t&igrave; ji&agrave;n zi pīn yīn

&ldquo;t&igrave; ji&agrave;n zi&rdquo; shì yī zhǒng chu&aacute;n tǒng de mín jiān yóu xì，yě shì yī xiē d&ugrave; duō rén xǐ huān de qīng s&oacute;ng hu&oacute; dòng。zhè g&egrave; cí yǔ de pīn yīn w&eacute;i &ldquo;t&igrave; ji&agrave;n zi&rdquo;，qí zhōng &ldquo;t&igrave;&rdquo; biǎo sh&igrave; yòng jiǎo qù tī de dòng zuò，&ldquo;ji&agrave;n zi&rdquo; z&eacute; shì zhǐ nà zhǒng yóu yǔ máo hé dǐ bù jīnɡ ch&eacute;nɡ de xiǎo wán jù。

yóu xì de lǐ li&ugrave;

&ldquo;t&igrave; ji&agrave;n zi&rdquo; de yóu xì lǐ li&ugrave; kě yǐ zhuī sù dào hěn dōu de lì shǐ。zài gǔ dài，tā bù jǐn shì ér tóng men xǐ ài de yú l&egrave; hu&oacute; dòng，yě céng jīng shì yī xiē wǔ shù xùn liàn zhōng de fāng shì。yīn wéi tī jiàn zi xū yào hěn hǎo de shēn tǐ xié tiáo xìng hé mǐn jié dù，suǒ yǐ bèi guǎng fàn dì yùn yòng yú shēn tǐ duàn liàn zhōng。

g&egrave; zhǒng xíng shì de t&igrave; ji&agrave;n zi

d&ugrave; nián lái，t&igrave; ji&agrave;n zi yǐ jīng yǎn biàn chū xǔ duō bù tóng de xíng shì。yǒu de rén xǐ huān dān rén zì yóu dì tī，yǒu de rén zé xǐ huān liǎng rén huò duō rén yī qǐ jìng sài。yǒu xiē dì fāng hái huì jǔ xíng t&igrave; ji&agrave;n zi bǐ s&agrave;i，cān jiā zhě yào zài yī dìng shí jiān nèi jìn liàng tī chū gāo de cì shù，huò zhě wán chéng mǒu xiē tè dìng de dòng zuò。

jī běn dòng zuò yǔ jì qiǎo

t&igrave; ji&agrave;n zi de jī běn dòng zuò bù jǐn bāo kuò yòng jiǎo tī，hái kě yǐ yòng xī gài、tuǐ bù nǎi zhì tóu bù lái jiē chù jiàn zi。liàn xí dé dāng de huà，bù jǐn néng gǎi shàn tǐ lì，hái néng tí gāo rén de fǎn yìng néng lì。xīn shǒu rù mén shí，kě yǐ xiān cóng zuì jiǎn dān de dān jiǎo tī kāi shǐ，shú xī le zài xué xí gèng fù zá de jì qiǎo。

xiàn dài yì yì

jīn tiān，jǐn guǎn xǔ duō xīn xīng yú lè huódòng chōng jī zhe chuán tǒng yóu xì，dàn &ldquo;t&igrave; ji&agrave;n zi&rdquo; réng rán bèi yī xiē rén suǒ xǐ ài。tā bú jǐn shì yī zhǒng shēn tǐ duàn liàn de fāng shì，gèng shì yī zhǒng chuán chéng，dài biǎo zhe yī duàn shí dài de jì yì。

本文是由懂得生活网（dongdeshenghuo.com）为大家创作