



小状元益智游戏丛书

100个全脑开发 翻绳游戏

张宇 李娜◎主编

彩色插图版

集世界各国民间最有趣的
单人、双人、三人翻绳游戏，
活动指尖健脑又益智。

1200张彩色步骤图解，轻松玩转魔术翻绳

赠

精美翻绳

仅售19.90元



吉林出版集团
Jilin Publishing Group



吉林科学技术出版社



小状元益智游戏丛书

100个全脑开发 翻绳游戏

张宇 李娜◎主编



吉林出版集团
Jilin Publishing Group



吉林科学技术出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

100个全脑开发翻绳游戏/张宇, 李娜主编. —长春: 吉林科学技术出版社, 2011. 10
ISBN 978-7-5384-5463-5

I. ①1… II. ①张…②李… III. ①翻绳—儿童读物
IV. ①G899-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第182554号

100个全脑开发翻绳游戏

主 编 张 宇 李 娜
编 委 李 红 王嘉宇 朱红英 于 婷 李 靓 王 屹
王甜甜 刘忠华 赵昕熠 宁革明 丁 云 何丽双
翟兵兵 王 岩 王梓伊
出 版 人 张瑛琳
选题策划 李 梁
责任编辑 高小禹 于 畅
插图设计 徐葳娜 贺 娜 李 莹
封面设计 长春茗尊平面设计有限公司
制 版 长春茗尊平面设计有限公司
开 本 780mm×1460mm 1/24
字 数 200千字
印 张 8
印 数 1-10000
版 次 2011年10月第1版
印 次 2011年10月第1次印刷

出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街4646号
邮 编 130021
发行部电话 / 传真 0431-85635177 85651759 85651628
85677817 85600611 85670016
储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85642539
网 址 <http://www.jlstp.com>
印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-5463-5
定 价 19.90元
如有印装质量问题 可寄出版社调换
版权所有 翻版必究 举报电话: 0431-85635185



前言



如果你想有足够的创造性，或者还有丰富的想象力，那么就选择玩翻绳游戏吧！看似简单的翻绳游戏，一方面需要大脑思考和记忆，另一方面还要需左右手的配合，手、眼、脑一同动起来，通过精细动作的锻炼，手指灵活地进行撑、钩、挑、翻、取、放等动作，才能确保顺利的

变化，翻出各种生动有趣、变化无穷的图案。在翻绳游戏中，可以一个人玩儿，也可以两个人或多人一起玩儿，相互交流斗智，乐趣盎然。

俗话说：“智慧在手指尖上。”一根绳子，老少皆宜，练手又练心，有趣又益智，那么你还等什么呢？



绳的连接

翻绳游戏用的工具很简单，虽然只是一条1米多长的绳子，但是可不要小看它，它翻起来是千变万化的。

翻绳用的绳子要用那些没有线绒的绳子，比如说毛线、布条就不行。因为毛线的线绒用的时间久了，上边的绒就会绞在

一起，无法再用于翻绳儿了。而布条同样也是用时间长了，上边线丝会脱落并绞在一起。因此最好是用线绳或锦纶绳，它具有轻、圆、滑的三大特点是玩翻绳的最好用具。（本书附赠锦纶绳一条）

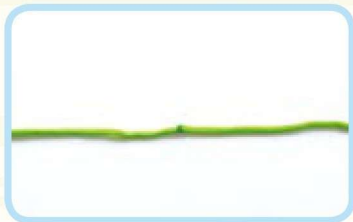
绳的连接方法



1 用火机烧绳子的一端直至绳端融化。

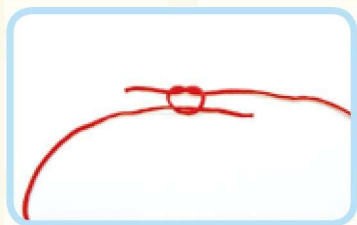


2 然后将绳的另一端与燃烧点接到一起。

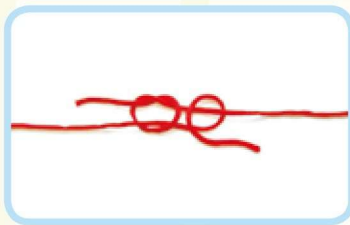


3 连接成功，制成了绳圈。

绳的打结方法——“渔人结”。



1 将绳子的末端打一个单结，尾端要留下充分的长度，另一端顺着结形逆向穿过。



2 将逆向穿过的一端，也同样打上一个结。



3 将两条绳端用力向两边拉紧即可成结。



中指基本手势的步骤



1 把绳分别挂在双手的拇指和小指上。



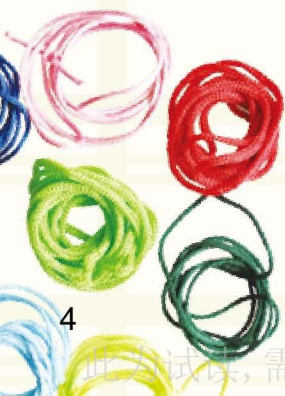
2 用右手的中指挑起左手手掌上的绳。



3 用左手的中指挑起右手手掌上的绳。



4 双手将绳抻直，中指的基本步骤就完成了。





示指基本手势的步骤



1 把绳分别挂在双手的拇指和小指上。



2 用右手的食指挑起左手手掌上的绳。



3 挑后的样子。



4 用左手的食指挑起右手手掌上的绳。



5 双手将绳绷直，基本步骤就完成了。



翻绳模特白禹岑



翻绳符号的意义



代表钩挑的绳子



代表另一条钩挑的绳子

→ 按箭头方向操作



代表松开的绳子



代表另一条松开的绳子



手从下至上插入



手从上至下插入



挑、钩的动作

挑



1 将示指指尖从绳子下面插入。



2 用手指指尖背部将绳子挑起来。

钩：



1 将示指指肚从上至下插入绳子下面。



2 用手指的指肚将绳子钩过来。



目录



前言

第一章 幼稚萌芽篇



雪橇	10
小星星	11
奇怪的六角星	13
大蒲扇	15
降落伞	16
剪刀、蝴蝶	18
魔法扫帚	20
织布机	21
小木屋、梳辫子的女孩	23
橡皮筋翻星	25
裤子、王冠	26
吃大枣	28
自制小河1	30
自制小河2	31
立体眼镜	32
大碗1	34
大碗2	36
大碗、箭	38
花瓶、奶嘴、气泡	39
巫婆帽、领带	40
小淘气上树	41
拉锯	43
风车、打年糕	45
锯木头	47

伸缩橡皮筋	49
交通指挥信号灯	51
大嘴巴	54
田野、皮包、沙漏	56
抽绳	59

第二章 校园进阶篇



螃蟹、花	62
灯笼、女孩、螃蟹、蝴蝶结	65
小乌龟、战斗机	68
变化多又多	72
单人挑战双人	80
落日、皇冠、仕女	87
鱼篓、吊带裙子	90
蝴蝶	93



菊花·····	96
手帕·····	98
云烟雾绕·····	100
两座小山丘·····	102
小孩、香蕉·····	104
蜻蜓·····	106
蚊子、花·····	110
闪闪的星星·····	112
眼睛1·····	115
眼睛2·····	117

第三章 挑战难关篇



渔网、琴、推子·····	120
一颗钻石·····	124
两颗钻石·····	126
三颗钻石·····	128
四颗钻石·····	130
山、葫芦、月亮·····	132
埃菲尔铁塔·····	134
小船、渔网·····	135
四颗钻石、两条金鱼·····	136
梯子·····	139
蝴蝶、山丘、猫咪·····	142
七颗钻石·····	145
快乐小鱼·····	147
大耳朵兔·····	149
吊床·····	152
橡皮筋、小孩·····	156
长椅·····	159
棕榈树·····	161

第四章 双人易趣篇

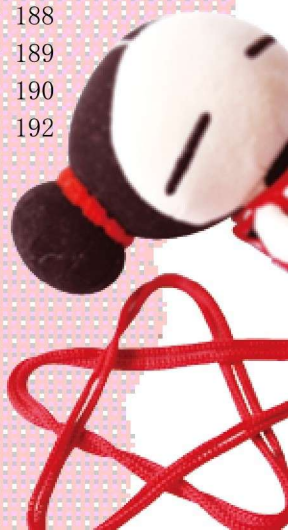


双人翻绳·····	164
巴黎铁塔·····	173

第五章 魔术耍酷篇



手指松绑1·····	176
手指松绑2·····	178
手指松绑3·····	180
手指松绑4·····	182
手腕松绑·····	184
逃跑的指环·····	186
抽绳魔术·····	187
钻扣眼魔术·····	188
抽手魔术·····	189
轻松解死结·····	190
会换位的绳子·····	192



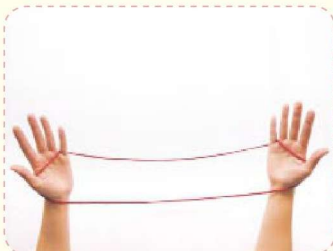


第一章
幼稚
萌芽篇

- ☐ 难易度
☐ ★★★★★
☐ 人数:1人
☐ 趣味性
☐ ★★★★★

雪橇

想拥有一个属于自己的雪橇吗？那就让我们一起动手做一个属于自己的雪橇吧！



1 首先，双手手掌相对，将绳子分别挂在拇指和小指上面。



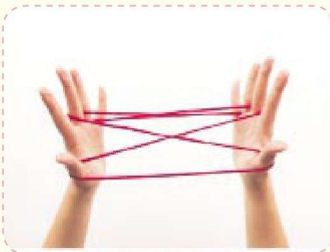
2 再用右手中指取左手掌上的绳。



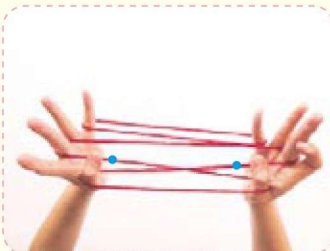
3 对照一下取后的样子。



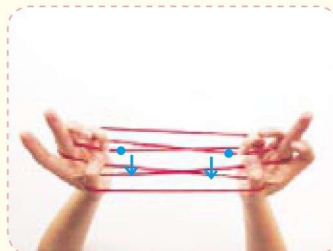
4 同样的方法，再用左手的 中指取右手掌上的绳，很好，你很聪明呀！



5 看，成了两个十字交叉。



6 接下来，用拇指压住 ● 绳。



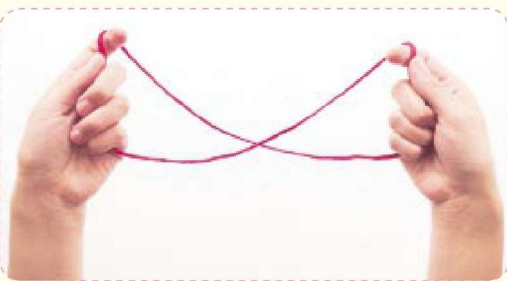
7 再用小指压住 ● 绳，然后，将拇指和小指按照→所指的方向同时下压。



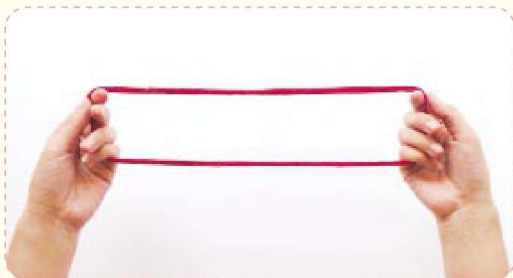
8 “雪橇”完成了，坐上它出发吧！

完成





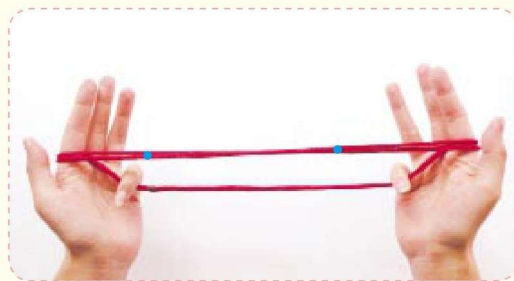
1 用两只手将绳子交叉放入手中。



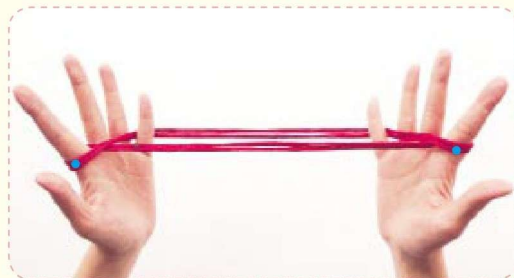
2 再将交叉后的绳子合成一个圆圈。



3 接下来将双层绳合成的圆圈，分别套在示指上。



4 然后用小指将●绳挑起。



5 挑后的样子此时注意●绳。



6 用右手拇指挑左手示指上●绳。

难易度



人数:1人

趣味性



小星星

小星星一闪一闪亮晶晶，
抓一颗星星放在手中，许个
愿，让梦想成真吧！





7 同样的方法，左手挑右手示指上●绳。



8 挑完后将手指分开，整理一下。别急，这还不是五角星。



9 接下来将小指上的绳子松开。



10 松开后再用左手小指从下面挑钩拇指内侧●绳。挑绳子的手可根据自己的习惯，也可以用右手小指。



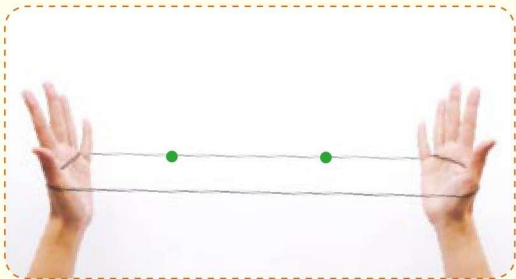
11 就这样，五角星就完成了，许个愿吧！



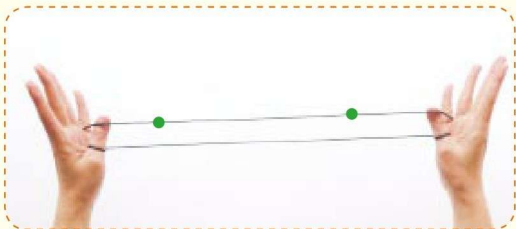
知道吗？五角星在魔法中是一种非常特别的图形，采用正的五角星作魔法阵是白魔法，用倒的五角星则是象征黑魔法。



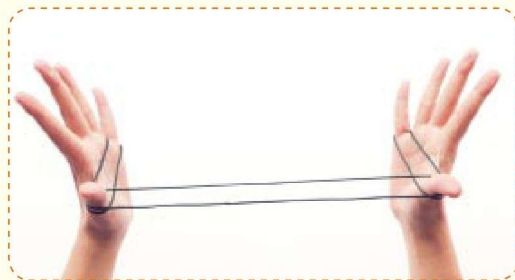
1 首先，我们将手掌面向下方，将绳子分别挂在两只手的拇指和小指上面。



2 两只手的大拇指和小指要挂住绳子哦！慢慢抬起，使两手掌心相对。注意●绳的位置。



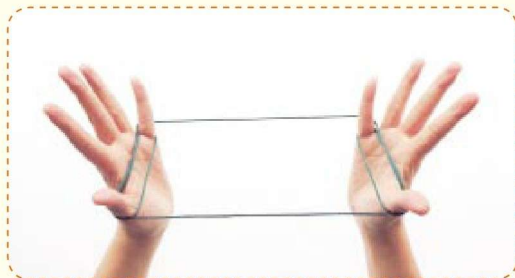
3 用大拇指从●绳的下面穿过，然后将其取过来。



4 这是完成后的样子哦！



5 该小指出动啰！钩取●绳。



6 做得不错，这是完成此步的样子。

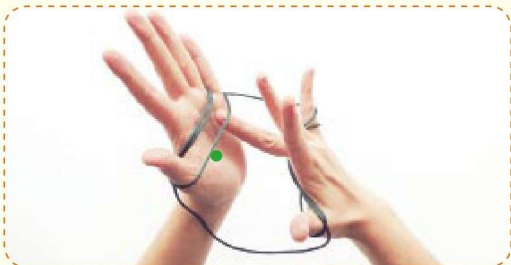
- ☒ 难易度
- ☒ ★★★★★
- ☒ 人数:1人
- ☒ 趣味性
- ☒ ★★★★★

奇怪的六角星

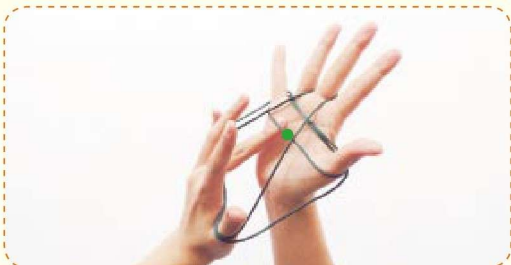


拥有六个角的大星星，看它是如何演变出来的吧！让我们拭目以待。

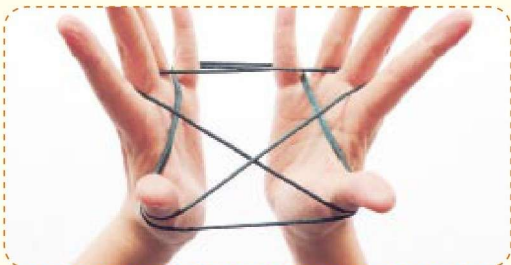




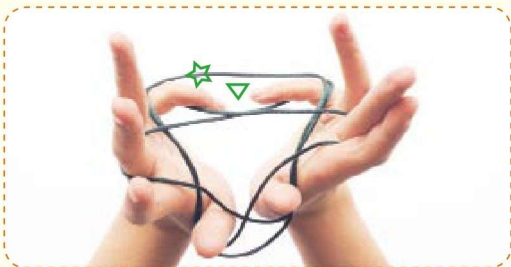
7 用右手的中指取左手的●绳，并向后伸直。



8 用左手的中指取右手的●绳。



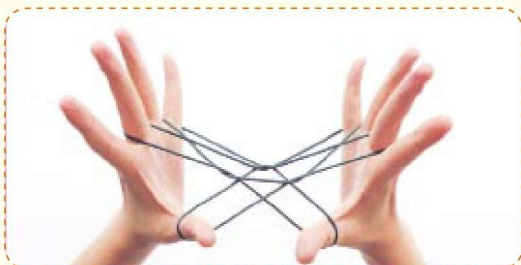
9 看，就是这个样子。



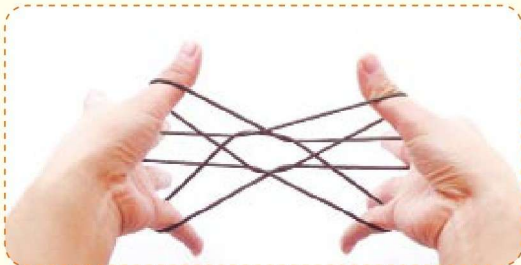
10 首先，将两只手的小指同时弯曲，放进▽里面，并让☆绳脱落。



11 嗯，有点星星的样子了。将两只手的大拇指同时弯曲放进▽里面，让☆绳自然脱落。



12 伸一伸，整理一下，瞧！这就是绳子脱落后的样子。

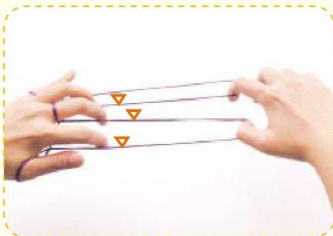


13 成功地完成了“奇怪的六角星”，来个特写吧！





1 首先，我们需要将绳子挂在左手的拇指、中指以及小指上。



4 现在要将左手的食指、中指、无名指弯曲放进▽里。



7 用右手的食指或与大拇指配合，钩住●绳向下拉。



2 把右手从里侧伸进●绳内，之后用右手的拇指和食指将左手的●绳拉出来，伸直。



5 将右手的绳子从左手上方绕到左手背的后面，可以松开右手啦！



3 这是拉出来之后的样子，这与降落伞的做法是不同的哦！



6 看看左手掌的样子吧！注意●绳的位置。



好棒哦！这样就完成了“大蒲扇”。在炎热的夏季扇扇风，凉爽一下吧！

难易度

人数:1人

趣味性

大蒲扇

这个翻绳小游戏和降落伞的做法有些相像，它在日本又名为“松叶”。跃跃欲试的你尝试一下吧！



- ☐ 难度度
☒ ★★☆☆
☐ 人数:1人
☒ 趣味性
☐ ★★☆☆

降落伞

年长的人现在应该还依稀记得的翻绳游戏，试着玩一下吧！简单的哦！



1 首先，我们将绳子挂在左手的拇指和小指的上面。



2 再用右手示指钩住左手手掌上的绳子，并向后拉。



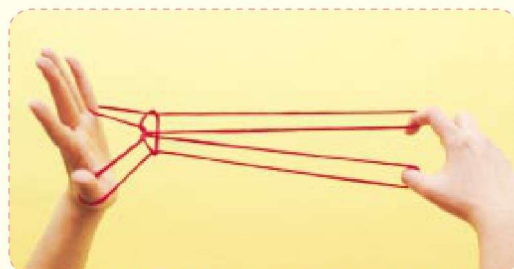
3 这是完成之后的样子，用右手再一次钩住左手手掌的●绳向下拉出来。



4 这是完成后的样子，这时，把右手放进△绳内，用右手的拇指和示指钩住两绳从▼绳处往下拉。



5 钩住●绳一同向下拉的过程。



6 要慢慢地拉出来哦！