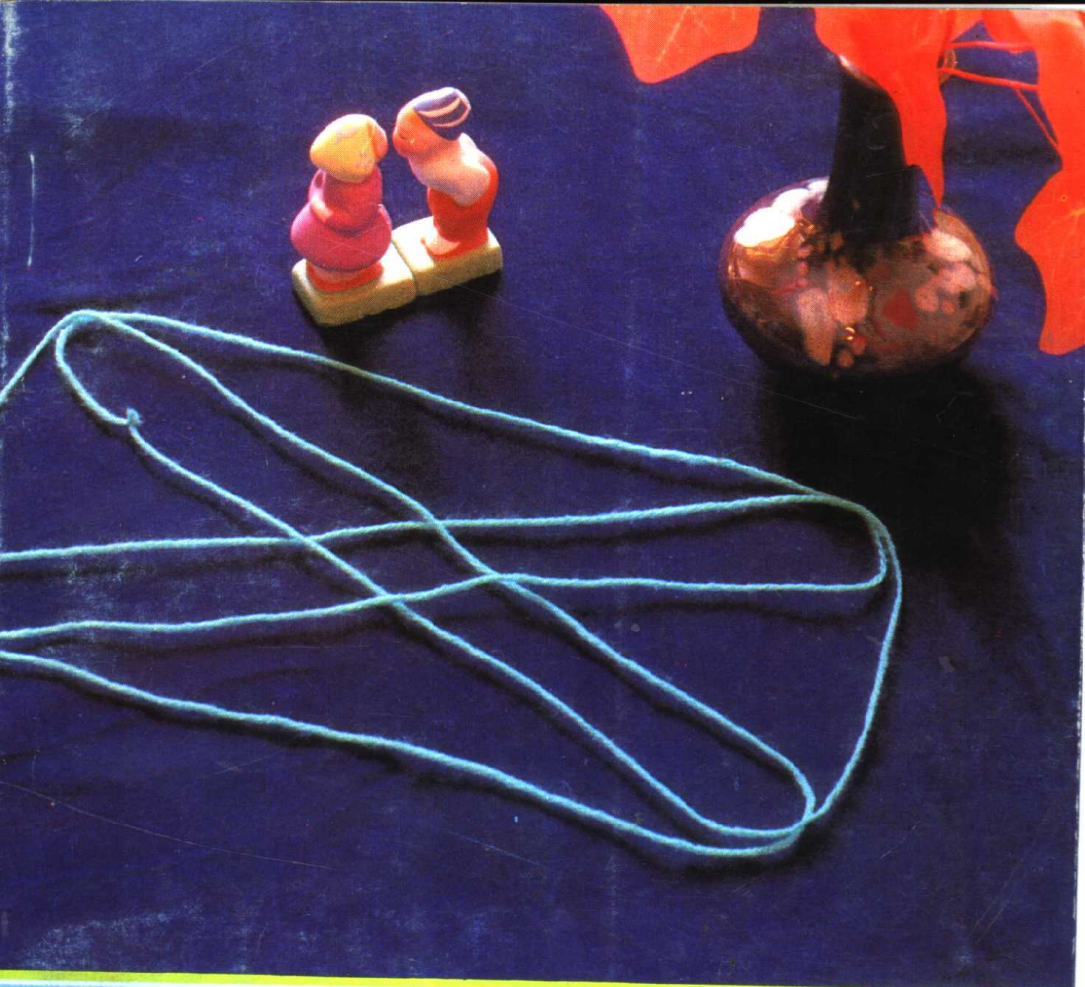




翻绳妙趣

叶莱 筱琳 编

——赛过“变形金刚”的翻绳游戏

北京体育学院出版社

翻绳妙趣——赛过“变形金刚”的翻绳游戏 **叶菜 筱琳 编**

北京体育学院出版社出版发行 新华书店总店北京发行所经销
(北京西郊圆明园东路) 北京朝阳第一教师进修学校胶印厂印刷

开本: 787×1092毫米1/32 印张: 5.25 定价: 3.40 元
1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷 印数: 15000 册

I S B N 7-81003-296-8 G · 213

(凡购买本版图书因装订质量不合格本社发行部负责调换)

目 录

序言.....	(5)
一、基本动作与规则	(7)
1. 翻绳游戏的玩法与规则	(8)
2. 一般的基本动作	(10)
3. 外国的基本动作	(12)
4. 那瓦合的基本动作	(14)
二、普通的翻绳游戏	(16)
1. 鼓楼	(17)
2. 简单的橡皮筋	(19)
3. 松针	(21)
4. 酒杯(帽子、围裙、灯泡)	(24)
5. 螃蟹(甜豆子、小女孩)	(27)
6. 一级梯子	(31)
7. 三级梯子	(34)
8. 五级梯子	(37)
9. 六级梯子	(41)
10. 花篮	(43)
11. 喇叭花	(47)

12. 鱼网(古筝、理发剪、吊床).....	(48)
13. 兽笼.....	(52)
14. 假面具.....	(54)
15. 小戏台.....	(58)
16. 一座山、二座山、三座山、四座山	(62)
17. 织布机.....	(66)
18. 杵米.....	(70)
19. 蜘蛛网.....	(73)
20. 抽手指头.....	(78)
21. 移线.....	(81)
22. 抽线.....	(83)
三、外国民间翻绳游戏.....	(86)
1. 一顶帐篷	(87)
2. 绑住大拇指	(90)
3. 运木材	(93)
4. 轮子	(96)
5. 挖山芋	(99)
6. 午睡.....	(102)
7. 小鱼儿.....	(105)
8. 字母“M”	(109)
9. 巴格波的钻石.....	(112)
10. 满天星星	(115)
11. 大星星	(120)
12. 帐篷的门帘	(125)
13. 驯鹿	(130)
14. 圆形与三角形	(134)

15. 海蛇	(139)
16. 嘴巴	(144)
17. 日落	(151)
四、翻绳游戏小常识	(157)
1. 翻绳游戏在日本	(158)
2. 印第安人与翻绳游戏	(159)
3. 外国的民间翻绳游戏	(160)
4. 爱斯基摩人的翻绳游戏	(161)
5. 托勒斯海峡的翻绳游戏	(162)

目 录

序言.....	(5)
一、基本动作与规则	(7)
1. 翻绳游戏的玩法与规则	(8)
2. 一般的基本动作	(10)
3. 外国的基本动作	(12)
4. 那瓦合的基本动作	(14)
二、普通的翻绳游戏	(16)
1. 鼓楼	(17)
2. 简单的橡皮筋	(19)
3. 松针	(21)
4. 酒杯(帽子、围裙、灯泡)	(24)
5. 螃蟹(甜豆子、小女孩)	(27)
6. 一级梯子	(31)
7. 三级梯子	(34)
8. 五级梯子	(37)
9. 六级梯子	(41)
10. 花篮	(43)
11. 喇叭花	(47)

12. 鱼网(古筝、理发剪、吊床).....	(48)
13. 兽笼.....	(52)
14. 假面具.....	(54)
15. 小戏台.....	(58)
16. 一座山、二座山、三座山、四座山	(62)
17. 织布机.....	(66)
18. 杵米.....	(70)
19. 蜘蛛网.....	(73)
20. 抽手指头.....	(78)
21. 移线.....	(81)
22. 抽线.....	(83)
三、外国民间翻绳游戏.....	(86)
1. 一顶帐篷	(87)
2. 绑住大拇指	(90)
3. 运木材	(93)
4. 轮子	(96)
5. 挖山芋	(99)
6. 午睡.....	(102)
7. 小鱼儿.....	(105)
8. 字母“M”	(109)
9. 巴格波的钻石.....	(112)
10. 满天星星	(115)
11. 大星星	(120)
12. 帐篷的门帘	(125)
13. 驯鹿	(130)
14. 圆形与三角形	(134)

15. 海蛇	(139)
16. 嘴巴	(144)
17. 日落	(151)
四、翻绳游戏小常识	(157)
1. 翻绳游戏在日本	(158)
2. 印第安人与翻绳游戏	(159)
3. 外国的民间翻绳游戏	(160)
4. 爱斯基摩人的翻绳游戏	(161)
5. 托勒斯海峡的翻绳游戏	(162)

序 言

翻绳(亦称翻花、编花、挽花等),实在可以算得上是民间的古老传统游戏了。

每个成年人,大概都曾有对自己孩提时的简单、土拙的几种游戏的记忆:翻绳、折纸、跳框、跳橡皮筋、打纸牌……,虽然它们都是那么简单,却同样深深地吸引着每颗天真的童心,并乐此不彼,甚至废寝忘食的迷恋。

翻绳,就是用它那根细而长的绳带,牢牢地系住了许多过来人的今天与昨天,或许过去那时千异万态的变化,正是成为今天丰富想象力的摇篮。

当今,出现在孩子们手中的玩具更多的是诸如变形金刚、电子游戏机、声控汽车等价格昂贵、制作精密的玩具,而对这些吸引人的漂亮玩具,我们在欣喜之余,不免还有一丝遗憾。毕竟这些玩具大多数都不再需要大人陪玩了,孩子们则在更多的人机大战中,更加突出了个人意识和封闭了内心世界。

而翻绳游戏正是为每一位年轻的爸爸妈妈提供了一种沟通和孩子之间感情与智力交流的机会,它可以作为父母亲启发孩子思维想象力及发掘孩子智力的手段。

据考证,翻绳游戏主要起源于我国,并逐步流传到日本及世界各国;同时象美洲的印第安人在翻绳方面也有其悠久的历史和高超的技艺。根据统计,全世界的翻绳游戏的形状变化不下二千种,除了我们大家较熟悉的二人互相翻绳变化的形式外,还有许多以一个人自己独自玩的方式,另外还有种叫做“翻花魔术”的形式,这是属于特技表演的玩法。

本书汇集的中外民间翻绳游戏,主要是介绍大家较为陌生的单人玩法。这些游戏很多是出自大自然的启发而组合的,如“满天星星”、“大星星”、“太阳下山”等,就是人们对自然事物的感受和模仿,当然仅依靠这一条绳子是很难做到绝对的相似,只是能反映出神似罢了。作为父母或长辈,应该学会如何启发孩子的想象力和创造性,并鼓励他们编织出更富趣味、更加丰富的造型来。而这一过程所带来的乐趣,是其他许多游戏和玩具不能比拟的。

因此,我们希望大家学会这几十种翻绳花样之后,更能举一反三,创造出更多的形状花样来。



基本动作与规则



1. 翻绳游戏的玩法与规则

为了更准确地识别和学习本书中介绍的各种翻绳游戏，首先我们应该知道翻绳的玩法与规则，这样即使学习难度较大的花样，也就不困难了，请大家把下列规则好好的记住。

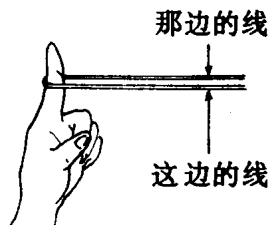
如何选择翻绳所用的线(带子)

翻绳游戏所用的线，并不要求有什么特殊之处，只要你手边有什么现成的线都可以用来作翻绳用。当然，如果喜欢的话，到工艺商店去购买自己所喜爱的线就更好了。线的长度因人而宜，如果是大人玩的话，长度以 180 厘米左右为好，小孩玩时则可相应减短些。

准备好线绳之后，先将这条线的两头结绑在一起，使该线成为一线圈就行了。如有条件，可以多准备一些颜色的线绳或彩带。这样就可以根据具体造型的需要来选择不同颜色的绳带，比如做菊花时可用黄色的线，做小白兔时就用白色的线。这种以颜色来配合游戏，烘托造型气氛的方法，可使游戏更具趣味性。同时对线绳的宽度选择也应根据游戏的主题来加以变化，就更有真实感了。

线与各手指的叫法

(1)套在食指那边的线，叫做食指那边的线(即相对身体远的一侧)，而食指这边的线就叫做食指这边的线，(见图)。



(2)只说大拇指、食指等的时候,是表示双手的大拇指与食指等。而如果说左手大拇指,则仅限于左手的大拇指。

符号

(1)如果说拉“○”,即表示要拉标有“○”符号地方的那段线。而说拉“×”,即表示要拉标有“×”符号地方的线。

(2)“↑”符号是表示要向箭头方向拉或勾的意思。

(3)“△、◇、□”等符号均表示空间,如当说“把食指插进□”,即表示要把食指插进标有“□”符号的那一空间。

线的拉法

(1)如说“用大拇指拉○”,即表示一定要由上用大拇指拉○的地方。而如果需要由下拉的时候,书中会特别指出“由下用大拇指拉○”。

(2)要把○的地方互相用中指拉的时候,一定要由右手中指先拉。

2. 一般的基本动作

在开始学习任何翻绳游戏花样之前,无论是普通的翻绳游戏,还是外国的翻绳游戏,都有它们各自的基本动作(开始状态)。

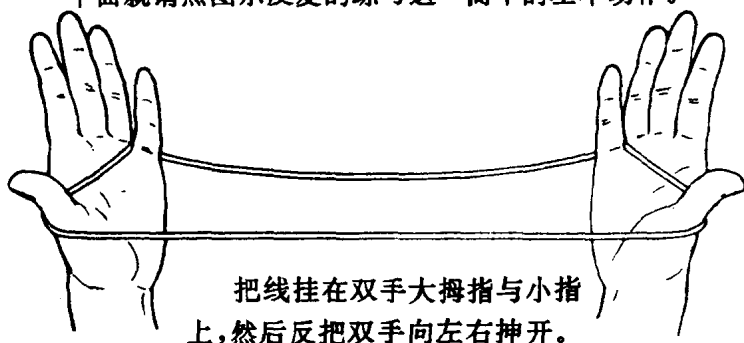
而一般的基本动作就是指开始学翻绳游戏之前,应该熟悉并掌握的基本动作。所有的翻绳花样都是由这些基本动作开始的。

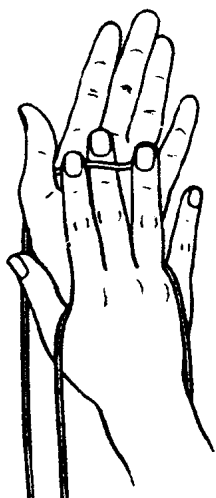
值得指出的是:外国的基本动作大多是用食指开始拉绳的,而我国传统的基本动作则是用中指的。

在开始基本动作时,双手互相用中指拉线的时候,一定要由右手的中指来先开始拉。

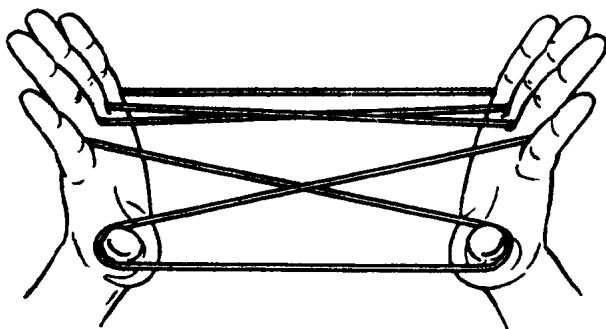
如果在此过程中拉错了线,或线由手上掉下来了,就要回到最初的基本动作,从头做起,一直做到能完成为止。

下面就请照图示反复的练习这一简单的基本动作。





用右手中指指背拉左手上的线。
接着相反的用左手中指指背拉右手上的线。



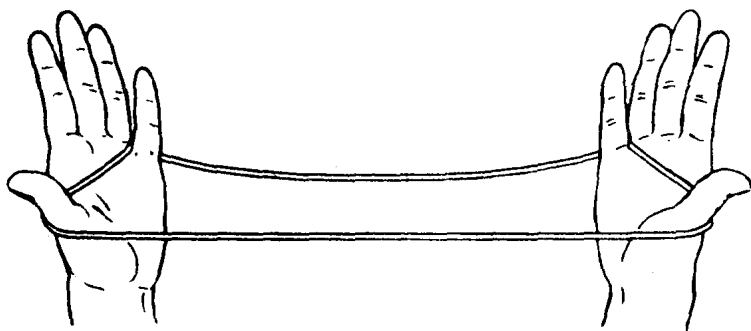
把两手向左右抻开。

3. 外国的基本动作

外国民间的基本动作,是开始学习外国翻花游戏之前,必须熟悉的基本动作,凡是本书或其他的介绍的外国翻绳游戏,均是由这一基本动作开始的。

上篇说过,外国的翻绳游戏的基本动作是以食指开始拉挑的。另外,在开始基本动作时,需用双手食指拉线的时候,一定要由右手食指先开始拉,这点亦是外国翻绳游戏的特征之一。

下面是外国翻绳的基本动作图解。



把线挂在双手大拇指与小指上,然后把双手向左右抻开。