蹄蹄蹄蹄
蹄蹄蹄蹄蹄
蹄蹄
蹄蹄蹄蹄蹄
蹄蹄蹄蹄蹄
蹄蹄蹄蹄蹄
蹄

- (15) 拍右手
- (16) 左手提绳右手执棒作準備打鐘狀
- (17) 左手提繩右手作打鐘五下
- (18) 拍左手
- (19) 右手提繩左手作打鐘一下
- (20) 左手置耳邊上體畧向前彎
- (21) 左手提繩右手打鐘十下
右手提繩左手打鐘七下
左手提繩右手打鐘十下
右手提繩左手打鐘六下
(注意祇每節第一拍用力)

老母鷄 6 B 調 4/4

(一) (母鷄) 誰肯替我播麥種? (鷄) 我不! (鶉) 我不!

(母鷄) 我們去, 我們去, 我們跟媽去播種吧。

(二) (母鷄) 誰肯替我挑麥子, (鷄) 我不! (鶉) 我不! (小鷄) 我們去, 我們去, 我們替媽去挑麥子。

(三) (母鷄) 誰肯幫我磨麵粉, (鷄) 我不! (鶉) 我不! (小鷄) 我們去, 我們去, 我們幫媽去磨麵粉。

(四) (母鷄) 誰肯幫我做饅頭, (鷄) 我不! (鶉) 我不! (小鷄) 我們去, 我們去, 我們幫媽去做饅頭。

(五) (母鷄) 饅頭做好誰要吃, (鷄) 我要! (鶉) 我要! (母鷄) 你們倆都沒有, 小鷄, 你們來吃吧。

說明

1. 音樂 4/4
2. 排列 單排圓形, 面向圈中, 選兒童三人, 一為老母鷄, 一為鷄, 一為鶉, 鷄、鶉站一起, 其餘兒童均為小鷄。

動作

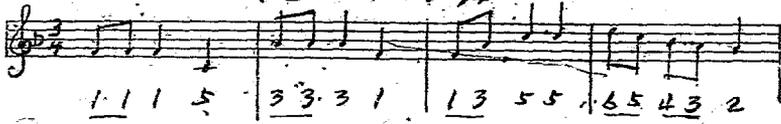
- (1) 誰肯替我播麥種 (1) 母鷄唱時走近鷄, 唱畢伸出雙手請求鷄幫忙。
- (2) 我不 (2) 鷄子表示輕視而不願意, 所以轉過臉去。

- (一)
- (3) 我不 (3) 鴨也不願意也轉過臉去
- (4) 我們去我們去 (4) 母雞很不快樂自己也不來種同時全體小鷄向
我們跟媽去播 左轉前進做母鷄作撒麥種動作做完後即轉
身也 向圈中
- (二) (5) 誰肯替我挑麥 (5) 母雞雙手置肩上作挑麥狀漸走近鴨鷄
子
- (6) 我不 (6) 鴨子搖右手表示不肯
- (7) 我不 (7) 鴨子搖右手表示不肯
- (8) 我們去我們去 (8) 母雞恥着背挑着心裡很不快樂而且又很疲
我們幫媽去挑 遂此時全體小鷄向左轉作挑麥狀作完了轉
麥子 向圈中
- (三) (9) 誰肯幫我磨麵 (9) 母雞對着鴨鷄作磨麵粉狀
粉
- (10) 我不 (10) 鴨子搖頭表示不肯
- (11) 我不 (11) 鴨子搖頭表示不肯
- (12) 我們磨我們磨 (12) 母雞很疲乏的拉着磨同時全體小鷄做母鷄
我們幫媽去 作磨麵粉動作
磨麵粉
- (四) (13) 誰肯幫我做麵 (13) 母雞對着鴨鷄作捏麵狀
頭
- (14) 我不 (14) 鴨子搖雙手表示不肯
- (15) 我不 (15) 鴨子搖雙手表示不肯
- (16) 我們做我們做 (16) 母雞作捏麵粉狀同時全體小鷄做母鷄作捏
我們跟媽去做 麵粉狀

饅頭

- (五) (17) 饅頭做好誰要 (17) 母鷄雙手捧着饅頭，
吃
- (18) 我要 (18) 鴨子雙手置背後合掌作鴨尾搖擺時步向前
表示要吃
- (19) 我要 (19) 鵝上體畧向前傾振動頸子搖擺向前表示要
吃
- (20) 你們何都沒有 (20) 母鷄右手指着鴨與鵝搖首并把雙手抱緊表
示不願送給他們
- (21) 小為娃你們來
吃罷 (21) 母鷄拈右手雙手把饅頭放在地下然後全體
小鷄跑向前然後母鷄叫表欲食及要食吃
懶做的鴨與鵝而走出圈外走時作左右膝輪
流高舉下踏的動作

請客 子調 3/4



(一) 來來來來，來來來來，我的朋友，到我家去。



穿過大街，渡過小河，岸上就是我的家。

- (二) (請客到家) 請進請進，我來介紹，爸爸媽媽，哥哥嫂嫂，
請坐請坐，毋用客氣，用點花生，用點茶，
- (三) (請客散席) 看呀看呀，一群小鳥，忽東忽西，飛來飛去，
一會兒呀，不見了，不知飛到，哪裡去，
- (四) (請客散席) 聽呀聽呀，許多青蛙，鬧鬧鬧鬧，鬧鬧鬧鬧，
跳到岸上，跳到水中，跳來跳去，捉害虫，
- (五) (送客而別) 多謝多謝，打擾打擾，我須回家，時候不早，
伯伯拍安，哥哥嫂嫂，我的朋友，再見罷！

說明

1. 音樂 3/4
 2. 排法：單排圓形面向圈中，一二數為朋友。
 3. 歌詞 動作
- (一) 來來來來 小拍右手
來來來來 大拍左手
我的朋友 兩拍雙手

(4) 到我家去 (4) 上體畧前彎如請客人狀。

(5) 穿過大街 (5) 向前進三步。

(6) 漫過小湖 (6) 兩臂交組于胸前蹲下身軀向左右搖。

(7) 岸上就是 (7) 以右手向右前斜指，目視右前斜方。

我的家

(一) (1) 請進請進 (1) 上體畧前彎作請進狀。

(2) 我來介紹 (2) 上體起。

(3) 爸爸媽媽 (3) 用右手(手掌張開)向右侧擺兩次，同時身體向右轉如介紹爸爸媽媽狀。

(4) 哥哥嫂嫂 (4) 同(3) 惟用左手向左方。

(5) 請坐請坐 (5) 右手向右擺一次，身體向前彎，同時退後二步。

(6) 毋用客氣 (6) 搖頭三次。

(7) 吃点花生 (7) 捏花生給人狀。

(8) 喝点茶 (8) 兩手指在胸前作圓形作茶杯，向前一步時移送茶杯向前敬客。

(三) (1) 看呀看呀 (1) 兩手在背後相握，仰前由左轉向右。

(2) 一群小鳥 (2) 舉右手向上由左指向右。

(3) 忽東忽西 (3) 兩臂左舉上下振同時向左一小步。
兩臂右舉上下振同時向右一小步。

(4) 飛來飛去 (4) 兩臂側舉上下擺動向前兩次。
兩臂側舉上下擺動向後四次。

(5) 再看呀 (5) 同(1)

(6) 勿看見了 (6) 搖手三下。

(7) 不知飛到 (7) 兩臂側舉上下擺動作飛的姿勢，用八個小跳步自轉一

那裡去一週

- (四) (1) 轉呀轉呀 (1) 右手叉腰，身體略向右前，作轉狀。
- (2) 許多青蛙 (2) 右手叉腰，左手(手掌向下)在腹前由右向左擦過目下視。

- (3) 開開開開 (3) 膝下的手置膝上並足輕跳六次。

開開開開

- (4) 跳到岸上 (4) 兩臂前伸同時向左前斜足高跳一次。
- (5) 跳入水中 (5) 兩臂前伸同時向右前斜足向前連跳一次。
- (6) 跳來跳去 (6) 向前後並足跳各一次手叉腰。
- (7) 跳言止 (7) 雙手由地上捧起作吃害虫狀。

- (五) (1) 多謝多謝 (1) 向左鞠躬。
- (2) 打擾打擾 (2) 向右鞠躬。
- (3) 我須回家 (3) 用六個跑步自轉一週。

時候不早

- (4) 伯伯伯母 (4) 向左行幼童單禮。
- (5) 哥哥嫂嫂 (5) 向右行幼童單禮。
- (6) 我的朋友 (6) 一二數向前三步握手分步再鬼罷。

小英雄 G 調 4/4 第一樂段

日本鬼子到處去 我們不能再裝聾
飛機大炮 雖然亮 我們不怕 挺着胸

哥哥 弟弟 嫂嫂 叔叔 大家起來 去衝鋒
拿起刀槍 帶手榴彈 大家一齊 向前衝

向前衝 向前衝 不退後 不放鬆

我們都是 大中華 的小英雄

說明

1. 音樂 4/4
2. 排列 單排圓形, 面向中間。
3. 歌詞 動作
 - (1) 日本鬼子到處去 (1) 兩手叉腰向前二踏步 (左右) 起立重踏三下 (左右左)
 - (2) 我們不能再裝聾 (2) 兩手叉腰退後二步 (右左) 再重踏三下 (右左右)

(3) 哥哥弟弟

(3) 左手叉腰右手拍手二下

(4) 妹妹妹妹

(4) 右手叉腰左手拍手二下

(5) 大家起來

(5) 全體拉手同時踏足二下

(6) 去衝鋒

(6) 左臂前後屈在腰前右臂前舉(畧彎)手心向上一足前出立作拳槍狀上體前傾向前衝三姿

(7) 飛機大炮雖然快

(7) 兩臂側平舉(握槓)兩手叉組後斜上平左膝跪下(大炮)拍手三下

(8) 我們不怕挺着胸

(8) 兩手叉腰搖頭兩次右手拍胸一下

(9) 擡起刀槍

(9) 右手握拳前上屈於肩前大拇指翹起如擡槍狀

(10) 卷手溜彈

(10) 右手按左腰際如摸手溜彈狀

(11) 大家起來向前衝

(11) 同(5)(6)

(12) 向前衝

(12) 全體向左轉成平行動作如(6)

(13) 向前衝

(13) 同(6)

(14) 不退後

(14) 同(6)

(15) 不放鬆

(15) 同(6)

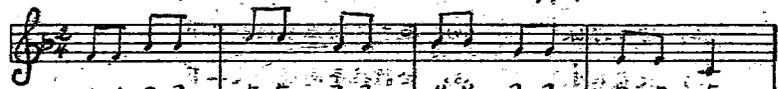
(16) 我們都是

(16) 全體向右轉左右手由胸前向前而側撥過

(17) 大中華的小英雄

(17) 右手拍胸一下拍胸右足向前重踏一步同時揮拳(大拇指翹起)向前

農家樂 子調 2/4



春天到了 春風吹 花開草長 蝴蝶飛



小麥苗兒 起秀了 桑葉兒真肥

- (一) 夏天到了農事忙 採了桑葉又插秧 每天早起勤耕種 歸來帶月光。
- (二) 秋天到了稻上場 穀子堆滿金黃身 雖說又辛苦 心裡却安康。
- (三) 冬天到了雪花飛 新做棉衣暖 又經一年農事忙 過了飽暖笑盈盈。

說明

1. 音樂 2/4

2. 排列 單排圓形 面向圓心

3. 歌詞 動作

- (一) 1) 春天到了 1) 拍手四下。
- (二) 2) 春風吹 2) 兩臂上舉或鬆向左右搖擺上體順身彎動。
- (三) 3) 花開草長 3) 兩手在胸前相合，手腕相接，手指向上分開，合成圓形如花盤後兩臂由左向右擺一次。
- (四) 4) 蝴蝶飛 4) 兩臂側展兩肘上下振動并在原位作小跑步三下。
- (五) 5) 小麥苗兒起秀了 5) 兩臂前舉（收鞋）掌向上上體下蹲而後漸漸起立（蹲時右足在前）兩臂順勢而起。
- (六) 6) 桑葉兒真肥 6) 兩手手指在胸前擺成圓形。

- (二) (1) 夏天到了 (1) 拍手四下。
- (2) 農事忙 (2) 兩手叉腰在本位踏步三步。
- (3) 採了桑叶
又插秧 (3) 右手叉腰左手上舉作採桑叶狀。
眼睛向上看，然後左手叉腰，右手向右前斜作插秧狀，同時上體順勢下彎，立即還原手叉腰。
- (4) 每天早起 (4) 左足向左前斜出，兩手握拳置肩上，上體左前斜
勤耕種 (4) 兩臂順勢下擺，作鋤田狀(鋤田動作作兩次)。
- (5) 歸來帶月
光 (5) 右手握拳置肩上，如荷鋤頭，左手置背後，便步向排
頭方向前進，行時眼睛看着月亮。
- (三) (1) 秋天到了 (1) 拍手四下。
- (2) 稻上場 (2) 挑担前進三步。
- (3) 穀子堆滿
黃金黃 (3) 兩臂由胸前向前舉，然後向側舉而下垂。
- (4) 身雖疲乏
又辛苦 (4) 兩臂交叉抱胸前，兩手按齊下，身體放鬆頭下垂，如
疲勞狀。
- (5) 心裡却安康 (5) 兩手拍胸，面現笑容，垂在本位踏步。
- (四) (1) 冬天到了 (1) 拍手四下。
- (2) 雪花飛 (2) 兩臂前舉，左右臂交互作上下振的動作。
- (3) 新做棉衣
暖又輕 (3) 兩臂在胸前交組，兩手拍肩。
(左手拍右肩，右手拍左肩)。
- (4) 一年農事
忙過了 (4) 兩臂由胸前向上舉，而側而下垂。
- (5) 輪蹄笑盈盈 (5) 全體拉手前進五步，至末一步時，高舉拍手，頭向後
看，挺胸，面現喜色。

有印
所翻
權准
版不

重慶青木閣

印刷者 教育部國民體育委員會

發行者 教育部國民體育委員會

校審者 高梓

編著者 陳韻蘭

主編者 教育部國民體育委員會

每冊實價 元正

唱遊(一冊)

中華民國三十四年十二月初版

58

