

現代家庭

現代家庭娛樂百科全書

娛樂是幸福家庭的潤滑劑。現代家庭的特色，是溫暖既豐，活潑亦健。人們生活於此，身心、智慧、才幹、親情、禮儀、博愛，哪一樣都需要娛樂的陶冶。當你奔波忙碌之餘，當你處於憂鬱煩惱之時，當你在休閒節暇之際，您是否想到需要家庭娛樂的調劑？

娛樂手冊



现代家庭娱乐手册



现代家庭娱乐手册

韦东 古言文 主编

江西科学技术出版社出版

(南昌市新魏路)

江西省新华书店发行 江西新华印刷厂印刷

开本850×1168 1/32 印张15.75 字数42万

1989年8月第1版 1989年8月第1次印刷

印数: 1—4,400

ISBN7-5390-0242-5/Z·42 定价: 5.45元

前 言

改革，推动了我国人民的生活观念、生活方式和生活质量的变革。在生活上“求乐”，已成为一种正当的欲望和追求。许多家庭在改善衣食住行用各方面的物质生活水平的同时，引入了丰富多采、健康有益的娱乐活动，使家庭的精神生活得到充实。这种由物质型生活方式向文化型生活方式的转化，是我国家庭生活方式发展的大趋势。

健康有益的娱乐活动具有认知、教化、凝聚、融合等功能。在闲暇生活的安排上，如能增加娱乐活动的比重，则对融洽家庭成员间的关系，开拓生活视野，丰富生活内容，提高生活质量，陶冶性情，增长知识，保证身心的充分休息等等，都是极有帮助的。所以，娱乐活动是现代家庭生活中必不可少的组成部分。

为了满足人们对家庭娱乐的需求，我们编撰了这本《现代家庭娱乐手册》。本书基本包容了适宜现代家庭开展的全部娱乐活动，既介绍了传统的娱乐活动，又介绍了新兴的娱乐活动，而且考虑了不同年龄、不同爱好、不同层次的不同需求，为各界读者开展家庭娱乐提供了多样化的选择。

编 者

目 录

第一章 家庭游艺	1
一、家庭娱乐指导	1
1、不同的家庭怎样开展娱乐 (1) 2、怎样安排周末、星期日、节假日的娱乐 (3) 3、产妇及病人适宜的娱乐 (4) 4、新婚晚会的娱乐 (5) 5、怎样做生日 (8)	
二、说说笑笑	8
1、讲故事的艺术 (8) 2、讲笑话的技巧 (9)	
三、火柴棒游戏	9
1、燕子翻身 (9) 2、金鱼调头 (10) 3、四个三角形 (10) 4、变字游戏 (10) 5、图形变换 (10) 6、面积变化 (11) 7、分成全等的部分 (12) 8、英文单词变化 (12) 9、移动一根就对了 (12)	
四、家庭小魔术	15
1、魔术的起源 (15) 2、介绍几种扑克牌魔术 (16) 3、精彩小魔术六则 (17)	
五、猜谜语	21
1、谜语常识 (21) 2、几种常见的灯谜谜格简介 (22) 3、几种常见的灯谜猜法 (24) 4、其它谜式简介 (25) 5、佳谜精选 (26)	
六、智力游艺	28
1、重排九宫 (28) 2、成语填空 (28) 3、线路问题 (29) 4、猜数 (29) 5、填数 (30)	
七、电子游戏	32
1、电脑智力教育玩具 (32) 2、电子积木玩具 (33) 3、英语阅读器 (33) 4、电子游戏机 (33)	

八、魔方.....35

- 1、漫话魔方(35)
- 2、魔方的转法(36)
- 3、六面还原(39)
- 4、其它图案(46)

第二章 家庭娱乐小制作.....50

一、剪纸.....50

- 1、剪纸艺术溯源(50)
- 2、剪纸的图案题材(50)
- 3、剪纸的基本制作方法(50)
- 4、剪纸艺术的特点(51)

二、风筝.....52

- 1、风筝的起源(52)
- 2、风筝的分类(52)
- 3、扎制风筝的材料(53)
- 4、扎制风筝的基本步骤(53)
- 5、几种常见风筝的制作(53)
- 6、施放风筝须知(55)

三、扎花.....55

- 1、牡丹花(55)
- 2、山茶花(56)
- 3、月季花(57)
- 4、铃铛花(57)

四、拉花.....58

- 1、鸡心形拉花(58)
- 2、圆形拉花(59)
- 3、翻花(60)
- 4、云纹拉花(60)

五、航空模型.....61

- 1、室内模型飞机(61)
- 2、弹射模型飞机(62)

六、折纸.....68

- 1、折纸应注意的事项(68)
- 2、介绍几种折纸造型(68)

七、彩灯.....73

- 1、角球灯(73)
- 2、球灯(74)
- 3、荷花灯(75)

第三章 摄影.....77

一、摄影器材.....77

- 1、照相机的种类(77)
- 2、照相机的主要部件(77)
- 3、照相机的其它主要附件(78)
- 4、照相机常用的辅助镜头(79)
- 5、闪光灯的种类与使用(79)
- 6、滤色镜的种类与使用(79)
- 7、彩色

胶卷(80) 8、黑白胶卷(82) 9、照相机常见英文缩写词汉译(84)

二、照相技巧.....85

1、照相机的正确使用(85) 2、掌握光源知识(86) 3、光圈与快门的关係(86) 4、光圈与景深的关係(86) 5、怎样正确估计曝光(87) 6、怎样取景(89) 7、家庭室内摄影(90) 8、怎样在阳光下拍摄(90) 9、怎样在阴雨雾天拍摄(91) 10、怎样拍雪景冰景(91) 11、怎样拍夜景(92) 12、怎样拍好儿童照(93) 13、怎样拍好全家照(93) 14、怎样拍摄旅游风景照(93) 15、怎样拍摄洞景(94) 16、怎样拍摄天空的云彩(94) 17、怎样控制闪光灯拍摄时的阴影(95)

三、暗房技术.....95

1、家庭简易小暗房(95) 2、家庭怎样冲洗黑白照片(95) 3、黑白底片的修整(97)

四、影集整理与作品的欣赏.....98

1、家庭影集的整理(98) 2、摄影作品的欣赏(98)

第四章 书画篆刻100

一、书法.....100

1、书法的起源(100) 2、书法的用具(100) 3、写字的姿式(101) 4、用笔的技法(102) 5、临帖的方法(102) 6、楷书的基本笔画和结构原则(103) 7、隶书的笔画和结构特点(104) 8、行书的笔画和结构特点(104) 9、草书的笔画和结构特点(105) 10、钢笔书法练习方法(105) 11、书法作品的欣赏(107)

二、绘画.....108

(一) 中国画.....108

1、中国画的特点(108) 2、工具、材料及使用(115) 3、国画的基本技法(118) 4、国画的临摹、写生及创作(121) 5、中国画的欣赏(122)

(二) 素描.....128

1、素描的作用(128) 2、素描的用具(128) 3、形体的透

视(129) 4、素描造型的基本手段(133) 5、素描的三个阶段(134)

(三) 油画.....136

1、油画的起源(136) 2、油画的材料和工具(137) 3、油画的特性和色彩(137) 4、油画的基本技法(138) 5、油画的写生常识(139) 6、部分著名油画作品欣赏(140)

(四) 水彩画.....141

1、水彩画的历史(141) 2、水彩画的材料、工具及性能(141) 3、水彩画的特点(142) 4、水彩画的基本技法(142) 5、水彩画的创作步骤(144) 6、水彩画作品的欣赏(145)

三、篆刻.....146

1、篆刻的起源(146) 2、篆刻的用具与材料(149) 3、篆刻的基本刀法(150) 4、印章的刻制步骤(152) 5、篆刻作品的欣赏(153)

第五章 音 乐156

一、音乐与现代家庭生活的关系.....156

二、简谱常识.....156

1、音的高低(156) 2、音的长短(158) 3、节拍和拍号(159) 4、音程和变音记号(160) 5、常用符号和表情术语(161) 6、怎样看谱学唱歌(162)

三、五线谱常识.....163

1、音的高低(163) 2、谱号(164) 3、谱表(164) 4、五线谱的唱名法和调(164) 5、音的长短(166) 6、怎样把五线谱翻成简谱(168)

四、音乐欣赏常识.....168

1、欣赏音乐应具有的基本知识(168) 2、交响乐的特点与欣赏(170) 3、轻音乐的特点与欣赏(171) 4、民间音乐的欣赏(173) 5、怎样欣赏流行歌曲(174) 6、几种常见的乐曲形式(175)

五、名曲介绍.....177

1、世界名曲(177)	2、中国名曲(179)	
六、家庭小型音乐会的组织		180
七、钢琴		182
1、初学者应掌握的基本知识(182)	2、钢琴的基础练习(182)	
3、钢琴的演奏技巧(184)	4、钢琴的保养(184)	
八、电子琴		184
1、初学者应掌握的基本知识(184)	2、弹奏练习方法(185)	
3、电子琴的选购和保养(186)		
九、手风琴		187
1、初学者应掌握的基本知识(187)	2、基础练习(188)	3、手风琴的选购与保养(191)
十、吉他		192
1、初学者应掌握的基本知识(192)	2、弹奏练习方法(194)	
3、基本技巧练习(195)	4、吉他的选购与保养(195)	
十一、小提琴		196
1、初学者应掌握的基本知识(196)	2、基础练习(197)	3、小提琴的选购及保养(198)
4、小提琴谱的符号(199)		
十二、二胡		201
1、初学者应掌握的基本知识(201)	2、基础练习(201)	3、演奏技巧(204)
4、二胡的选购与保养(205)		

第六章 舞蹈207

一、舞蹈的魅力		207
1、舞蹈是怎样产生的(207)	2、舞蹈在现代生活中的作用(207)	
二、怎样欣赏舞蹈		208
1、舞蹈的要素(208)	2、民间舞蹈欣赏(208)	3、芭蕾舞的欣赏(209)
三、跳交谊舞的基本常识		209
1、礼节(209)	2、交谊舞音乐的选择(210)	

四、介绍几种常见的舞蹈.....	210
1、华尔兹(210) 2、福克斯(215) 3、吉特巴(218)	
4、布鲁斯(219) 5、伦巴(220) 6、探戈(222) 7、迪斯科(223)	
8、霹雳舞(225)	
五、国际标准交谊舞浅谈.....	226
六、家庭小型舞会的组织.....	226

第七章 棋牌乐227

一、中国象棋.....	227
1、棋盘与棋子(227) 2、棋子的走法和吃法(227) 3、基本规则(228)	
4、几种常用布局法(228) 5、中局的战略战术(229)	
6、实用残局常识(230)	
二、围棋.....	231
1、围棋的基本常识(231) 2、基本技巧(236) 3、布局与定式(237)	
4、中盘与官子阶段(238)	
三、国际象棋.....	239
1、棋盘与棋子(240) 2、棋子的走法和吃法(240) 3、基本规则(241)	
4、布局常识(242) 5、中局基本战略战术(243)	
6、残局知识(243)	
四、桥牌.....	244
1、桥牌的基本知识(244) 2、叫牌(245) 3、打牌的基本技巧(248)	
4、做庄技巧(249) 5、防守技巧(250) 6、计分方法(251)	
五、麻将牌.....	253
(一)麻将牌的组成.....	253
1、色牌(253) 2、字牌(254) 3、花牌(254)	
(二)常用术语.....	255
1、“和”(255) 2、“听”(256) 3、“吃”(256)	
4、“碰”(256) 5、“杠”(257) 6、庄家(257) 7、自摸(257)	
8、出冲(257) 9、计番(257)	

(三) 组牌的技术.....	258
1、理牌(258) 2、拆搭(258) 3、养牌(259) 4、扣牌(259) 5、放张(260)	
(四) 和牌和计番.....	260
1、和牌(260) 2、计番(260)	

第八章 球类娱乐265

一、台球.....	265
1、台球简介(265) 2、台球的基本技术(266) 3、台球的几种打法(271) 4、台球的基本术语(276)	
二、羽毛球.....	277
1、羽毛球的起源(277) 2、运动场地与器材(278) 3、如何打羽毛球(278) 4、基本技术和战术(280) 5、几种常规打法(282)	
三、地滚球.....	283
1、地滚球简史(283) 2、球场设备与用具(283) 3、抓球法(284) 4、比赛规则(284) 5、基本技术(286) 6、其它形式的地滚球(289)	

第九章 电影电视戏剧290

一、电影电视.....	290
1、电影艺术的基本特征(290) 2、电影特技的奥秘(291) 3、蒙太奇浅谈(292) 4、电影艺术的欣赏(293) 5、电影片与电视片有何不同(294) 6、看电视的基本常识(295) 7、电视片的欣赏(295) 8、其它电视节目的欣赏(296)	
二、戏剧.....	297
1、怎样欣赏戏剧(297) 2、话剧表演艺术简介(299) 3、京剧的唱念做打(300) 4、京剧的主要流派(300) 5、中国主要地方戏曲简介(301)	

第十章 文学欣赏304

一、文学欣赏的特点及规律.....304

1、文学欣赏的特点(304) 2、文学欣赏的过程(304) 3、文学欣赏的一般规律(305)

二、文学欣赏的意义.....305

三、怎样欣赏文学作品.....306

1、古典诗词(306) 2、古代散文(307) 3、古代小说(308)
4、中国现代小说(309) 5、中国现代诗歌(310) 6、中国现代散文(311) 7、报告文学、儿童文学(311) 8、外国文学(312)

四、文学名著推荐书目.....314

1、中国文学名著(314) 2、外国文学名著(320)

第十一章 花卉、盆景与插花.....326

一、花卉.....326

(一) 家庭养花技术概述.....326

1、常用繁殖技术(326) 2、花卉生长发育五要素(329) 3、翻盆及其它(333) 4、病虫害防治(334) 5、花卉安全越冬常训(335) 6、怎样防止盆花叶片发黄(336) 7、每月花期与花事(337)

(二) 我国十大名花的养护.....337

1、梅(338) 2、牡丹(338) 3、菊花(339) 4、月季(340) 5、兰花(341) 6、山茶(342) 7、杜鹃(343) 8、荷花(344) 9、桂花(345) 10、水仙(345)

(三) 果树的盆栽.....346

1、果树盆栽的基本知识(346) 2、介绍几种果树的盆栽方法(348)

二、盆景.....350

(一) 盆花自然造型.....351

1、修剪型(351) 2、攀扎型(351)

(二) 桩景	351
1、分类 (351)	
2、选料 (352)	
3、制作 (353)	
4、管理 及病虫害防治 (335)	
(三) 山石盆景	355
1、选料 (355)	
2、制作 (355)	
(四) 微型盆景	356
1、品种的选择 (356)	
2、制作和管理 (357)	
三、插花	357
1、四季插花品种的选择 (357)	
2、插花保鲜法 (358)	
3、造 型技巧 (359)	
4、盛器的选择 (360)	
5、插花与环境的统一 (360)	

第十二章 鸟虫鱼饲养362

一、家庭养鸟362

(一) 养鸟知识概述362

1、观赏鸟的分类 (362)	
2、养鸟器具的选择 (362)	
3、常 见鸟类疾病的防治 (364)	
4、“养鸟人病”的防治 (366)	

(二) 观赏鸟的喂养366

1、画眉 (366)	
2、百灵 (367)	
3、金翅雀 (367)	
4、 八哥 (368)	
5、鸚鵡 (368)	
6、蜡嘴雀 (369)	

(三) 家鸽369

1、鸽子的分类 (369)	
2、鸽舍的建造 (371)	
3、鸽病的防 治 (372)	
4、鸽的喂养 (372)	
5、鸽的繁殖 (374)	
6、信鸽 远翔能力的训练 (374)	

二、家庭养鱼376

(一) 金鱼376

1、起源与分类 (376)	
2、饲养 (377)	
3、鱼缸的装饰 (381)	

(二) 热带鱼381

- 1、分类(381) 2、饲养(382)

三、家庭养蟋蟀.....383

- 1、饲养蟋蟀的历史(383) 2、如何识别蟋蟀精品(383) 3、蟋蟀的喂养(384) 4、蟋蟀的斗法(385)

四、垂钓.....386

- 1、选择理想的垂钓场地(386) 2、钓具的准备(386) 3、鱼饵(387) 4、怎样打塘食(388) 5、掌握好提竿时间(389) 6、钓鱼谚语(390)

第十三章 健美391

一、女子健美操.....391

- 1、臂操(391) 2、腿操(391) 3、腰操(392) 4、臀操(392) 5、胸操(392)

二、婴幼儿体操.....393

- 1、被动体操(393) 2、主动体操(394)

三、中老年迪斯科.....395

- 1、前后摆腿脚踏(395) 2、单膝左右连续扭(395) 3、滑步摆臂两侧转(395) 4、双手平起深呼吸(396) 5、四肢弹跳左右摆(396) 6、双手托掌齐顶天(396)

四、祛病延年二十势.....397

- 1、吐故纳新(397) 2、幼鸟受食(397) 3、大鹏展翅(397) 4、左右开弓(397) 5、双手举鼎(398) 6、摘星换斗(398) 7、前伸探海(398) 8、回头望月(398) 9、风摆荷叶(399) 10、转腰拍碑(399) 11、掌插华山(399) 12、白马分鬃(399) 13、凤凰展翅(400) 14、巧匠拉钻(400) 15、云手转体(400) 16、左右下伏(401) 17、白鹤转膝(401) 18、压膝下蹲(401) 19、四面摆腿(401) 20、虚实摆步(402)

五、苏东坡养生术.....402

第十四章 旅 游423

一、旅游前的准备.....423

1、旅游目的地的选择(423) 2、旅游路线的选择(425) 3、旅游行装的准备(425) 4、旅游住宿中应注意的问题(426) 5、注意饮食卫生(426) 6、旅游前的知识准备(427) 7、旅游美学知识(433) 8、老年人旅游须知(435) 9、旅行结婚须知(436) 10、消除疲劳的旅游操(437)

二、多种多样的旅游形式.....438

1、时令旅游(438) 2、艺术旅游(440)

第十五章 家庭收藏442

一、集邮.....442

1、邮票的起源(442) 2、集邮的意义和作用(442) 3、集邮常用术语(443) 4、邮票的种类(445) 5、集邮的种类(447) 6、集邮的工具(448) 7、邮票的收集和整理(450) 8、邮票的保藏方法(451) 9、中外珍邮简介(452)

二、藏书.....454

1、家庭藏书的种类(454) 2、怎样选购图书(455) 3、古书版本常识(457) 4、图书的整理与保藏(460) 5、藏书票简介(461)

三、藏画.....462

1、书画作品的收集(462) 2、书画装裱艺术(463) 3、书画作品的保藏(464)

四、钱币收藏.....465

1、收藏钱币的意义(465) 2、中国货币的发展(465) 3、中国古钱币的识读(468) 4、钱币的分类(470) 5、钱币的收藏(470)

五、其它物品的收藏.....471

第十六章 居室布置	473
一、居室布置的总体要求	473
二、室内环境与色彩	474
三、居室灯具的布置	475
四、门厅的陈设与利用	476
五、家具布置技巧	476
六、不同家庭的居室布置	477
1、新婚家庭(477) 2、老人居室(477) 3、儿童居室(478)	
4、中年家庭(478)	
七、室内装饰方法	479
1、地面的装饰方法(479) 2、墙面的装饰方法(480) 3、顶面	
的装饰方法(481)	
八、日用品布置的学问	482
1、家用电器的放置(482) 2、日用陈设品的放置(482)	
九、装饰品布置的学问	483
1、工艺品(483) 2、装饰织物(483) 3、字画(484) 4、房	
室绿化(485)	
十、节假日喜庆日室内布置注意事项	486
附 录 中外主要民间节日	487
1、中国主要民间节日(487) 2、外国主要民间节日(488)	

第一章 家庭游艺

一、家庭娱乐指导

1. 不同的家庭怎样开展娱乐

①老年家庭。老年人为了年青一代的幸福成长，辛苦操劳了一辈子，他们的晚年生活完全应该舒适愉快。仅就老年家庭的娱乐活动而言，可供选择的内容还是很多的，但老年人由于身体条件的限制，一般应选择活动量不大、充满乐趣、有益于养身保健的家庭娱乐活动。

清晨，可在街心花园等空气新鲜的场所打拳舞剑，散步慢跑，喜爱养鸟的老年人还可提上鸟笼到此与鸟友们相聚，享受一下百鸟争鸣的乐趣。麻将、扑克、中国象棋是大多数老人喜爱的消遣性娱乐活动，不过要有所节制，切莫过分劳神。养花、养鸟、养鱼、垂钓也是老年人适宜的娱乐活动，由此可增强他们的生活信念，陶冶高尚的情操。如果条件许可，还可试试盆景的栽培制作。对有较高文化修养的老年人来说，我国的传统绘画和书法艺术常常引起他们浓厚的兴趣。实践证明，画画和练字是有助于老年人延年益寿的娱乐活动。此外，具有较高知识层次的老年人如对收藏字画、集邮等家庭收藏活动有兴趣，那更可享受无尽的乐趣。读书看报也是老年人所适宜的。对有着革命经历或曲折人生的老年人来说，不妨提笔写一点回忆录、自传之类的东西，以教育后人。除了中老年健身舞之外，我们并不提倡老年家庭举办舞会或老年人经常参加跳舞，但偶有亲朋好友相聚，量力而行地跳上几曲慢节奏的交谊舞，也可调剂一下娱乐生活。老年人欣赏音乐，应该选择能增添生命活力的