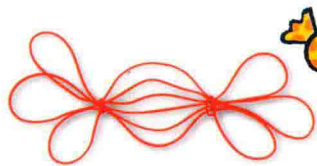


看图就能学会

终极版

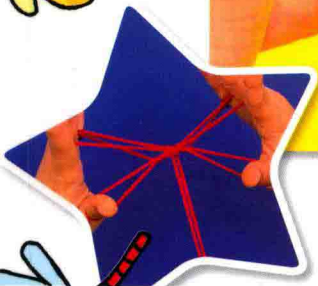
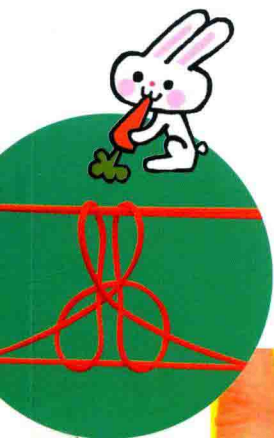


# 简单翻花绳

## 大全集

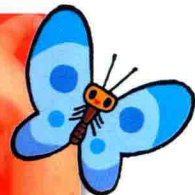
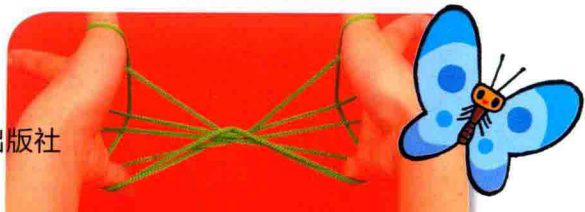
日本怀旧游戏会 编著  
王 蕾 译

通过图示和步骤  
就能完全理解哦！



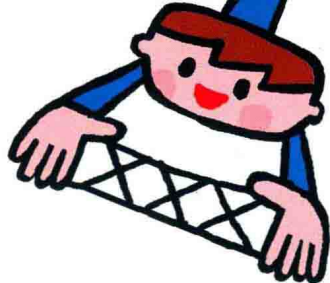
超人气翻花绳游戏  
大全集  
大家可以一起玩的

河南科学技术出版社



看图就能学会

终极版

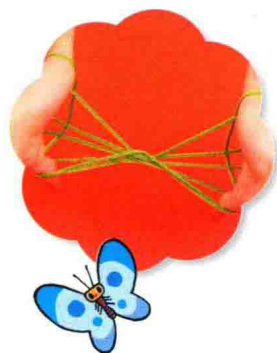
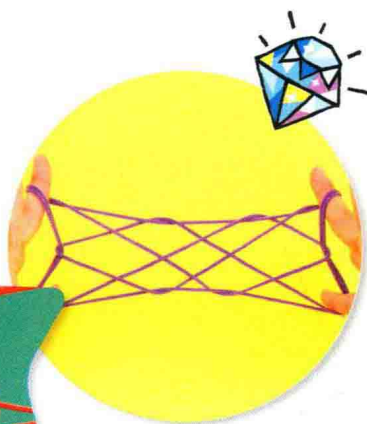
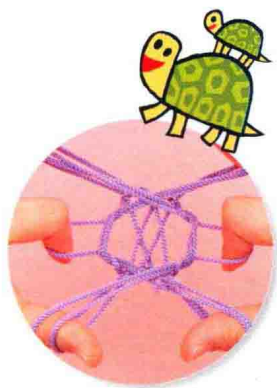


# 简单翻花绳

## 大全集

日本怀旧游戏会 编著

王蕾 译



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

插图：開地 徹

设计：八木孝枝 (STUDIO DUNK)

摄影：宇賀神善之、奥村暢欣 (STUDIO DUNK)

协助编辑：STUDIO PORTO

*SHASHIN DE WAKARU KETTEIBAN AYATORI DAIHYAKKA*

edited by Natsukashi Asobi no Kai

Copyright©2015 Natsukashi Asobi no Kai

All rights reserved.

Original Japanese edition published by SEITO-SHA Co.,Ltd.,Tokyo.

This Simplified Chinese language edition is published by arrangement with  
SEITO-SHA Co.Ltd.,Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency,Inc.,Tokyo  
through Shinwon Agency Co.,Beijing Representative Office

非经书面同意，不得以任何形式任意重制、转载。

备案号：豫著许可备字-2016-A-0037

图书在版编目 ( CIP ) 数据

简单翻花绳大全集 / 日本怀旧游戏会编著；王蕾译. —郑州：河南科学技术出版社，  
2016.11

ISBN 978-7-5349-8404-4

I. ①简… II. ①日… ②王… III. ①翻绳 IV. ①G899

中国版本图书馆CIP数据核字 ( 2016 ) 第241976号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：(0371) 65737028 65788613

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：李 洁

责任编辑：孟凡晓

责任校对：耿宝文

责任印制：张艳芳

印 刷：北京盛通印刷股份有限公司

经 销：全国新华书店

幅面尺寸：182 mm × 233 mm 印张：12 字数：190千字

版 次：2016年11月第1版 2016年11月第1次印刷

定 价：39.80元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系并调换。

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.com

# 目录

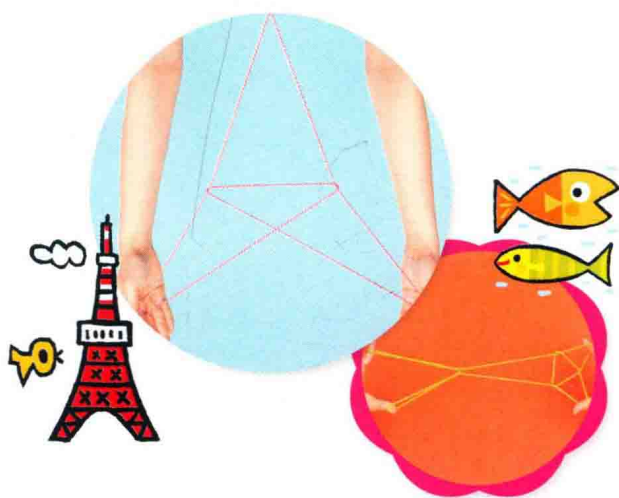


|                 |    |
|-----------------|----|
| ● 绳子的选择方法 ..... | 4  |
| ● 翻绳的基本结构 ..... | 6  |
| ● 本书的使用指南 ..... | 8  |
| ● 手和手指的名称 ..... | 10 |

## 单人翻绳

|              |    |
|--------------|----|
| 吊桥 .....     | 12 |
| 铁塔 .....     | 14 |
| 钻石 .....     | 16 |
| 一座山两座山 ..... | 18 |
| 小河 .....     | 20 |
| 游泳的鱼 .....   | 21 |
| 牌坊 .....     | 24 |
| 富士山 .....    | 26 |
| 蜻蜓 .....     | 28 |
| 牵牛花 .....    | 31 |
| 蝴蝶 .....     | 34 |
| 冰海精灵 .....   | 36 |
| 水龟 .....     | 39 |
| 鱼叉 .....     | 42 |
| 兔子 .....     | 44 |
| 花篮 .....     | 48 |
| 蜗牛 .....     | 51 |

|             |    |
|-------------|----|
| 闪烁的星星 ..... | 54 |
| 魔法扫帚 .....  | 56 |
| 香蕉 .....    | 58 |
| 风筝 .....    | 61 |
| 蚊子 .....    | 64 |
| 乌龟 .....    | 66 |
| 另一种蝴蝶 ..... | 70 |
| 松针 .....    | 74 |
| 彩云追月 .....  | 76 |
| 消失的扫帚 ..... | 78 |
| 眼镜 .....    | 80 |
| 橡皮筋 .....   | 83 |



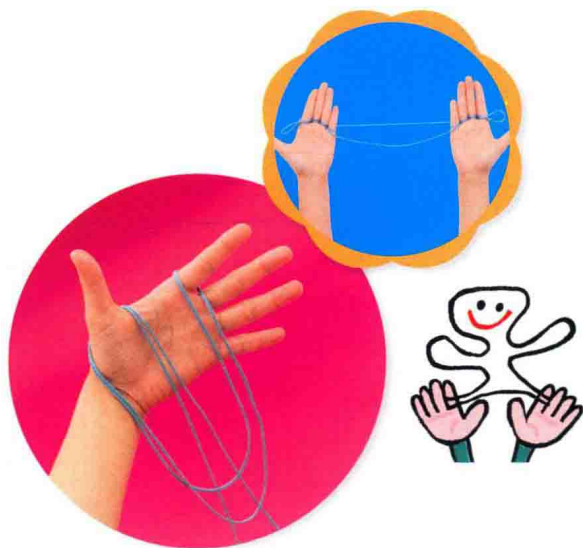
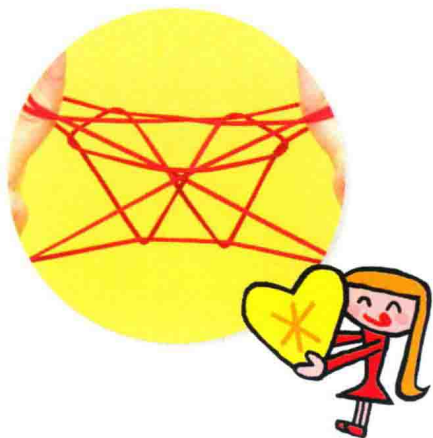
## 翻绳变身

|                    |    |
|--------------------|----|
| 虫笼→花 .....         | 84 |
| 蛤蜊→章鱼 .....        | 88 |
| 青虫→火山 .....        | 90 |
| 酒杯→围裙→电灯泡→尺子 ..... | 92 |
| 螃蟹→糖果→女孩 .....     | 94 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 扫帚→草丛里的房子 .....    | 97  |
| 网→古琴→吊床→理发推子 ..... | 100 |
| 扫帚→剪刀→线剪 .....     | 107 |
| 乌龟→橡皮筋→飞机 .....    | 110 |
| 酒杯→眼镜→蝴蝶→富士山 ..... | 115 |

## 怀旧翻绳

|               |     |
|---------------|-----|
| 多变的单人翻绳 ..... | 120 |
| 拉丁美洲的水果 ..... | 128 |
| 拉丁美洲的花 .....  | 131 |
| 小木屋 .....     | 134 |
| 四层梯子 .....    | 136 |
| 五层梯子 .....    | 139 |
| 会动的嘴巴 .....   | 143 |
| 织布机 .....     | 145 |
| 啪！消灭蚊子 .....  | 148 |
| 两条金鱼 .....    | 150 |



## 神奇魔术

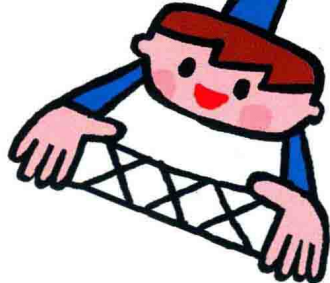
|             |     |
|-------------|-----|
| 手腕松绑1 ..... | 154 |
| 手腕松绑2 ..... | 156 |
| 绳子搬家1 ..... | 158 |
| 绳子搬家2 ..... | 160 |
| 捉住拇指 .....  | 162 |
| 十指逃脱 .....  | 164 |
| 橡皮筋魔术 ..... | 168 |
| 五指逃脱 .....  | 171 |
| 结绳 .....    | 176 |
| 掉落的戒指 ..... | 178 |

## 双人翻绳

|               |     |
|---------------|-----|
| 拉大锯 .....     | 179 |
| 多变的双人翻绳 ..... | 182 |
| 做年糕 .....     | 190 |

看图就能学会

终极版

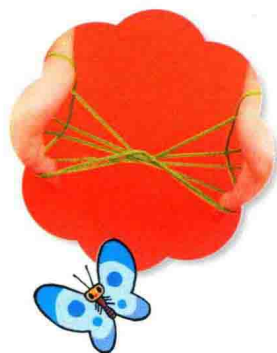
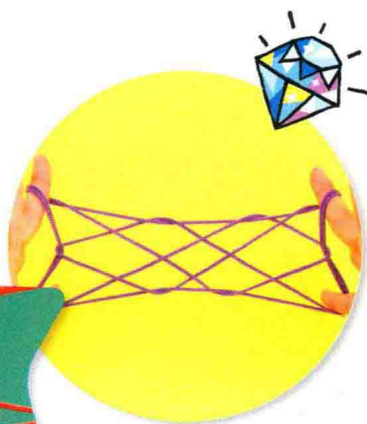
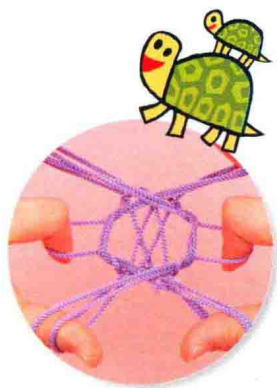


# 简单翻花绳

## 大全集

日本怀旧游戏会 编著

王蕾 译



河南科学技术出版社

· 郑州 ·

# 目录

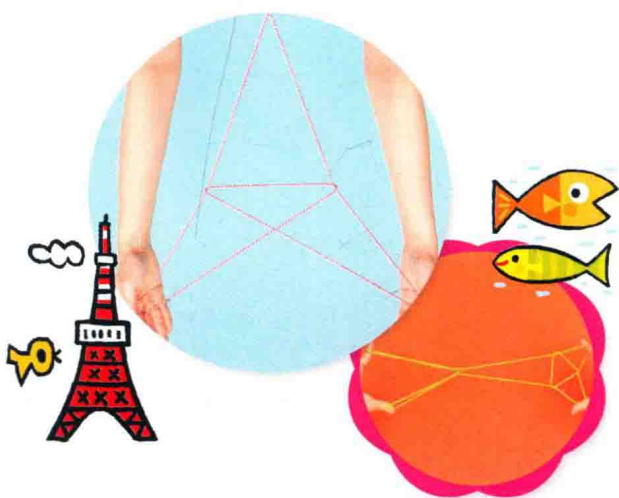


|                 |    |
|-----------------|----|
| ● 绳子的选择方法 ..... | 4  |
| ● 翻绳的基本结构 ..... | 6  |
| ● 本书的使用指南 ..... | 8  |
| ● 手和手指的名称 ..... | 10 |

## 单人翻绳

|              |    |
|--------------|----|
| 吊桥 .....     | 12 |
| 铁塔 .....     | 14 |
| 钻石 .....     | 16 |
| 一座山两座山 ..... | 18 |
| 小河 .....     | 20 |
| 游泳的鱼 .....   | 21 |
| 牌坊 .....     | 24 |
| 富士山 .....    | 26 |
| 蜻蜓 .....     | 28 |
| 牵牛花 .....    | 31 |
| 蝴蝶 .....     | 34 |
| 冰海精灵 .....   | 36 |
| 水龟 .....     | 39 |
| 鱼叉 .....     | 42 |
| 兔子 .....     | 44 |
| 花篮 .....     | 48 |
| 蜗牛 .....     | 51 |

|             |    |
|-------------|----|
| 闪烁的星星 ..... | 54 |
| 魔法扫帚 .....  | 56 |
| 香蕉 .....    | 58 |
| 风筝 .....    | 61 |
| 蚊子 .....    | 64 |
| 乌龟 .....    | 66 |
| 另一种蝴蝶 ..... | 70 |
| 松针 .....    | 74 |
| 彩云追月 .....  | 76 |
| 消失的扫帚 ..... | 78 |
| 眼镜 .....    | 80 |
| 橡皮筋 .....   | 83 |



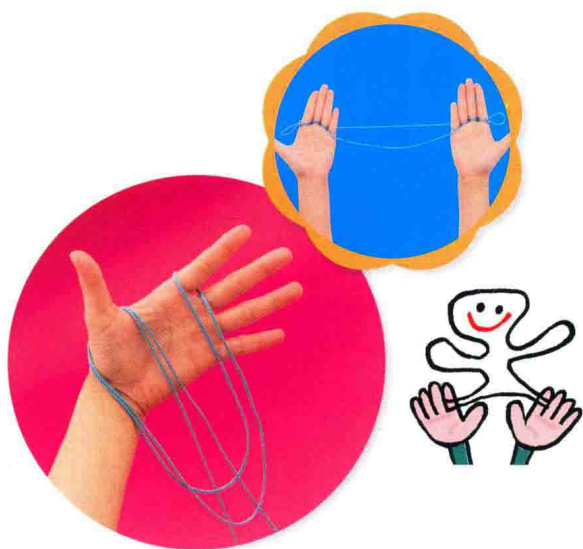
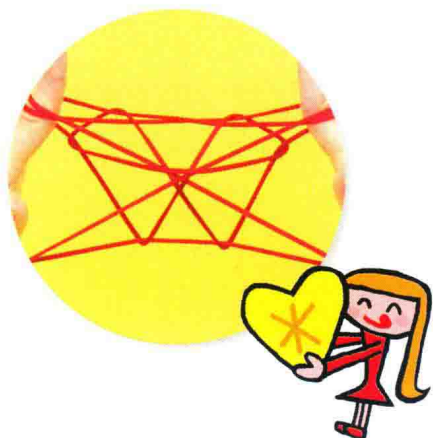
## 翻绳变身

|                    |    |
|--------------------|----|
| 虫笼→花 .....         | 84 |
| 蛤蜊→章鱼 .....        | 88 |
| 青虫→火山 .....        | 90 |
| 酒杯→围裙→电灯泡→尺子 ..... | 92 |
| 螃蟹→糖果→女孩 .....     | 94 |

|                    |     |
|--------------------|-----|
| 扫帚→草丛里的房子 .....    | 97  |
| 网→古琴→吊床→理发推子 ..... | 100 |
| 扫帚→剪刀→线剪 .....     | 107 |
| 乌龟→橡皮筋→飞机 .....    | 110 |
| 酒杯→眼镜→蝴蝶→富士山 ..... | 115 |

## 怀旧翻绳

|               |     |
|---------------|-----|
| 多变的单人翻绳 ..... | 120 |
| 拉丁美洲的水果 ..... | 128 |
| 拉丁美洲的花 .....  | 131 |
| 小木屋 .....     | 134 |
| 四层梯子 .....    | 136 |
| 五层梯子 .....    | 139 |
| 会动的嘴巴 .....   | 143 |
| 织布机 .....     | 145 |
| 啪！消灭蚊子 .....  | 148 |
| 两条金鱼 .....    | 150 |



## 神奇魔术

|             |     |
|-------------|-----|
| 手腕松绑1 ..... | 154 |
| 手腕松绑2 ..... | 156 |
| 绳子搬家1 ..... | 158 |
| 绳子搬家2 ..... | 160 |
| 捉住拇指 .....  | 162 |
| 十指逃脱 .....  | 164 |
| 橡皮筋魔术 ..... | 168 |
| 五指逃脱 .....  | 171 |
| 结绳 .....    | 176 |
| 掉落的戒指 ..... | 178 |

## 双人翻绳

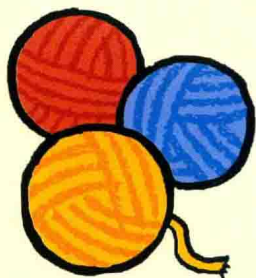
|               |     |
|---------------|-----|
| 拉大锯 .....     | 179 |
| 多变的双人翻绳 ..... | 182 |
| 做年糕 .....     | 190 |

# 绳子的选择方法

要想玩好翻绳，  
绳子的选择和使用方法很重要。

## 绳子的 长度

翻绳游戏中绳子的长度应该在180cm左右，儿童用的翻绳长度在150cm左右。根据翻绳游戏种类的不同，有时长一些玩起来更方便，有时短一些玩起来更方便。大家不妨尝试一下不同长度的绳子。



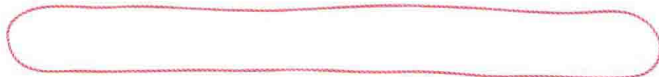
长绳

大约200cm



一般绳子

大约180cm



短绳

大约160cm



## 绳子 种类

翻绳所用的绳子种类很多，有毛线绳、尼龙绳、丝绸绳和棉线绳等。为了玩出丰富多彩的翻绳，我们不妨多尝试一下不同的绳子。

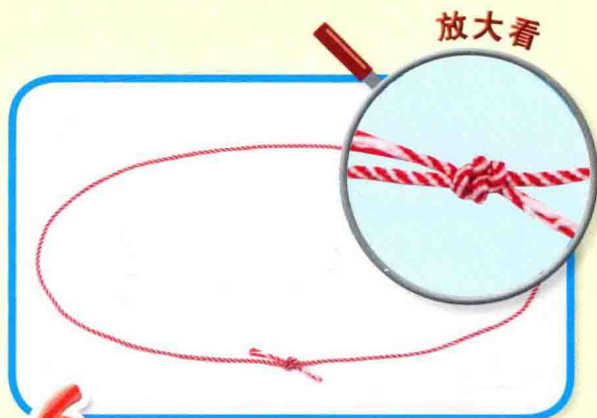
## 绳子的打结方法

在翻绳游戏中，根据绳子的种类和粗细，有很多种打结方法，如果能将结打成小而难解的“渔人结”，玩起来会更方便。



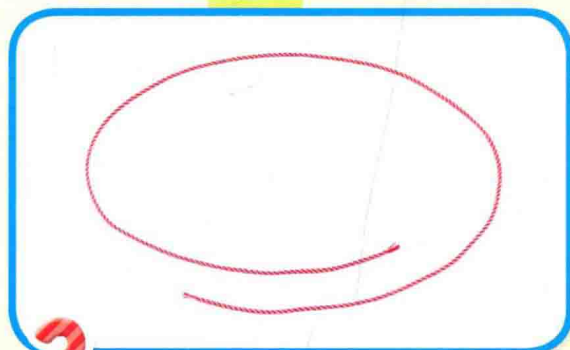
1

剪取所需长度的绳子。



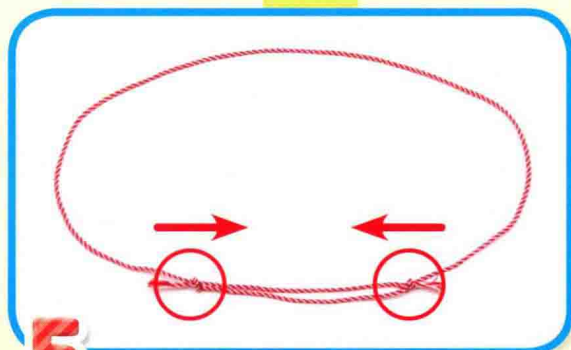
6

然后拉住较长的绳子，将两个结拉紧。剪掉多余的绳头，渔人结完成！



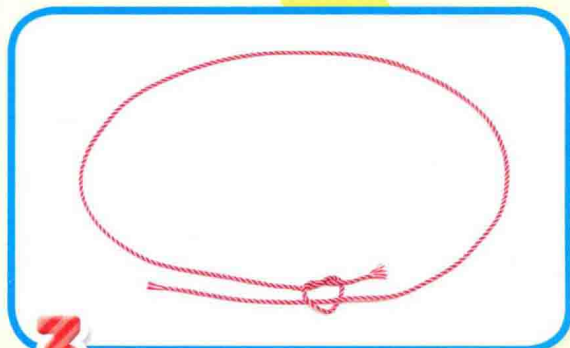
2

将绳子围成一个圈，两端重叠10cm左右。



5

两端都打好结之后，沿箭头指示方向将两个结拉到一起。



3

如图将绳子一端在另一端上缠绕一圈，慢慢地打结。

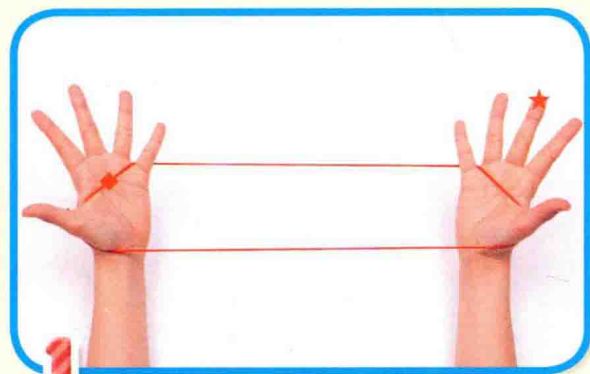


4

剩下的一端同步骤3一样，在另一端绳子上缠绕一圈后打结。

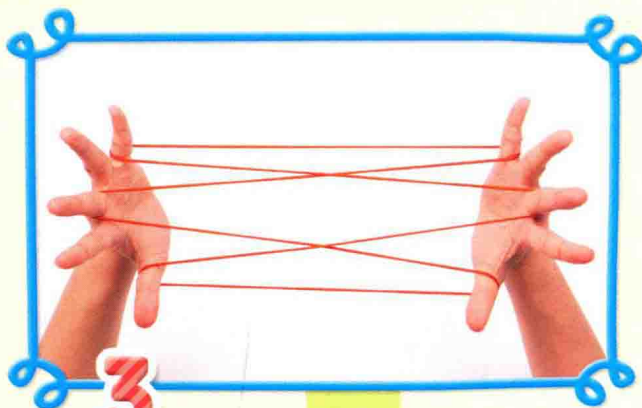
# 翻绳的基本结构

## 日式结构



1

用右手中指钩取◆处。



3

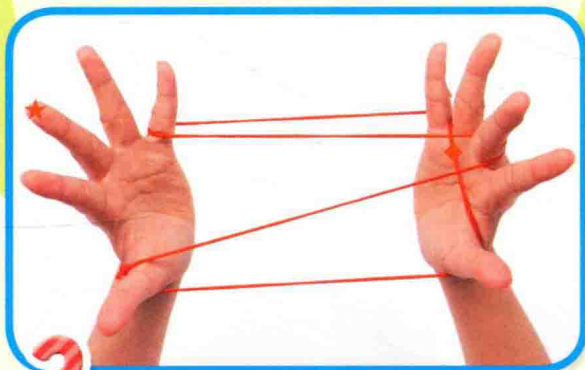
“日式结构”完成!



钩取中



钩取中



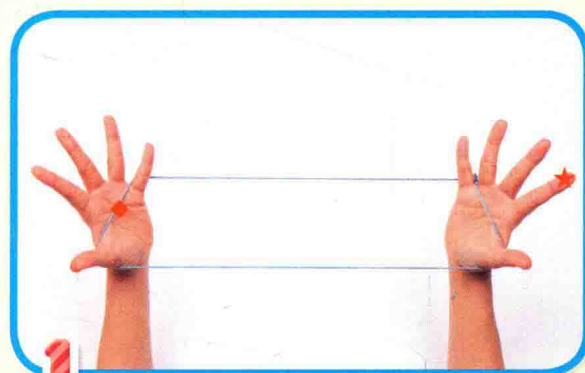
2

用左手中指钩取◆处。



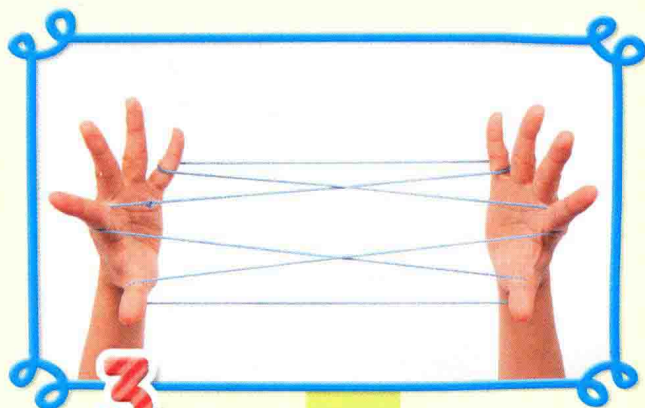
不同国家翻绳的基本结构也不同。本书介绍了日式结构和其他结构。日式结构请参考第6页，其他结构请参考本页。

## 其他结构



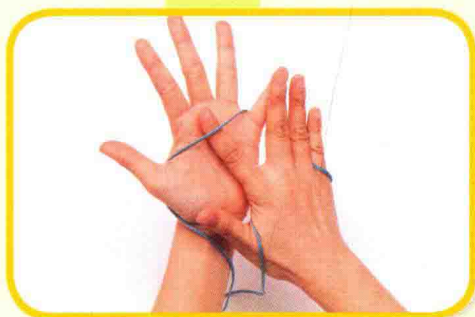
1

用右手食指钩取◆处。

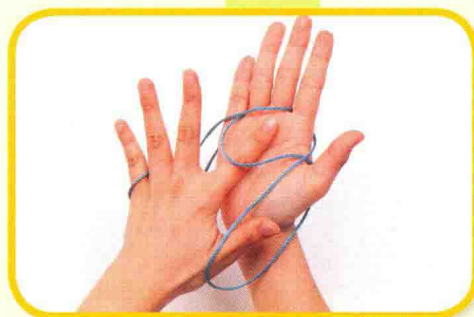


3

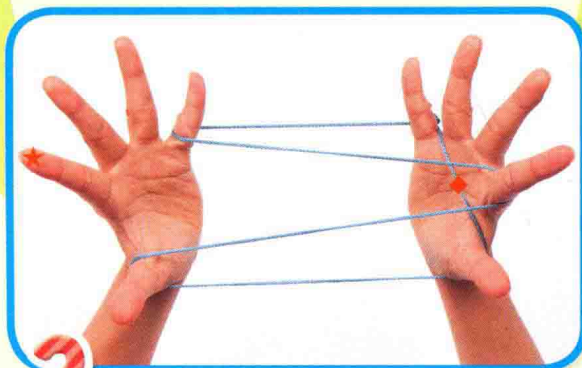
“其他结构”完成!



钩取中



钩取中



2

用左手食指钩取◆处。



# 本书的使用指南

## 绳长

根据翻绳种类的不同，建议选择与游戏内容相适应的绳子长度。有关“绳子的长度”的说明请参考第4页。

## 难度

翻绳的难度分为三级。初学者建议从“简单”级别开始玩。

## 冰海精灵

SEA ANGEL

难度



一般

绳长

长

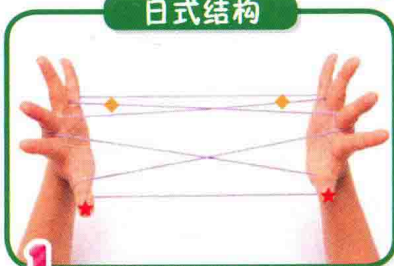


## 结构

有关“日式结构”的介绍在第6页，“其他结构”的介绍在第7页。关于结构的介绍，请从第一步开始仔细地看看吧。

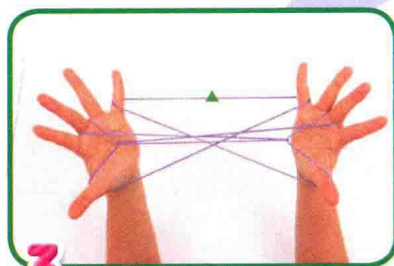
## 日式结构

顺序



1

从日式结构开始！  
用拇指从其他绳子的上方钩取◆处。



3

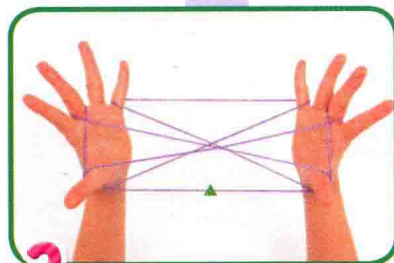
松开小指上▲标记的绳子。



钩取并挂



钩取中



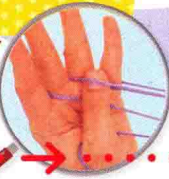
2

松开拇指上▲标记的绳子。

## 放大看

为了让大家更好地理解钩取绳子和松开绳子时手指和绳子的状态，对图片进行了放大处理。

放大看

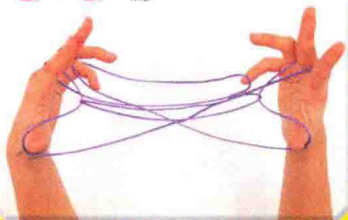


## 松开方法

用简单易懂的图示展示了将绳子从手指上松开时的状态。

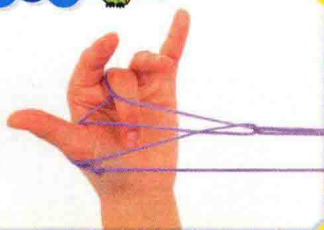
单人翻绳

松开方法



松开中

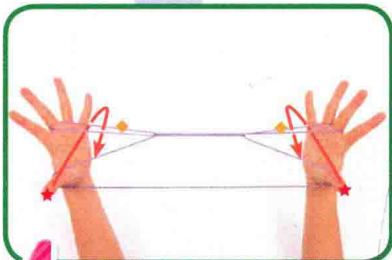
钩取方法



钩取中  
钩在中指上的绳子会自然松开

## 钩取方法

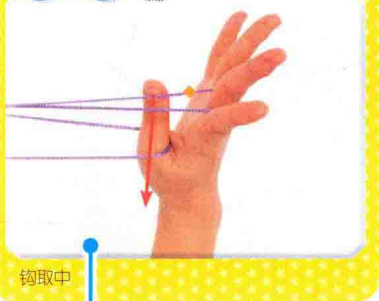
用简单易懂的图示展示了用手指钩取绳子时的状态。



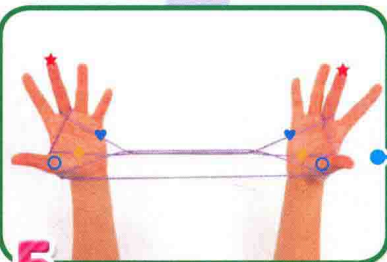
4

拇指沿箭头方向从绳子下方穿过，钩取处。

钩取方法



钩取中



5

中指从♥和♦下方穿过，伸入○中，钩取处。

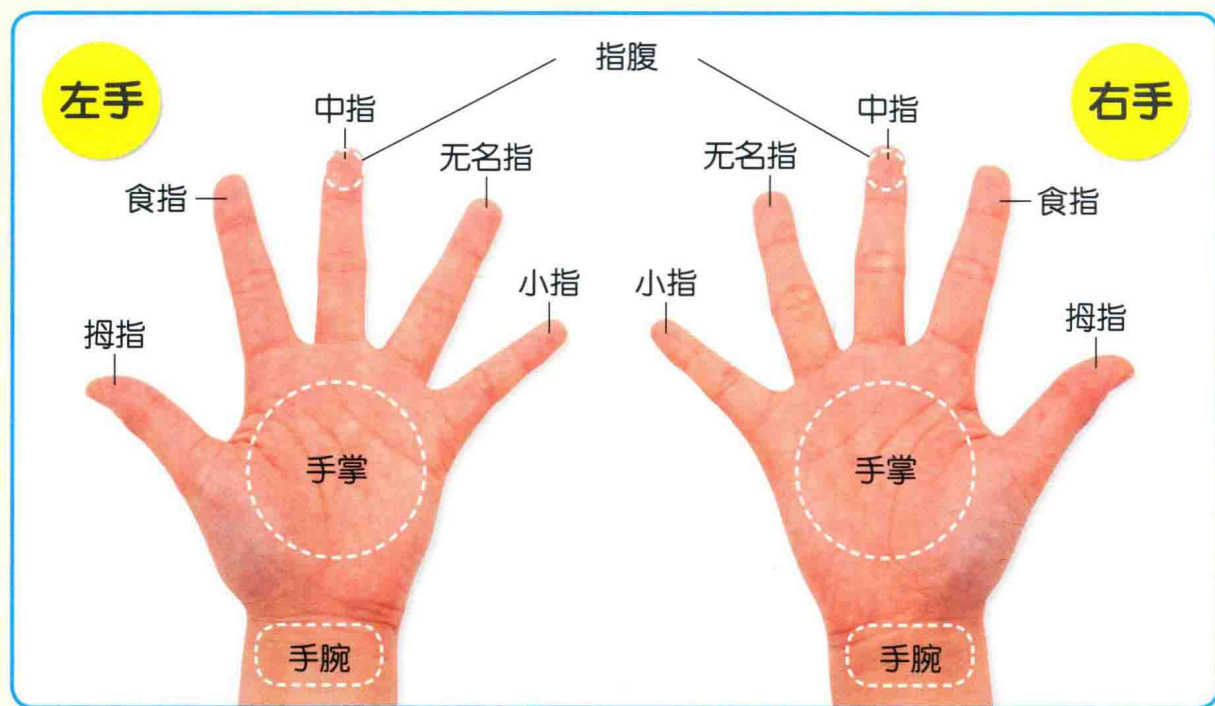
## 符号

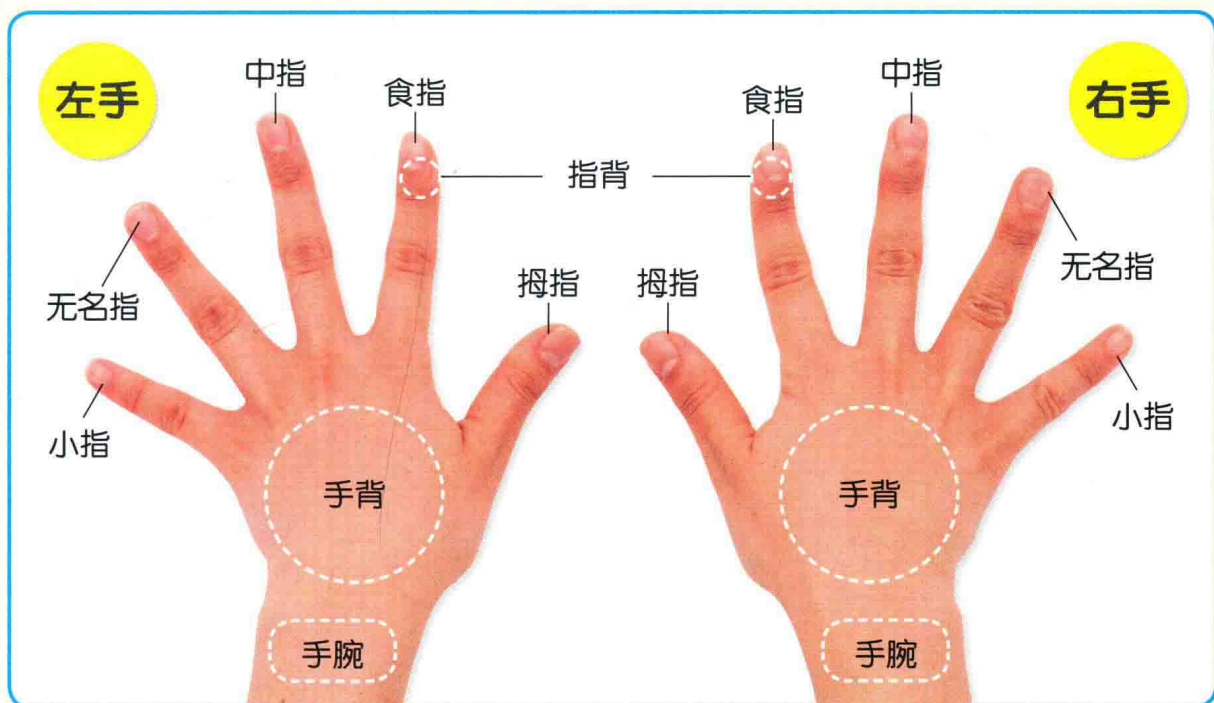
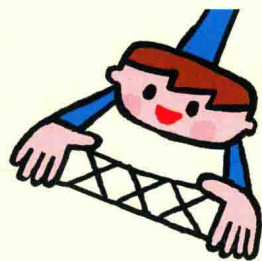
- ★：表示使用的手指。
- ：表示手指伸入的位置。
- ◆和♥：表示要钩取的绳子。
- ▲：表示要松开的绳子。
- ：表示要按住的绳子。

## 箭头

- ：表示沿箭头方向翻动手指和绳子。
- ：虚线部分表示从绳子下方穿过，沿箭头方向翻动手指和绳子。

## 手和手指的名称





# 吊桥

## SUSPENSION BRIDGE

难度

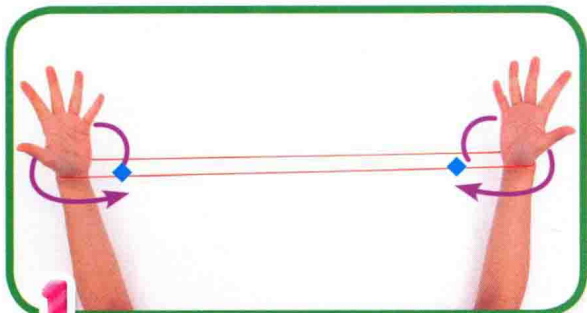
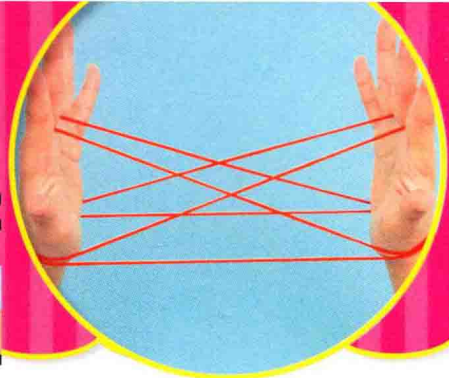


简单

绳长

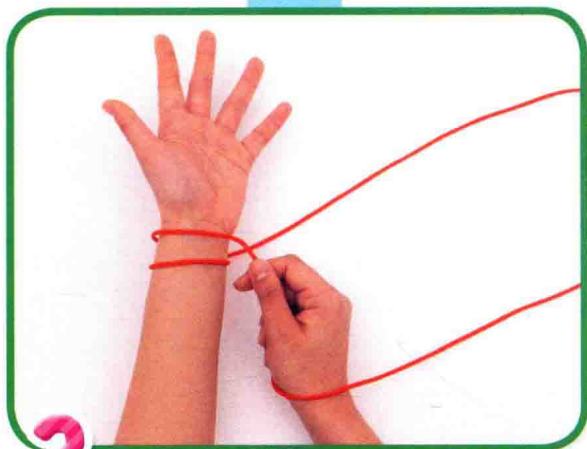


一般



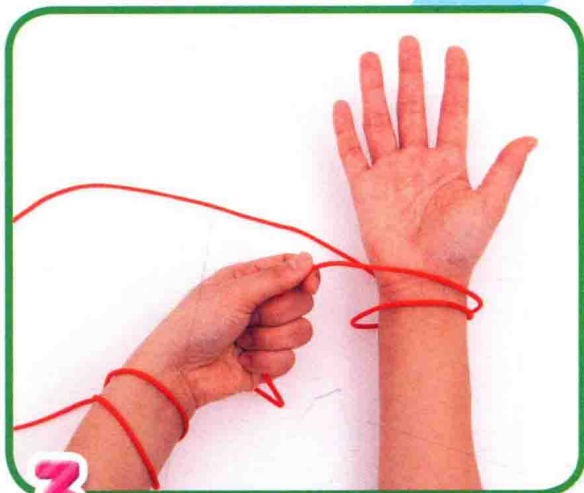
1

将绳子挂在两手腕上，先将◆处沿箭头方向在左手腕上缠绕一圈。



2

如图缠绕。



3

同样的，将绳子在右手腕上缠绕一圈。

