

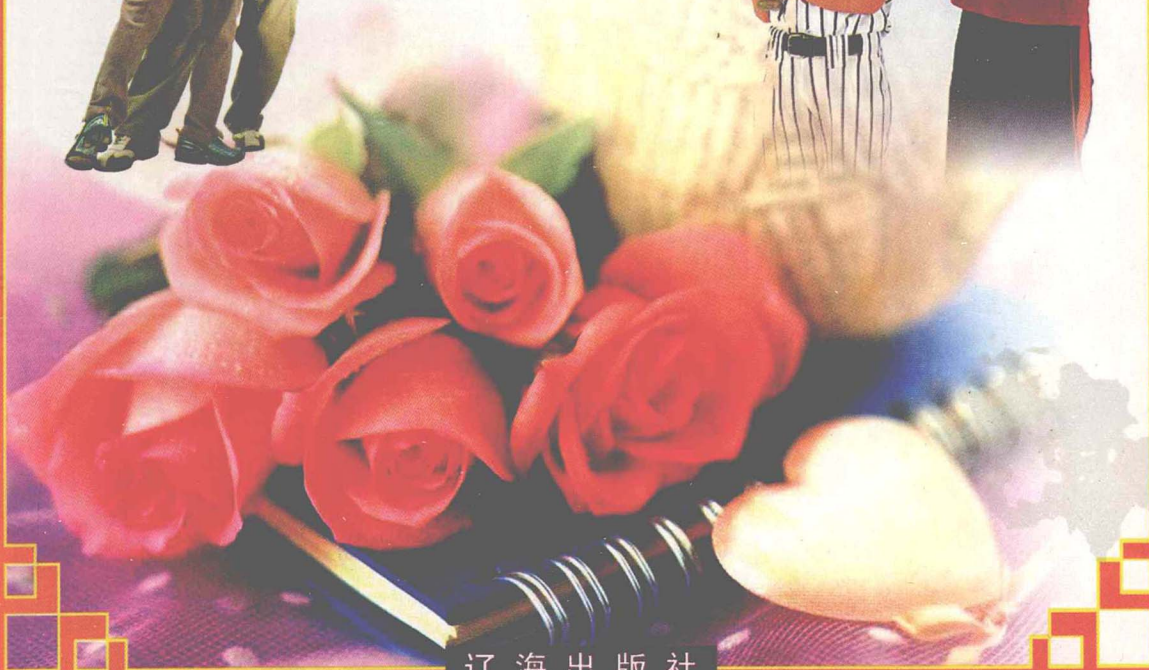


文化百科丛书

家庭休闲娱乐百科

《图文版》

宋 涛◎主编



辽海出版社

图
文
版

家庭休闲娱乐百科

文化百科丛书

宋 涛◎主编

上



辽海出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭休闲娱乐百科/宋涛主编—沈阳:辽海出版社,2008.10

(文化百科丛书)

ISBN 978-7-5451-0239-0

I. 家… II. 宋… III. 文娱活动—通俗读物 IV. G241.3-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 156634 号

责任编辑:段扬华 孙德军

责任校对:顾 季

封面设计:叶建博

出版发行: 辽海出版社

地 址: 沈阳市和平区十一纬路 25 号

邮政编码: 110003

电 话: 024-23284469

E-mail: dyh550912@163.com

印 刷: 北京一鑫印务有限公司印刷

开 本: 787×1092 毫米 1/16

印 张: 84

字 数: 2220 千字

版 次: 2009 年 3 月第 1 版 2009 年 3 月第 1 次印刷

定 价: 480.00 元(全三册)

版权所有 翻印必究

前 言

在漫长的历史岁月中，我们对人类社会的认识逐渐加深。从近代开始，科学技术，是文化的发展，日新月异，人类社会的进步有了跳跃式的发展，人们的家庭生活变得丰富多彩。进入 21 世纪以来，生活知识的广度和深度又有了很大的变化，这就要求我们不断地提高自身的素质，多了解我们日常生活的百科知识。鉴于此，我们编写了《家庭休闲娱乐百科》一书。全书分：

花鸟虫鱼类休闲娱乐；	收藏类休闲娱乐；
体育类休闲娱乐；	舞蹈类休闲娱乐；
音乐类休闲娱乐；	书画雕塑类休闲娱乐；
饮食文化类休闲娱乐；	棋牌类休闲娱乐；
旅游及野外活动类休闲娱乐；	自我美化类休闲娱乐；
保健类休闲娱乐；	文化生活类休闲娱乐；
手工制作类休闲娱乐；	影像类休闲娱乐；

本书分门别类进行介绍生活中的休闲娱乐百科知识。在阅读的同时，你不仅可以了解到日常生活中的知识信息，还可以掌握到什么是个人素质修养，甚至可以通过本书丰富完善我们的人生。

当然，本书的自身特色并不仅仅在于罗列枯燥的知识，你还可以通过这些了解家庭生活休闲娱乐等诸多方面的相关专业知识，可以说是一部你日常生活中的百科全书。

本书面向更广泛的读者群，它的主要特点有：

1. 内容精炼，通俗易懂。

阅读本来是一种乐趣，是令人愉快的事，因此我们不论在选材的角度，还是语言的文学性上，都尽量考虑读者的感受，侧重精炼通俗。

2. 信息准确，着重实用。

书中注重知识要点的归纳，所收知识大体都是读者经常碰到的有较强实用价值和阅读价值的知识。

3. 知识定型，图文并茂。

书中编录的多是带有普遍意义而且定型的知识，对于某些方面略有详细叙述，以期使读者达到最佳阅读效果。

本书理论与实践相结合。既建议您如何去做，同时又告诉您为什么要这样去做，让您不仅知其然，而且知其所以然。在正式的篇章之外，穿插各种有用的小常识，以及提示和忠告，语言轻松活泼，趣味性强，既给了您最实用的指导，又让您增长休闲娱乐知识。

本书的组织者和编录者虽已竭尽全力，但是由于时间仓促，书中不足之处在所难免，敬请广大读者提出宝贵意见，以便及时修正。

编 者

2009年3月

目 录

收藏鉴赏休闲娱乐	(1)
收 藏	(1)
第一章 玉器类	(1)
一、玉器品类	(1)
二、玉器制造工艺技法术语	(7)
三、历代玉器特征	(8)
四、玉器辨伪	(16)
第二章 铜器类	(18)
一、文人雅好古铜器	(18)
二、青铜器作伪面面观	(19)
三、鉴别青铜器的“五辨法”	(21)
四、千姿百态铜带钩	(22)
五、青铜兵器的价格与行情	(23)
六、车马器及其他小型铜器	(23)
七、熠熠生辉古铜镜	(24)
八、如何鉴别古镜贋品	(26)
九、古铜镜有仿品	(27)
十、珠光宝色宣德炉	(28)
第三章 古币类	(30)
一、中国货币的起源	(30)
二、丰富多彩的古币种类	(31)
三、货币上的书法艺术	(33)
四、各种质地的货币	(33)
五、货币的专用名称	(34)
六、先秦时期的货币及其特征	(37)
七、秦至隋时期货币的概况及特征	(45)
八、唐五代时期的货币及其特征	(52)
九、宋、辽、金、西夏时期的货币及其特征	(56)
十、元代的货币及其特征	(63)
十一、明代的货币及其特征	(65)
十二、清代的货币及其特征	(67)

第四章 杂项类	(70)
一、可玩可藏葫芦器	(70)
二、蚰蚰罐	(72)
三、鸟笼子和鸟食罐	(74)
四、意匠别具鼻烟壶	(75)
五、古琴上的人文积淀	(77)
六、玩钟藏表	(81)
七、收藏须知佛教造像	(84)
八、石佛的收藏与辨伪	(86)
九、古玩的座、架、盒	(88)
十、珍藏吉祥物	(90)
十一、雕花板收藏正当时	(91)
十二、判定黄花梨条桌的依据	(92)
十三、秦砖珍贵	(94)
十四、汉瓦难求	(97)
十五、“时玩”收藏潜力大	(99)
书法篆刻休闲娱乐	(103)
书 法	(103)
第一章 书法概述	(103)
一、书法由来	(103)
二、书法发展进程	(104)
三、书法艺术内涵	(106)
四、书法组成	(113)
第二章 书体与材料	(149)
一、篆 书	(149)
二、篆书的格式布局	(151)
三、隶 书	(152)
四、隶书的格式布局	(153)
五、草 书	(154)
六、草书的格式布局	(155)
七、行 书	(156)
八、行书的格式布局	(157)
九、楷 书	(158)
十、楷书的格式布局	(159)
十一、笔	(159)
十二、墨	(160)
十三、纸	(160)
十四、砚	(161)
第三章 书法技巧	(161)
一、笔法技艺	(161)

二、硬笔技巧	(166)
第四章 书法详解	(168)
书体类别	(168)
一、大篆——甲骨文的演变	(168)
二、首种规范书体——小篆	(169)
三、篆书的基本运笔方法	(169)
四、楷书的笔顺适用于篆书	(170)
五、篆书的对称结构	(170)
六、篆书笔顺具有灵活性	(170)
七、篆书笔画的顿挫较平稳	(170)
八、小篆的形式美表现于多方面	(171)
九、“米字格”、“九宫格”有助于习篆	(171)
十、石鼓文——篆书的鼻祖	(172)
十一、隶书波磔的启用	(172)
十二、帛书与简书	(173)
十三、隶书的基本笔画	(173)
十四、隶书的结构特点	(174)
十五、隶书的全盛时期	(174)
十六、习隶的要诀	(174)
十七、金农所创造的隶体漆书	(175)
十八、如何选择隶书碑帖	(176)
十九、端庄工整的楷书	(176)
二十、练字从楷书起	(177)
二十一、楷书点画的表现形式	(177)
二十二、楷书横画的表现形式	(177)
二十三、楷书竖画的表现形式	(178)
二十四、楷书钩画的表现形式	(178)
二十五、楷书挑画的表现形式	(179)
二十六、楷书撇画的表现形式	(179)
二十七、楷书短撇的表现形式	(179)
二十八、楷书捺画的表现形式	(180)
二十九、灵活多变的字体——行书	(180)
三十、易书易认的行书	(181)
三十一、行书独特的体势变化	(181)
三十二、《兰亭序》的“之”字体势丰富多姿	(182)
三十三、行书点画的表现方法	(182)
三十四、行书横画的表现方法	(183)
三十五、行书撇画的表现方法	(183)
三十六、行书捺画的表现方法	(184)
三十七、行书竖画的表现方法	(184)
三十八、行书钩画的表现方法	(185)

三十九、行书中的楷草相间互用	(185)
四十、行书的主要碑帖集录	(186)
四十一、龙飞凤舞的草书	(186)
四十二、章草的起源	(187)
四十三、小草由章草演化而来	(187)
四十四、恣意放纵的狂草	(188)
四十五、草书的基本特点	(188)
四十六、草书的笔顺规律有序可循	(188)
四十七、草书的基本笔法固定不变	(189)
四十八、草书点画的表现形式	(189)
四十九、草书横画的表现手法	(190)
五十、草书竖画的表现形式	(190)
五十一、草书撇画的表现手法	(190)
五十二、草书笔画的连续表现手法	(191)
五十三、草书偏旁的书写形式	(191)
五十四、注意草书中结体相似的字	(191)
五十五、掌握草书中的同字异写	(192)
五十六、如何掌握草书	(192)
五十七、狂草的篆意笔法的运用笔	(192)
五十八、值得学习草书的碑帖	(193)
五十九、棱角分明的魏碑	(193)
六十、魏碑的“十美十三宗”举世无双	(194)
六十一、摩崖刻石有别于碑石	(194)
六十二、独树一帜的魏碑行书	(195)
六十三、讲究写字身法	(195)
六十四、执笔方法	(196)
六十五、毛笔运行方法	(197)
六十六、“悬腕”及应用	(198)
六十七、中锋行笔的科学性	(198)
六十八、“藏头”与“护尾”	(199)
六十九、为何说“藏头护尾”是笔势的体现	(199)
七十、“藏头护尾”因地制宜	(199)
七十一、善用垂肘用锋	(200)
七十二、讲究笔势	(200)
篆刻	(201)
第一章 篆刻概览	(201)
一、篆刻艺术渊源	(201)
二、流派的含义	(204)
第二章 篆刻工具材料及印章钮饰	(207)
一、篆刻的基本工具	(207)

二、篆刻的主要材料	(214)
三、印章钮饰简述	(219)
第三章 篆刻技艺	(221)
一、识读篆书	(221)
二、识别篆体	(222)
三、练习篆书	(225)
四、用篆方法	(225)
五、布局要领	(227)
六、篆刻刀法	(234)
七、刻印程序	(242)
八、刻款程序	(249)
九、刻钮技巧	(255)
十、用印的历史及艺术价值	(259)
十一、鉴藏的意义	(261)
绘画雕塑休闲娱乐	(264)
绘 画	(264)
第一章 浅谈国画	(264)
一、什么叫国画	(264)
二、国画的主要特点	(264)
三、国画分类	(265)
第二章 工具、材料和使用技法	(265)
一、笔的性能和使用技法	(265)
二、墨的使用技法	(267)
三、颜料的性能和设色法	(269)
四、纸的性能和使用	(273)
五、水的使用技法	(273)
第三章 静物、室内景和室外景画法	(274)
一、形体结构	(274)
二、比 例	(274)
三、透 视	(275)
四、明 暗	(276)
五、构 图	(278)
六、步 骤	(279)
第四章 学习国画的主要方法	(280)
一、临 摹	(280)
二、写 生	(281)
三、速写和默写	(281)
四、素 描	(281)
第五章 写意山水画技法	(282)
一、树木画法	(282)

二、山石画法	(289)
三、云的画法	(300)
四、水的画法	(302)
五、点景人物、房舍、船艇、桥梁画法	(304)
六、山水画设色法	(307)
七、几种彩墨山水画画法	(311)
第六章 写意花鸟画技法	(314)
一、梅花画法	(314)
二、兰的画法	(317)
三、竹的画法	(320)
四、菊花画法	(323)
五、牡丹花画法	(325)
六、荷花画法	(327)
七、玉兰花画法	(330)
八、杜鹃花画法	(332)
九、紫藤花画法	(333)
十、凌霄花画法	(334)
十一、山茶花画法	(335)
十二、水仙花画法	(335)
十三、葡萄画法	(338)
十四、木芙蓉花画法	(340)
十五、芭蕉画法	(341)
十六、枇杷画法	(342)
十七、丝瓜画法	(342)
十八、葫芦画法	(343)
十九、禽鸟画法	(344)
二十、草虫画法	(350)
雕 塑	(352)
雕塑艺术	(352)
一、雕塑艺术概述	(352)
二、中国雕塑艺术	(353)
摄影影视休闲娱乐	(360)
摄 影	(360)
第一章 景深的运用	(360)
一、景深的概念	(360)
二、影响景深的因素	(362)
三、超焦点距离	(363)
四、景深表的使用方法	(365)
五、景深在摄影造型中的作用	(368)
第二章 摄影曝光控制	(369)

一、摄影曝光的理论与原理	(369)
二、影响曝光量调节的主客观因素	(373)
第三章 摄影用光	(375)
一、光线在摄影造型中的作用	(375)
二、不同光源在摄影中的运用	(377)
三、光线的性质、光位与光型在摄影中的运用	(380)
第四章 摄影构图	(382)
一、摄影构图的要点	(382)
第五章 人像摄影	(385)
一、人像摄影的器材	(387)
二、服装的搭配与化妆	(388)
三、人像摄影的环境布置	(390)
第六章 风光摄影	(392)
一、关于风光摄影	(392)
二、风光摄影的构图	(394)
三、风光摄影的用光	(397)
四、四季风光	(399)
第七章 静物摄影	(401)
一、花卉的拍摄	(402)
二、玻璃器皿的拍摄	(403)
三、文字、图片的翻拍	(404)
影 视	(406)
第一章 影视发展史	(406)
一、电 视	(406)
二、电 影	(408)
第二章 主要国家的影视发展状况	(413)
一、法国影视	(413)
二、意大利影视	(421)
三、美国影视	(427)
四、韩国影视	(433)
五、斯里兰卡影视	(436)
六、中国影视	(438)
第三章 影视经典作品及著名导演	(442)
一、影视经典作品	(442)
二、电影著名导演	(456)
第四章 世界著名电影节及其奖项	(462)
一、世界知名电影节及其相关奖项	(462)
二、中国知名电影节及其奖项	(474)
手工艺术休闲娱乐	(504)
第一章 工艺美术	(504)

一、工艺美术概述	(504)
二、中国陶瓷艺术	(505)
三、中国青铜艺术	(509)
四、中国玉雕艺术	(511)
五、民间工艺	(513)
六、插花艺术	(518)
第二章 玩偶的制作	(521)
一、美丽的花仙子	(522)
二、神奇的童话人物	(538)
三、可爱的小动物	(547)
第三章 软饰物	(558)
一、赋居室以明眸的窗帘	(558)
二、散发舒适安谧气氛的靠垫	(563)
三、调剂情调的厨房与餐室用具	(567)
四、小巧玲珑的针扎	(573)
第四章 易拉罐金属画的制作	(575)
一、易拉罐材料的介绍	(575)
二、易拉罐材料的展开	(576)
三、制作易拉罐金属画的主要用具	(578)
四、制作方法	(579)
五、基本技法	(581)
六、几何图形	(584)
七、制作实例	(585)
养花宠物休闲娱乐	(591)
家庭养花	(591)
第一章 养花常识	(591)
一、家庭常用花盆的种类与选择	(591)
二、如何配制家庭花卉盆土	(592)
三、怎样把花卉栽植到花盆里	(592)
四、怎样换盆和换土	(593)
五、家庭盆栽花卉怎样浇水	(593)
六、家庭盆栽花卉怎样合理施肥	(594)
七、家庭盆栽花卉怎样修剪整枝	(595)
八、春季怎样对盆栽的花卉进行管理	(596)
九、夏季怎样对盆栽花卉进行管理	(596)
十、秋季怎样对盆栽花卉进行管理	(597)
十一、冬季怎样对盆栽花卉进行管理	(597)
十二、怎样给花浇水好	(598)
十三、怎样判断盆花是否缺水	(599)
十四、温度与花卉生长发育及开花有什么关系	(599)

家庭宠物	(601)
第一章 养 犬	(601)
一、犬有哪些生活习性	(601)
二、如何选择玩赏犬	(602)
三、如何饲喂犬	(603)
四、如何给犬洗澡	(604)
五、如何给犬梳毛	(606)
六、犬的耳道如何清洁	(607)
七、如何给犬修剪趾甲	(607)
八、怎样给犬剪尾和剪耳	(607)
九、玩赏犬如何训练	(608)
第二章 养 鸟	(610)
一、如何驯养鸟	(610)
二、怎样挑选鸟笼	(612)
三、鸟的日常管理	(613)
第三章 养 鱼	(621)
一、家庭养鱼如何选用水	(621)
二、温度对鱼有什么影响	(622)
三、哪种鱼虫质量最好	(623)
四、金鱼箱内常种植哪些水草	(623)
五、怎样在鱼箱中种植水草	(624)
六、高质量饲养金鱼要注意什么	(625)
七、金鱼的食性有何特点	(625)
八、怎样选择饲养金鱼的场所	(625)
九、金鱼缸中的青苔应该保留吗	(626)
十、怎样养活养好刚买回来的金鱼	(626)
十一、用什么水养热带鱼最合适	(627)
十二、热带鱼对光照有何要求	(627)
棋牌艺术休闲娱乐	(629)
围棋艺术	(629)
第一章 打入的基本知识	(629)
一、与侵消的比较	(629)
二、打入的目的	(629)
三、打入的场所	(631)
四、打入的价值	(637)
五、打入的准备	(638)
六、归 纳	(639)
第二章 通向初段的布局	(640)
一、具有后继手段的拆很大	(640)
二、厚味的周围	(644)

三、定式的选择	(649)
四、现代布局	(655)
第三章 模样的形成和侵消	(659)
一、构筑模样的方法	(659)
二、有关模样消长的必争点	(665)
三、侵消模样的方法	(672)
四、打入	(676)
五、实战打入	(683)
五子棋艺术	(690)
一、五子棋的发展过程	(690)
二、五子棋的棋盘与棋子	(691)
三、五子棋的常用术语	(692)
四、五子棋基本着法	(693)
五、关于三	(695)
麻将艺术	(700)
一、麻将的起源和发展	(700)
二、世界各地的座将	(703)
三、麻将牌经	(713)
四、麻将运动	(716)
扑克艺术	(719)
一、扑克的起源和发展	(719)
二、多种多样的扑克类型	(720)
三、扑克牌的收藏价值	(726)
四、扑克牌小知识	(728)
五、扑克的寓意	(729)
桥牌艺术	(732)
一、桥牌的起源	(732)
二、桥牌游戏中的术语	(733)
象棋艺术	(739)
一、国际象棋的起源	(739)
二、国际象棋的种类	(741)
三、中国象棋艺术	(744)
四、中国象棋的规则	(746)
五、常见象棋术语	(748)
茶酒烹调休闲娱乐	(754)
品茶	(754)
第一章 茶的类质	(754)
一、现代主要茶类的制造工艺	(754)
二、茶叶品质审评	(760)

第二章 茶的烤煮	(763)
一、烤和碾	(763)
二、火——燃料的选择	(764)
三、煮茶用水	(765)
四、煮和酌	(772)
第三章 茶的饮用	(774)
一、饮茶风尚的传播	(774)
二、佛教僧徒——饮茶风尚的传播者	(780)
三、饮茶的习惯	(782)
饮 酒	(788)
第一章 酒 经	(788)
一、酒 话	(788)
二、酒 事	(789)
三、酒 经	(790)
第二章 酒 品	(791)
一、上 品	(792)
二、中 品	(797)
三、下 品	(800)
第三章 酒道与酒礼	(802)
一、酒 道	(802)
二、酒 礼	(810)
第四章 酒肆与酒令	(817)
一、酒肆与酒旗	(817)
二、酒 令	(820)
三、酒令的趣味	(834)
烹 调	(839)
烹 调	(839)
一、脍不厌细	(839)
二、烟 熏	(839)
三、烤——火燎	(840)
四、关于“鸭”	(841)
五、珍重一只鸡	(842)
六、冷冻与凉拌	(842)
七、富贵与叫化	(844)
八、鸡包翅	(845)
九、猪肉与苏东坡	(846)
十、蜜汁非本蜜	(847)
十一、涮烤知秋	(848)
十二、虾的吃法	(849)
十三、活鱼三吃	(850)

十四、桃花流水对虾肥	(851)
十五、鲍鱼与香椿	(853)
十六、无肠味美	(854)
十七、一帆风顺	(855)
十八、豆腐的故事	(856)
十九、有馅的菜	(858)
二十、素凉拌	(859)
二十一、洋凉拌——沙拉	(860)
二十二、青菜豆腐保平安	(861)
二十三、瓜的世界	(863)
二十四、夜雨剪春韭	(864)
二十五、一菜两吃	(865)
二十六、菇菇筵	(866)
红绒线炖豆腐	(868)
二十八、中国菜	(869)
二十九、西菜中吃	(870)
三十、谈自助餐	(870)
三十一、煎炒烹炸烙烤熬	(871)
舞蹈体育休闲娱乐	(873)
舞 蹈	(873)
第一章 概 述	(873)
一、交际舞的起源	(873)
二、交际舞的风格、特征和种类	(873)
三、音乐与舞蹈	(874)
四、姿态以及手的作用	(875)
五、开步和姿态的保持	(880)
第二章 华尔兹	(881)
一、华尔兹介绍	(881)
二、华尔兹的基本舞步	(882)
第三章 狐步舞	(895)
一、狐步舞介绍	(895)
二、狐步舞的基本舞步	(896)
第四章 快步舞	(906)
一、快步舞介绍	(906)
二、快步舞的基本舞步	(907)
第五章 探 戈	(921)
一、探戈介绍	(921)
二、探戈的基本舞步	(923)
第六章 快华尔兹	(935)
一、快华尔兹介绍	(935)