

■全民健身体育运动丛书
■首都体育学院“丛书”编写组

棋牌 运动手册

谢军 钱雯 洪峰 ◎ 编著



金盾出版社

全民健身体育运动丛书
首都体育学院“丛书”编写组

棋 牌 运 动 手 册

谢 军 钱 雯 洪 峰 编著

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书分别介绍了围棋、象棋、国际象棋、桥牌以及群众喜闻乐见的几种扑克牌的玩法,详细讲解了棋类的开局、中局、残局的技战术及杀法,教你桥牌的叫牌、打牌(做庄与防守)、记分的基本常识和技巧。对如何开展这些活动,赛事的组织,棋牌的规则等,做了具体的解释和指导。

本书内容简明实用,通俗易懂,既适合个人自学入门,也是社区、企事业单位等基层单位组织开展活动的实用指导手册。

图书在版编目(CIP)数据

棋牌运动手册/谢军,钱雯,洪峰编著. --北京:金盾出版社,2012. 11
(全民健身体育运动丛书/鸿江主编)
ISBN 978-7-5082-7518-5

I. ①棋… II. ①谢…②钱…③洪… III. ①棋类运动—手册②扑克—手册 IV. ①G89-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 050821 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京精美彩色印刷有限公司

正文印刷:北京万友印刷有限公司

装订:北京万友印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:880×1230 1/32 印张:8 字数:200 千字

2012 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1~6 000 册 定价:18.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

大众体育为大众

何振梁

二〇一一年十一月三十日

中国奥委会名誉主席、国际奥委会委员、国际奥委会文化和奥林匹克教育委员会主席何振梁先生为“丛书”
题词

全民健身体育运动丛书

《武术健身养生手册》

《球类运动手册》

《棋牌运动手册》

《社区居民健身手册》

《滑冰 滑雪 游泳运动手册》

“丛书”编委会名单

主 编：李鸿江

副主编：谢 军 于振峰

编 委：叶 伟 朱建亮 汤铁军 何 玲 魏丽捷

徐大鹏 周建梅 钱 雯 洪 峰 李越苹

吕 青 史 衍 陈 钧 王 隽 朱永国

鹿志海

序

“体育是社会发展和人类文明进步的重要标志，是综合国力和
社会文明程度的重要体现”。2008年北京成功地举办了奥运会和残
奥会，中国首次取得了奥运会金牌总数第一，极大地激发了全国人
民的爱国精神和体育热情，体育从未有过像今天这样为国人所关注。
如何抓住这一有利契机，推动竞技体育和群众体育协调发展，这既是
历届奥运会举办国的经验启示，也是我国由体育大国向体育强国迈进
的必然选择。

当今世界各国的竞争关键是人才的竞争，国民素质将成为各国
之间较量的基础。国民体质的强弱直接影响着国民素质。身不强，国
何强？一身动则一身强，一家动则一家强，一国动则一国强，天下动
则天下强。全民健身活动对于增强国民体质，提高国民素质具有重要
的作用。

现代社会，体育不仅被当做一项身体活动，具有强身健体的作用，
而且还是一种教育手段。它在塑造健康体魄的同时，培养着人健全
的精神。经常参加体育运动，能稳定人的情绪，愉悦人的心理，发展人
的个性和潜能，可以使人更豁达，更开朗，更乐观，对生活的态度更
积极。此外，体育还是一种生活方式，它以其丰富的内涵和特有的活
动方式，提升着人们的生活质量，成为小康生活的重要内容。

然而，近20多年来，在升学考试的压力下，在顾及安全怕担责
任的考虑下，体育在整个教育系统中一再受到挤压，我国大、中、
小学的学生体质持续下滑。最新的国民体质监测公报显示，我国成
年人超重与肥胖率持续增长，“成年人未老先衰”；群众体育现状调
查发现，经常参加体育锻炼的人群依然是两端高、中间低的“马鞍”
式格局。当代中国正经历着前所未有的、深刻复杂的巨大社会变迁，
转型期的社会、经济乃至个人等不确定性因素给人们带来了焦虑、失
落、不安等大量的心理健康问题，这些现象的出现都是令人堪忧的。
有位哲人说过，“如果没有健康，智慧就无法表露，文化就无法施展，

力量就无法斗争，知识就无法利用，生命因健康而快乐，因疾病而枯萎，有了健康才有一切”。可以说，体育不是万能的，但没有体育是万万不能的。从国家宏观发展战略角度看，体育的缺失，将最终威胁到国家的安全和未来的竞争力。

为进一步增强城乡居民的健身意识，提高对体育的认识，更好的引导城乡居民积极参与到体育活动中来，提高健身的科学化水平，指导他们科学合理地从事健身活动，享受体育锻炼带来的健康和快乐，金盾出版社委托首都体育学院设计、编写了这套“全民健身体育运动”丛书。首都体育学院以高度的社会责任感承接了这项编写任务，学校成立了以副校长、国际象棋冠军谢军和知名教授于振峰为总负责的编写班底，组织了20余名相关专家参与到这套丛书的编写中来。编写组在编写过程中召开了多次研讨会，就丛书的内容、编写的结构体例、图文的配比等进行了认真地讨论和反复的推敲，精益求精，确保了编写的质量。

这套丛书共有五本，在定位上以全民健身为目的，以入门为根本，强调可读性、指导性、工具性，内容涉及：“武术与养生”、“小球系列”、“棋牌系列”、“冰、雪、泳”和“居民健身手册”。从现在完成的书稿看，这套图书达到了体例新颖、图文并茂，融知识性、趣味性和可操作性于一体的要求。我们相信，这套丛书的出版，必将为提高我国城乡居民的健身意识，进一步推动城乡居民参与体育活动，培养体育精神，促进科学化健身水平，形成健康文明的生活方式，进而为增强国民体质，提高国人素质发挥出积极的作用。

最后，我要特别感谢中国奥委会名誉主席，国际奥委会委员，国际奥委会文化和奥林匹克教育委员会主席何振梁先生，耄耋之年的何老在了解了我们这套丛书的创意后，应邀欣然为本书题词。在此，我们谨向何老表示衷心的感谢和崇高的敬意！

首都体育学院党委书记
李鸿江（教授 博导 博士）



棋牌是指围棋、国际象棋、中国象棋和桥牌等智力型体育项目。棋牌运动主要是脑力劳动,是智慧的竞争。

棋牌的思维方式是人类最典型的思维方式。棋牌运动实质上是一个连续不断地矛盾发展的过程,棋牌选手依据共同约定的规则,采用不同的战略战术,使矛盾向着对自己有利的方向发展。

棋牌运动有深刻的文化内涵,中国象棋的九宫格和各种棋子的着法,就有着明显的封建文化含义。国际象棋在欧洲比较流行,其着法是开放形式,“中国的小卒鞠躬尽瘁,外国的小兵可以封爵”,这就是东西方文化的差异。

棋牌运动的文化特征还表现在运动形式的艺术表述方式上。一局棋、一副牌比赛过程,可以通过文字记录下来,就像一幅画、一首诗、一曲美妙的乐章,给人以美的享受。下棋时,棋盘、棋子及其位置都摆在眼前,每一步棋都有明显的表述意义和隐含的可能变化,从棋盘上的对应着法过程,可以看出对方的战略思想和战术意图。下棋的双方都是“知己知彼”的,虽然下棋的终局只有胜、负、和三种,但“千古无同局”说明棋类运动变化莫测,每一着棋都直接或间接影响到双方形势的消长,关系到终局的胜负,故有“棋错一着,满盘皆输”之说。

打桥牌跟下棋不同,打牌的过程实际上是人人逐渐展示自己手中牌的过程。牌的分配和分布有很大的随机性,只能通过叫牌和打牌过程才能将信息传给同伴。正确的叫牌方法可以准确地表述自己的牌情,在了解了同伴和自己的牌情之后才能选择适当的定约。桥牌运动之所以特别迷人,就在于表达牌情的叫牌方法及阶级是有限的,而用有限的叫牌空间去反映无限丰富的牌情变化,就产生出独有的魅力。



第一章 围棋	/ 1
第一节 围棋入门	/ 1
第二节 围棋术语	/ 4
第三节 布局 and 定式	/ 12
第四节 围棋中盘战术	/ 20
第五节 围棋官子	/ 26
第二章 象棋	/ 33
第一节 象棋入门	/ 33
第二节 基本杀法	/ 34
第三节 开局常识	/ 46
第四节 中局基本战术	/ 53
第五节 基本残局	/ 65
第三章 国际象棋	/ 75
第一节 概述	/ 75
第二节 如何行棋	/ 78
第三节 理论与技巧	/ 106
第四节 大赛名局赏析	/ 147
第四章 桥牌	/ 160
第一节 桥牌简介	/ 160
第二节 桥牌入门	/ 162

第三节	桥牌叫牌的巩固与提高	/	169
第四节	桥牌打牌的技巧	/	195
第五节	桥牌比赛的组织方法	/	227
第五章	扑克牌比赛	/	237
第一节	拖拉机比赛	/	237
第二节	拱猪比赛	/	246

第一章 围棋

围棋是中国的传统棋种,是我国古代劳动人民的智慧结晶,早在春秋战国时期就广为流传。历史上涌现过众多围棋高手,也流传着许多优美动人的围棋史话。围棋,能开发智力,启迪思维,锻炼头脑,陶冶情操。在围棋的对弈中,包含着形象思维、逻辑思维的创作,它能增强机械记忆和理解记忆,提高人们的计算本领。围棋艺术,千变万化,具有经久不衰的魅力,这是它流传几千年至今受到人们喜爱的原因。

第一节 围棋入门

一、围棋基本规则

1. 行 棋

对局时,一方执黑子,另一方执白子,黑子先行,白棋后走,每次下一子到棋盘的交叉点上(棋子下定后不允许再挪动位置),双方轮流交替。在双方行棋的过程中,运用吃子、打劫、做活、围地等技术直至终局。

2. 气

气是棋子周围直接相连的空交叉点。围棋规则规定:有气的棋子才能在棋盘上生存,没有气的棋子必须从棋盘上取走。一个子位于棋盘中央最多可有四气,位于边上可有三气,角上一子只有两气(图 1-4A)。棋子的气数与棋子在棋盘上的位置有关,位于中腹的棋子气数较多,边上和角上的棋子气数相对减少。图 1-4B 角上的两子有 3 气,边上的两子有 4 气,中腹的两子有 6 气。由于“气”是棋子赖以生存的条件,所以,气数少的棋子容易处于被动,双方交战中容易受到包围。

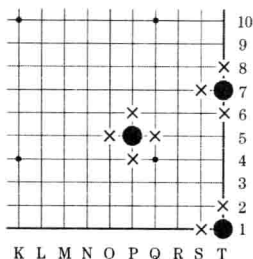


图 1-4A

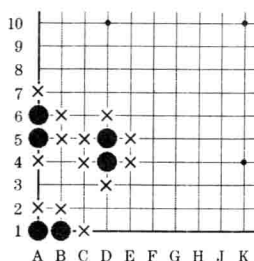


图 1-4B

3. 打吃和吃子

当下一个子后,使对方的某一个或一块棋子只剩下1气,下的这个子就叫“打吃”。如图 1-5A 中黑×子所示,分别打吃白棋1个棋子、2个棋子、3个棋子。对方如果不将被打吃的棋子长出,我方再下一个棋子使对方的这个棋子没有气,就可以将它“吃掉”从棋盘上取走。下一个子后,使对方的子处于无气状态,并把对方的子从棋盘上拿掉,就叫吃子,如图 1-5B 黑×子所示。

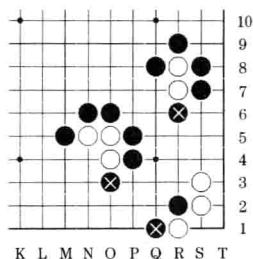


图 1-5A 打吃

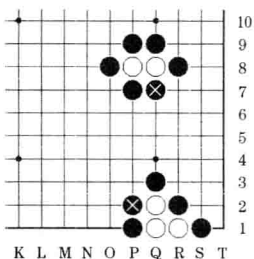


图 1-5B 吃子

4. 禁着点

棋盘上禁止下棋的交叉点叫禁着点。棋盘上任何一个交叉点,如一方在该点下子后,形成这部分棋子无气,但又不能立即提取对方棋子的情况,即是该方的禁着点。



5. 眼

“眼”是由棋子围绕的一个或两个以上的空交叉点，且围绕的棋子连接完整无缺陷，也称“真眼”、“整眼”。图 1-6 中有三组黑棋，角上的三颗棋子围住的空交叉点就是“眼”，左边上五个子围住的空交叉点和中腹七个子围住的空交叉点都是“眼”。

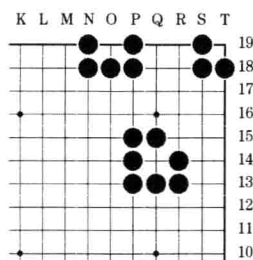


图 1-6 眼

6. 活棋

活棋有眼活和公活两种，“活棋”是永远不可能被提掉的棋。

眼活是由多个棋子连接组合具有两个眼的棋，称作“活棋”。图 1-7 中有两组黑棋，角上黑六个子围成 A、B 两眼，那么这六个子就是一块活棋，上方中腹十个子围成 A、B 两个眼，这块棋也是活棋。

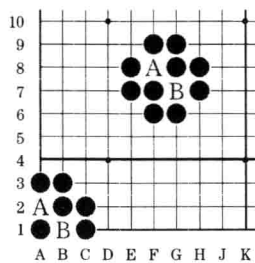


图 1-7 活棋

7. 劫

围棋规则规定，在对局的某一方刚刚提过对方一子的情况下，对方不能马上回提一子。如形成图 1-8 中的这种白方在 A 位处吃了黑△一子，黑方需要在别处下一着，使对方跟着在别处也下一着，然后才能回提。这样的过程称为打劫。

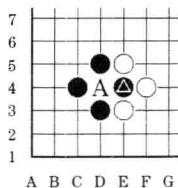


图 1-8 打劫

二、围棋的胜负

怎样计算胜负，判定谁输谁赢呢？简单地说，围棋中的胜负可以概括为：谁围的地域大谁就是胜者；反之，就是败者。围棋棋盘上共有 361 个交叉点，一盘棋的胜负就是由对局双方所占据的交叉点的多少来决定的，更



精确地说就是由双方活棋所占据的地域的大小来决定的。一个交叉点为一子,每方以 180.5 子为归本数,超过此数者为胜,不足此数者为负。分先对局时,持黑棋方须贴 2.75 个棋子(即 $2\frac{3}{4}$ 子),所以,黑棋需要占据超过 184 交叉点才能获胜。

第二节 围棋术语

下棋,将棋子放在棋盘交叉点上这么一个简单的动作,却因这枚棋子所占据的位置、它与周围敌我双方棋子的关系、它的战略目的、战术意图和后续技术手段等的不同,而有不同的术语,围棋着法术语是简单直接描述棋子着法、作用的精炼称谓。

围棋对局分序盘(定式)、中盘和官子三个阶段,每个阶段战略目的和战术手段都不同,因此围棋基本术语也便种类繁多。为了便于学习和掌握,本书将围棋术语大致分为基本着法术语、战术术语。基本着法是指单枚棋子的名称和主要作用,战术术语是由数枚棋子几种基本着法组合的局部攻防手段,如定式等。

一、基本着法术语

围棋基本着法术语是描述棋子所下的位置,与棋盘上原来自己或对方棋子的关系。

1. 占(投)

占也叫“投”,是指在没有棋子的空角、边附近放置一个棋子。占是棋盘上价值最大的走法,有“先占为王,先入为主”之说。占的着法包括占角或占边,一般来说,占角的选点是星位、小目或三三,占边选点是在己方的星位或对方的三线。在布局的初期,双方都采用占的手法抢占棋盘上有利位置(图 1-9)。

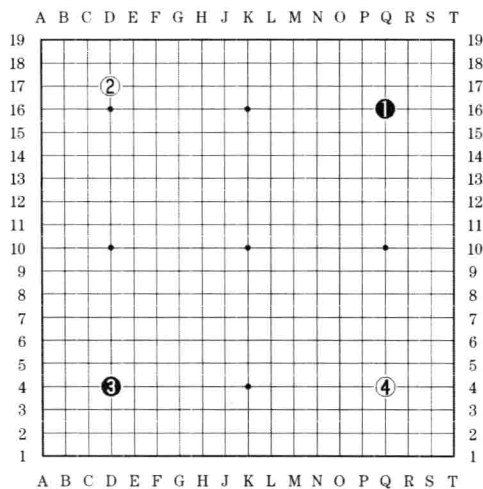


图 1-9 占

2. 长、立

长是在原行棋方向挨着下棋的走法；立：在四、三、二线的棋子，连着向边线方向直着下一子。长的作用是增加这部分棋的气数和守护边地，立的作用是守护地盘或分断对方两块棋的联系。图 1-9A 中黑 3 是长，白 4 是退。图 1-9B 中白 8 是立。

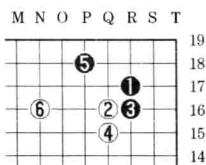


图 1-9A 黑 3 长

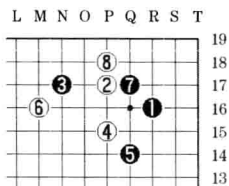


图 1-9B 白 4 关、白 8 立

3. 尖

也叫“小尖”，是在原有棋子一路对角交叉点上下子。尖的作用是加强自己，提高或降低棋子的路数，为下一战斗作准备。图 1-9C 中白 4 是尖。



4. 关

关是在原有棋子的同一直线或横线间隔一路下子。关多用于自己棋势的向中腹发展,也叫单关。图 1-9B 中白 4 是关。

5. 飞、大飞

飞是在原有棋子的位置“日”字形对角交叉点下棋;大飞在“目”字形对角交叉点下棋。飞是攻守兼备的手法。大飞是轻灵自由的行棋手法。图 1-9C 中黑 5、白 6 都是飞。

6. 拆

拆是在原来棋子的第三横线上隔二路下棋,简称“拆二”。拆的作用是扩大边部控制区域,两个棋子相互支持形成一个整体,图 1-9D 中黑 5 与黑 1 构成拆二。

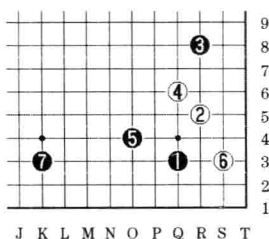


图 1-9C 白 4 尖黑 5 白 6 飞

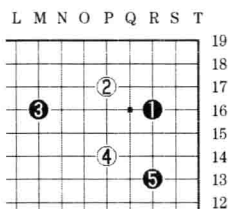


图 1-9D 黑 5 拆 2

7. 虎

虎是在原有尖形的二子基础上再下一子,使三子呈品字形,三子围拢中的空交叉点为“虎口”,虎的作用是保持自己棋子的联络。虎用于补断叫“虎补”。“虎补”的特点是眼型丰富,有“单虎”,还有“双虎”,这种着法效率高,一子多用,在补断的同时还做了眼,在需要迅速安定时经常用上,图 1-10 中 ⊗ 子即为“虎”。

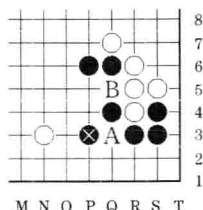


图 1-10 虎

棋子落在棋盘上,一定要与自己棋盘上原有的棋子保持联系。用长、关、尖、飞、拆等着法,将自己的棋



下成错落有致的整体棋势，在保持局势均衡和棋子安全的前提下，尽力用较少的棋子控制更大的棋盘范围。

8. 碰、压、托

碰、压、托都是与对方棋子接触的下法。碰是在同一横线上紧贴对方棋子的交叉点下子。压是当对方棋子位于二线或三线，在对方棋子上面下棋，托是当对方棋子位于四线以上时，在对方棋子下面下棋。

9. 顶

顶是在自己棋子的支持下，直接顶在对方棋子正前方向的下法。

10. 扳

也叫“扳头”，是在双方棋子相互靠紧时，将棋子走在对方的前头，阻止对方继续长出的着法。扳是围棋对抗局面中最常用的手法，有“内扳、外扳、上扳、下扳”之分。扳的使用要点是“扳二子软头”。

11. 断、接

断和接是一对相反的着法。断也叫“切断”，是直接割断对方棋子联络的着法。断的作用是将对方棋子分割成两个部分，分别攻击对方两块棋，使其首尾不能兼顾，即“两处有情方可断”；接也叫“粘”，是将可能被切断的棋子连接起来，形成不可分割的整体。断是对局中最剧烈的起点，断可能产生巨大的收益或损失。“当机立断”、“当断不断，反受其乱”的成语说明断的重要作用。

12. 夹、挖

夹是主动下成两边是自己的子，中间是对方的子，“夹”是在紧气时常用的一种有效着法，就象用筷子夹东西一样，把对方紧紧地夹住、紧住（气）、不放松。夹用途广泛，在吃子、死活题、攻杀中都少不了夹。挖，是在对方间隔一线的两个子中间下己方一个子，“挖”的用途广泛，在吃子、死活题、攻杀中都少不了挖。例如“乌龟不出头”的挖，它利用挖断白棋的断点，然后滚打包收紧气，吃对方接不归。

13. 冲

冲是向对方关形的中央空隙处突入的着法。冲的目的是破坏对方棋形，制造断点。