

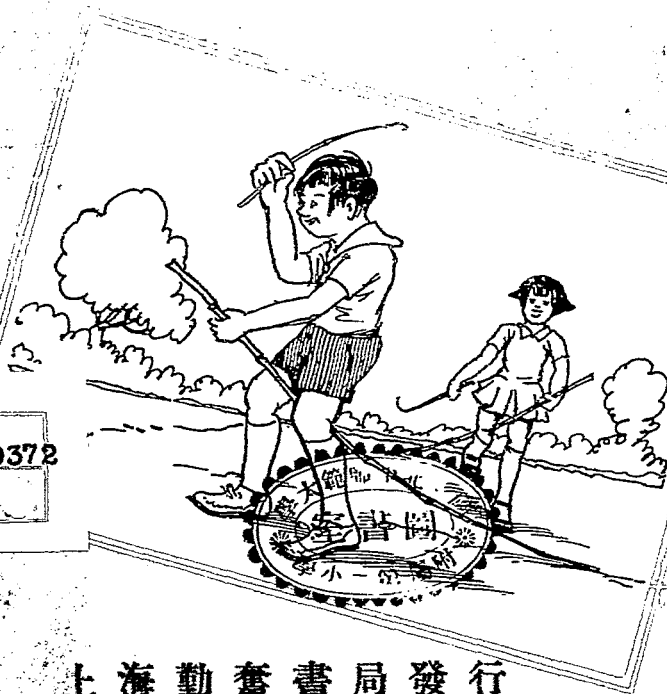
570  
45  
1

新課程標準小學體育教本

# 摹仿遊戲

低年級適用

王 庚 編 著



196.90372  
.17-4

上海勤奮書局發行



體 育 叢 書

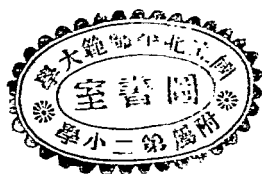
新課程標準小學體育教本

# 摹 仿 遊 戲

(低年級適用)

王 庚 編 著

(江蘇省立教育學院體育主任)



上海勤奮書局發行

## 新課程標準

### 「小學體育教本編輯要旨」

推究吾國民族體質衰弱的原因，雖有多端，但小學體育的不發達，實爲其主因。當在天機活潑遊戲本能次第表現的兒童時代，若不與以適當的體育訓練，忍把他的天機汨滅，本能消失，豈不大謬？待既汨滅既消失後，欲再挽回，恐費千鈞之力，已是無濟。所以，現在全國各省市各縣區的運動會，雖頻年舉行，民衆運動場所，雖次第增設，結果運動依然是少數人的娛樂，健康依然是少數人的專利品。

論外表，小學校中，何嘗不注重體育呢！每週定有正課，按時教學之不足，又有早操及課外運動的補充；一校單獨運動會之不足，又有分區及全縣聯合運動會的舉行。在教育當局，總算盡教學和鼓勵的能事了。論實際，則小學體育的實施，各自爲政，取材教法，漫無標準，運動的種類不全，分量的輕重失當，程度的高下不分，幾乎所在皆是。即兒童對於體育課，既沒有什麼興趣，體育課對於兒童身體，也沒有什麼效益。對教育上的價值，更是談不到了！

二十一年教育部做了一件重要工作。聘請專家，確定小

學體育課程標準，十月二十日公佈，並規定自二十二年度第一學期起實施。歷久不能解決的小學體育課程問題，才得統一合理的標準，據此以行，不難打破從前混亂的局面，而漸入於光明之路。

但是，教育部頒布課程標準，是第一步工作，要實現這標準，還須有第二步工作。第二步工作是什麼呢？是教本的編訂。因為沒有切合的教材與教法，標準是決不能夠實現的，舊時出版的體育書籍，陳腐支離，用以實現新標準，正似方枘圓鑿，緣木求魚。所以，這編訂教本的第二步工作，是現時最重要最切實的工作。

本局素以促進民族健康的使命自負，努力編印「體育叢書」，作實際的提倡，對於這件編訂小學體育教本的重要工作的完成，當然責無旁貸。但是，我們知道這件重要工作，不是草率所能了事，所以我們在事前經詳細的規劃，決定三個要旨：（一）質量要精，須與新標準脗合無間。（二）分量要多，使教育者應用不盡。（三）富有彈性，適應各地小學校的情形。根據這個要旨，我們便確定下列的辦法：

（一）求質的精 所以，根據小學體育課程標準中作業的類別，分別延請對於小學體育富有研究和經驗的體育專家，擔任著述，出其所長，蔚為巨編。

(二)求量的多 所以先擬定各類材料相當的分量，就這相當的分量，再增加倍數，以成合理的豐富。講到教材的類別，小學體育課程標準中，定有下列各學年作業要項：

類別 學年	遊 戲	舞 蹈	運 動	其 他	附 註
第一・二學年	一、唱歌遊戲 二、故事遊戲 三、追逐遊戲(包括拍人遊戲) 四、拳擊遊戲 五、翻技(如跳繩、豆袋等) 六、繩土遊戲	七、聽琴動作 八、簡易土風舞	九、模仿運動 十、遠足，登山等	十一、姿勢訓練 十二、備操	一、足球，籃球，由年齡較高的兒童採用。 二、課外運動以課內運動時間和個人自由活動為主。
每週時間	150分				
第三・四學年	一、追逐遊戲 二、競技(如跳繩等) 三、競爭遊戲 四、拳擊遊戲 五、繩土遊戲	六、歌舞 七、土風舞	八、模仿運動 九、機巧運動 十、簡單的球類運動 十一、田徑運動 (1)短跑(2)跳 跳(3)遠(5) 遠高(4)立定 跳遠 十二、遠足登山等	十三、姿勢訓練 十四、備操	
每週時間	150分				
第五・六學年	一、競技(如跳繩、豆袋等) 二、競爭遊戲 三、繩土遊戲	四、歌舞 五、土風舞	六、球類運動 七、田徑運動 八、器械運動 (1)低架高架 各種跳法 (2)墊上運動 九、游泳 十、遠足，登山等	十一、姿勢訓練 十二、備操	
每週時間	180分				

不過對各要項的分量支配，教育部現正通令徵集各省市教育廳局的意見，尙未確定公佈；而新標準實施在即，編訂教本，勢難再延。本局鄭重起見，特邀請專家多人，擬一各類材料分量的百分比列表如下：

第一二學年		第三四學年		第五六學年	
材料類別	百分比	材料類別	百分比	材料類別	百分比
唱歌遊戲	一五	追逃遊戲	一〇	競    技	五
故事遊戲	一五	競    技	五	競爭遊戲	一〇
追逃遊戲	五	競爭遊戲	一〇	鄉土遊戲	五
摹仿遊戲	五	摹擬遊戲	五	歌    舞	五
競    技	五	鄉土遊戲	五	土風舞	一五
鄉土遊戲	五	歌    舞	五	球類運動	一〇
聽琴動作	一五	土風舞	一五	田徑運動	一〇
簡易土風舞	五	模仿運動	一〇	器械運動	一〇
模仿運動	一五	機巧運動	五	游    泳	五
遠足登山	五	簡單的球類運動	五	遠足登山	五
姿勢訓練	五	田徑運動及遠足登山等	五	姿勢訓練	一〇
準備操	五	姿勢訓練	一〇	準備操	一〇
		準備操	一〇		

這百分比數，係根據各類運動性質，與兒童身心發育的狀態而定，配合很為精密，與將來教育部所頒布，即有出入，也極微細。分量定了，我們再商請各著述者依據百分比數，力求內容的豐富，多的增加一倍，少的也增加三分之一，務使教授者之於材料，展卷即是，應用裕如。

(三)求富有彈性 所以，全書不取按時定課，程序呆板的編制。而用因材施教，前後一貫的編制。但於年級的高下，程度的淺深，仍井然有序。例如：遊戲中的唱歌、故事、追逃、摹仿、競技、鄉土等類，各分訂成冊，各冊按定年級順次排列。這種編制，教者可在學期開始時，照上表的百分比數，選配各年級本學期需用的教材，開列細目，為次第教授實施的依據。這樣，各校可自為伸縮，因地因時因人而制宜，不受教本的拘束，得免削足就履的弊病。

我們照上述的辦法，集許多人的精力，積半年餘的工作，才成此整個的小學新體育教本。至於小學體育標準的價值，能否發揮無遺？兒童受到這種訓練，將來能否成為健全的國民？我們還不敢自信。希望擔任小學體育課的先生們，替我們實驗！並把實驗的結果，告訴我們！指正我們！



## 例 言

⊖本書材料，乃依照教育部最近頒行之小學體育課程標準編輯。

⊖本書所編教材，質量方面，力求其精；數量方面，亦增加一倍以上，以便教者自由採擇。

⊖依照小學體育課程標準，第一二年級遊戲教材分六種。第三四年級分五種。第五六年級分三種。但因各兒童遊戲本性發達程序之不同，因之分量上亦應稍分上下。例如第一二年級，唱歌遊戲自宜較競技遊戲爲重，因兒童此時競技本性還未十分發達也。茲將各年級所用教材之百分比，列表如左：

### (甲)第一二年級之遊戲

1.唱歌遊戲	26%
2.故事遊戲	26%
3.追逃遊戲	12%
4.摹仿遊戲	12%
5.競技遊戲	12%
6.鄉土遊戲	12%

### (乙)第三四年級之遊戲

1. 追逃遊戲	25%
2. 競技遊戲	20%
3. 競爭遊戲	25%
4. 摹擬遊戲	15%
5. 鄉土遊戲	15%

(丙)第五六年級之遊戲

1. 競技遊戲	25%
2. 競爭遊戲	50%
3. 鄉土遊戲	25%

④本書所編教材，以培養兒童勇敢，敏捷，忍耐，誠實，公正，快活等個人品格，並犧牲，服務，和協，互助等團體精神為目標，其他一切陳舊教材，概未採入。

⑤本書為便於教師採用起見，說明力求詳盡，並附以略圖多種，以資參證。

⑥本書內各種遊戲名稱，均為編者所自定，如有不適合地方情形者，教師可隨時更改。

⑦本書所載的尺寸，教師亦可酌量實際情形，自由伸縮。例如在都市之小學生，且年齡較鄉村小學生大多數為低，則鄉村之尺寸，不妨增加少許。

⑧對於興趣特別濃厚教材，可以常做。

- 
- ④有許多教材，是全使兒童同時動作的，有許多教材是以次運動。中間可以有休息的機會。凡全體同時動作之教材，宜用於冬季，其餘用於春秋各季。
- ⑤凡做一種遊戲，如須用器具等設備。宜事前準備妥當。
- ⑥凡低年級兒童遊戲，宜先引起兒童遊戲之動機，引起動機之方法，可先和學生談話問答。
- ⑦遊戲規則。最好和學生共同規定，本書所載，不過舉個例子而已。
- ⑧各種遊戲在實行以前，均宜試演一次。
- ⑨遊戲之分組，宜視人數多少而定，如規定二十人爲一組，則四十人可分二組，六十人則宜分爲三組。如仍分爲二組，則運動者中間休息之時間過長，興趣減少矣。
- ⑩分隊遊戲，欲免遊戲者混雜之弊，可用下面各法：
1. 脫去一隊之帽。
  2. 繞手巾或紅綠帶於一隊之手臂。
  3. 一隊之袖口反轉。
- ⑪如要增加興趣，有時可用下面各法分隊：
1. 以身體之長，短，適中而分隊。
  2. 以身體之胖，瘦，適中而分隊。
  3. 以面貌之美，惡，適中而分隊。

4. 以鈎鼻，塌鼻，直鼻而分隊。

5. 以膚色之黑，白而分隊。

6. 以髮之長，短而分隊。

㊦教師可酌量前形，而改變遊戲內容而適多數人之應用。如貓捕鼠。可有數鼠數貓，如此則在短時間內，可使全體學生，都有加入遊戲之機會，而興味濃厚多矣。

㊧遊戲時，教師最好亦加入共同動作，以提起學生的運動精神。

㊨本書所編教材，均註明幾年級應用，教師採用時極為便利。

㊩遊戲時，有多種要有一個開始員。如追逃遊戲開始時，一定要有一人做追者。以編者經驗，學生多不願為之。如有此種困難可用下面各法以選擇之。

1. 教師第一個做開始員。

2. 排列成單行橫隊賽跑，最後一人到者，做開始員。

3. 立定跳遠，跳得最近者一人做開始員。

4. 做正反動作，有錯誤者做開始員。

㊪本書有不妥當的地方，尚祈當代專家，加以指正。

926.90372  
1952.11

# 摹 仿 遊 戲

## 目 錄

### 一年級

(1) 登高.....	1
(2) 洗衣服.....	2
(3) 造房子.....	3
(4) 割麥.....	4
(5) 遠足.....	5
(6) 踏雪.....	6
(7) 打獵.....	7
(8) 蹣跚.....	8
(9) 拉黃包車.....	9
(10) 小貓叫.....	10
(11) 槓水桶.....	11
(12) 小木匠.....	12

### 二年級

(1) 踢小足球.....	13
(2) 操兵操.....	14
(3) 騎竹馬.....	16
(4) 盲人認獸.....	17
(5) 地上爬行.....	18
(6) 矮人走路.....	19
(7) 老人橫物.....	20
(8) 無線電話.....	21

229466

## 一年級適用

### 登 高

#### 一． 上 山

⊖引起動機： 教師說：今天的氣候很好，我們爬山去好嗎？

⊖摹仿動作： 做爬山姿勢的動作。

#### 二． 到 山 頂

⊖教師說： 現在我們已到達山頂了，大家唱一個歌好嗎？

⊖動 作： 擇小朋友會唱的歌溫習一次，並表演動作。

#### 三． 下 山

⊖教師說： 現在時間已不早了，我們下山去吧！

⊖動 作： 跑步。

#### 四． 休 息

⊖教師說： 大家很吃力了，休息一下吧。

⊖動 作： 呼吸運動。

## 洗 衣 服

### 一． 換 衣

⊖引起動機： 教師說：小朋友的衣服常常換嗎？你們會換嗎？

⊖摹仿動作： 摹做脫衣，穿衣的動作。

### 二． 洗 衣

⊖教師說： 衣服換下來，我們自己洗好嗎？

⊖動 作： 摹仿洗衣服的動作。（兩足分開，稍蹲下，左右手握拳前後摩擦。）

### 三． 絞 衣

⊖教師說： 衣服洗清潔了，要把水絞去。

⊖動 作： 摹仿絞衣服的動作。

### 四． 提 衣 籃

⊖教師說： 衣服絞好了，把它放在衣籃內，提回去。

⊖動 作： 摹仿提衣服的動作。（先作右手提籃，上體向左彎。再作左手提籃，上體向右彎。）

### 五． 晒 衣

⊖教師說： 衣服把它晒在竹竿上好嗎？

⊖動 作： 摹仿晒衣服的動作。（兩手向上舉，並左右擺動。）

### 六． 收 衣

⊖教師說： 衣服乾了，把它收下來吧。

⊖動 作： 摹仿收衣的動作。

### 七． 休 息

⊖教師說： 大家吃力了，休息一下吧！

⊖動 作： 做呼吸運動。

## 造 房 子

### 一． 運 物

- ⊖引起動機： 我們住的房子，是木匠瓦匠造的，我們也來造一所房子好嗎？請大家快快去先積木料。
- ⊖摹仿動作： 摹仿運物的各種動作。（兩手放在肩上向前進行。）

### 二． 打 樁

- ⊖教師說： 起房子要牢固，牆腳根要打得牢，現在大家快快打樁。
- ⊖動 作： 摹仿打樁的動作，口呼[哼唷][哼唷]。

### 三． 造 牆

- ⊖教師說： 樁已打得很牢了，現在大家造牆吧。
- ⊖動 作： 摹仿造牆的動作。（蹲下，用左右手向地上拾物，再一一堆起的動作。）

### 四． 粉 刷 牆 壁

- ⊖教師說： 牆已起好了，還要石灰把他粉刷一下。
- ⊖動 作： 摹仿粉刷牆壁的動作。

### 五． 休 息

- ⊖教師說： 大家很吃力了，休息休息吧！
- ⊖動 作： 做深呼吸運動。



## 割 麥

### 一． 出 發

⊖引起動機：現在田裏的麥都熟了，大家去割好嗎？

⊖摹仿動作：大家整隊出發。

### 二． 到 目 的 地

⊖教師說：現在已到了麥田了，大家分開來工作。

⊖動 作：散開蹲下，做預備割麥的姿勢。

### 三． 割 麥

⊖教師說：諸位小朋友，大家開始割麥好嗎？

⊖動 作：摹仿割麥的動作。（蹲下先右手割，再左手割。）

### 四． 槓 麥

⊖教師說：麥都割完了，大家槓回去好嗎？

⊖動 作：摹仿槓東西前進的動作。（左右手放在肩上，向前進行。）

### 五． 打 麥

⊖教師說：麥已槓回來了，現在大家把麥子打下來。

⊖動 作：仿效打麥的動作。（先左足向前一步，左右手相握由後面向上高舉向下擊十次，再相反方向行十次。）

### 六． 收 集

⊖教師說：麥已打下來了，大家把他收集起來。

⊖動 作：摹仿在地上掃麥的動作。

### 七． 休 息

⊖教師說：大家很吃力了，休息休息吧。

⊖動 作：做呼吸運動。

## 遠 足

### 一． 整 隊

⊖引起動機： 教師說：今天風和日暖，外面的風景很好，諸位小朋友出去玩玩好嗎？

⊖摹仿動作： 整隊開步走。

### 二． 到 樹 林 處

⊖教師說： 現在我們已到了樹木很多的地方，大家折些樹枝玩玩好嗎？

⊖動 作： 摹仿折樹枝的動作。

### 三． 攀 樹

⊖教師說： 小貓能攀樹，諸位小朋友會攀嗎？

⊖動 作： 摹仿攀樹的動作。

### 四． 捉 蝴 蝶

⊖教師說： 這個地方美麗的蝴蝶很多，大家捉幾個回去好嗎？

⊖動 作： 摹仿捉蝴蝶的動作。

### 五． 遇 雨

⊖教師說： 不好了，天恐怕要下雨了，大家快些回去吧。

⊖動 作： 跑步。

### 六． 返 校

⊖教師說： 現在已到校了，大家休息一下吧。

⊖動 作： 做呼吸運動。

## 踏 雪

### 一． 踏 雪

⊖引起動機： 外面的雪落得厚了，景緻很好，我們踏雪去好嗎？

⊖摹仿動作： 做跑步的動作。

### 二． 賞 雪

⊖教師說： 諸位小朋友，前面的雪景何等的美麗呀！

⊖動 作： 摹仿遠眺身體左右擺動的姿勢。

### 三． 做 雪 人

⊖教師說： 這裏的雪很白很厚，大家做一個雪人好嗎？

⊖動 作： 大家蹲下做雪人。（兩手叉腰，同時兩足蹲下。）

### 四． 槓 雪 人

⊖教師說： 雪人做得很好，大家把他槓得走好嗎？

⊖動 作： 摹仿槓東西的動作。（兩手放在肩上，向前進行。）

### 五． 舒 氣

⊖教師說： 大家槓得很吃力了，現在休息一下吧！

⊖動 作： 呼吸運動。

## 打 獵

### 一． 上 山

⊖引起動機： 教師說：今天天氣很好，我們上山打獵去好嗎？

⊖摹仿動作： 教師率領學生做上山姿勢的動作。（上體向前彎，同時向前進行。）

### 二． 到 山 頂

⊖教師說： 我們已到了山頂了，大家應當拍手快樂。

⊖動 作： 大家做拍手原地踏足的動作。

### 三． 視 察

⊖教師說： 我們到山頂是來打獵的。現在請大家視察視察。有沒有什麼小動物。

⊖動 作： 兩手叉腰，做左右轉體的動作。

### 四． 遇 兔

⊖教師說： 大家看前面有兔子來了，大家快快去捉。

⊖動 作： 做向前奔跑及捉的動作。

### 五． 下 山

⊖教師說： 現在我們已捉到許多兔子，大家把他槓下山去。

⊖動 作： 肩上用槓重物的姿勢，同時口呼「哼唷」「哼唷」的口號。

### 六． 舒 氣

⊖教師說： 大家都很吃力了，休息休息吧！

⊖動 作： 作呼吸運動。

## 鑿 鑿 鑿

⊖人 數： 二十人到三十人。

⊖用 具： 鼓棒二枝。

⊖遊戲方法： 將學生分爲甲、乙、兩隊，排列成單縱行，場地上劃一條線，名曰起跑線，起跑線前五米處，用粉筆畫兩個鼓形，預備時，甲乙隊排頭手各持鼓棒，動令下後，排首即跑向前立有圖處，口呼「鑿鑿鑿」，同時作擊鼓動作三下，立即跑回，將棒交於同隊第二人，第二人照法行之，何隊先完者勝。

⊖遊戲規則：

1. 擊鼓時必呼鑿鑿鑿，並要做出擊鼓的姿勢。
2. 跑時棒不能落在地上。
3. 交棒要在起跑線後。

## 拉黃包車

### 一． 拉 車

⊖引起動機： 教師說：諸位小朋友黃包車會拉嗎？

⊖摹仿動作： 摹仿拉黃包車向前跑的動作。

### 二． 上 橋

⊖教師說： 現在前面有一頂橋，大家用力向上拉。

⊖動 作： 上體向前彎，努力向上拉的姿勢。

### 三． 下 橋

⊖教師說： 上橋容易下橋難，大家當心拉。

⊖動 作： 上體挺直向後稍仰起，兩手伸直，向前慢走。

### 四． 休 息

⊖教師說： 大家休息一下再拉吧。

⊖動 作： 呼吸運動。

## 小 貓 叫

- ⊖人 數： 二十人到三十人。
- ⊖用 具： 無。
- ⊖遊戲方法： 將學生排列或單行圓陣，面向中央，另請一人爲小貓。預備時，各人蹲下，小貓蹲在任一人的面前。動令下後，則小貓向之作貓叫三聲，各人須皆大笑，但與小貓對立之人不能笑，如有錯誤，則互換位置。
- ⊖遊戲規則： 小貓可作種種之怪聲。

## 槓 水 桶

- ⊖人 數： 三十人到五十人。
- ⊖用 具： 木棒兩根。
- ⊖遊戲方法： 將學生分爲甲、乙、兩隊，各成雙行縱隊立於起線後。起線前七米再畫二條短線。預備時，兩隊第一伍各將棒之一端，槓在肩上，一前一後，作槓水桶的樣子。動令下後，即槓向前，繞過短線，再槓回，將棒交本隊第二伍，第二伍照法行之，何隊先完者勝。
- ⊖遊戲規則： 1. 兩人槓的時候中途不能分開。  
2. 交棒處在起線後。



## 小 木 匠

⊖人 數： 二十人到四十人。

⊖用 具： 短木棒二根。

⊖遊戲方法： 將學生分爲甲、乙、兩隊，各成單行縱隊立於起線後，起線前七米處，放木棒兩根。動令下後，兩隊排頭即跑向木棒處，左手拿起木棒，右手模仿鋸子鋸棒的動作三下，將木棒放在原處，然後跑回，拍排二，排二照法行之，何隊先完者勝。

⊖遊戲規則： 1. 鋸木時必鋸三下。  
2. 拍手處在起跑線後。

## 二年級適用

### 踢小足球

#### 一． 出 場

⊖引起動機： 教師說：諸位小朋友，我們今天踢小足球好嗎？

⊖摹仿動作： 大家出發，做跑跳步的動作。

#### 二． 踢 球

⊖教師說： 現在大家先練習踢球。

⊖動 作： 做踢球向前進行的動作。（先右足踢，後左足踢。）

#### 三． 踢球進球門

⊖教師說： 現在有人犯規了，要踢罰球。

⊖動 作： 用右足踢球，腿要舉得高。

#### 四． 踢 高 球

⊖教師說： 踢高球，諸位小朋友會嗎？

⊖動 作： 做左右舉足高踢的姿勢。

#### 五． 進 攻

⊖教師說： 現在大家進攻，一定要使球踢進球門去，諸位小朋友努力！

⊖動 作： 向前跑步，並做出有球在足上盤的姿勢。

#### 六． 休 息

⊖教師說： 大家很吃力了，休息休息吧！

⊖動 作： 大家做呼吸運動。

## 操 兵 操

### 一． 整 隊

⊖引起動機： 教師說：諸位小朋友，今天來練習兵操好嗎？

⊖摹仿動作： 整隊走步。

### 二． 托 槍

⊖教師說： 諸位小朋友，會拿槍嗎？

⊖動 作： 摹仿托槍舉槍諸動作。

### 三． 放 槍

⊖教師說： 槍已會托會舉了，會放槍嗎？

⊖動 作： 摹仿瞄準放槍諸動作。

### 四． 跑 步

⊖教師說： 槍放出去很準，現在練習跑步好嗎？

⊖動 作： 做跑步的動作。

### 五． 跪 倒

⊖教師說： 打起仗來，敵人距離近的時候，要跪倒以避敵人目標，你們會做嗎？

⊖動 作： 摹仿跪倒的動作。

### 六． 臥 倒

⊖教師說：敵人再近的時候，要臥倒，諸位小朋友會做嗎？

⊖動 作：摹仿臥倒的動作。

七． 衝 鋒

⊖教師說：待敵人相遇的時候，要衝鋒前進。

⊖動 作：摹仿持槍衝鋒的動作。

八． 勝 利

⊖教師說：我們打勝仗了，應當慶祝勝利。

⊖動 作：大家歡呼中華民國萬歲。

九． 舒 氣

⊖教師說：大家休息休息舒舒氣吧！

⊖動 作：做呼吸動作。

## 騎 竹 馬

- ⊖人 數： 十人至六十人。
- ⊖用 具： 小竹竿每人一支，長約三四呎。
- ⊖遊戲方法： 將學生排列成單行橫隊，立於起跑線前，起跑線前再劃一線曰終點線，中間相距二三十米。預備時，各人兩腿分開，將小竹竿放在兩腿中間，如騎馬狀。動令下後，即向前跑，何人先達到終點線者為第一，次為第二，再次為第三。
- ⊖遊戲規則： 1. 預備時足不能踏出起跑線。  
2. 竹竿不能落地。  
3. 竹竿的一端用手握住，另一端落在地上。

## 盲人認獸

- ⊖人 數：二十人到三十人。
- ⊖用 具：手巾一塊。木杖一根。
- ⊖遊戲方法：將學生排列成單行圓陣，面向中央。另請一人爲盲人，以巾蒙眼。預備時，盲人持木杖，其餘的人手牽手向右方圍繞作跑跳步進行。動令下後，大家立定，盲人用杖隨意指着一人，這人就出來執住木杖之他端，做出一種獸類叫的聲音來，如鷄叫，貓叫，犬叫等。盲人待他叫後，要指出是何人。如被猜中，則互換位置，猜不中再重做。如三次猜不中，則罰唱歌一則。另請他人做盲人。
- ⊖遊戲規則：
1. 做獸鳴的隊員，不能露出本來的聲音來。
  2. 做獸鳴的隊員，可以蹲下或起踵做長人，使盲人不能在身體長短上辨別此人。
  3. 盲人不能用手去摸被指出的隊員。

## 地上爬行

- ⊖人 數： 由二十人至三十人。
- ⊖應用器具： 無。
- ⊖遊戲方法： 這是小兒初學行路時常有的動作。教師令學生排列成單橫行，兩手着地，兩膝跪在地上，頭向上仰，勸令下後，則向前爬行，距離由五米至十米，如用比賽的方法，則分學生為甲、乙、兩隊，先爬到終點者為優勝。
- ⊖遊戲規則： 1•爬走時不能妨礙他人之進行。  
2•爬走時兩手不能離地。
- ⊖應注意之點： 本遊戲最好在地板上或草地上行之。

## 矮人走路

⊖人 數： 由二十人至四十人。

⊖應用器具： 無。

⊖遊戲方法： 將學生排列成雙行縱行，兩膝蹲下，用足尖向前行路。如要增加學生的興趣，則同時可用兩手捏住自己的耳朵向前跑，十分有趣，如用比賽的方法，則可分學生為甲、乙、兩隊，成單行橫行，距離為二十米，先跑到者為優勝。

⊖遊戲規則：

1. 跑時兩足不能直立。
2. 跑時上體須保持直立的姿勢。
3. 如因場地小人數多的時候，可分組行之，每次五人或十人比賽。

1. 進行時須足尖跑。



## 老人槓物

⊖人 數： 二十人到四十人。

⊖用 具： 豆囊三個。

⊖遊戲方法： 場上先畫一條起跑線，線前七米處，畫小圓圈三個，然後將學生分爲甲、乙、丙、三隊。各成單行縱隊，立於起線後。預備時，各隊排頭，各將豆囊一個，放在右肩上，上體前彎，右手放在右膝蓋上，左手放在左膝蓋上，像老人槓物的樣子。動令下後，即向前跑，跑至圓圈處，將豆囊放在圈內，再跑回以手拍排二，排二照法跑向前，將豆囊槓回交第三人。第三人照排頭之法行之。如此一來一往，何隊先完者勝。

- ⊖遊戲規則：
1. 跑時兩手必放在膝蓋上，不能直立。
  2. 豆囊放在肩背上，不能落下。
  3. 放豆囊一定要放在圈內。
  4. 交豆囊與拍手均在起跑線後。

## 無 線 電 話

- ⊖人 數： 二十八到三十人。
- ⊖用 具： 無。
- ⊖遊戲方法： 將學生分爲甲、乙、兩隊，各成單行縱隊，兩隊中間相距三十呎。教師立在兩隊排頭的前面，約三十呎。預備時，甲乙隊排頭跑至教師處，教師用低音告以一語或二語，如『今天回家以後，須洗一個澡。』等簡單語。動令下後，排頭即跑回用低音告訴排二，排二照樣傳給排三，以次傳下去，傳至排尾，排尾即跑至教師處立定。用低語告教師。以何隊先到而未錯誤者爲勝。
- ⊖遊戲規則： 1.傳話時不能給第三人聽到。  
2.傳話時其他人不能詢問。

勤奮書局體育叢書

新程準  
課標

# 小學體育教本全書目錄

## (一) 遊 戲 類

書 名	適用級	編 著 者	冊數	價 格
唱歌遊戲	甲編 低	上海東亞體育專門學校教授 潘伯英	一	四 角
唱歌遊戲	乙編 低	小學體育音樂專家 胡敬熙	一	五 角
故事遊戲	低	上海市立第一體育場編輯 項翔高	一	三角八分
摹仿遊戲	低	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	二 角
追逃遊戲	低中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三 角
摹擬遊戲	中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	一角五分
競爭遊戲	高中	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三角五分
競技遊戲	低中高	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	四 角
鄉土遊戲	低中高	江蘇省立教育學院體育主任 王 庚	一	三角八分

## (二) 舞 蹈 類

聽琴動作	低	小學體育音樂專家 胡敬熙	一	四 角
小歌 舞	中	中國女子體師校長 杜宇飛 中國女子體師教授 郁 茲	一	五 角

小學	歌 舞	高	中國女子體操校長 杜宇飛 中國女子體操教授 邵茲	一	五 角
小學	土 風 舞	低中	中國女子體育 師範學校校長 杜宇飛	一	五 角
小學	土 風 舞	高	中國女子體育 師範學校校長 杜宇飛	一	五 角
(三) 運 動 類					
	模 仿 運 動	低中	上海市教育局 體育視察 邵汝幹	一	四角五分
小學	機巧運動	中	江南體育 師範教授 鄒吟廬	一	四 角
	小 足 球	高中	湖南省立第一師 範學校體育指導 陳奎生	一	二角八分
小學	田徑運動	高中	體育著作家 阮蔚村 東亞體育專教務主任 孫和寶校	一	三 角
小學	遠足登山	低中 高	體育著作家 阮蔚村 上海市教育局體育視察 邵汝幹校	一	二角八分
小學	器械運動	高	湖南省立第一師 範學校體育指導 陳奎生	一	二角八分
小學	游 泳	高	體育著作家 阮蔚村 中國游泳研究會會長 俞斌棋校	一	三 角
小學	籃 球	高	體育著作家 阮蔚村 兩工女子體操校長 陸澄華校	一	三角五分
小學	排 球	高	體育著作家 阮蔚村 東南女體育專教務主任 秦醒世校	一	三角二分
(四) 其 他					
小學	姿勢訓練	低中 高	上海市立第一 體育場編輯 項翔高	一	三角五分
小學	準備操	低中 高	上海教育局 體育視察 邵汝幹	一	三角五分

# 勤奮書局體育叢書目錄

## (一) 體育學理

- |            |  |
|------------|--|
| 體育原理       | 中央大學體育科主任 吳蘊瑞 合著 精裝 二元二角<br>北平師範大學體育系主任 袁敦禮 合著 平裝 一元六角 |
| 體育行政       | 國立中央大學體育教授 金兆均著 二元二角                                   |
| 人體測量學      | 復旦大學體育主任 時事新報運動編輯 蔣湘青 著 一元九角<br>東亞體育專教授                |
| 運動場建築法     | 江南體育學校校長 王復旦著 一元四角                                     |
| 體育場之建築及設備  | 東北大學體育科教授 吳蘊瑞著 二元八角                                    |
| 世界體育史略     | 南開大學體育主任 章輯五著 六角                                       |
| 遠東運動會歷史與成績 | 運動著作家 阮蔚村 著 九角五分<br>全國體育協進會主幹 沈嗣其 校                    |
| 小學體育之理論與方法 | 湖南省立第一師範體育指導 陳奎生著 一元七角                                 |
| 中學運動會指南    | 江南體育師範校長 王復旦著 六角                                       |
| 小學運動會指南    | 小學體育專家 項翔高著 六角半  |
| 按摩術與改正操    | 中央大學體育教授 金兆均 合著 二元九角<br>湖南省立一師體育指導 陳奎生                 |
| 早操與課間操     | 中央大學體育教授 金兆均 合著 五角<br>湖南省立一師體育指導 陳奎生                   |
| 德國復興早操     | 江蘇省立體育場編輯 錢照元 合譯 五角<br>上海中等學校體育聯合會主席 陸超千               |

健康教育實施法	江蘇民衆教育 學院體育主任	王庚著	一元四角
民衆體育實施法	江蘇民衆教育 學院體育主任	王庚著	一元四角
晨操教材	成都大學體育主任	彭禮南著	七角
童子軍體操	成都大學體育主任	彭禮南著	七角
運動救急法	運動著作家 東亞體育專門學校教授 暨	阮蔚村著 蔣湘于校 汪子岡校	六角半
運動衛生	運動著作家 東亞體育專門學校教授 暨	阮蔚村著 蔣湘于校 汪子岡校	六角
體育場指南	上海市立第一公 共體育場場長	王壯飛著	七角
舞蹈入門	愛國女學舞蹈教授	沈明珍著	九角
舞蹈新教本	愛國女子中學舞蹈教員	蔣佩蕊 陳奕蘭 著	一元

## (二) 運動訓練

田徑賽訓練法	國立中央大學體育教授	張恆編	二元
田徑賽裁判法	江南體育師範學校校長	王復旦著	六角
五項十項訓練法	運動著作家 國立青島大學體育主任	阮蔚村著 邵更生校	九角半
足球訓練法	中央大學體育教授 蘇省立鎮江公共體育場長	吳邦偉著	九角
足球規則問答	中央大學體育教授 蘇省立鎮江公共體育場長	吳邦偉著	三角
足球成功術	英國足球家	亨脫著	五角

籃球訓練法	中央大學體育教授 蘇省立鎮江公共體育場長	吳邦偉著	九角
女子籃球訓練法	滬江大學體育主任 山東大學體育指導	宋君復著	一元四角
美國籃球新術	美國體育記者 上海中華裁判會會員	白爾勤 原著 張國勳 合譯 錢一勤	四角半
籃球裁判法	美國籃球指導 光華大學體育主任	菲克爾 著 彭文餘 譯	六角
游泳訓練法	上海青年會游泳指導	錢一勤著	二元四角
游泳成功術	英國游泳名指導 中國游泳會指導	英國海傑著 俞魏祺 校	六角
網球訓練法	第七八九屆遠東運動會中華網球隊指導	馬德泰著	五角
鐵爾登網球術	美國網球教練	波魯斯著	五角
網球要訣	美國女網球家	白耶女士著	七角
世界網球家 <small>獲盛談</small>	世界網球專家	馬迪夫人 海倫雅各白女士著 錢登	四角半
林寶華網球 <small>成功史</small>	體育記者	蔣槐青編	三角
邱飛海網球 <small>成功史</small>	體育記者	蔣槐青編	三角
劉長春短跑 <small>成功史</small>	體育記者 青島大學體育教授	蔣槐青編 宋君復校	三角
排球訓練法	運動著作家	阮蔚村著	九角
棒球訓練法	南華體育會幹事棒球專家	蔡慧一著	在印刷中
女子壘球訓練法	山東大學體育指導	宋君復著	印刷中
女運動員 <small>臨前</small>	世界女運動著名健將	人見絹枝著	九角

越野跑訓練法	江南體育師範學校校長 王復旦著	四角
競走訓練法	光華大學體育指導 陸翔千著	六角
乒乓訓練法	上海乒乓聯合會會長 俞斌祺著	四角
考而夫訓練法	考爾夫專家 姚蘇鳳著	六角
中小學體育 <small>課程標準</small>	教育部公佈	一角半
國民體育 <small>實施方案</small>	教育部公佈	一角

### (三) 各種運動最新規則

最新 <small>田徑賽</small> 規則	中華全國體育協進會審定	二角
最新男子籃球規則	中華全國體育協進會審定	二角
最新女子籃球規則	中華全國體育協進會審定	二角
最新壘球規則	中華全國體育協進會審定	一角半
最新足球規則	中華全國體育協進會審定	一角
最新網球規則	中華全國體育協進會審定	一角
最新男女排球規則	中華全國體育協進會審定	一角
最新游泳規則	中華全國體育協進會審定	一角
最新萬國乒乓規則	中華全國體育協進會審定	一角
最新業餘運動規則	中華全國體育協進會審定	八分



體育叢書

新課程標準小學體育教本

摹仿遊戲

(低年級適用)

此書有著作權翻印必究

中華民國二十二年十月出版

一冊全定價大洋貳角正

(函購國內加掛號寄費一角一分國外三角五分)

編著者	王	庚
發行人	馬	崇淦
總發行所	勤奮書局	上海法租界勞神交路三九二號
門市部	勤奮書局	上海英租界四馬路五五四號
代售處	全國各大書局	

