

中国老游戏

CHINESE TRADITIONAL GAMES

非物质文化遗产主题绘本

沈嘉荣 沈 杉 编绘 林继富 审订

中国老游戏
给孩子的中国记忆

仲富兰 张白波
项维仁 吴祯祥 徐 睿

倾情推荐

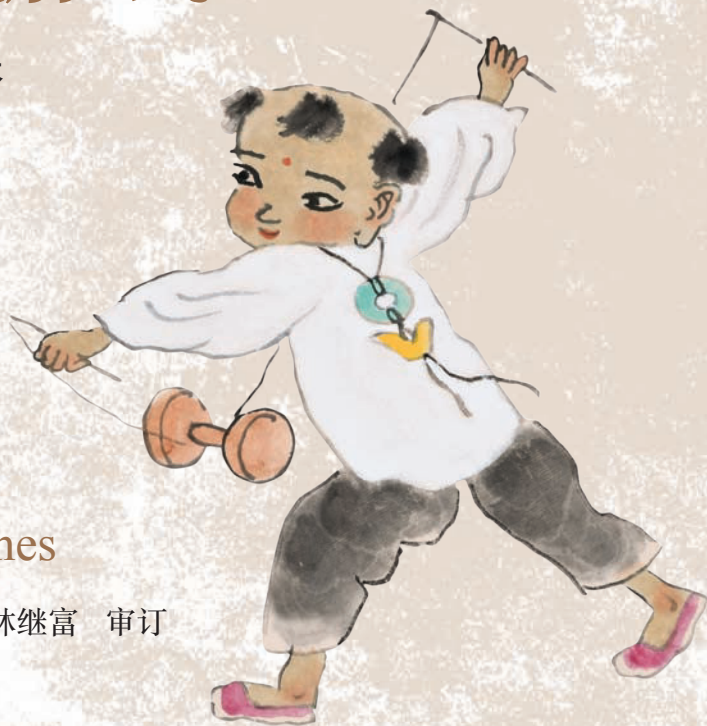


中国老游戏

非物质文化遗产主题绘本

Chinese
Traditional Games

沈嘉荣 沈杉 编绘 林继富 审订



 青岛出版社
QINGDAO PUBLISHING HOUSE

图书在版编目(CIP)数据

中国老游戏 / 沈嘉荣, 沈杉编绘. — 青岛 : 青岛出版社, 2020.7

ISBN 978-7-5552-8667-7

I. ①中… II. ①沈… ②沈… III. ①游戏-介绍-
中国 IV. ①G898

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第276851号

书 名 中国老游戏
编 绘 沈嘉荣 沈 杉
审 订 林继富
出版发行 青岛出版社
社 址 青岛市海尔路182号(266061)
本社网址 <http://www.qdpub.com>
邮购电话 13335059110 0532-68068026
策 划 谢 蔚 梁 唯
责任编辑 刘克东 陶庆娟
特约编辑 王 聪
封面设计 咸青华
装帧设计 光合时代
插图优化 可视文化
照 排 青岛佳文文化传播有限公司
印 刷
出版日期 2020年8月第1版 2020年8月第1次印刷
开 本 20开(889mm×1094mm)
印 张 11
字 数 220千
书 号 ISBN 978-7-5552-8667-7
定 价 98.00元



编校印装质量、盗版监督服务电话 4006532017 0532-68068638

本书建议陈列类别: 儿童绘本

作者

沈嘉荣，中国美术家协会会员，青岛工业设计协会名誉会长，青岛理工大学校外硕士生导师、教授。绘画作品曾入选第六届、七届、八届、十届全国美术作品展览，并两次入选联合国教科文组织亚洲文化中心儿童读物插图展。参与绘制的《中国婴幼儿百科》获第八届中国图书奖，美术作品《友爱》《外国民间故事》等获山东省美术作品展览一等奖。

沈杉，本科毕业于江南大学设计学院，硕士毕业于德国国立卡尔斯鲁厄设计学院，师从冈特兰堡等教授，现执教于上海工艺美术职业学院，曾获国家级教学成果奖二等奖、上海市教学成果奖特等奖。

审订

林继富，中央民族大学二级教授，博士生导师，中国民俗学会副会长。主持国家社会科学基金重大项目、重点项目和一般项目以及教育部、文化部等省部级课题多项。





中国老游戏，给孩子的中国记忆。

推荐序

童嬉与童趣

青岛出版社的编辑给我寄来的《中国老游戏》书稿，令我眼前一亮。作者沈嘉荣先生既是学者又是画家，虽年逾古稀仍童心未泯，用毕生所钻研之婴戏画，独具匠心地为少年儿童创作非物质文化遗产主题绘本，着实是做了一件功德无量的好事。对此，我是很感佩的。得知嘉荣先生是浙江绍兴人，作为江南学子，这册绘本也让我与有荣焉。于是提起笔来写几句话，向沈先生和广大读者请教。

游戏，古时一般称“戏”“游嬉”，亦见“嬉”或“游”之名。作为与学习并举的儿童两种基本活动之一，游戏的重要地位与作用很早就被古代教育家们注意到了。《礼记·学记》中记载：“藏焉修焉，息焉游焉。”即学习时就努力进修，休息时就尽情游乐，将游戏视为学习之余放松、休息的基本方式。清人崔学古在《幼训》中则明确指出了游戏对儿童发展的作用：“优而游之，使自得之，自然慧性日开，生机日活。”他认为要对儿童进行教育，必须顺应儿童的自然发展规律，游戏则是最主要的手段。在游戏中儿童自主地活动，自得地娱乐，自然会生机勃勃，智力悟性也会得到发展。为什么呢？因为明代著名思想家、文学家、哲学家王守仁早就说过：“大抵童子之情，乐嬉游而惮拘检，如草木之始萌芽，舒畅之则条达，摧挠之则衰痿。”这指明了游戏是适应儿童天性、增进儿童身心与智力发展的活动。

我国历代丹青国手也都很注重儿童游戏这一领域，以儿童游戏情节为题材的绘画可称作“婴戏图”。婴戏图，又称“婴戏画”，也叫“童嬉图”，宋代的婴戏图就曾经发展到一个高峰，在中国绘画史上占有重要地位。宋代陶瓷婴戏图人物多用白描手法绘制，虽笔法简洁概约，但形体比例准确，衣饰、五官、玩具都以写实的手法描绘，人物造型动感较强，姿态优雅，向我们展示出宋代儿童积极、活泼、向上的精神面貌。明代的童嬉图，婴孩形象逐渐由具象向抽象转变，动感较宋代强烈。至明末时，作品中的婴孩形象已极为抽象，甚至简化到难以辨识，豪放挥洒，手和身体甚至只用一笔勾勒，头部只用一个圆表示，进入大写意的抽象境界。

中国古代较注重儿童身体的发展，因此很重视游戏的体育健身价值，认为在不同的时令让儿童玩不同的游戏，能够强健体魄、促进健康和发育。如古时十月以后流行踢石球游戏，“盖京师多寒，足指皴冻，儿童踢弄之，足以活血御寒”；而三月后则多放各种纸鸢（即风筝），儿童除了可于奔跑中锻炼肢体外，还能在追逐空中的风筝时清目健目。另外，如琉璃喇叭，“儿童呼吸之，足以导引清气”等，此类游戏对儿童身体健康的增进作用，在今天仍受到重视。

而儿童游戏的现状却是令人担忧的，许多中国传统儿童游戏正与当下的孩子渐行渐远，有的人甚至将儿童的游戏与学习对立起来。这其中游戏本身的原因，包括内容、场所、手段等；也有游戏与社会各种因素之间的相互关系等原因，譬如说，游戏需要玩伴、需要一定的空间，但有的家长特别在意家里的整洁度，所以不喜欢孩子带同伴儿来家里玩，这样会限制孩子游戏的频率。还有一些家长整天捧着手机，做“低头族”，或者沉迷于时尚的电子游戏中，这些也会影响孩子的游戏观。久而久之，用于电子游戏的玩耍时间就大大侵占了孩子玩传统游戏的时间，而过度沉迷于与冰冷的机器对话，会殃及孩子社会性的人格力量的塑造。

可见，复兴中国传统文化，提振“中国老游戏”的文化力量该是题中应有之义。这部《中国老游戏》独辟蹊径，以饶有童趣的婴戏画、原汁原味的老童谣，以及对100个经典儿童游戏的历史变迁与玩法的简要提示，帮助当下的儿童去触摸到那些传统的、极具中国风的童年游戏。《中国老游戏》的出版，对推广中国传统游戏，传承我们祖先的游戏智慧，是非常及时和十分必要的。

《中国老游戏》描绘的游戏对象自然是以儿童为主，但是对于成年人，甚至对于老年人这也不失为一本优良读物。无论耄耋老人还是垂髫小儿，最重要的是要活得单纯，要持久保持一颗童心。童心是初心，最是纯真。像张大千的胡子、于右任的拐杖、郎静山的照相机、陈达的“思想起”，这些都是老人的可爱之处。要想持久保持童心与童趣，常怀一颗赤子之心，不妨从书中这些中国传统游戏中汲取养分。

拉杂陈词，就此打住。祝贺《中国老游戏》出版发行成功！

仲富兰

华东师范大学民俗学教授、上海市民俗文化学会会长

2020年6月2日于沪上五角场凝风轩

嬉戏类

舞龙灯 /002

泥老虎 /004

踩高跷 /006

剪纸 /008

不倒翁 /010

抬花轿 /012

拉线人儿 /014

放风筝 /016

吹柳笛 /018

荡秋千 /020

万花筒 /022

拨浪鼓 /024

小风车 /026

翻花绳 /028

扑蝴蝶 /030

竹蜻蜓 /032

捉迷藏 /034

打连厢 /036

端午佩香囊 /038

拿大顶 /040

官兵捉强盗 /042

赶小海 /044

粘知了 /046

过家家（做饭、上班） /048

过家家（买菜） /050

吹肥皂泡 /052

老鹰捉小鸡 /054

吹蒲公英 /056

重阳登高 /058

骑竹马 /060

背缸倒缸 /062

转盘 /064

打手背 /066

丢手绢 /068

卖糖粥 /070

弄丸 /072

缘竿 /074



击鼓传花 /076

折纸 /078

七巧板 /080

拍七令 /082

手影戏 /084

布袋戏 /086

戴面具，演戏文 /088

挤油渣 /090

堆雪人 /092

舞狮 /094

冰嬉 /096

玩灯彩 /098

放爆竹 /100

比赛类

抽陀螺 /104

套圈儿 /106

摸瞎鱼 /108

弹豆儿 /110

抛绣球 /112

抓子儿 /114

撒泥钱 /116

击壤 /118

掰手腕 /120

游戏棒 /122

蹴鞠 /124

斗蛋 /126

斗田鸡 /128

斗草 /130

骑马打仗 /132

折纸船 /134

折纸飞机 /136

钓鱼儿 /138

撑骆驼 /140

滚铁环 /142

玩香烟牌 /144

踢毽子 /146

编花篮 /148



跳房子 /150

弹玻璃球 /152

斗蟋蟀 /154

推枣磨 /156

抖空竹 /158

拍毽子 /160

跳短绳 /162

跳皮筋 /164

指星过月 /166

打弹弓 /168

摔跤 /170

扔沙包 /172

斗拐 /174

拍小皮球 /176

捶丸 /178

二人三足跑 /180

石头剪刀布 /182

五子棋 /184

乞巧 /186

我们都是木头人 /188

叶子戏 /190

叠骨牌 /192

投壶 /194

藏钩 /196

拔河 /198

跳大绳 /200

猜谜语 /202





嬉 戏 类

Chinese
Traditional Games

舞龙灯

正月新春舞龙灯，二月郊外放风筝，
三月清明杨柳绿，四月牡丹花正红，
五月端午赛龙舟，六月荷花满池塘，
七月牛郎会织女，八月中秋桂花香，
九月登高过重阳，十月满园橘子黄，
冬月大雪压青松，腊月梅花傲冰霜。

——《十二月歌》



【历史与沿革】

舞龙灯是在舞龙的基础上发展而来的一种民间传统娱乐活动，已有 2000 多年的历史。在古代，人们用舞龙的方式祈雨。全国各地的舞龙种类繁多，各具特色。有火龙、草龙、布龙、板凳龙等多种舞龙活动。现在，舞龙灯已随着海外华人传播到世界各地，成为中华文化的一个标志。

儿童学习舞龙灯可以增强团队意识和合作精神，感受民间舞蹈艺术的魅力。

【游戏玩法】

舞龙灯时，龙前由一人持竿引领，竿顶有一彩球作为引导。彩球前后左右摇摆，龙首抢球，引领龙身游走飞动，表演者要用碎步起跑。小朋友可以在音乐（如《金蛇狂舞》）中练习舞龙灯的动作，分饰持彩球、舞龙头、举龙身、舞龙尾等不同角色；可以上下舞动，也可以绕场转圈，在戏耍中体验团结的重要性。

儿童舞龙灯的道具可以在网上购买，也可以自制。游戏前家长或老师应该设计舞龙情节，同时要教导儿童注意持竿安全。



泥老虎

小孩小孩你别哭，
你爹去了登州府，
花啦棒、泥老虎，
咕嘎咕嘎两毛五。

——《泥老虎》



【历史与沿革】

泥老虎又称“泥叫虎”，是山东高密的一种民间泥塑，已有400多年的历史。泥塑的历史则可以追溯到5000年前的新石器时代。2006年，泥塑被国务院列入国家级非物质文化遗产代表性项目名录。

泥老虎腰部用皮革连接，内部有芦苇当哨子。拿着泥老虎前后挤压皮革部分，当空气穿过泥老虎张开的嘴巴，泥老虎就会发出“咕嘎咕嘎”的响声。

【游戏玩法】

家长或老师可以带着孩子手工制作泥老虎，也可以买来泥坯让小朋友自己绘制并体验民间艺术的魅力。绘制时，将泥坯刷上白粉，装上哨子，连接好身子，再用加了油的颜料涂抹在老虎的身上，一个泥老虎就完成了。





踩高跷

新年到，
放鞭炮，
耍龙灯，
踩高跷。



【历史与沿革】

高跷，俗称踩高跷，是表演者踩在长木跷上进行表演的传统民间娱乐活动，在春秋时期就已经出现。高跷在不同的时期有不同的称谓。汉魏六朝时期称为“跷技”，宋代叫“踏桥”，清代以来称为“高跷”。踩高跷技艺性强，形式活泼多样，深受人们喜爱。踩高跷有“文跷”和“武跷”之分。文跷重扮相与扭逗，武跷则强调炫技表演。2006年，高跷被列入国家级非物质文化遗产代表性项目名录。

高跷多为木质，可分为长达2米的高跷和30厘米左右的中跷，有脚踏板和绑腿绳。儿童玩踩高跷游戏可以锻炼肢体协调能力和身体平衡能力。

【游戏玩法】

幼儿园组织踩高跷游戏，老师需要指导小朋友先掌握基本动作，即将脚心踩在高跷上，双手拉直绳子，保持身体平衡，双脚交替往前走。小朋友学会动作之后，就可以分组进行踩高跷接力赛了。老师也可以设置障碍物，增加难度，让小朋友练习高抬腿越过障碍物行走。

游戏中所用的高跷可以在网上购买，也可以用结实的易拉罐自制。玩游戏时要选择平整的场地，注意安全。