

3—6 岁幼儿必读



翻绳游戏

ZHONG GUO SHAO NIAN ER TONG CHU BAN SHE



中国少年儿童出版社

目 录

一 翻绳图案

六瓣花 2

洗脸盆 3

一个菱形 4

二个菱形 6

三个菱形 8

四个菱形 10

二 翻绳游戏

单人松紧带 ... 12

双人松紧带 ... 13

双人翻绳 14

单人翻绳 16

三 翻绳魔术

单人脱绳 18

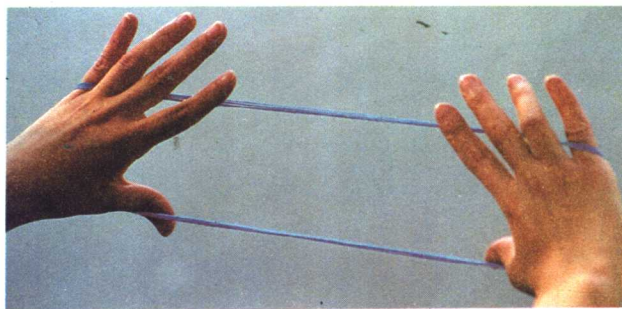
双人脱绳 20

翻绳游戏

黛 翎 编
沈 铭 摄影

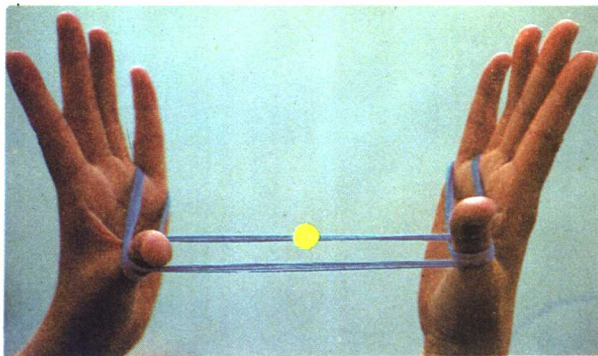
中国少年儿童出版社

六 瓣 花

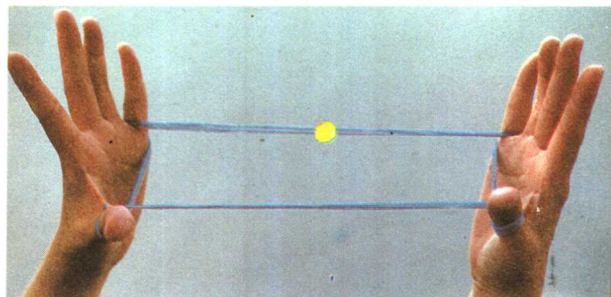
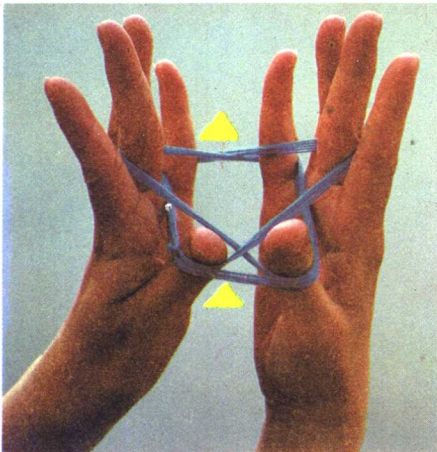


1. 双手的大拇指和小拇指向下撑绳。

3. 双手的小拇指挑带●的绳。

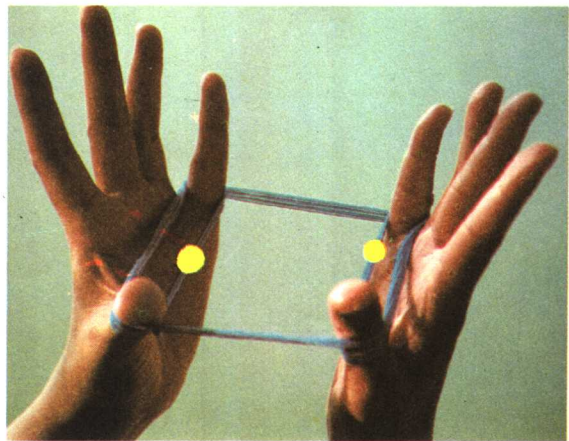


5. 双手的大拇指和小拇指褪下带▲的绳。

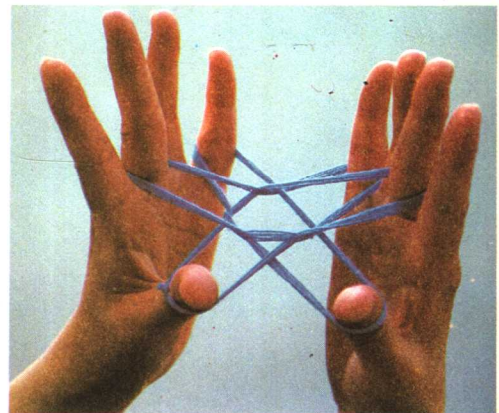


2. 双手由里向外翻绳。
双手的大拇指挑带●的绳。

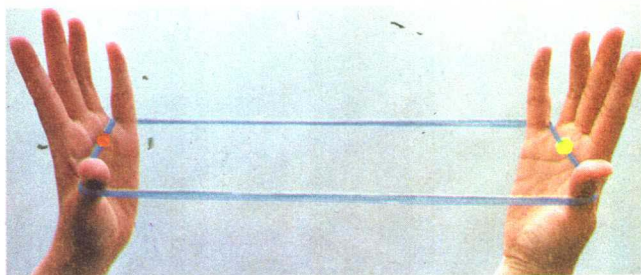
4. 双手的中指分别挑带●的绳。



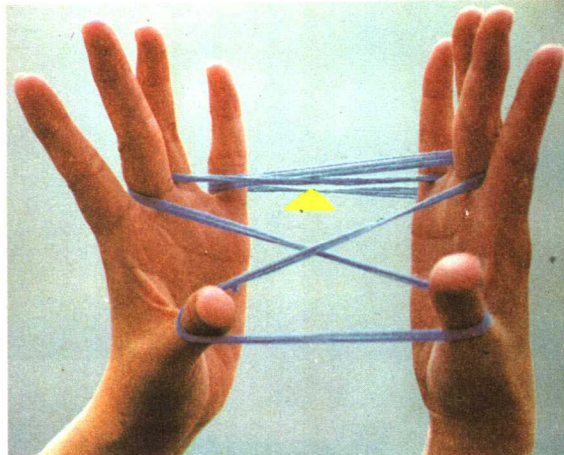
6. 完成。



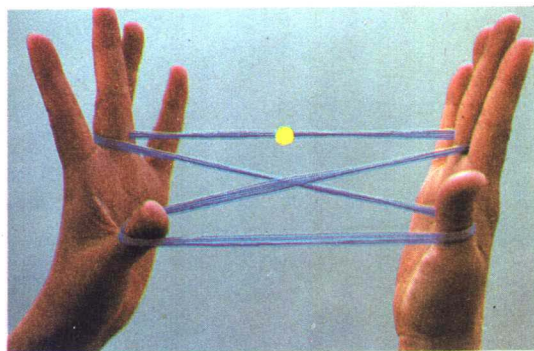
洗脸盆



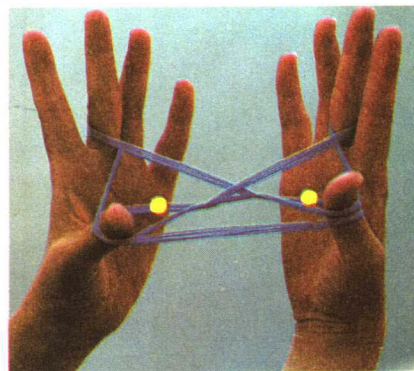
1. 双手的大拇指和小拇指撑绳。
双手的中指分别挑带●的绳。



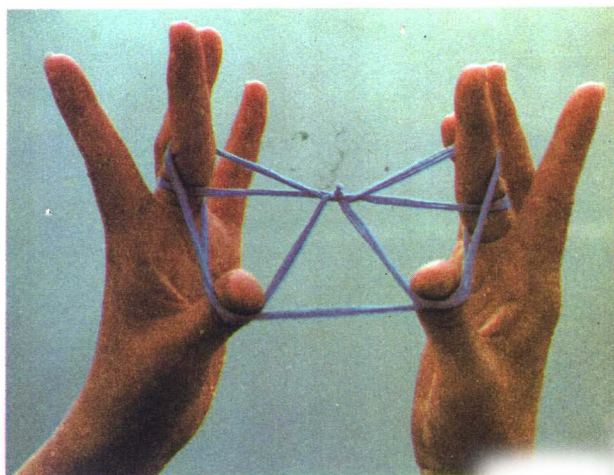
2. 双手的小拇指褪下带▲的绳。



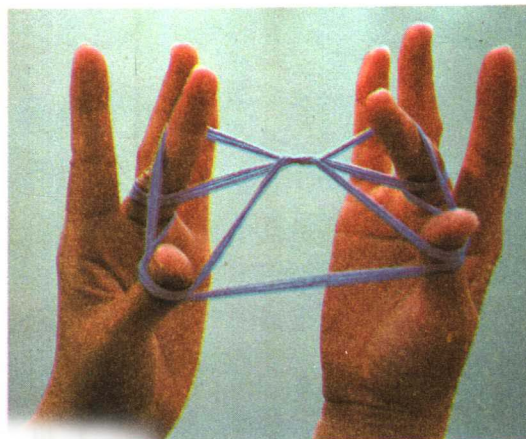
3. 双手的大拇指从
绳下掏挑带●的绳。



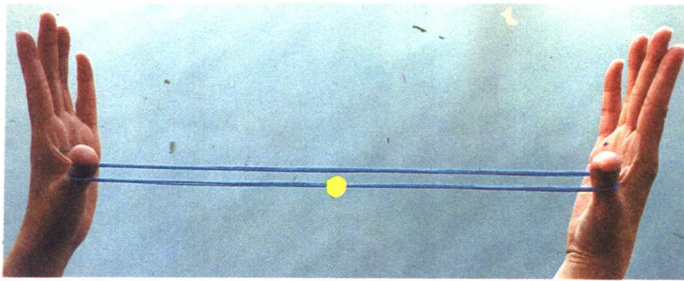
6. 完成。



4 ~ 5. 双手的中指挑带●的绳。

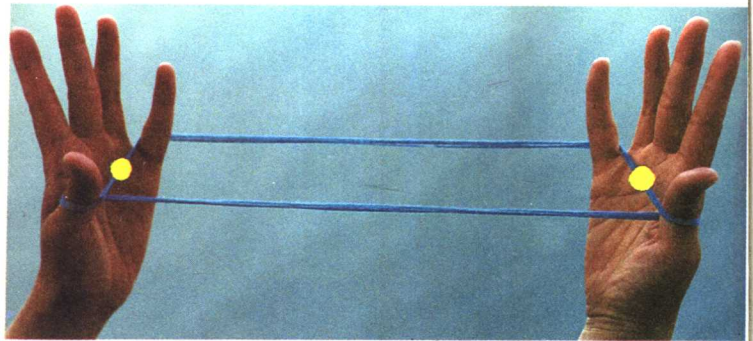


一个菱形

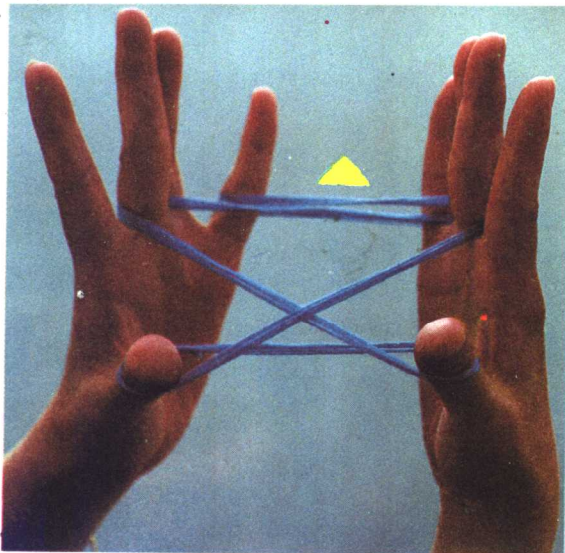


1. 双手的大拇指撑绳，双手的小拇指挑带●的绳。

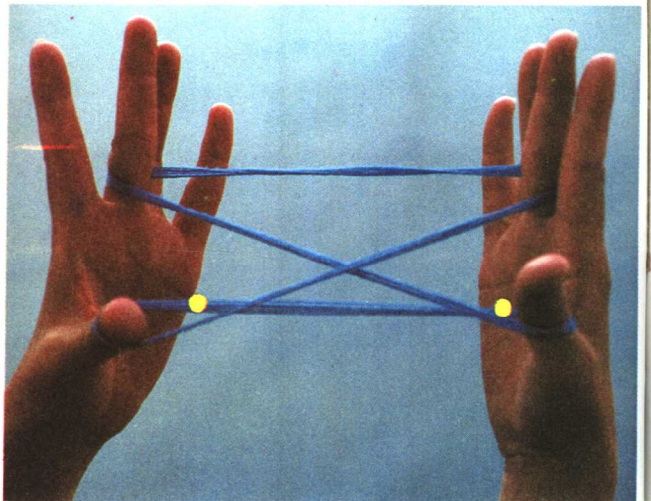
2. 双手的中指挑带●的绳。

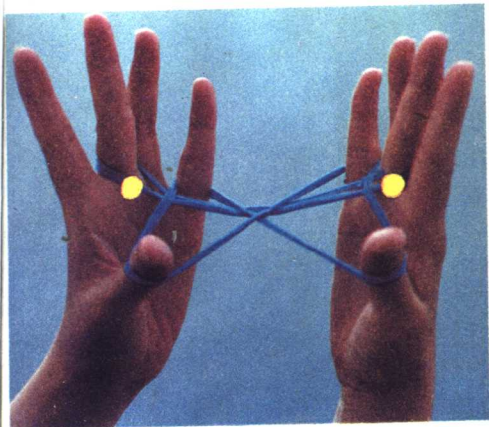


3. 双手的小拇指褪下带▲的绳。

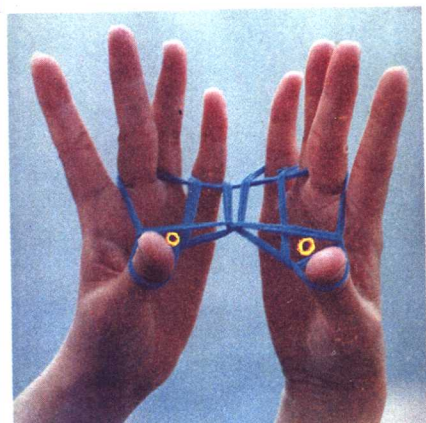


4. 双手的小拇指挑带●的绳。

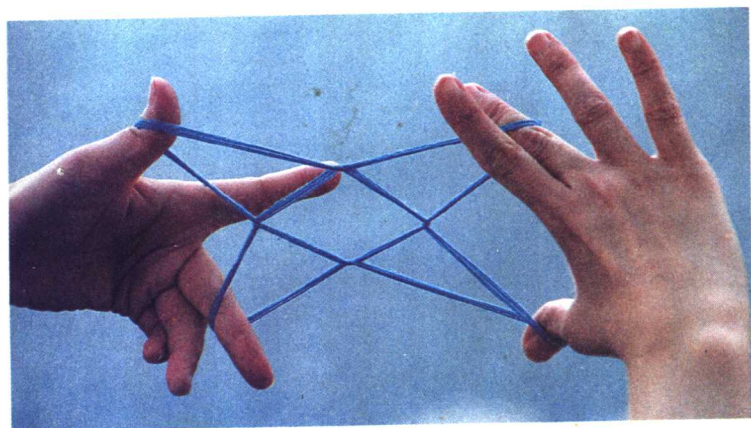




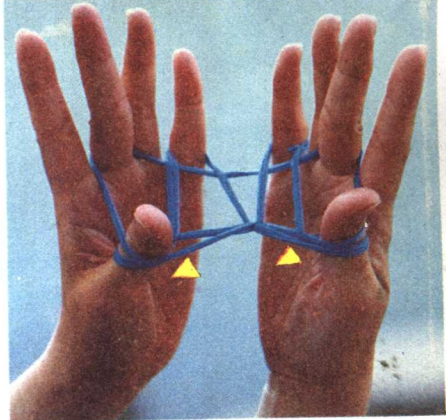
5. 双手的大拇指挑带●的绳。



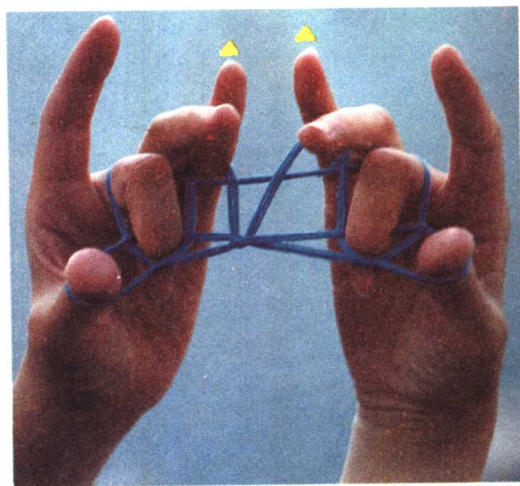
7. 双手的中指插进带○处。



6. 双手的大拇指褪下带▲的绳。

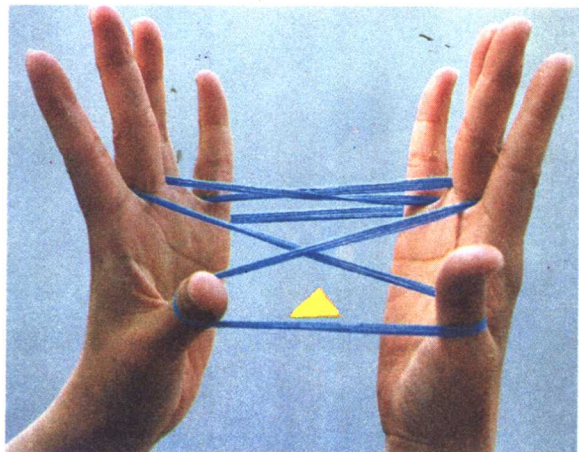


8. 双手的小拇指褪下带▲的绳。

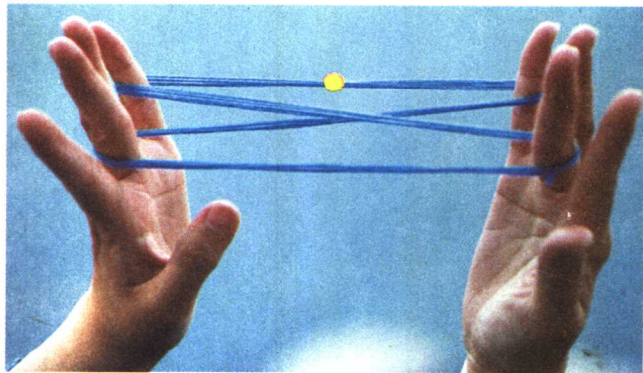


9. 右手外翻。

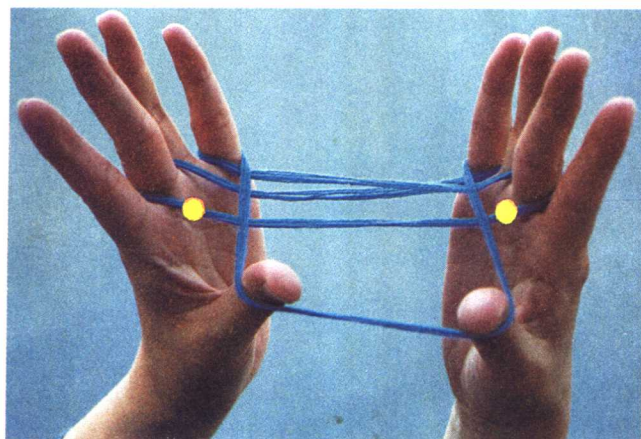
二个菱形



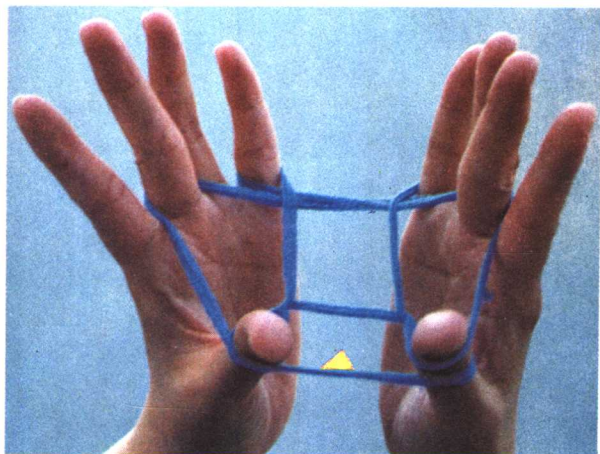
1. 双手撑绳, 双手的大拇指褪下带▲的绳。



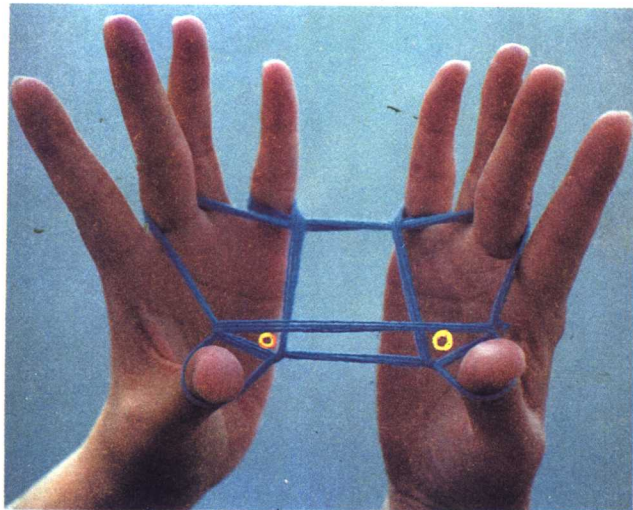
2. 双手的大拇指挑带●的绳。



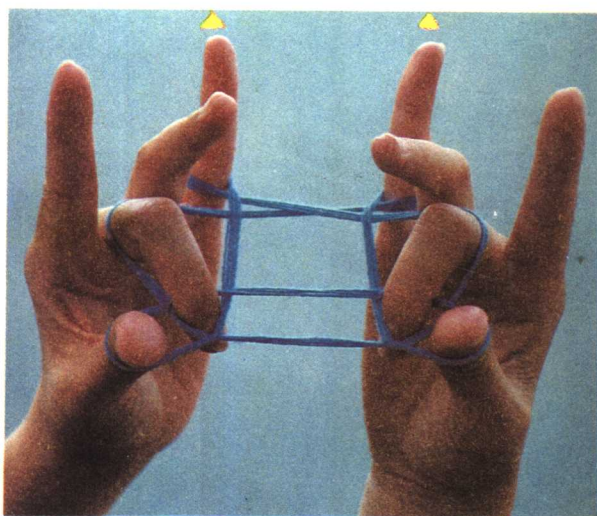
3. 双手的大拇指挑带●的绳。



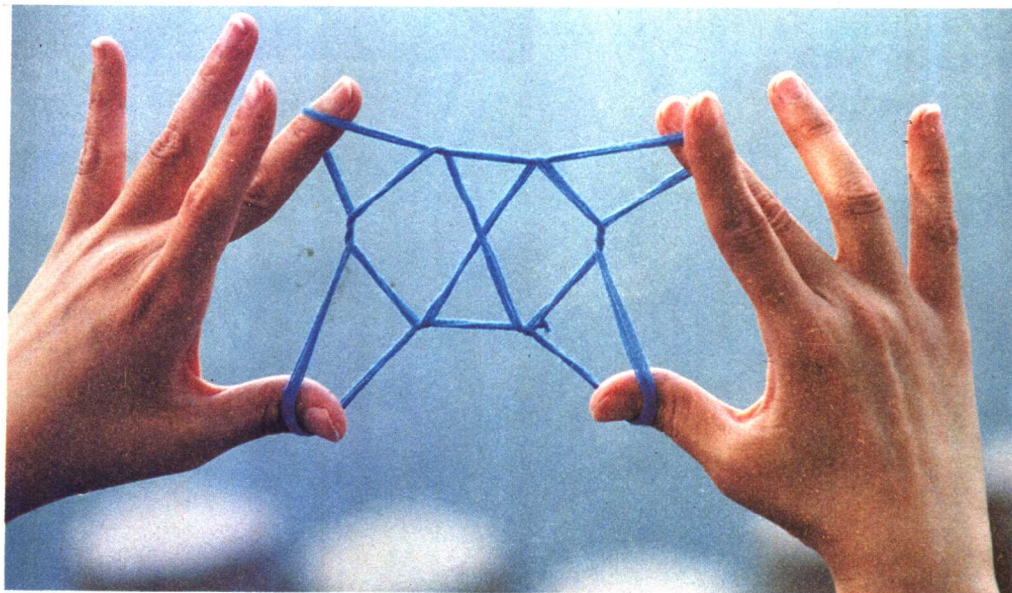
4. 双手的大拇指褪下带▲的绳。



5. 双手的中指插进带○处。

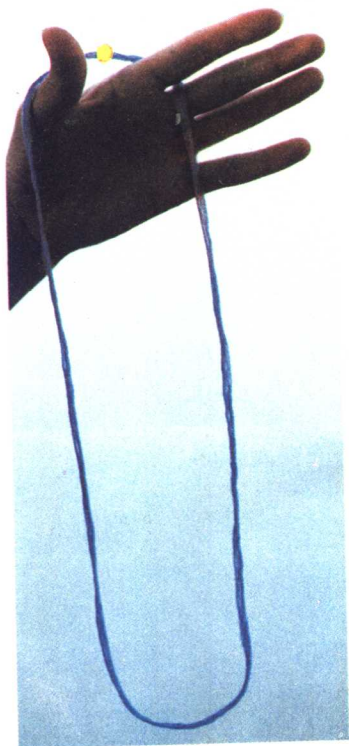


6. 双手的小拇指褪下带▲的绳。

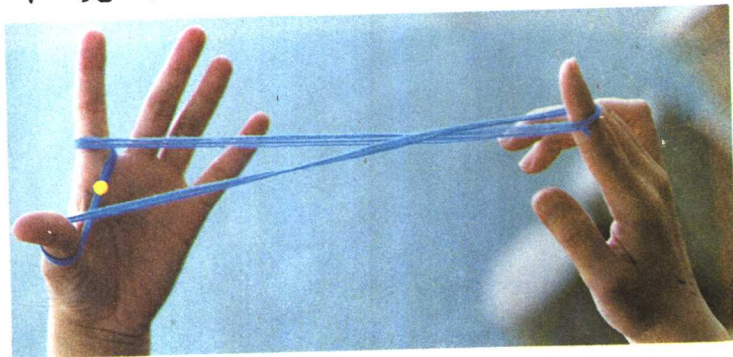


7. 双手外翻。

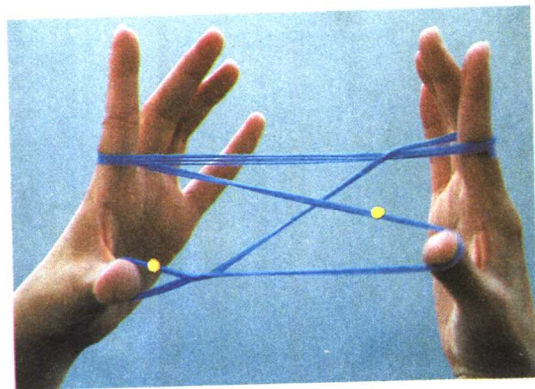
三个菱形



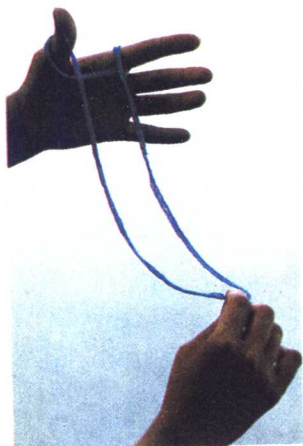
1 ~ 2. 绳子套在左手的大拇指和食指上。右手的大拇指和食指拉带●的绳。



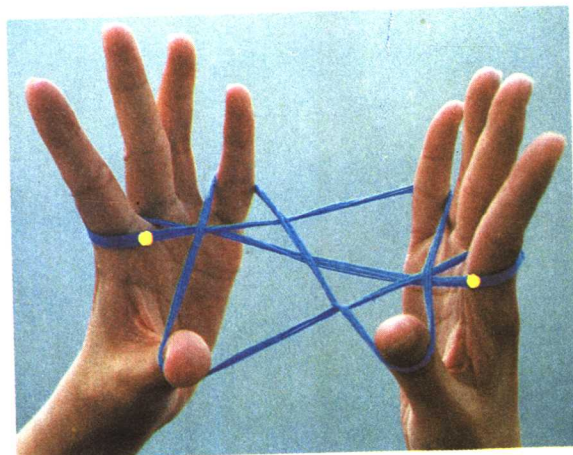
3. 右手的大拇指挑带●的绳。

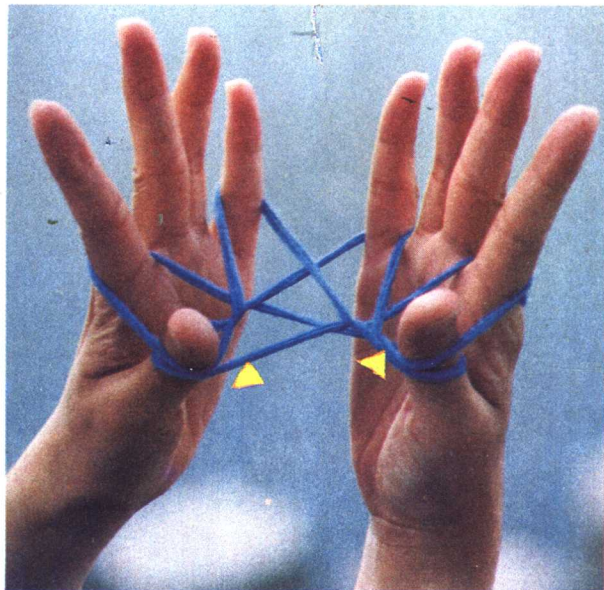


4. 双手的小拇指挑带●的绳。

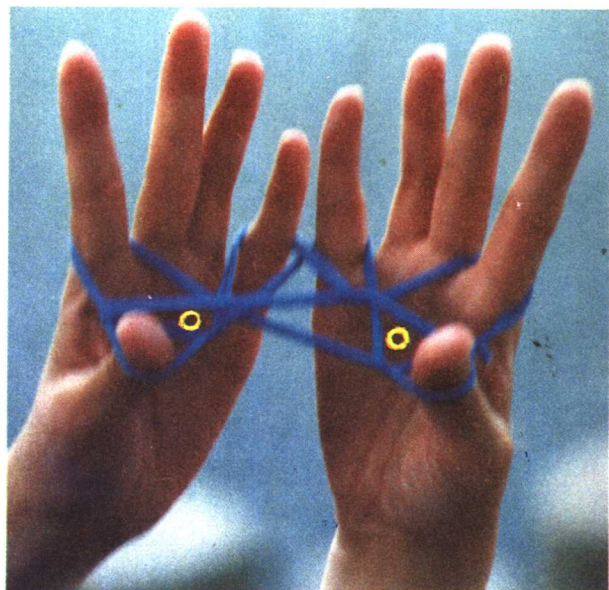


5. 双手的大拇指挑带●的绳。



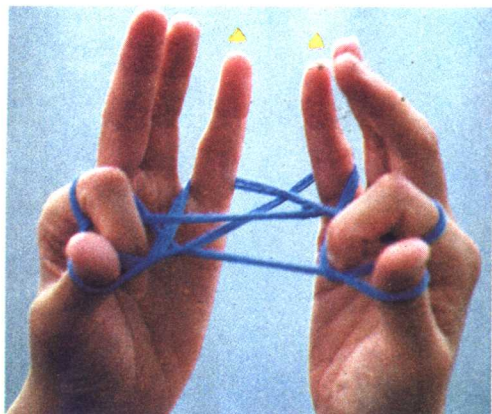


6. 双手的大拇指褪下带▲的绳。

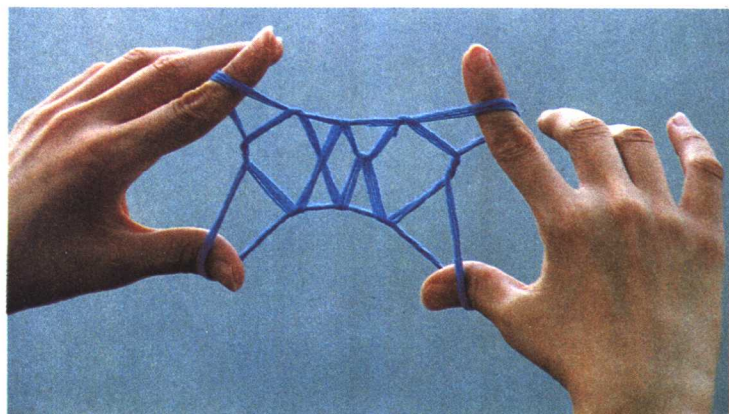


7. 双手的食指插进带○处。

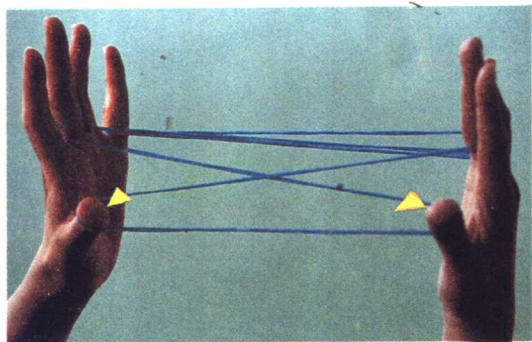
8. 双手的小拇指褪下带▲的绳。



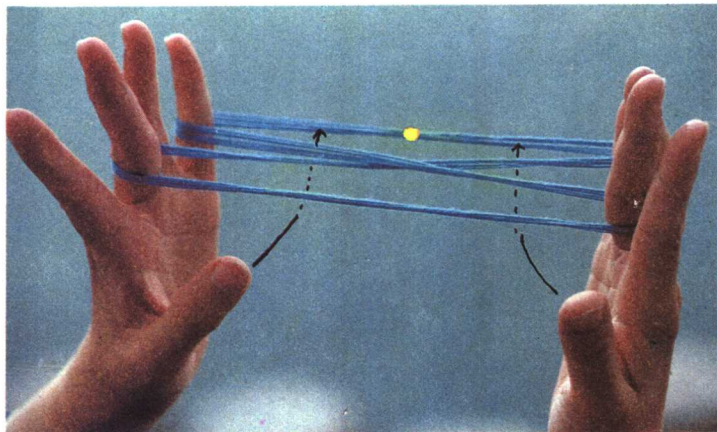
9. 双手外翻。



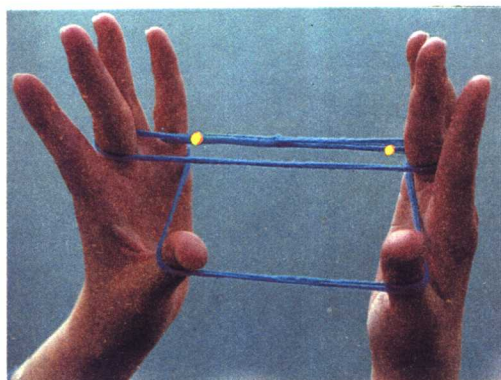
四个菱形



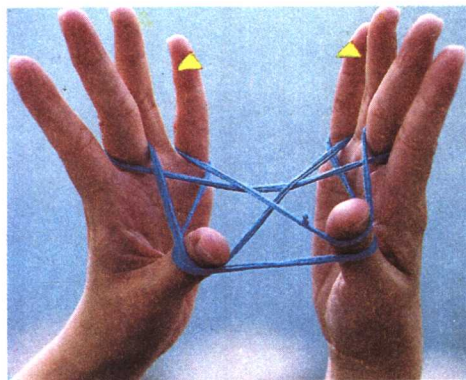
1. 双手撑绳。双手的大拇指褪下带▲的绳。



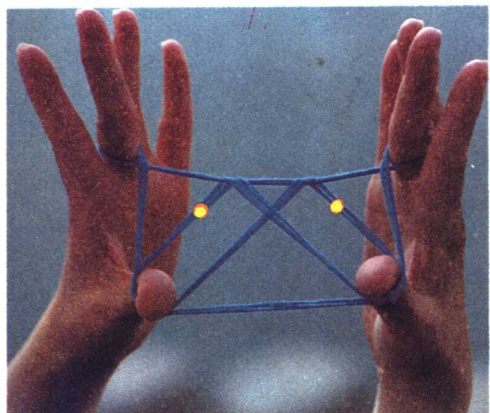
2. 双手的大拇指从绳的下边挑带●的绳。



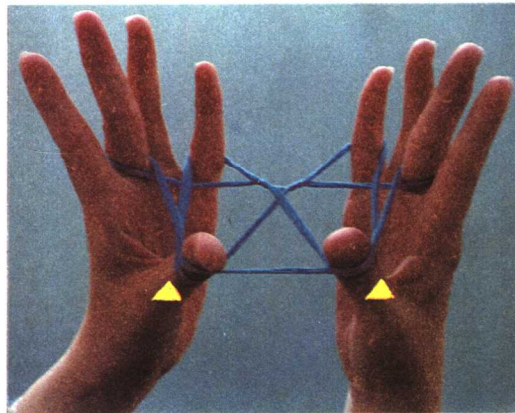
3. 双手的大拇指挑带●的绳。



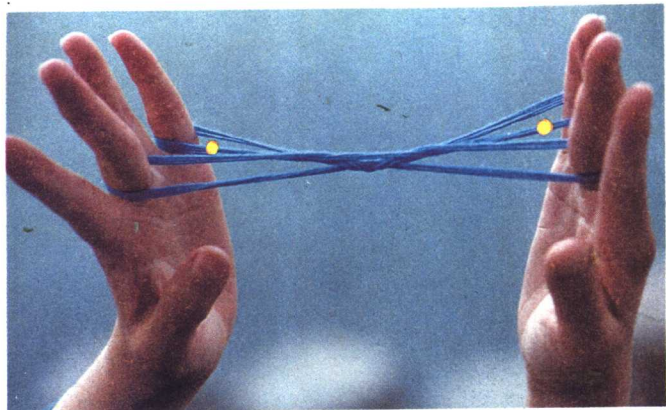
4. 双手的小拇指褪下带▲的绳。



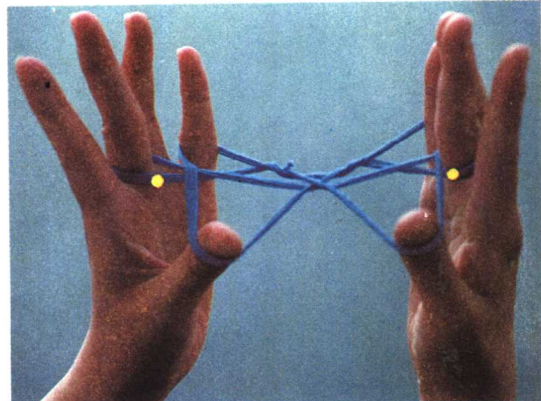
5. 双手的小拇指挑带●的绳。



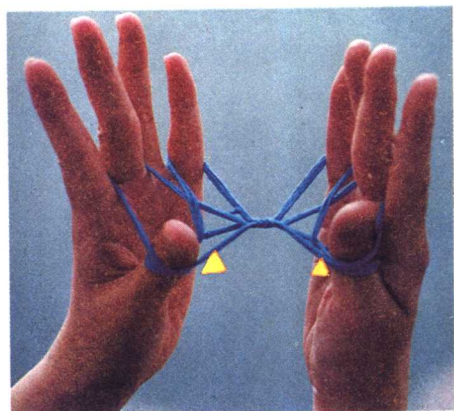
6. 双手的大拇指褪下带▲的绳。



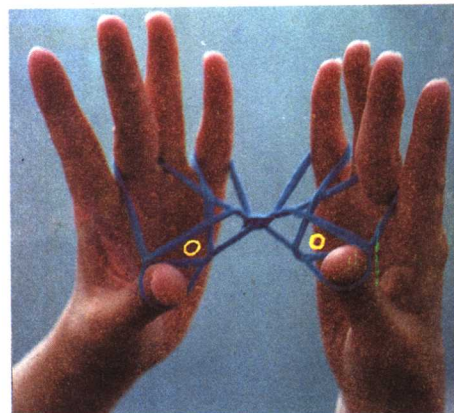
7. 双手的大拇指挑带●的绳。



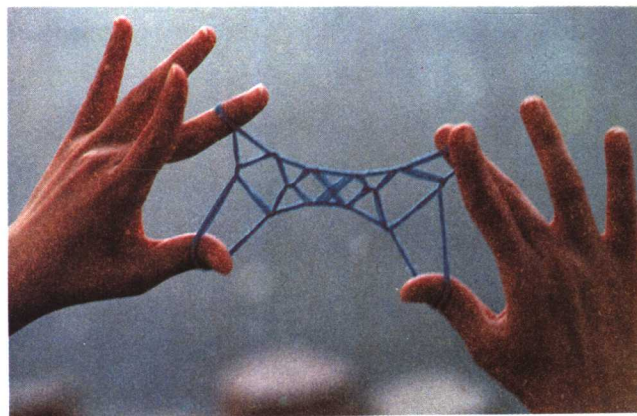
8. 双手的大拇指挑带●的绳。



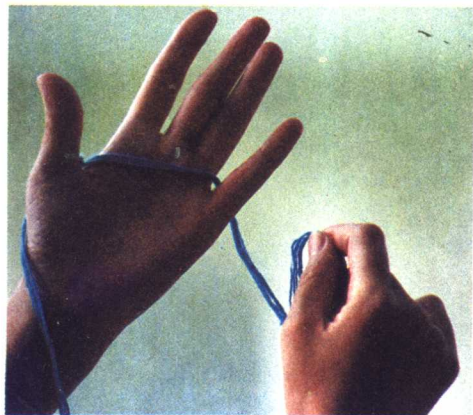
9. 双手的大拇指褪下带▲的绳。



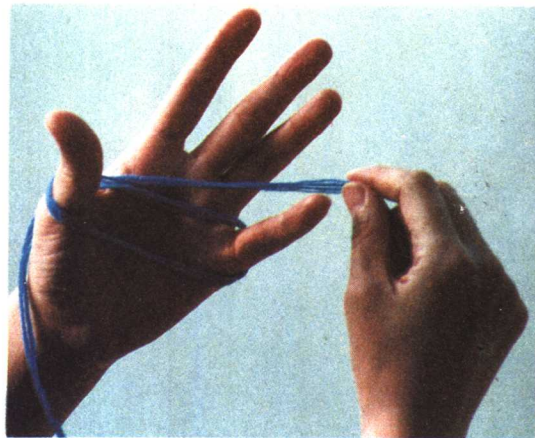
10. 双手的中指插进带○处。



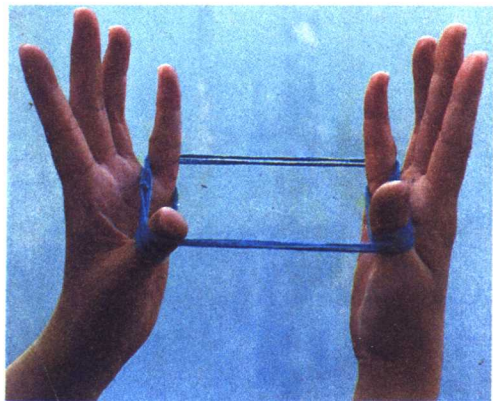
11. 双手外翻。



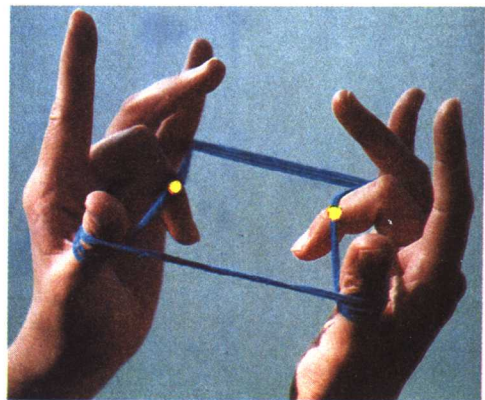
1. 绳子套在左手的大拇指和小拇指上，右手拿绳。



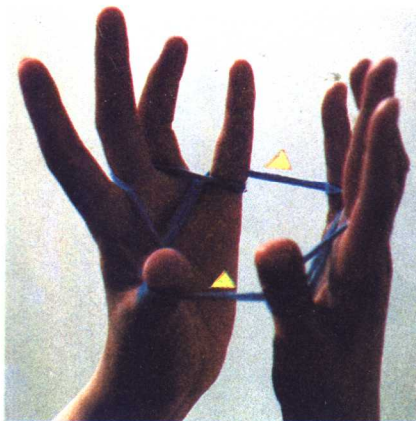
2. 把绳子在左手的大拇指和小拇指上绕一圈。



3. 用同样的方法，把绳绕在右手上。

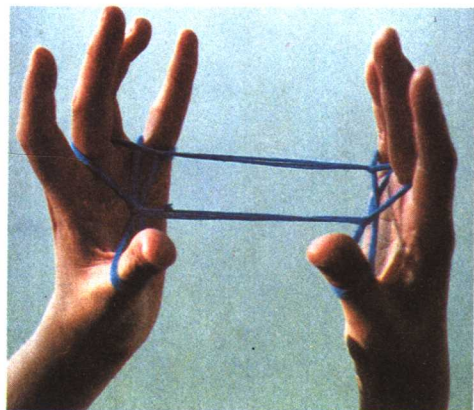


4. 双手的中指挑带●的绳。

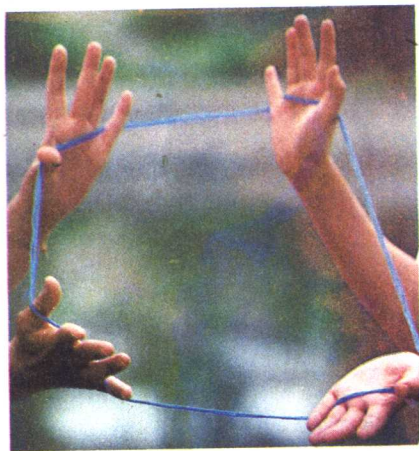


5. 双手的大拇指和小拇指褪下带▲的绳。

6. 游戏时，
双手一张一合。



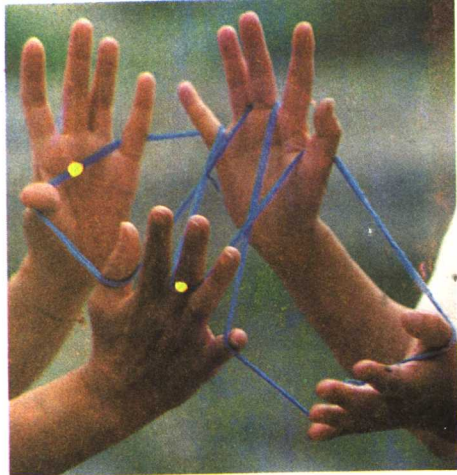
双人松紧带



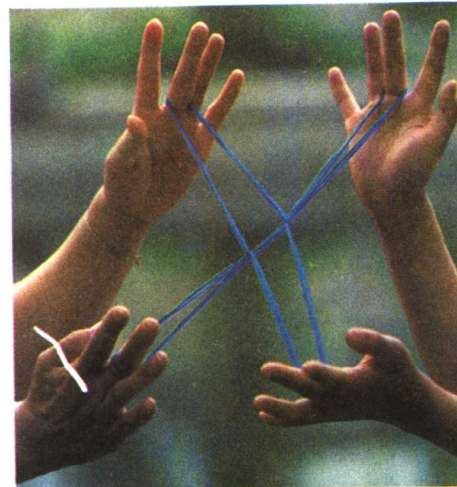
1. 每人双手的大拇指和小拇指撑绳。



2. 每人双手的中指对挑带●的绳。



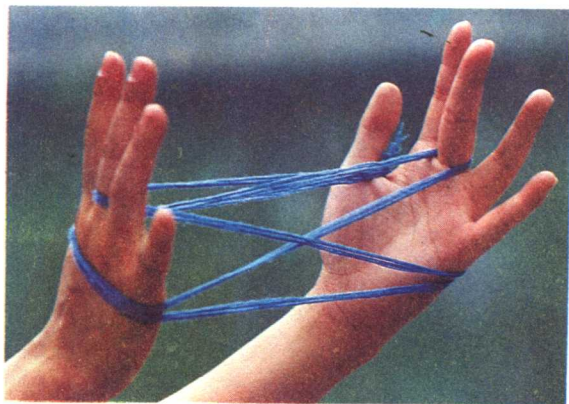
3~4. 每人的大拇指和小拇指褪下带▲的绳。



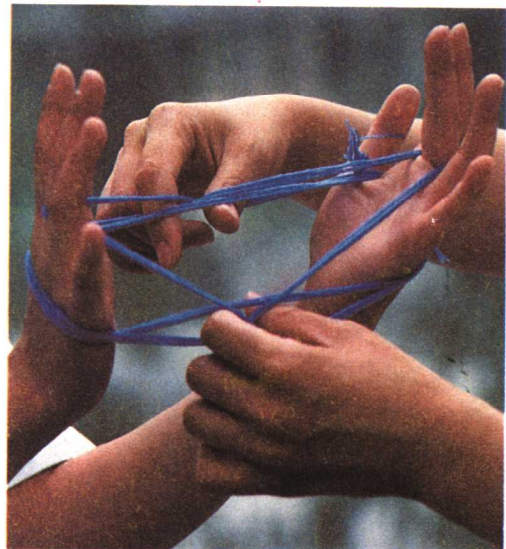
5. 游戏时，每人的双手轮流击掌，绳子一伸一缩。



双人翻绳

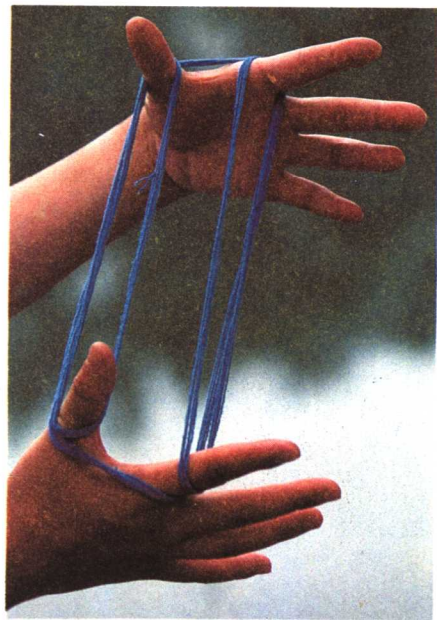
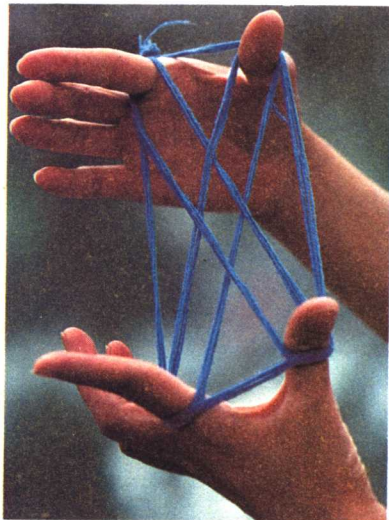


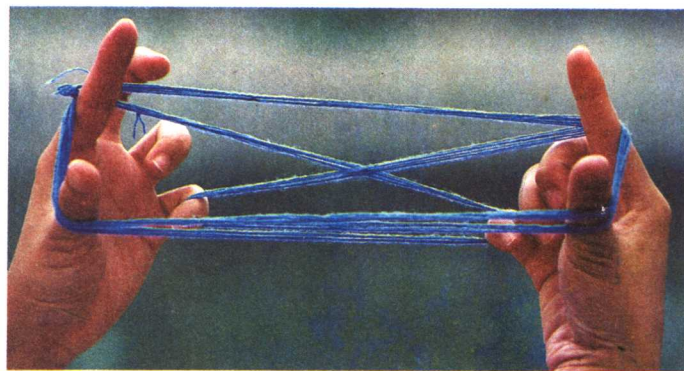
1. 甲如图撑绳。



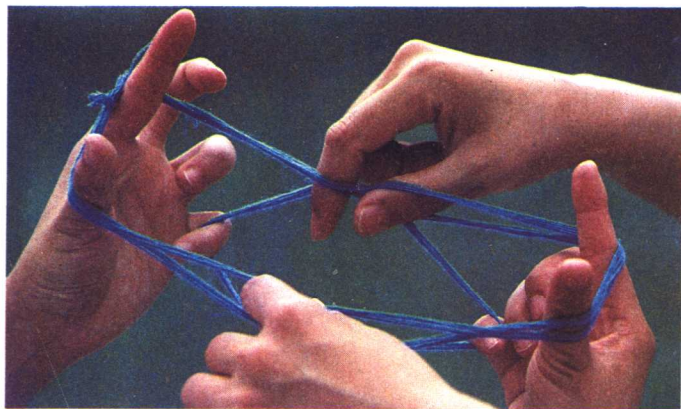
2~3. 乙的双手捏住交叉的绳子,从外向里翻绳。

4~5. 甲的双手捏住交叉的绳子,从外向里翻绳。

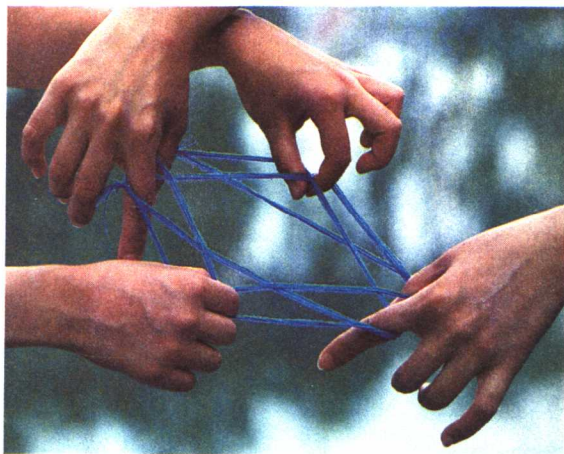
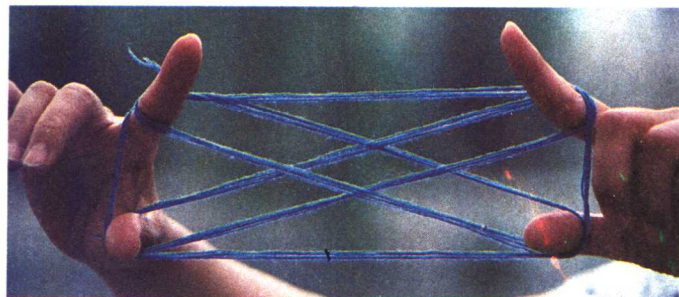




6~7. 乙的双手小拇指如图勾住绳子向外拉，大拇指和食指捏住交叉的绳子，从外向里翻绳。



8~9. 甲的双手大拇指和食指捏住交叉的绳子，从外向里翻绳。



10. 双手的大拇指和食指从外向里翻绳。
游戏可以一直延续下去，看谁翻得花样多，坚持得时间长。