

YIQIWAN KUAILE FANSHENG YOUXI

一起玩

快乐

翻绳游戏

无论是老人还是孩子
都可以在翻绳游戏中找到无穷的乐趣
快准备一条花绳
让手指和大脑动起来
一同体会快乐的翻绳游戏吧

 犀文图书 编著



 中国纺织出版社



YI QI WAN KUAI LE FAN SHENG YOU XI

一起玩 快乐翻绳游戏



 犀文图书 编著

内 容 提 要

翻绳游戏是一个深受大人和孩子们喜爱的经典传统游戏,不仅可以训练双手和眼睛的协调能力,锻炼想象力和头脑思辨能力,还有助于孩子们的合作意识和合作能力,有益于增强孩子的活动兴趣、自信心和自制力。它所需的材料仅是一根细绳,容易上手,不但能锻炼孩子手指的灵活性,还可以开发孩子的思维,或与伙伴一起玩,在不知不觉中增进彼此的亲密感和信任。本书的游戏难度由简单到复杂,循序渐进,版式设计清晰明了,用丰富的图片和详细的文字介绍向读者展示了各种妙趣横生的翻绳造型。

无论是老人还是孩子,都可以在翻绳游戏中找到无穷的乐趣。快准备一根花绳,让手指和大脑动起来,一同体会快乐的翻绳游戏吧!

图书在版编目(CIP)数据

一起玩快乐翻绳游戏 / 犀文图书编著. - 北京:
中国纺织出版社, 2013.8

ISBN 978-7-5064-9712-1

I. ①一… II. ①犀… III. ①翻绳 IV. ①G899

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第089978号

策划编辑: 来佳音 责任校对: 余静雯

责任印制: 何 艳

中国纺织出版社出版发行

地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124

邮购电话: 010-67004461 传真: 010-87155801

<http://www.c-textilep.com>

E-mail: faxing@c-textilep.com

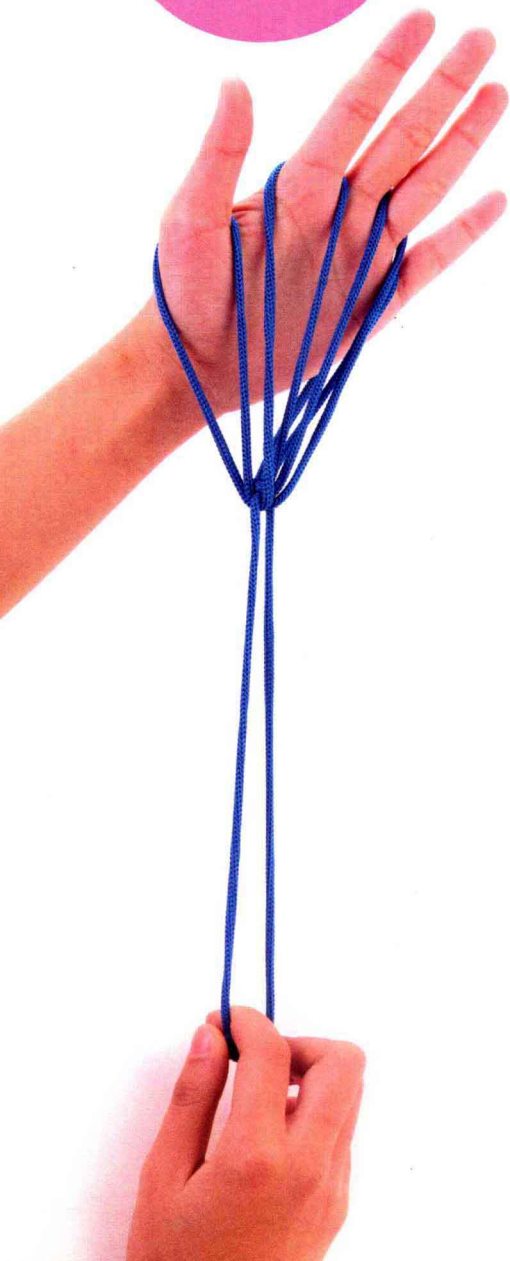
北京市雅迪彩色印刷有限公司印刷 各地新华书店经销

2013年8月第1版第1次印刷

开本: 889×1194 1/24 印张: 4

字数: 46千字 定价: 25.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换



翻绳，又叫“解股”、“线翻花”、“翻花鼓”、“编花绳”、“挑绳”、“打糕果”等，是一种流行于20世纪60~80年代的儿童游戏。其玩法很简单，只需用一根绳子结成绳套，用手指编成各种花样；也可以另一人用手指接过来，翻成另一种花样，相互交替编翻，直到一方不能再编翻下去为止。一条普通的绳子，灵活地穿行于纤纤细指中，就可以变幻出一个个极具生活情趣的神奇！

翻绳游戏不仅具有巧手、健脑、启智的作用，还有助于提高儿童的合作意识和能力，有益于增强儿童的思维能力、自信心和自制力。但翻绳游戏绝不仅仅只限于儿童，这个游戏最大的乐趣在于翻出新花样，展现自己的聪明才智，锻炼自己的耐心和敏捷性，在娱乐中寻找解决问题的方法，是一种调剂生活的休闲游戏。

赶快准备一根绳子吧，和孩子一起来玩翻绳游戏，既可以亲密亲子关系，又可以追忆童年的欢乐时光，体会绕于指间的快乐！

Contents

目录

PART 1 翻绳基础我知道

- 2 本书操作说明
- 3 翻绳的选择
- 3 翻绳的来历与意义
- 4 翻绳的基础操作



PART 2 单人独享乐趣翻绳

- | | | |
|---------|------------|-----------|
| 6 静静的雪山 | 28 魔法扫帚 | 52 窗子 |
| 8 月入云海 | 29 伸缩橡皮筋 | 55 小熊 |
| 10 织布机 | 30 眨眼睛的小星星 | 58 黑夜蝙蝠 |
| 13 富士山 | 34 一串香蕉 | 62 蚱蜢 |
| 16 小板凳 | 36 水边的小鱼 | 66 小喇叭 |
| 17 保鲜盒 | 38 花盆 | 70 戒指脱落 |
| 18 眼镜 | 40 喷泉 | 71 橡皮筋变星星 |
| 20 剪刀 | 43 启明星 | 72 一段梯子 |
| 24 降落伞 | 46 钱包 | 74 两段梯子 |
| 26 贝壳 | 48 担架 | 76 脱绳子 |

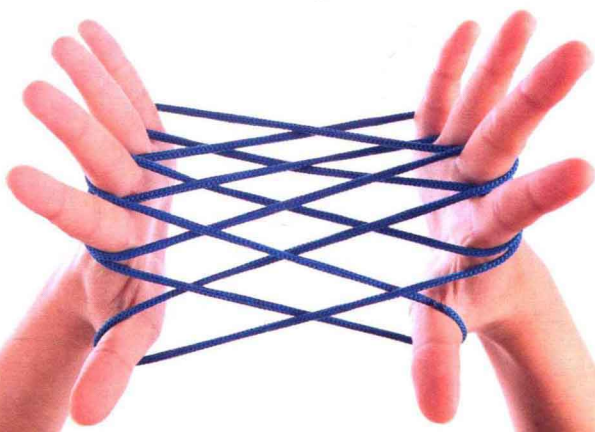
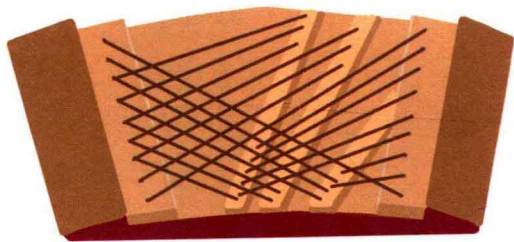
PART3 双人合作乐趣翻绳

- 78 稻田
- 79 小河
- 80 水槽
- 81 飞碟
- 82 蝴蝶
- 83 捣年糕
- 84 捕鱼网
- 86 锯木头



PART4 神奇变幻乐趣翻绳

- 88~89 舞台一拳击台
- 90 螃蟹一哑铃一女孩
- 91 老爷帽一箭头

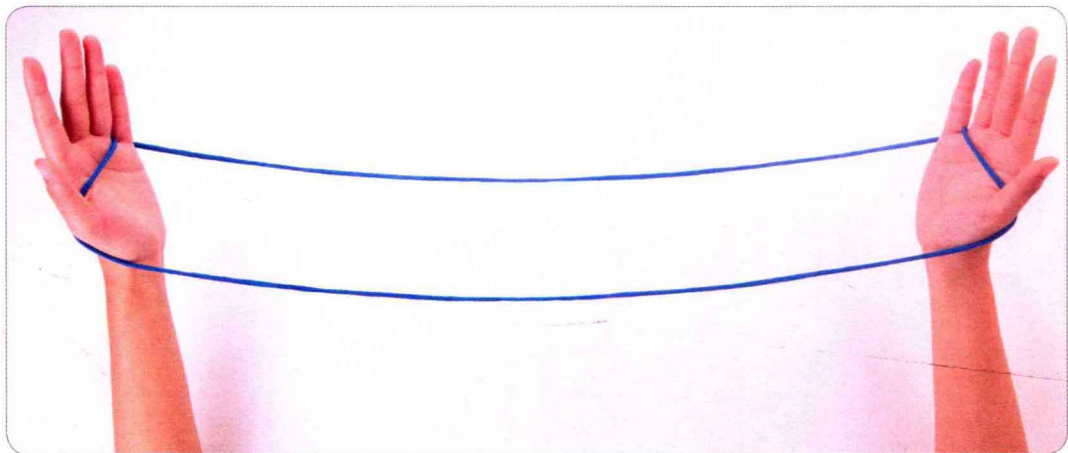


PART I
翻绳基础
我知道



本书操作说明

起始步骤



开始手势，将绳子如图挂在两手的拇指和小指上即可。

常用符号



表示绳子卷起的方向或手指活动的方向



表示挑、勾绳子



表示不松开绳子



表示松开绳子



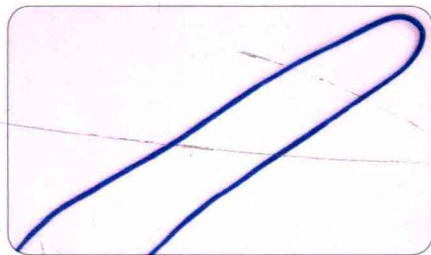
表示将绳子或手指放入此处或者从此处取出



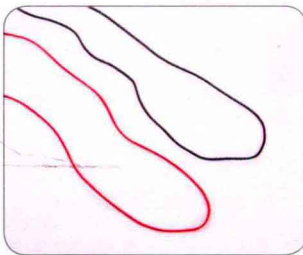
表示绕绳子

翻绳的选择

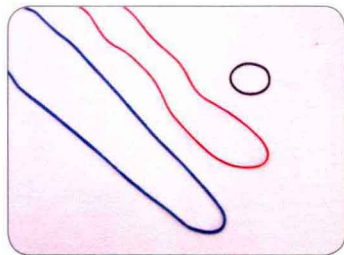
我们常见的很多绳子，都可以作为进行翻绳游戏的绳子，比如粗细适中的棉线或者毛线、麻线、尼龙线、棉纱线等，长度在1.5米左右，将绳子的两头合在一起打结，做成绳圈，即可进行翻绳游戏。



本书中大多单人游戏用这根深蓝粗线，长度约1.5米。



红、黑尼龙线



深蓝粗线、红色尼龙线、橡皮筋

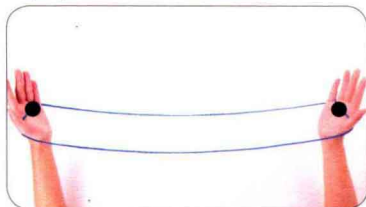
翻绳的来历与意义

翻绳，一种流行于二十世纪六七十年代的儿童游戏。又叫“解股”、“线翻花”、“翻花鼓”、“编花绳”、“挑绳”、“打糕果”等。土族、满族、蒙古族等称之为“解绷绷”，内蒙古以及华北地区有称“解钩钩”或“解勾勾”，在杭州称为“挑花花线”。

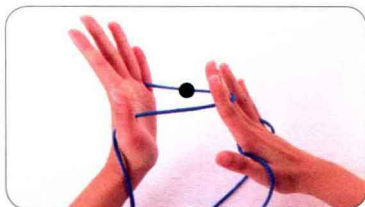
在翻绳游戏中，女孩子普遍比男孩子翻的好，这与她们认真、细心的性格特征有关。孩子想要玩翻绳，就必须找到一个或多个乐意与之合作的游戏伙伴，同时，他们在活动中还必须同心协力，动作协调一致，才能顺利地开展游戏。因此，这一活动有效地培养了孩子们的交往合作能力。此外，翻绳游戏还可以激发人的想象力、创造力，在游戏过程中想出许多有趣的玩法。

翻绳的基础操作

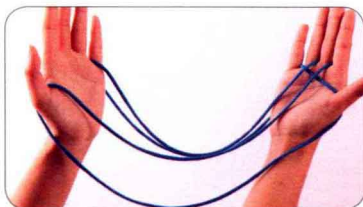
中指操作法



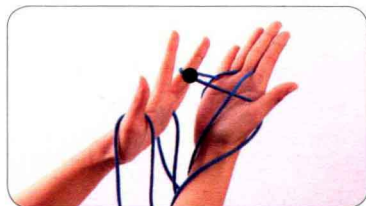
1 先做一个开始手势，将绳子挂在两手的拇指与小指上。



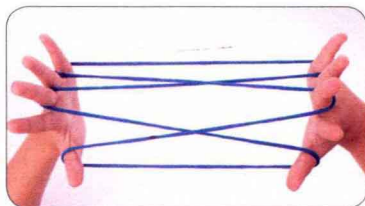
2 首先用右手中指挑取左手●绳。



3 取下之后，挂在右手中指上。

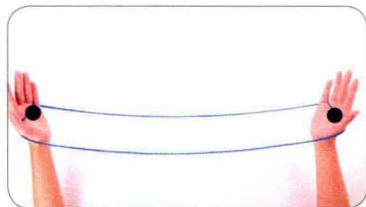


4 然后用左手手指挑取右手●绳并挂在左手中指上。

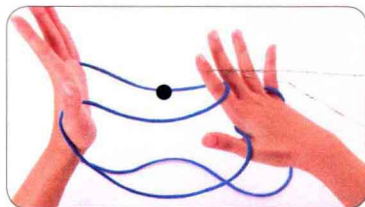


5 中指手势做完了。

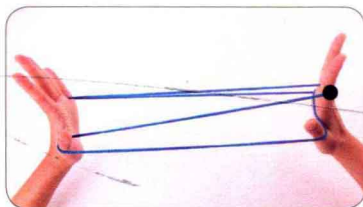
食指操作法



1 先做一个开始手势，将绳子挂在两手的拇指和小指上。



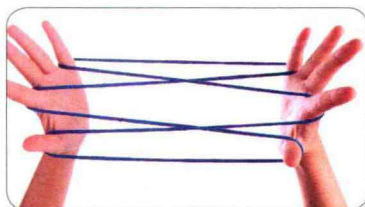
2 首先用右手食指挑取左手●绳。



3 取下之后，挂在右手食指上。

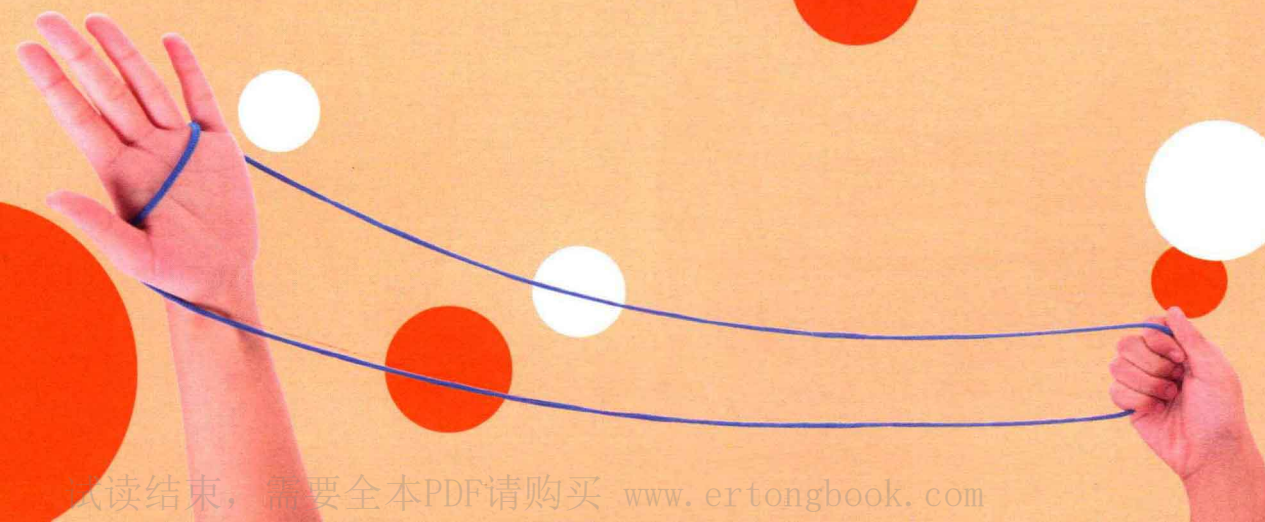


4 然后用左手食指挑取右手●绳。



5 食指手势就完成了。

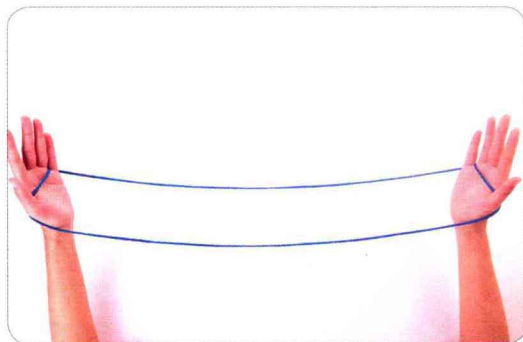
PART 2
单人独享
乐趣翻绳



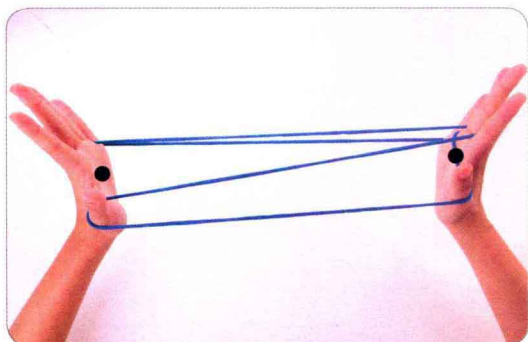


静静的雪山

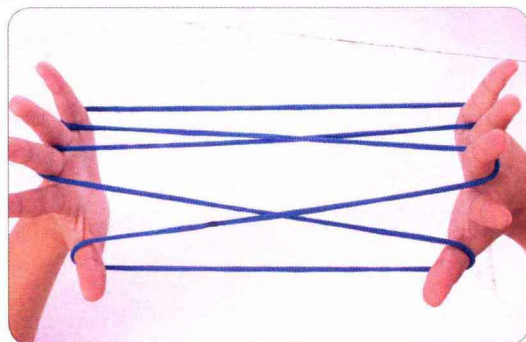
jìng jìng de xuě shān



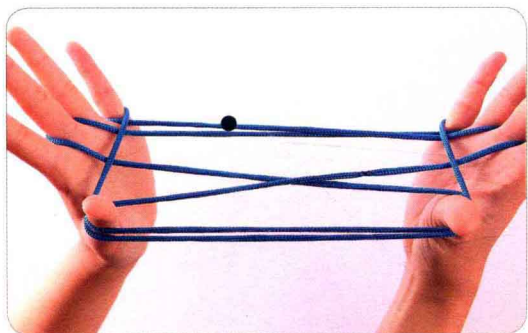
1 细绳在两手间展开，如图做成一个基本框架。



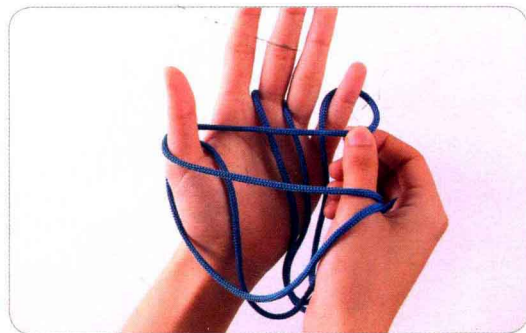
2 用右手中指挑取左手的●处，左手中指挑取●处。



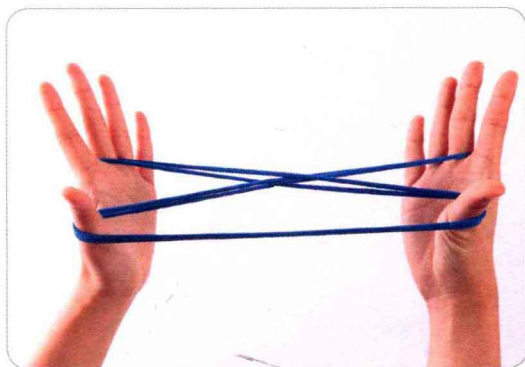
3 形成中指基本框架。



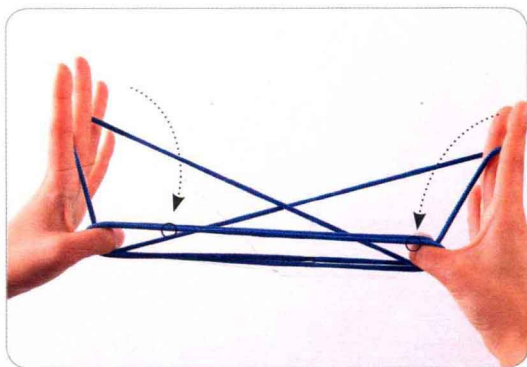
4 用双手拇指去挑取●绳。



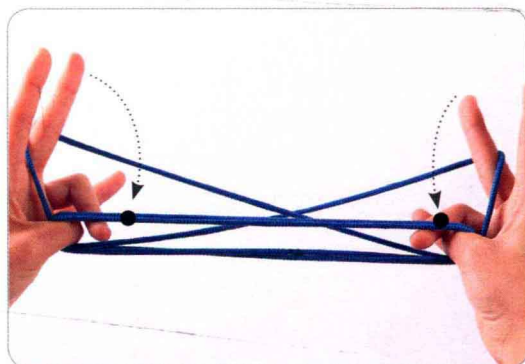
5 分别松开两根小指上的绳子。用右手取下左手小指上的绳子。



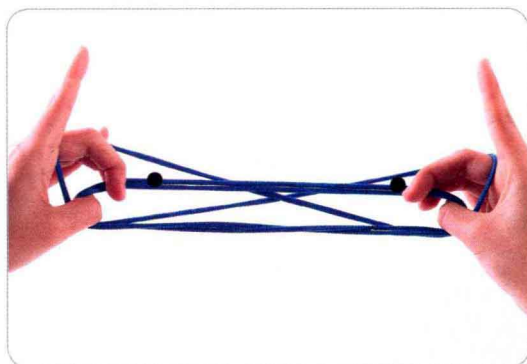
6 左手也依此取下右手小指上的绳子。



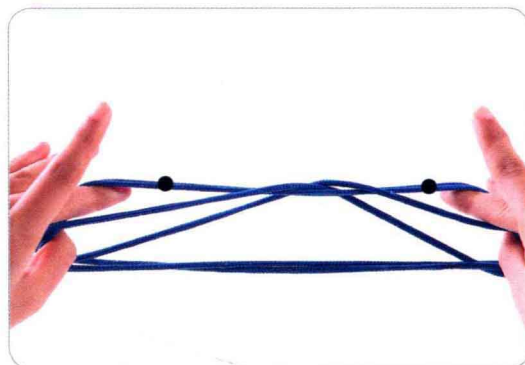
7 松开后，用双手拇指同时勾下中指内侧的○绳。



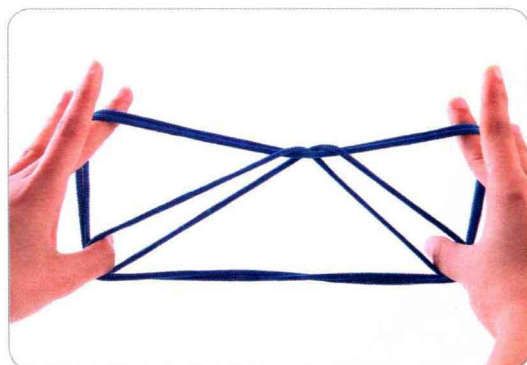
8 无名指伸到●绳下。



9 中指放到●绳上，准备用中指挑起●绳。



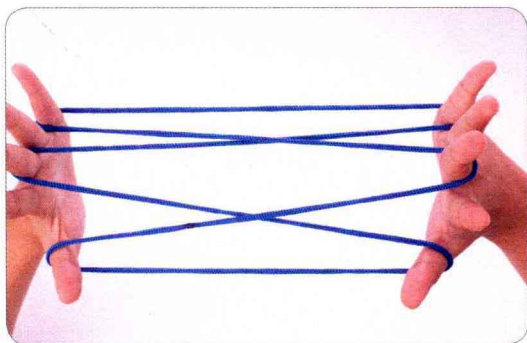
10 双手食指缓缓挑起●绳，中指上的细绳自然脱落。



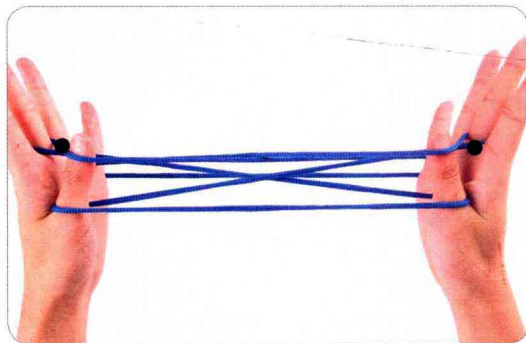
11 指尖朝外，“静静的雪山”就做好了！



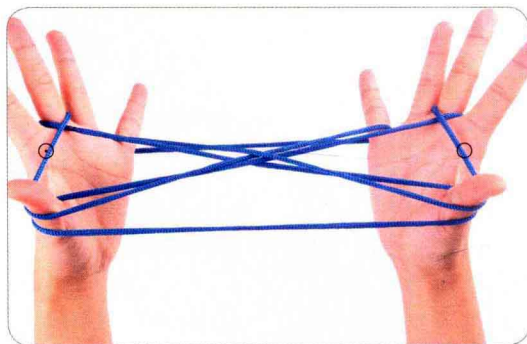
月入云海 yue ru yun hai



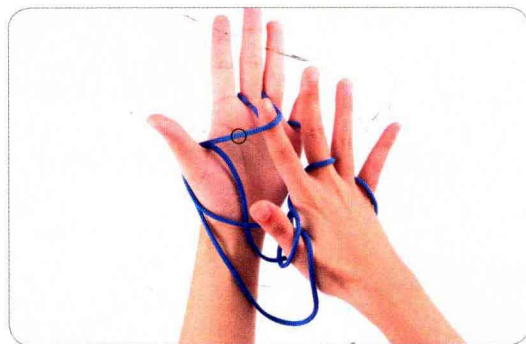
1 首先做成“中指手势”。



2 用双手拇指分别去取同手中指外侧的●绳。



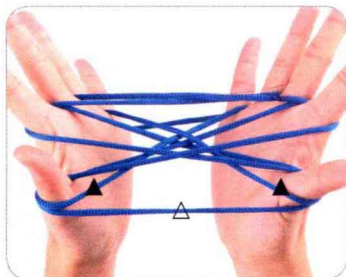
3 取完后的形状。



4 右手食指取下左手○绳。



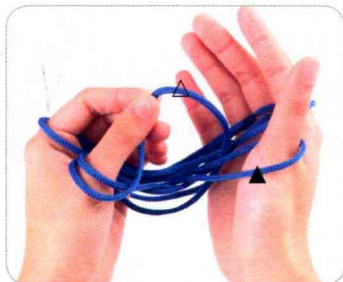
5 同样用左手食指取右手的○绳。



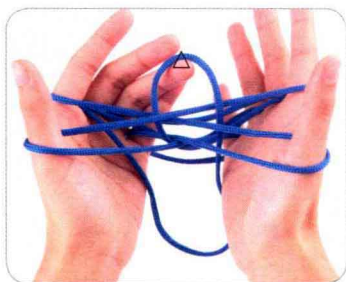
6 取完绳子后的形状。现在准备，不松开▲绳，只松开△绳。



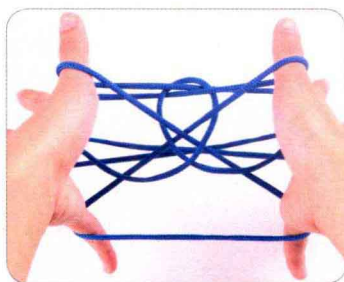
7 正在松绳的过程中，左手拇指抓住△绳。



8 不松开▲绳，只松开△绳。

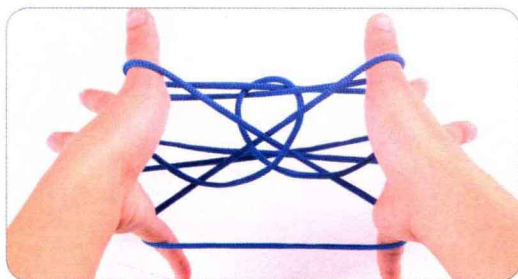


9 右手的△绳松开后，自然垂挂，注意不要将绳子拉直，继续依此松开左手△绳。

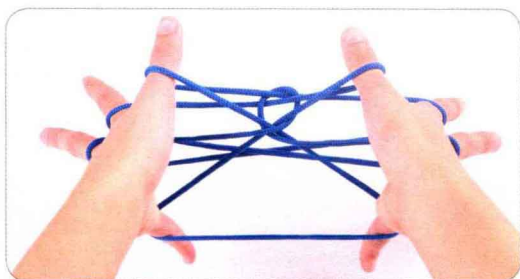


10 绳子松完，两手相向对面，“月入云海”完成。

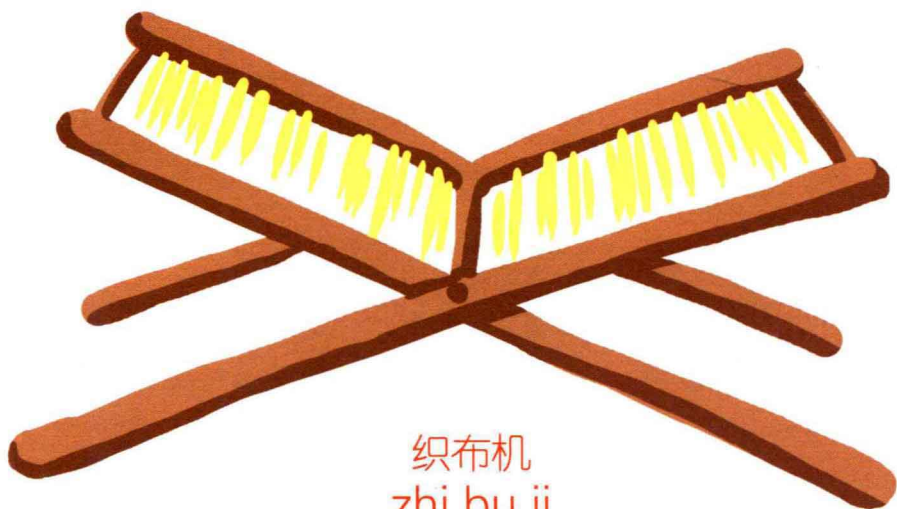
玩法



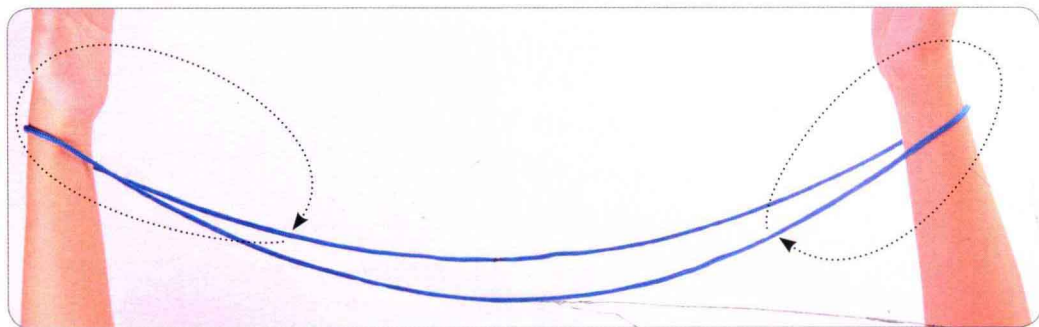
1 两手微微展开，月亮被雾霾渐渐遮掩。



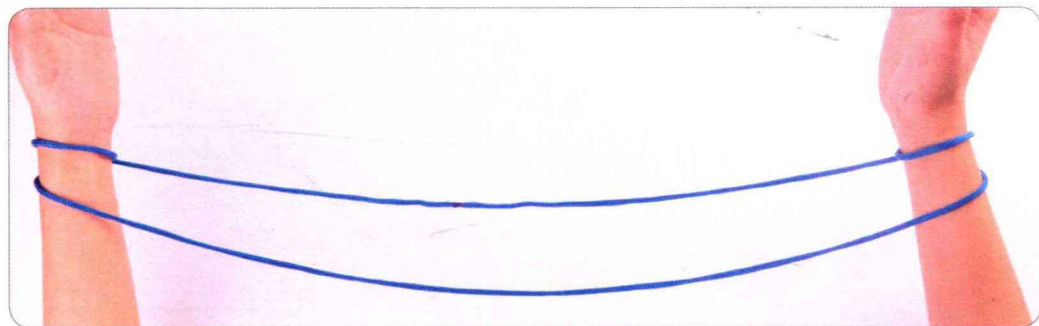
2 手再打开一点，浓雾弥散开来。慢慢地，月亮就在雾里安眠。



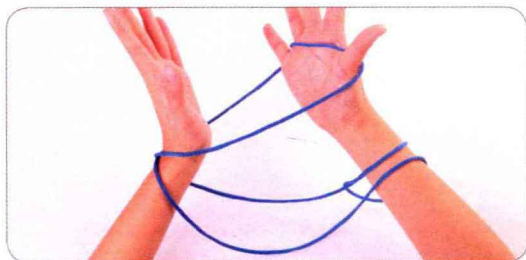
织布机
zhi bu ji



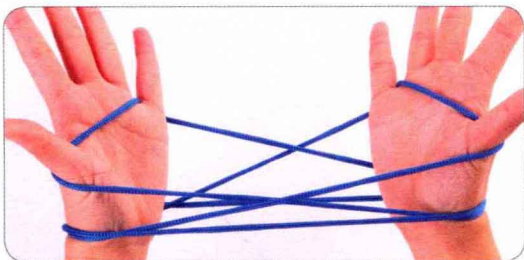
1 绳子垂挂在两手手腕上，沿箭头方向绕一圈。



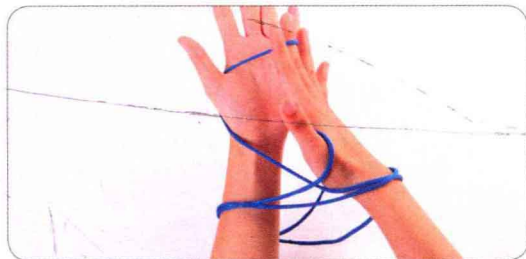
2 绕完后的形状。



3 用右手的拇指和小指取下左手手腕的绳子。



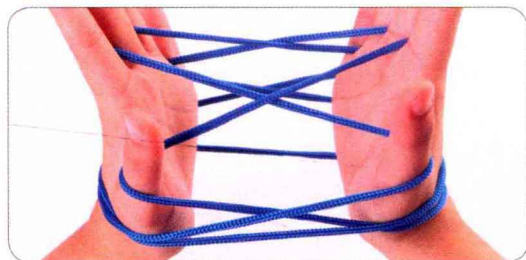
4 同样，左手也依此取下右手手腕的绳子，形状如图
所示。



5 用右手中指取下左手手掌的绳子。



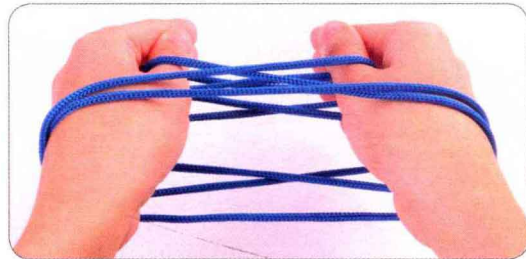
6 同样，左手中指也取下右手手掌的绳子。



7 取下后的形状。



8 两手相对、拱起，准备将手腕绳子从双手中脱落。



9 手腕绳子微松，手指的绳子夹紧。



10 将手腕绳子全部脱落下来，注意不要将拇指的绳子脱下来。