

趣味十足的宁波传统儿童游戏（下）



主讲人 徐雪英

1971年生，1993年毕业于宁波师范学院中文系本科，现为宁波广播电视大学鄞州学院教师，从事教科研工作。

竞技练艺的游戏——踢燕子

宁波另一类传统儿童游戏则属于竞技类游戏，“踢燕子”就是其中一种。“踢燕子”游戏最早记载于唐代的《续高僧传》，该传记载一个叫慧光的12岁和尚，在天街井栏上反踢毽子，竟能连踢500下，引路人“异而视之”。到宋代，技巧更高。据宋代文献记载，宋代小儿能边走边踢，而且不光用脚，还能用膝、腹、头等玩花样。明清时期，毽子游戏仍很流行，据传当时踢法有108种之多。古代文人称上下飞舞的毽子为“燕子”，并有“踢碎香风抛玉燕”的描述。宁波人至今袭用此称。因为毽子制作容易，动作简单，运动量可以自由控制，对调节人的眼、脑、神经系统和四肢的支配能力有着特殊的功能，很受欢迎。

跳绳也是古老的健身游戏，早在南北朝时就作为“祛病延年”的娱乐项目而盛行。跳绳分短绳、长绳两种。短绳可以单跳或带人跳，长绳须集体多人进行。古人称跳长绳为“跳百索”，游戏时场面热闹，竞技练艺，在寒冷的季节尤受欢迎。跳绳可以锻炼孩子灵敏、速度、耐力及弹跳等能力，对孩子身体素质的全面发展有着良好的作用，所以至今还作为校园体育运动的重要项目。

此外，宁波传统竞技游戏还有“擂铁环”、“擂铜板”、“撮子”、“打煞坯”、“打弹弓”、“跳房子”、“拷丈尺”、“掙水片”等。“擂铁环”就是把铁环放在地上推着滚动前进，不仅锻炼孩子跑步耐力，更训练孩子掌握平衡的能力。“擂铜

板”则是以砖靠墙，掷铜板使其沿砖斜面滚下，滚最远者可用此铜板碰近处铜板以决胜负。“撮子”是抓子儿游戏，用几个小沙包或石子儿，扔起其一，做规定动作后再接住。“打煞坯”也为宁波俗语，书面语“打陀螺”，游戏时先用鞭子上的绳子缠绕陀螺，然后用力抽绳，陀螺就会直立旋转，以后不断用绳子抽打陀螺，使之转个不停，所以宁波人形象地称其为“打煞坯”。

“打弹弓”为男孩游戏，是从古代射箭技术演化出来的游戏形式。弹弓是发射弹丸的弓，形状与射箭之弓类似，具有作战和狩猎双重功用，为我国所独有。“打弹弓”对锻炼孩子视力等很有好处，但因有一定的杀伤性，不宜在人群密集处玩耍。而“跳房子”游戏则安全多了，游戏时在地面画几个方格充当房子，孩子们单脚着地沿地面踢瓦片，依次序经过各格。这个游戏安全性高，女孩尤喜玩耍，是一项锻炼孩子跳跃、平衡等能力的竞技类游戏。

“拷丈尺”、“掙水片”等游戏则能反映宁波地形特色。宁波属丘陵地带，柴水水泊众多，适合“拷丈尺”、“掙水片”等游戏进行。“拷丈尺”实为打木棍，孩子们各自选用2根尺丈余的小木条作游戏器具，一根横搁砖上，一根击打之，远落者为胜。游戏花样很多，有的还配以歌谣咒语，趣味十足。“掙水片”又称“打水漂”，游戏时用力将瓦片贴着水面飞出去，滑行距离远者为胜。这些竞技游戏大多就地取材，有浓郁的地域特色。

斗智益能的游戏——七巧板

除竞技游戏外，宁波还有不少斗智游戏，“七巧板”就是其中一种。“七巧板”也称“七巧图”、“智慧板”，最早称作“燕几图”，由唐代燕几演变而来。原为文人中玩的一种室内游戏。后流传到民间，逐渐演变为拼图板玩具，即用正方形薄板或硬板纸，分截为七块，稍加剪裁即成。玩法是将七块板拆开，拼凑成七块图形。七巧板是民间传统的儿童玩具，不少宁波儿童也喜爱玩这种益智游戏。清咸丰年间，慈溪的严笠舫创造了七巧书法，突破了以往多拼接人物、花鸟图案的传统，翻新出别具一格的七巧行草字，遂称一时之奇，在宁波盛行。它可以一个人玩，也可以多人比赛玩。由于设计科学，构思巧

妙，变化无穷，有助于提高孩子的想象和判断力，至今仍旧流行，国外称其为“唐图”，意为源于中国的图板。

“下棋”则是最为人们熟知的传统斗智游戏，大约起源于战国时代，或更早一些。战国宋玉的《招魂》篇里就有“菑蔽象棋”的说法。到唐代，已颇盛行，唐人把棋子称“马”，把下棋叫做“象戏行马”，只是当时只有“将、马、车、卒”四个兵种，后陆续增加，到宋代形成基本格局。除象棋、围棋、五子棋等棋类，宁波还有独特的“扁缸棋”，它是宁波古代放牛孩子玩的游戏，后流行于各阶层孩子。游戏时用木炭或砖块在地上画出棋图，棋图顶端设一扁缸（宁波话，即羹缸），取石子为棋，一人执大棋1枚，一人执小棋16枚，双方对弈，以将大棋赶进扁缸为败。除“扁缸棋”外，宁波农村还有西瓜棋、牛角棋等地方棋类流行。

穿线绷多为女童所玩的益智游戏，实为翻绳游戏。游戏时两人轮流翻动手指头上的细绳，用挑、穿、勾等方法变出多种花样，能者为胜，对启发孩子思维，锻炼手指灵活性很有益处。



耍媳妇

近期，戎徐小学学生举行了“懂民俗、学民谣、享童乐”民间游戏节活动，游戏项目有“剪刀破绢帕”、“摸瞎子”、“踢燕子”、“老鹰捉小鸡”、“抬轿子”、“踢脚板板，翻过南山”、“编花篮”、“穿线棚”等，在游戏中孩子们充分感受了宁波民间文化的独特魅力。

记者 龚国荣 通讯员 王碧静/摄



编花篮

摸瞎子

娱乐逗趣的游戏——摸瞎子

“摸瞎子”就是摸瞎，它是娱乐逗趣游戏之一。玩法十分简单，即由蒙住眼睛的人，去摸其他人。这个人因为看不见而胡乱摸，洋相百出，创造出一种有趣、欢乐的游戏效果。

和“摸瞎子”相类似的逗趣游戏还有“寻幽猫”。“寻幽猫”即捉迷藏，各地流行甚广，宁波也不例外。起源于唐代，初以巾裹目，两人于方丈之地互相捉摸。流传千年后，现玩法已有所不同。游戏时，一个孩子先在固定地方蒙上眼睛，待其他孩子躲藏起来后再去寻找。如果其寻找途中远离那个固定地点，让躲藏孩

子占领，便为落败。所以也称“抢窠幽猫”。

宁波还有一种好玩逗趣游戏是“豁吹吹”。“豁吹吹”也属于猜博类游戏，游戏时，各人同时伸手，以手势来定胜负。宁波常见的“豁吹吹”有“豁单双”、“剪刀破绢帕”、“三家轧出做头家”等形式。游戏过程中一藏一出，胜胜输输，煞是热闹。

宁波传统儿童游戏大多以集体游戏和户外活动为载体，就地取材，简单易学，不但适合儿童玩耍，而且对锻炼儿童身体、启发儿童智力、培养儿童竞技合作意识有良好的作用。

一支老爸、老妈都非常喜欢的牙膏——森山树植物泥系列

四环素牙、氟斑牙、烟黄牙，牙疼、出血、过敏、结石、松动、牙龈萎缩……

科学上一直对四环素牙、氟斑牙的祛色问题束手无策，除了漂白、贴片、烤瓷牙等表面处理外，很少有日常的护理良方。森山树植物泥系列牙膏，由成都博士园归国博士团队研制，采用药用植物提取，不添加二氧化硅磨料，不磨损牙表，通过正常刷牙，使竹节参皂甙等有效成分深层起作用，对氟斑牙、四环素牙的恢复，获得突破性的进展。

植物泥还特别适合中老年人、口臭、牙出血、牙炎、牙过敏、牙结石、牙疼、牙松动、牙龈萎缩者使用，清爽的口感带来全新的享受。

咨询：87297636、87325550，老庙参行烟茶柜特约销售、淘宝店：南苑戒烟服务中心

戒烟，试用品免费领！

易星：16年专业品牌，国家发明专利，6天戒烟有承诺

炎炎夏日，保持室内清醒，正是戒烟的好时机。本中心特举行“试用品免费派送活动”。7月9日起，凡凭本广告均可到我中心换领价值25元易星试用品一份（共200份，每人限1份，领完为止）。

易星戒烟的烟【专利号：ZL200410039427.9】科学选用人参、远志、丁香、薄荷等40多种植物精华提取精制，形似香烟（不燃型、点燃型、电子烟型等），面市16年来，效果信誉有口皆碑。

承诺：无论烟量多大、烟龄多长，凡按说明使用易星戒烟一周（6天）仍有烟瘾，将免费提供售后产品，直到满意为止！

地址：开明街396号平安大厦10楼

南苑戒烟服务中心：87325550、400-6063331，网址：www.jy531.com，QQ：429721958



2012款雾化型，口感、效果更称心！

凡在中心购买（298元），赠99元配套烟嘴1盒

易星特约销售：海曙：四明大药房、彩虹大药房各连锁店、美德信各连锁店、冯存仁堂、联丰大药房（联丰路95）、万和大药房（柳汀街381号、槐树路102号）、江东：越丰堂（中兴路890号）、开心药房（李惠利医院东）、兴旺药店（甬港南路21号）、兴旺安居药店（桑田路406号）、世纪康来（惊驾路127号）老庙：兄弟俩药店 江北：万千百货精品烟酒柜、美德信（大庆南路315号）、百姓健康大药房（人民路三院旁）、康诺大药房（范江岸路64号）、慈城：美德信（人民路水门丁32号）庄桥：美德信（公园路41号）、孔浦：美信大药房（菜场旁）、甬江：同源堂大药房（梅堰路535号）鄞州：万达广场万如精品店（沃尔玛入口对面）、永泰大药房（董山中路202号）钟公庙：大家好药店（钟公庙路55号）、福园大药房（紫裕一村南门）宋诏桥：中西大药房 东裕：兴旺药店、轻纺城：健康大药房、下应：京言堂（镇东路153号）、鄞江：四明药房（四明西路17号）、姜山：老百姓药店（明山路115号）、春雷药店、邱隘：中西大药房（镇中路136号）、新四明山 五乡：喜来乐（菜场旁）高桥：美德信（菜场路9号）、益寿堂（杨家漕路16号）集士港：医药总店 横溪：永泰大药房（人民路）塘溪：四季康来 云龙：为民药店（荻江）甲村：开心心 奉化：广平药店（惠政西路27号）、强壮药店、神济大药房（桥东岸路223号）溪口：华联超市烟柜 余姚：东方大药房（阳明东路216号）、四明药城、天一商城烟酒柜 慈溪：国贸大厦烟酒柜、九九大药房（三北大街295号）周巷：余慈大药房（兴业北路170号）龙山：万家乐药店（龙瑞路74号）宁海：华泰中西大药房（气象北路10号）、太平洋商厦烟酒柜 西店：华联超市 镇海：恒春（工农路27号）、雄镇药店（后大街617号）、炼化大药房（市场东路5号）、骆驼：康旺大药房（慈海南路310号）庄市：鑫隆大药房（聚兴路102号菜场旁）霞浦：仁民药店 北仑：港城大药房、西街老药店、红联：寿仙堂（振兴东路66号）、小港：浙医大药房（戚家山联合路436号）大树：民生大药房 象山：利时百货万如烟酒、益民大药房（天安路21号）爵溪：美德信（镇前街14号）舟山：万民大药房（人民南路105号）、沈家门：四明大药房（东海中路187号）嘉兴：万寿堂连锁店、新宝芝灵药房（勤俭路1087号）