

小·旅·行·家·系·列

北斗
DIPPER

旅游时最好玩的 亲子游戏

刘洁丽 石磊◎编著



旅行途中的**开心果**



亲子必备的**游戏书**



地质出版社



旅游时最好玩的亲子游戏

本书汇集旅游时最好玩的亲子游戏，简单实用、容易操作，风格多样、趣味性强，包括歌谣游戏、肢体游戏、户外游戏、自然游戏、思维游戏、生活游戏、手指游戏七大类。不仅适合旅游时看，平时家长也可以翻阅它，从中选择适合孩子的游戏，和孩子一起欢笑、嬉戏、探索、发现、学习。

愿每一位使用本书的家长都能与孩子共同享受其中的欢乐，见证孩子的每一步成长！

责任编辑：刘澜初



ISBN 978-7-116-06682-3



9 787116 066823 >

定价：19.00元

小·旅·行·家·系·列

LU YOU SHI ZUI HAO WAN DE
QIN ZI YOU XI



旅游时最好玩的 亲子游戏

刘洁丽 石磊◎编著

地质出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

旅游时最好玩的亲子游戏 / 刘洁丽, 石磊编. —— 北京: 地质出版社, 2010.6
ISBN 978-7-116-06682-3

I. ①旅… II. ①刘… ②石… III. ①家庭教育②儿童—智力开发—游戏 IV. ①G78②G610

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第095602号

选题策划 北京天域北斗图书有限公司 (010)83556712 83549609

编辑部 主 编: 李正新

编 辑: 段寅芳 黄晓真 甘铁兵 曹冬雪

销 售 (010)83556709 83556711

责任编辑: 刘澜初

责任校对: 杜 悦

出版发行: 地质出版社

社址邮编: 北京市海淀区学院路31号, 100083

咨询电话: (010) 83556712 82324592

网 址: <http://www.gph.com.cn>

电子邮箱: zbs@gph.com.cn

印 刷: 北京外文印务有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/16

印 张: 10

版 次: 2010年7月北京第1版·2010年7月北京第1次印刷

定 价: 19.00元

书 号: ISBN 978-7-116-06682-3

(如对本书有建议与意见, 敬请致电本社; 如本书有印装问题, 本社负责调换)

前言

终于盼到假期的到来，爸爸妈妈可以带上孩子一起出去旅行，真是太开心啦！可是，一个个难题也接踵而至。

“旅游的时候，不知道该陪孩子玩什么。”

“本来旅行挺开心的，可是一到空闲的时候，就大眼瞪小眼！”

“孩子太闹了，真不知道有没有什么办法能让他安静下来。”

的确，游戏是孩子成长中必不可少的部分，家长如何陪孩子一起玩呢？《旅游时最好玩的亲子游戏》一书将会告诉您答案。不用刻意游戏做准备，大多数时候，只要有一块场地，游戏就能开始。不需要刻意安排时间，睡前、等车时、旅途中，随时都可以开始游戏。汇集百余个旅游时最好玩的亲子游戏，简单实用、容易操作，风格多样、趣味性强，包括七大类：

歌谣游戏——边说边玩，既有传统的儿歌，又有现代的儿歌。

肢体游戏——锻炼身体，促进小肌肉的发育。

户外游戏——到室外做游戏，感受团队合作的精神。

自然游戏——亲近花草树木，感受自然万物。

思维游戏——培养孩子的发散性思维，开发想象力。

生活游戏——运用生活中常见的小道具做游戏。

手指游戏——跟着节拍活动手指的小游戏，随时随地可进行。

每个游戏类别里，都根据孩子的心理发育规律和难易度，循序渐进地设计了适合3~6岁孩子玩的游戏，家长可以依据孩子的实际情况，从中挑选最合适的游戏。

这本书不仅适合旅游时看，当作“紧要关头”的解围良方，在平时，家长也可以翻阅它，从中选择孩子感兴趣的戏，和孩子一起嬉戏、探索、发现和学习。

作为父母，都渴望给孩子提供良好的教育环境，而我们也衷心希望这本《旅游时最好玩的亲子游戏》能够帮助家长实现这个心愿，让父母与孩子在游戏过程中，共同分享其中的欢乐，关系更加和谐，培养更深厚的情谊，见证孩子成长的每一步。



歌谣游戏

寻找押韵词·····	6
边画边说·····	7
算一算·····	8
蒲公英·····	9
大家都睡了·····	10
看谁先笑·····	11
鼻子、鼻子·····	12
绕口令游戏·····	13
鱼、鸟、树游戏·····	14
丢币说动物·····	15
模仿动物的声音合唱·····	16
有何区别·····	17
趣味英语·····	18
串词链·····	19
数30的奥秘·····	20

肢体游戏

模仿我的动作·····	21
模仿动物·····	22
宝宝在后面·····	23
对镜跳舞·····	24
爸爸这样说·····	25
小树快快长·····	26
背上的数字·····	27
笔帽套不上·····	28
泳池里的巡航导弹·····	29
身体魔术·····	30
骑脚掌自行车·····	31
左二右三·····	32
哑剧·····	33
举牌游戏·····	34
奇妙的口香糖·····	35
跟着我·····	36
有模有样·····	37
会飞的鞋子·····	38



户外游戏

“老狼”，“老狼”，几点了·····	39
猜猜我是谁·····	40
寻宝者·····	41
脚丫对脚丫·····	42
踩影子·····	43
猜拳上台阶·····	44
狐狸抓鹅·····	45
冷和热·····	46
气球飞行·····	47
钓雪球·····	48
打雪仗·····	49
蹦蹦跳跳·····	50
大家跟着做·····	51
打手游戏·····	52

耐力训练·····	53
雕塑·····	54
跳绳·····	55
捉迷藏·····	56
抓人·····	57
摸“瞎子”·····	58
雷公爷爷·····	59
丢手绢·····	60
踩报纸·····	61
游泳池里的嬉戏·····	62
沙子水库·····	63
绳子通信·····	64
过“沼泽”·····	65
谁的沙子堆得高·····	66
帮“盲人”回家·····	67
“盲人”穿鞋游戏·····	68

自然游戏

橘子·····	69
蒲公英游戏·····	70
白粉花游戏·····	71
环抱大树·····	72
树叶版画·····	73
一字棋游戏·····	74
月亮跟着人跑·····	75
听，谁在说话·····	76
杨树叶游戏·····	77

收集树叶做游戏·····	78
隐藏的照片·····	79
花的颜色·····	80
看云·····	81
聆听大自然的音乐·····	82
昆虫探索·····	83
沙子上的旗帜·····	84
再痒也要忍着·····	85
河边的游戏·····	86
蚂蚁大战·····	87
猜味道·····	88

思维游戏

寻找颜色	89
找堡垒游戏	90
我在看	91
将绳子摆成星星	92
又会怎样	93
说出歌曲的名字	94
实物训练游戏	95
在文章中找文字	96
让脸上的纸落下	97
瞬间记忆游戏	98
火柴棒游戏	99
数独	100
车牌宾果	101
故事接龙	102
扑克牌家族	103
复制方格	104
镜像配对	105
还原拼图	106
挑错	107
猜时间	108
在地图上旅行	109
利利落落画方格	110
孤独的黑桃K	111
车牌二十一	112
纸牌游戏	113

生活游戏

穿衣服时的糟糕局面	114
大风吹不翻的名片	115
求助电话	116
手背上的褶皱	117
变成猪鼻子	118
情绪转盘	119
抢椅子	120
列清单	121
反方向的气球	122
看电影找座位	123
神奇小毛巾	124
杯子倒立不漏水	125
牙签独木舟	126
易拉罐散步	127
掉不下来的硬币	128
脑筋急转弯	129
小小采购员	130
对距离的估计	131
吸管运水	132
黑暗中画画	133



手指游戏

揪掉拇指·····	134
制作拼花图案·····	135
手指操·····	136
五官操·····	137
洗澡·····	138
纸炮·····	139
飞机·····	140
一排纸人·····	141
香蕉·····	142
正反手操·····	143
领带·····	144
猴子蹲·····	145
蚯蚓体操·····	146
翻绳·····	147
手力操·····	148
蜗牛游戏·····	149
帽子下面是什么·····	150
美味煎饼·····	151
蟠桃·····	152

向日葵·····	153
大灰狼·····	154
堆硬币·····	155
十个好朋友·····	156
点兵、点将·····	157
模仿歌·····	158



寻找押韵词

★ **游戏目标：** 指导孩子跟读儿歌，找押韵词，发展孩子的语言能力。

★ **适合年龄：** 3岁起

★ **参加者：** 孩子、爸爸或妈妈

★ **游戏准备：** 儿歌若干首

★ **游戏方法：**

选一首押韵的儿歌，家长与孩子一起反复吟诵：“一二三四五，上山打老虎。老虎没打到，打到小松鼠。松鼠有几只，我来数一数”。待孩子熟悉儿歌后，家长吟诵儿歌时可稍有停顿，让孩子自己完成句子，如：一二三四五，上山打……（孩子：老虎），老虎没打到，打到……（孩子：小松鼠），引导孩子说出“老虎”、“松鼠”。在儿歌的基础上，家长给孩子一些提示，比如：儿歌中除了“松鼠”，还有一个词跟“老虎”押韵——“数一数”。孩子找到押韵词后，游戏正式开始。由孩子提出一个新词，家长给出押韵词，可以是一个，也可以是多个。家长可稍作讲解，帮助孩子掌握寻找押韵词的技巧。

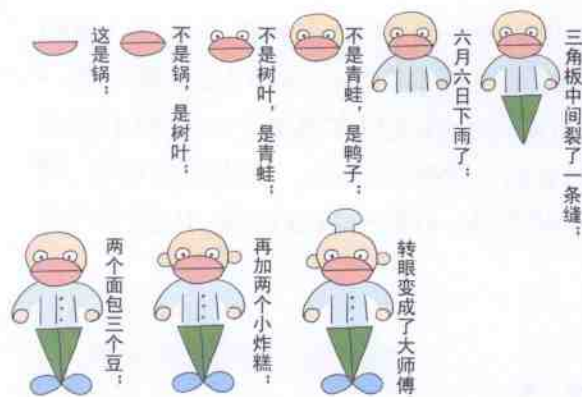


游戏开始前，家长可有目的地找些儿歌，帮助孩子做好游戏前的热身。



边画边说

★ **游戏目标：**边画画边说儿歌，引导孩子手口协调，增加游戏的趣味性。



- ★ **适合年龄：**3岁起
- ★ **参加者：**孩子和妈妈
- ★ **游戏准备：**纸和笔
- ★ **游戏方法：**

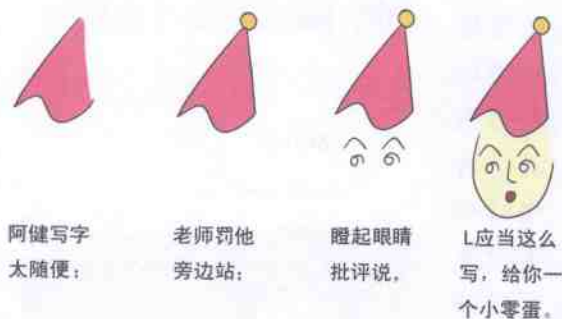
妈妈和孩子一起手拿笔，在纸上画画，一边画一边说儿歌。

儿歌：大师傅

这是锅；不是锅，是树叶；不是树叶，是青蛙；不是青蛙，是鸭子；六月六日下雨了；三角板中间裂了一条缝；两个面包三个豆；再加两个小炸糕；转眼变成了大师傅。

儿歌：阿健

阿健写字太随便；老师罚他旁边站；瞪起眼睛批评说，L应当这么写，给你一个小零蛋。



孩子喜欢画画，如果配上朗朗上口的儿歌，更能增加游戏的趣味性。

算一算

★ **游戏目标：**通过实物帮助孩子学习数数，掌握简单的加法运算。

★ **游戏方法：**

妈妈把两块积木放在桌上，手里再拿一块积木，询问孩子加上一块积木是多少？如果孩子理解不了，可将三块积木都放在桌子上，让孩子数一数一共有几块积木。再告诉孩子原来桌上两块积木再加上一块积木是三块积木，让孩子充分理解一个数加上另一个数的含义。逐步增加难度，增加放在桌上积木的数量，如摆上五块积木，再加一块或两块，让孩子用点数的方法说出所得的数目。

儿歌：

一只小蜜蜂呀，飞到花丛中呀，飞呀飞。
二只小耗子呀，跑到粮仓里呀，吃呀吃。
三只小花猫呀，去抓小耗子呀，追呀追。
四只小花狗呀，去找小花猫呀，玩呀玩。
五只小山羊呀，爬到山坡上呀，爬呀爬。
六只小鸭子呀，跳到水里面呀，游呀游。
七只小百灵呀，站在树枝上呀，唱呀唱。
八只小孔雀呀，穿上花衣裳呀，美呀美。
九只小白兔呀，竖起长耳朵呀，蹦呀蹦。
十个小朋友呀，一起手拉手呀，笑呀笑。

★ **适合年龄：**4岁起

★ **参加者：**孩子和妈妈

★ **游戏准备：**十块积木

$$2+1=?$$



培养孩子 10 以内的加法运算能力，领悟数的概念。



蒲公英

★ **游戏目标：**通过简单的歌谣游戏，让孩子认识自然界中常见的植物。

★ **适合年龄：**3岁起

★ **参加者：**孩子和妈妈

★ **游戏准备：**无

★ **游戏方法：**

晚上临睡前，妈妈与孩子一起回想蒲公英，回味春天的气息。妈妈告诉孩子接下来要玩一个关于蒲公英的手指游戏。

妈妈读儿歌：蒲——公英（说“蒲”时做拍手的动作，说“公英”时，双手上举，呈鲜花盛开状），开了吗（“开”时，做拍手动作；“了吗”时，双手上举，合拢）？开啦开啦（击掌四次），开好啦（动作同“蒲公英”）。

孩子熟悉动作后，与妈妈一起游戏。

妈妈：蒲公英，开了吗？（一边读儿歌一边做动作）

孩子：开啦开啦，开好啦。（一边读儿歌一边做动作）



小贴士

除了蒲公英，还可以引导孩子说一说其他熟悉的植物，编创儿歌和动作。

大家都睡了

★ **游戏目标：**生动有趣的睡前游戏帮助孩子安静入睡。

★ **游戏方法：**

妈妈伸出双手，右手按左手的拇指，从大拇指开始，一边说儿歌一边依次弯曲全部手指，让“全家人”都睡下。

操作如下：爸爸睡觉了（大拇指弯曲）。妈妈睡觉了（食指弯曲）。哥哥睡觉了（中指弯曲）。姐姐睡觉了（无名指弯曲）。宝宝睡觉了（小拇指弯曲）。大家都睡觉了（一边念儿歌，一边左手抱住握拳的右手）。

大家都睡觉了，轻轻把被子盖好（妈妈用手帕把手盖起来。手帕下面慢慢伸出一根手指），轻声说：“咦，好像有人起床了。”（让孩子轻轻拉开手帕）原来是妈妈（食指竖起）起床来给小朋友盖被子。（中指竖起）“哥哥要起床小便。”（妈妈再次弯曲全部的手指）压低声音说：“安静，别吵醒大家。这会儿我们都该睡了。”

★ **适合年龄：**3岁起

★ **参加者：**孩子和妈妈

★ **游戏准备：**一块手帕



晚上孩子不愿
意睡觉时，妈妈可以
跟孩子玩这个游戏。



看谁先笑

★ **游戏目标：**列车上进行的小游戏，营造欢快的气氛。培养孩子的模仿能力和创造能力。

★ **游戏方法：**

孩子和妈妈面对面坐下。妈妈说：接下来我们玩一个游戏，互相做鬼脸，看谁先笑，先笑出来的要接受惩罚哦。

妈妈一边做鬼脸一边念儿歌：雪人爹，雪人妈，谁先笑了谁先化。你挤眉，我弄眼，又好看来又好玩。

先笑者为输。为了把对方逗笑，可以做出各种各样的鬼脸。

雪人爹，雪人妈。



★ **适合年龄：**3岁起

★ **参加者：**孩子和妈妈

★ **游戏准备：**无

小贴士

游戏随时随地可进行，幼儿很喜欢做鬼脸的游戏。

鼻子、鼻子

★ **游戏目标：**增强孩子的模仿能力和应变能力。

★ **游戏方法：**

告诉孩子要玩一个关于五官的游戏。

当爸爸喊“鼻子、鼻子”时，爸爸与孩子一起轻轻点着自己的鼻子。当爸爸喊“下巴、下巴”时，爸爸的手却摸着自己的耳朵。此时，孩子如果用手指着自己的下巴，就算孩子赢了；如果孩子也跟着爸爸一起摸自己的耳朵，则为失败。

多做几次游戏，孩子就会发现，不能跟着爸爸的动作来做，必须根据爸爸发出的指令做动作，才不会被爸爸误导。

根据孩子的接受程度，可以将游戏范围扩展至四肢和身体其他部位。

衍生游戏：椅子

当爸爸喊“椅子”的时候，爸爸和孩子要一起去摸椅子；当爸爸喊“地板”时，两人要一起摸地板，反应慢或摸错东西的为失败。

★ **适合年龄：**4岁起

★ **参加者：**孩子和爸爸

★ **游戏准备：**无



小贴士

通过游戏不仅能让孩子熟悉身体各部位的名称，而且能训练孩子的反应能力。

绕口令游戏

★ **游戏目标：**培养孩子的语言能力。



绕口令：

吃葡萄不吐葡萄皮儿，不吃葡萄倒吐葡萄皮儿。

大兔子，大肚子，大肚子的大兔子，要咬大兔子的大肚子。

坡上立着一只鹅，坡下就是一条河。宽宽的河，肥肥的鹅，鹅要过河，河要渡鹅。不知是鹅过河，还是河渡鹅。

北边坡上白家有个伯伯，家里养着一百八十八只白鹅，门口种着一百八十八棵白果，树上住着一百八十八只八哥。八哥在白果树上吃白果，白鹅气得直叫：我饿！我饿！

★ **适合年龄：**4岁起

★ **参加者：**全家

★ **游戏准备：**若干绕口令

★ **游戏方法：**

和爸爸妈妈一起比赛，看看谁能以最快的速度重复绕口令，听到那些可笑的口误，孩子们往往会笑破肚皮。

游戏开始前，跟孩子讲明游戏规则：选择一个绕口令（家长和孩子可以选择难度不同的），反复念三遍，速度要一遍比一遍快，爸爸妈妈可以拿着秒表为孩子计时。谁说错了就要受惩罚，约定好奖惩办法。



孩子很喜欢这种绕口令的游戏，不仅有趣，而且能提高孩子的语言能力。

鱼、鸟、树游戏

★ **游戏目标：**培养孩子与人交往的能力，塑造开朗的性格。

★ **游戏方法：**

邀约小朋友和他们的家长一起来玩游戏。

大家围坐成一圈儿，孩子扮演“老鹰”。

“老鹰”突然指着一个人说：“鱼”，被指到的人要立刻说出一种鱼的名称。“老鹰”说“鸟”时，对方要说出一种鸟的名称。说“树”时，对方要说出一种树的名称。

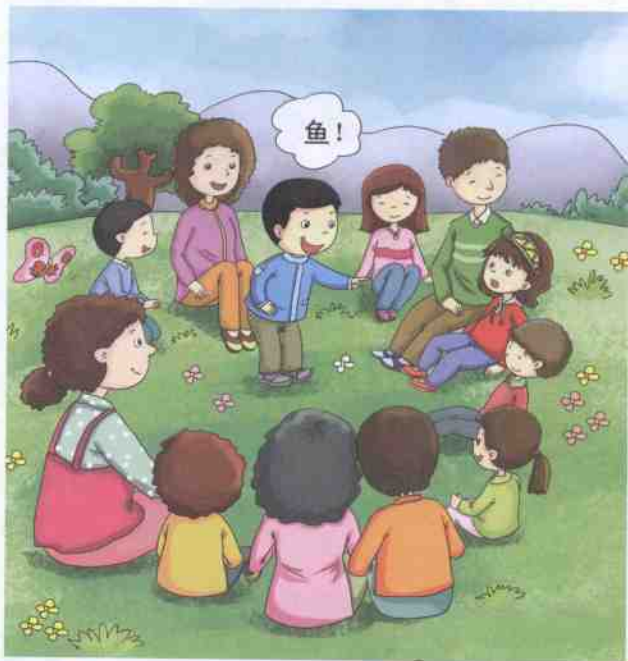
说错名称或者重复之前说过的，再或很长时间答不上来就要受到惩罚——到圆圈儿中间表演一个节目。

反复游戏，可以规定好扮演“老鹰”的游戏时间。

★ **适合年龄：**4岁起

★ **参加者：**全家或孩子和小伙伴

★ **游戏准备：**无



小贴士

这是多人一起玩的戏，让孩子去邀请小伙伴来玩游戏，增强孩子与人沟通交往的能力。

丢币说动物

★ **游戏目标：**拓宽孩子的知识面，培养归类的能力。

★ **游戏方法：**

游戏开始前，确定游戏规则，如规定硬币的正面为“海洋”，反面为“陆地”。由妈妈抛出硬币，如果正面朝上，让孩子说出一种生活在水中的生物，如鲨鱼；若反面朝上，则让孩子说出一种陆地上的动物，如狮子、猴子等。

互换角色，由孩子抛硬币，妈妈说出动物的名称。注意：说过的动物名称不能重复。通过这个游戏，培养孩子的归类能力。

儿歌：小鸡小鸡叽叽叽，爱吃小虫和小米。小鸭小鸭嘎嘎嘎，扁扁嘴，大脚丫。小青蛙，呱呱叫，专吃害虫护庄稼。小肥猪，胖嘟嘟，吃饱饭，睡呼呼。小孔雀，真美丽，身穿一件花衣裳。衣服干净又整齐，我们大家喜欢你。



★ **适合年龄：**5岁起

★ **参加者：**孩子和妈妈

★ **游戏准备：**一枚硬币



可以细化游戏规则，以增加游戏的趣味性。

模仿动物的声音合唱

★ **游戏目标：**通过有趣的模仿游戏增加亲子间的互动。

★ **游戏方法：**

与孩子一起回顾白天参观动物园的情景，谈及各种动物的叫声，如狮子、老虎、猴子等。

接下来和孩子做“模仿合唱”的游戏，即每个人都选择一种动物，然后模仿它的声音，将动物的叫声作为基本音来演唱歌曲。

比如孩子可以模仿青蛙的叫声，就用“呱呱”声来演唱。

爸爸喊“停”，大家静下来；喊“起”，每个人再选择另一种动物，继续模仿。

模仿动物声音的同时，可以模仿动物的标志性动作，增加游戏的趣味性。

★ **适合年龄：**5岁起

★ **参加者：**全家

★ **游戏准备：**动物叫声的录音



游戏的时间不宜过长，否则孩子的嗓子会受不了。游戏的间歇，注意让孩子喝水。

有何区别

★ **游戏目标：**引导孩子集中注意力，提高短时记忆的能力。

★ **适合年龄：**5岁起

★ **参加者：**孩子、爸爸或妈妈

★ **游戏准备：**无

★ **游戏方法：**

跟孩子说，爸爸妈妈要说出两个很相似的句子，但又有一点不同，请他帮忙找一找这两句话有什么不同，并且确定游戏的奖惩办法。

先从简单的句子开始，爸爸或妈妈说：“天上有个太阳”和“天上有个月亮”。如果孩子能很快发现不同，接下来就可以提高游戏的难度。比如：“一只兔子一张嘴”和“两只兔子两张嘴”。看看孩子能否发现句子的变化。

如果孩子能顺利作答，可以角色互换，由孩子自己造句，请爸爸妈妈找出句子间的变化。

一只兔子一张嘴
两只兔子两张嘴



短时记忆能激发孩子的学习兴趣，提高学习效率。



趣味英语

★ **游戏目标:** 能说出五官的英文单词。

★ **游戏方法:**

一边念儿歌,一边根据儿歌做动作。爸爸说 nose,同时用手指鼻子,让孩子跟着指鼻子;再说 eye,指眼睛。

反复练习这两个生词,让孩子一边说一边指,熟练以后,孩子就能记住这两个单词了。然后让孩子自己说这两个单词,爸爸妈妈做动作。等孩子掌握后就可以练习其他的单词,如耳朵、嘴巴、手指,这五个单词都学会了,就能学唱儿歌了。

儿歌:

Put your finger on your nose.

Put your finger on your eye.

Put your finger on your ear.

Put your finger on your mouth.

用这四句儿歌反复做游戏,让孩子听歌词做动作,等到把这四句歌词都听熟了,再练习说唱。孩子可以和爸爸妈妈互换角色继续做游戏。

★ **适合年龄:** 6岁起

★ **参加者:** 全家

★ **游戏准备:** 无

Put your finger
on your nose.



通过英文儿歌来做游戏,
培养孩子学习英语的兴趣。



串词链

★ **游戏目标：**提高孩子的组词能力。

★ **适合年龄：**6岁起

★ **参加者：**全家

★ **游戏准备：**无

★ **游戏方法：**

先告诉孩子游戏规则。例如：伟大—大海—海洋—洋娃娃……让孩子在练习中熟悉规则，接下来正式开始游戏。

为了增加串词链游戏的趣味性 & 难度，可以依孩子年龄大小、掌握词汇量的多少，提出不同的要求，如：不能包括天上飞的动物或只能用名词等。

待孩子掌握了一定词汇量之后，可将串联的字词锁定在成语范围，继续锻炼孩子思维的灵活性。



丰富孩子的词汇量，提高孩子的组词能力。培养发散思维。

数30的奥秘



游戏目标：引导孩子掌握简单的数学知识。



游戏方法：

告诉孩子游戏规则：我们轮流从1开始报数，谁先数到30谁就获胜，每次只能报一个数或两个数。例如我报1，你就可以接着报2或者报2、3，我再接着报4，或报4、5。游戏开始时，家长每次都是冠军，孩子会感到很惊讶。先不要告诉孩子诀窍，当孩子对游戏失去兴趣时，家长告诉孩子这个游戏的诀窍：想办法抢报3和3的倍数，像3、6、9、12、15、18、21、24、27、30，最后能抢到30的人就能赢。比如，我先报数，我报1，你就报2、3，我报1、2，你就报3。我报一个数，你报两个数；我报两个数，你就报一个数，最后你就能当冠军，不信我们来试试。游戏重新开始，孩子掌握规律后，就能体会到胜利的喜悦。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：无

想办法抢报3
和3的倍数。



小贴士

练习30以内数的读法，培养孩子的反应能力和判断能力。



模仿我的动作

游戏目标：引导孩子模仿简单的肢体动作，体会游戏的乐趣。

游戏方法：

家长先做一个动作，让孩子模仿。

家长可以摸自己的脚趾，或双手叉腰，或拍自己的腿。先从简单的动作开始，如果孩子能够跟着做，接下来就可以连续做两个动作让孩子模仿，如触摸脚趾，然后拍腿。看看孩子能否模仿三个甚至四个连续的动作。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：无

游戏可以逐渐加大难度或提高速度，让孩子继续模仿。

然后角色互换，继续游戏。

衍生游戏：我说你做

当孩子能很娴熟地模仿动作时，家长可以加大游戏的难度。不做示范动作，而是用语言来描述，让孩子做动作。

我做得对吗？

模仿我。



此游戏能让孩子很快进入愉快的氛围，操作简单，可以随时随地进行。



模仿动物

游戏目标：通过模仿动物的动作和声音来做游戏、讲故事。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

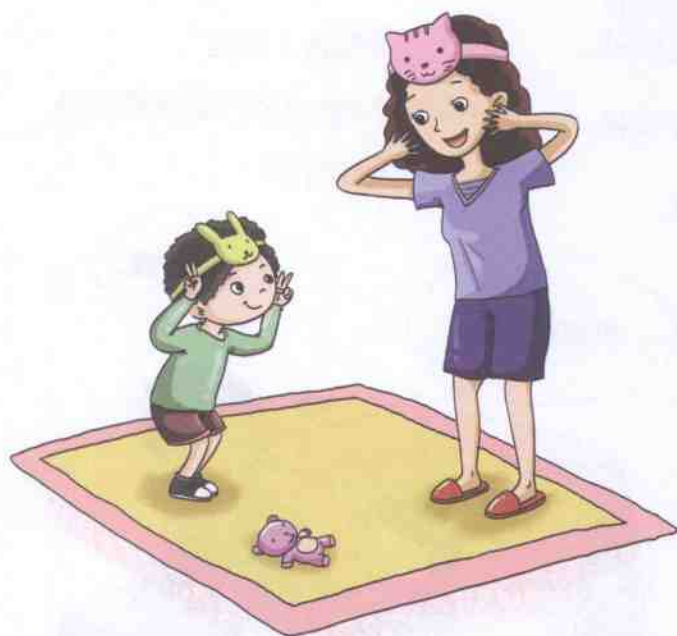
游戏准备：软垫子

游戏方法：

家长唱儿歌：小白兔白又白，两只耳朵竖起来，爱吃萝卜爱吃菜，蹦蹦跳跳真可爱。一边唱一边模仿小白兔的样子，激发孩子的模仿欲望。

家长继续教孩子模仿其他动物，如：小鸭子（小鸭子一身黄，扁扁嘴巴红脚掌。嘎嘎嘎嘎高声唱，一摇一摆下池塘）、小螃蟹（小螃蟹真骄傲，横着身子到处跑，吓跑鱼，撞倒虾，一点也不懂礼貌）、小青蛙、小企鹅、小花猫、斑点狗等。

等孩子能够熟练模仿各种动物的动作时，家长可与孩子一起进行故事会演。家长讲述故事，孩子模仿故事中讲到的动物，故事内容可以反复更换，激发孩子的模仿兴趣和反应能力。



不要让孩子模仿动物叫声的时间过长。如果动作需要在地面上爬行时，让孩子在垫子上完成，以免磕碰。



宝宝在后面

游戏目标：通过辨别脚步声，提高孩子的观察力和反应力。

游戏方法：

游戏参加者先猜拳，输的人要转过去面对墙壁，闭上眼睛，然后开始从1数到20。胜者要在数到20之前悄悄靠近并拍到数数人的背就算胜利。如果被察觉，要猜出是谁在背后，如果猜出就算胜利，如果猜错就算和局。

游戏结束后，可以角色互换。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：无

小贴士

这是一个令人兴奋的游戏；游戏结束后，你可以询问孩子是怎么猜出后面那个人是谁的。



对镜跳舞

游戏目标：培养孩子模仿能力，观察能力和肢体表达能力。

游戏方法：

孩子与爸爸妈妈面对面站立，想象你们之间有一面镜子，孩子是你的镜像。当你开始跳舞的时候，孩子要尽可能准确地模仿你的动作。如果动作失误或跟不上，则为输。

游戏开始时，你可以跳得慢一些，以便孩子跟得上，更快进入游戏的氛围。

你可以尝试一些花样，如忽停忽动的机器人动作，流畅舒缓的芭蕾舞姿势，或充满动感的迪斯科舞蹈动作。

游戏五分钟，角色互换。你当孩子的镜像，模仿孩子的舞姿。



这是一个简单的模仿游戏，可以培养孩子的观察能力和肢体表达能力。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：欢快的音乐



爸爸这样说

游戏目标：通过分析语言指令，提高孩子语言行为的转化能力及反应力。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子、爸爸

游戏准备：无

游戏方法：

你向孩子发出指令：“爸爸说……”如你要孩子做蛙跳的动作时，必须说“爸爸说，开始模仿青蛙跳”，孩子必须做蛙跳的动作。

但是，如果你只说“模仿青蛙跳”，孩子应该静止不动。如果孩子做了蛙跳的动作，那么就算他输了。

随着游戏的气氛越来越紧张，你的指令中提到的动作可以更加复杂。比如：“爸爸说，你绕着这棵树跳”或者“爸爸说，跑到门口，再跑回来”。



小贴士

游戏的运动量比较大，孩子容易疲倦，所以游戏时间不宜过长。如果孩子坚持要玩，中途需要休息。

小树快快长

游戏目标：活动肢体，缓解疲劳。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和伙伴

游戏准备：无

游戏方法：



图(1)

1.小树快长，小树快长，滋滋滋。(蹲在地上，蜷缩身体，伴着吆喝声尽力向上伸展身体。)如图(1)。



图(2)

2.风儿吹吹，风儿吹吹，哗啦啦。(身体左右摇晃，就像正在被大风吹，身体伴着吆喝声大幅度左右摇晃。)如图(2)。



图(3)

3.树枝断了，小树倒了，扑通——(上半身一边左右摇晃一边前倾后仰，身体伴着吆喝声慢慢倒下。)如图(3)。



通过肢体动作游戏，不仅能活动肢体，还能缓解旅游的疲劳。

背上的数字

游戏目标：激发孩子学习的兴趣。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：无

游戏方法：

妈妈用手指在孩子的背上写数字，让孩子来猜。先从简单的数字开始，如“1”或“10”，写数字的速度要慢，给孩子以思考的时间。等孩子渐渐进入游戏状态时，可以加大游戏的难度和写字的速度。如果这些都难不倒孩子，就可以在孩子的背上写算式，如：“ $1+1=$ ”让孩子说出答案。

衍生游戏：背上的汉字

在孩子的背上写汉字，从简单的汉字开始，让孩子猜。

衍生游戏：空中的字

晚上陪孩子入睡前，可以进行此游戏。妈妈伸出食指，在空中写汉字或数字，让孩子猜写的内容。



通过游戏的方式，调动孩子学习数字和汉字的兴趣，劳逸结合。



笔帽套不上

游戏目标：激发孩子对科学实验的兴趣。

游戏方法：

准备一支笔，一手拿笔，一手拿笔帽，对孩子说，闭上眼睛，你能把笔帽套上吗？

孩子一定觉得这是轻而易举的事。闭上眼睛，两手向中间靠拢，试将笔帽套上，却难以办到。

孩子不相信，于是睁开眼睛小心翼翼地确认距离，等闭上眼睛后发现还是很难办到。

游戏原理：

人要依靠左右眼的视差来测定自己与物体之间的距离，也就是说，人们用右眼、物体及左眼三点进行“三角测量”。因此，闭上眼睛是无法判断出准确距离的，所以孩子很难成功套上笔帽。

小贴士

通过简单的小游戏，告诉孩子“三角测量”的原理。



适合年龄：3岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：一支钢笔

泳池里的巡航导弹

游戏目标：活动四肢，锻炼身体协调能力，消除旅行疲劳。

游戏方法：

询问孩子愿不愿意充当“巡航导弹”，激发孩子的游戏兴致。

孩子如果不会游泳，则选择浅水区，孩子双手撑地，你用手扶住孩子腰部，让孩子浮在水面上，然后来回移动孩子的身体，好比是在水里穿梭的巡航导弹。如果孩子会游泳，则可选择水稍深的区域。



水中游戏时间不宜过久，在外旅游时，家长与孩子穿插着玩水中和陆地的游戏。



衍生游戏：“潜水艇”

和孩子一起比赛，看谁在水里憋气的时间久。憋气的时间宜慢慢递增，不要一开始就设定过长的时间。

衍生游戏：打水仗

准备两个空饮料瓶子，在瓶盖上钻一个小孔。瓶子里装满水，盖上瓶盖，用力捏瓶身，水就会从小孔里射出来，成为打水仗的武器。



适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：泳池或海边(浅水)

身体魔术

游戏目标：通过障眼法来表演身体魔术，激发孩子的好奇心。

游戏方法：



当孩子情绪不佳的时候，可以运用这个游戏来调动孩子的情绪。



爸爸对孩子说：你知不知道身体也能变魔术呢？

爸爸先向孩子展示一个魔术：一手击打自己的后脑勺，同时伸出舌头。如此奇妙的反应在孩子看来就仿佛魔术一般，于是孩子也跃跃欲试。爸爸耐心地告诉孩子动作的要领。刚开始时孩子对动作不太熟练，渐渐就能做得像模像样，鼓励孩子创作新的魔术。

游戏衍生：慢动作格斗

爸爸和孩子进行格斗，双方运用手、头、膝盖、腰部等部位。爸爸摆出格斗的姿势，不要真打，只是为了迎合、调动孩子出招。

游戏衍生：慢动作拳击

爸爸和孩子双手握拳，做出勾拳、直拳等攻击动作，只是摆出姿势，决不能真正攻击对方。



适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

骑脚掌自行车

游戏目标：读儿歌，活动腿部肌肉。

游戏方法：

爸爸和孩子躺在床上，两手交叉于脑后，抬起双脚，两人的脚掌相对，像踩在自行车的踏板上一样，然后开始模仿骑自行车的动作，来回蹬动双腿。游戏开始前，约定好蹬腿次数，等达到了约定的次数后，腿部肌肉会得到充分锻炼。

当孩子的动作做得熟练后，可以一边读儿歌，一边有节奏地“骑脚踏车”。当孩子感觉累时，就可以结束游戏了。

衍生游戏：开拖拉机

孩子和爸爸一起，半仰，两手撑地（屁股不能着地）；通过双脚和双手的配合前进。

衍生游戏：滚陀螺

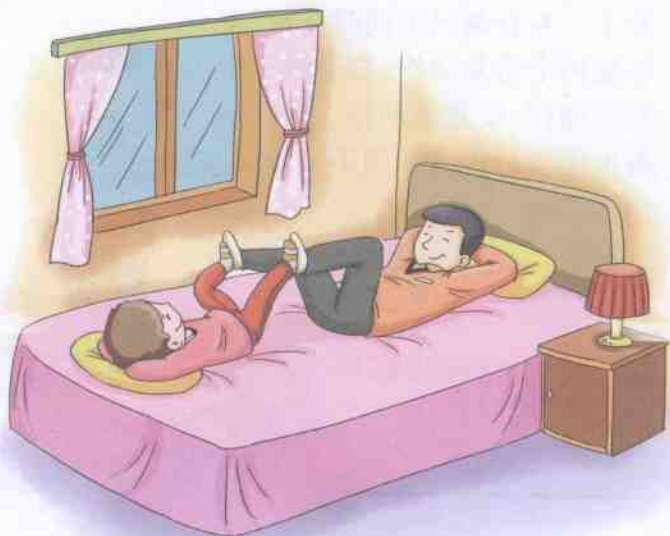
地板上铺好垫子。双手抱住弯曲的双膝，然后 360° 滚动。

衍生游戏：开火车

爸爸当火车头，半蹲，双手模仿握方向盘的动作；孩子抱住爸爸的腰，蹲着走。“火车”启动时，齐声喊：“开火车啦，嘟嘟嘟嘟……”



游戏的运动量较大，时间不宜过长。



适合年龄：5 岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：软垫子

左二右三

游戏目标：听指令做动作，锻炼上肢协调能力。

游戏方法：

告诉孩子接下来要做一个游戏：这个游戏需要高度集中注意力。

然后详细讲述具体做法：

1. 左手举过头顶，贴着体侧放下。同时，嘴里念“一、二”的口令，停顿一下，重复一遍动作。

2. 右手举过头顶，贴着体侧放下；然后侧平举，与肩同高，再贴着体侧放下。同时念口令“一、二、三”，停顿一下，重复一遍动作。

熟悉这两个动作后，开始做游戏了。左右两只手同时开始，左手做两个重复动作，右手做三个重复动作；反复做动作，看谁能坚持得最久而不出错。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：软垫子

一、二、三



小贴士

能极好地锻炼身体协调能力，集中幼儿的注意力。



哑剧

游戏目标：通过动作情境表演，培养孩子的表演能力。



能极大地促进
孩子模仿力和创造
力的发展。

游戏方法：

家长可能在街头或电视节目里看过哑剧，知道哑剧演员通常要脸涂白粉，身穿特定的服装。家长可以简单向孩子介绍，哑剧就是没有台词，只用动作和手势来进行表演的剧种。然后和孩子做一个哑剧的游戏。

把日常生活中的活动用动作和表情表现出来，比如：去上学、吃饭、开生日晚会、打电话等。就像收到一件礼物，你会先用手捧着盒子，把它贴到耳边听一听；再放到桌上，打开贺卡看一看，解开盒子的缎带，最后把盒子打开。

充分调动面部表情，记住不能说话，看看别人能不能猜出你在演些什么。

喟，这不
是打电话吗？



适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

举牌游戏

游戏目标：开发孩子的反应能力，在瞬间做出判断。

游戏方法：

孩子和爸爸面对面坐着，孩子一手拿红牌，一手拿黄牌，爸爸发布命令，孩子做出动作。

命令：举起红牌；放下黄牌；不要放下黄牌；放下红牌；不要不放下红牌；不要不举起黄牌；举起红牌；举起黄牌；千万不要不举起黄牌；不要放下红牌；不要不放下黄牌；千万不要不举起红牌；站起来，举起双手，原地跳一下，然后放下黄牌。

起初命令可以简单，而且说话的速度缓慢，随着游戏的进程，命令可以越来越复杂，说话的速度也可以越来越快。



儿歌：造飞机

造飞机，造飞机，来到青草地。
蹲下去，蹲下去，我做发动机。
蹲下去，蹲下去，我做飞机翼。
弯着腰，弯着腰，飞机做得好。
飞上去，飞上去，飞到白云里。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：红、黄牌子



集中注意力听并快速思考，做出准确的反应。

奇妙的口香糖

游戏目标：锻炼身体之余培养孩子的集体主义精神。

游戏方法：

先计算一下人数，如果是单人数，则请爷爷当发令员；如果是双人数，则挑出一人来当发令员。

大家一起问发令员，“口香糖粘什么”，发令员发令：“口香糖，粘肩膀”。话音刚落，大家必须迅速地找到另一个人，两人肩并肩，如同粘在一起，最后肯定剩下一个人没有找到伙伴，这个人则自动变成发令员，或由该人表演一个节目。

游戏继续。



通常像粘鼻子，粘脑门，粘屁股等指令可以极大地活跃气氛，常可以听到孩子的笑声。



适合年龄：6岁起

参加者：全家

游戏准备：无

跟着我

游戏目标：趣味十足的小游戏活跃家庭气氛。

小贴士

游戏的趣味性
能极大地调动孩子
的兴趣,对于不可预
知的结果,孩子既好
奇又渴望挑战。

游戏方法：

每人抽取一张牌。大家把自己的牌放在额前,每个人不可偷看自己的牌,只可看别人的牌。每人轮流讲出一个动作,可以是很逗趣的,例如抓脚趾。一声令下,大家开牌,点数最小的人为输,要做出点数大的人讲的动作。

儿歌:老虎学爬树

一二三四五,公园看老虎。
老虎正睡觉,咱去看海豹。
海豹水里游,咱去看小猴。
小猴闲不住,咱去看花鹿。
花鹿正吃草,咱去看小鸟。
小鸟摇树叶,咱去看孔雀。
孔雀开屏真美丽,身上穿着五彩衣。

学猫咪

学驼背

翻跟头



适合年龄：6岁起

参加者：全家

游戏准备：扑克牌

有模有样



游戏目标：锻炼孩子的思维能力和表演能力。



游戏方法：

讲述游戏规则，如一个人说出“在棒球场”，另一个人就做出挥棒的动作。

游戏开始，两人面对面坐下，猜拳赢的一方先问，输的一方则要根据对方的问题用动作应答，做错动作的人就算输了。例如，问：“在棒球场。”答：作挥棒姿势。问：“在教室。”答：作写作业的姿势。问：“在饭馆。”答：作吃饭的动作。如此反复，再加快速度，回答的人稍不留神，就会做错动作。

角色互换，游戏继续。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：无



在游戏中，根据对方的提问来做出动作，锻炼孩子的反应能力和模仿能力。



会飞的鞋子

游戏目标：引导孩子与小伙伴一起做游戏，感受热闹愉快的气氛。

游戏方法：

选择一块空地，面积足够大。告诉孩子游戏的目的：这是一个比赛谁能将脚上的鞋子甩得更远的游戏。首先将鞋子脱至一半程度，脚趾位于鞋子中前部，然后甩动小腿将鞋子飞出去。家长和孩子比赛时要让着孩子，以增加比赛的趣味性。如果能召集到三五个小朋友一起玩游戏，则最佳。

衍生游戏：丢房子

在空地上画各种几何图形，如三角形、正方形、心形、五角星形等，然后隔一段距离，画一条线，作为起始点。游戏者站在线上，将鞋子抛出，落进图形者为胜。

衍生游戏：掷“铅球”

在地上画一条线，游戏者站在线上，手拿鞋子，用力向前方抛去，看谁抛得远。

适合年龄：6岁起

参加者：全家或孩子与小伙伴

游戏准备：户外



做游戏前要做热身运动，避免游戏过程中拉伤肌肉。

"老狼","老狼",几点了



游戏目标：锻炼孩子的运动能力。



游戏方法：

“老狼”站在房间的一端，孩子们站在房间的另一端，大声喊：“老狼，老狼，几点了？”“老狼”转身说：“两点了”。孩子们就向前迈两步，“老狼”接着转过身去。这样不断重复，孩子根据“老狼”所提供的“时间数字”向前迈进相应的步数。最后，当孩子问：“老狼，老狼，几点了？”“老狼”说：“吃饭时间到了”便转身去追其他的孩子，被抓到的那个就成为下一轮游戏的“老狼”。



适合年龄：3岁起



参加者：全家或孩子与小伙伴



游戏准备：“老狼”头饰



在旅行途中，这个好玩的集体游戏能够增加孩子之间的友谊；奔跑时注意不要摔跤或磕碰。



猜猜我是谁



游戏目标：帮助孩子熟悉小动物的特点，做出准确判断。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：无



游戏方法：

告诉孩子，你要扮演一种动物，让他猜猜你扮演的是什么动物。

用你的双手当作耳朵，把身体扮成这种

动物的基本形状。你可以装扮成一条狗，一只猫，一只绵羊或一头猪。如果孩子很难猜出来，你可以在做相应动作的同时，发出这种动物的叫声，然后再让孩子猜，直到孩子说出答案。

让你的孩子也装扮成一种动物，由你来猜。如果孩子手足无措不知如何开始，你可以给他一些建议，比如，你可以建议孩子扮演走路一摇一摆的小鸭子或有着长尾巴的小猴子。



通过游戏的方式，帮助孩子熟悉不同动物的动作特点，从而记忆和辨别它们。



寻宝者



游戏目标：按指令寻找相应的物品，提高孩子的观察能力。



游戏方法：

把四五块不同颜色的积木（或四五个不同的玩具）摆成一行，充当宝物。

跟孩子分配角色，你当探宝者，孩子当寻宝者，你记住宝物都有哪些，然后你跟孩子走到房间的另一边。

你发出指令：“找到一块红色的，上面还有蓝色点点的积木”，她必须跑过去把这块积木拿回来，放进你的袋子里。然后让孩子再去取另外一件东西。一直到所有的宝物都被收进袋子里。

然后角色互换，孩子当探宝者，你当寻宝者。让孩子发出指令，你来执行。可以适当增加游戏情节，丰富寻宝游戏的内容。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：玩具、布袋等



在游戏中培养孩子的
观察能力和语言表达能力。



脚丫对脚丫



游戏目标：培养孩子的合作意识，运动的同时感受新鲜空气。



游戏方法：

你的小脚丫，我的小脚丫，脚丫对脚丫，滚过绿草地。

游戏开始时，孩子和爸爸平躺在垫子上，脚丫对脚丫，爸爸一喊开始，两人就向右边翻滚，注意要一直保持脚丫对脚丫的状态。如果四个或者更多的人来参与游戏，场地也足够宽敞，就可以分组举行“脚丫对脚丫”的比赛游戏。第一对抵达终点的队伍为胜。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：垫子

衍生游戏：手拉手

游戏规则同上，但换成手拉手，注意可以起立，但双方的手不能松开。第一对抵达终点的队伍为胜。



小贴士

这个游戏重在合作而不是竞争。



踩影子



游戏目标：适量的走、跑运动能极大地增进亲子间的感情。



游戏方法：

这个游戏需要在晴天有太阳的时候才能进行。踩影子的游戏就是“老鹰”要想方设法地去踩其他人映在地上的影子。

做游戏前，先通过“石头、剪子、布”选出“老鹰”，然后开始游戏。参加游戏的人必须想办法不让“老鹰”踩到自己的影子。当自己的影子就要被踩到时，赶紧蹲下（使自己的影子变小），或者躲到房子、大树的影子下，把自己的影子藏起来。

一旦被“老鹰”踩到影子，就算输了，输了的人接着做“老鹰”，游戏继续进行。



适合年龄：3岁起

参加者：全家

游戏准备：无



小贴士

注意不要在烈日下玩耍，防止孩子中暑；就算太阳不大，游戏时间也不宜过长。



猜拳上台阶



游戏目标：培养孩子的规则意识，训练反应能力。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：无



游戏方法：

和孩子在台阶前，准备一起玩猜拳上台阶的游戏。

游戏规则为：通过“石头、剪子、布”来决胜负，赢家按规则向上走不同的台阶数，上到顶后再从顶上一级一级地下来，先下来的就是赢家。

“石头、剪子、布”的规则是：剪子剪布，上三步；剪子剪不动，上六步；包袱包得住，上六步。



游戏时，可以改变游戏规则，增加一些趣味性的元素，如模仿猫跳，或一边上台阶一边念儿歌等。



狐狸抓鹅



游戏目标：和小伙伴一起扮演角色做游戏。



游戏方法：



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和小伙伴



游戏准备：积雪、铁铲

在地上画出直径约九米的圆圈，再以圆心为轴画一个稍小的圆。圆环的宽度不要太大，正好够两个孩子面对面擦肩而过即可。

如果地上覆盖着雪，可以用雪铲背面来画跑道，如果是在柏油马路上，则用粉笔画就可以。

选择一个孩子做“狐狸”，站在圈子中央，其他人都是“鹅”，沿着圈子站好。游戏开始，“狐狸”开始追“鹅”，不管是追的还是被追的，都只能在跑道上跑动，如果两只“鹅”迎面相遇，其中一只“鹅”要想办法退让。当“狐狸”抓住了一只“鹅”后，那只“鹅”就要和“狐狸”一起去抓其他“鹅”。谁坚持到最后，谁就是胜利者。



小贴士
不管是在雪地里还是在空地上做这个游戏，都要注意安全，不要摔伤，避免磕碰。



冷和热



游戏目标：通过他人的反应判断物品的位置。



适合年龄：4岁起



参加者：孩子和小伙伴或全家



游戏准备：无



游戏方法：

这是一个适合多人玩的游戏。

游戏规则是：先选出一个“冰块”（找东西的人），其他人把东西藏在某一个地方，然后开始做游戏。当“冰块”越来越接近被藏起来的物品时，周围的人就要说：越来越热；当“冰块”离那个物品越来越远时，周围的人就要说：越来越冷。通过这样的提示，帮助“冰块”确定物品的范围，以便寻找。游戏开始前，“冰块”要蒙上眼睛，其他人则赶紧把物品藏起来，如果是在户外游戏，则要明确划分出做游戏的区域。

最后，“冰块”找到被藏起来的物品并赢得它作为奖励。开始下一轮游戏，选出新的“冰块”。



小贴士
藏的东西可以是一根棒棒糖，或一个小玩具。



气球飞行



游戏目标：锻炼孩子的身体协调能力。



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：若干个气球



游戏方法：

游戏开始前，每个人分到不同颜色的气球（如果没有那么多不同颜色的气球，就让孩子拿笔在自己的气球上做记号），给气球充气；规定好起跑线和终点线。参赛者站到起跑线，把气球放在一手的掌心。

游戏开始，参赛者只能用一只手的食指和中指将气球弹向空中并使气球不落地。气球落地，或碰到其他东西而爆裂的均为失败。使气球悬浮在空中坚持到最后，顺利抵达终点的为胜利。

衍生游戏：抛水球

在气球里装一些水后给气球充气，然后打结，使之变成一个水球。参加游戏的人面对面站立，开始抛接水球的游戏。随着游戏时间越来越长，两人之间的距离也要越来越远，一直到水球没有接住掉到地上为止，游戏结束。



这个游戏能锻炼孩子的身体协调能力，以及手指的灵活性。



钓雪球



游戏目标：亲子间的竞技，增进感情的同时培养孩子的竞争意识。



游戏方法：

游戏者用绳子拴一块木块或木炭，通过手的上下抖动，让木块或木炭接触到雪并尽可能多地沾上雪，让雪球越滚越大。游戏的乐趣就在于木块或木炭最后能变成一个大大的雪球，可以比比看谁钓的雪球个头最大。

不过要注意，随着雪球个头越来越大，雪球也容易破裂。如果你掌握不好分寸，继续上下抖动，雪球裂成两半，那你只能重新再来了。



如果冬天去北方旅行，有积雪时可以玩这个游戏。



衍生游戏：滚雪球

游戏者先用雪团成一个小雪球，然后在雪地里滚动雪球，让雪球越变越大。可以合作滚雪球，也可以比赛看谁滚的雪球大。



适合年龄：4岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：积雪、绳子、木块或木炭

打雪仗



游戏目标：培养孩子的集体合作能力，感受打雪仗的激烈场景。



游戏方法：

游戏参与者分成红、黄两队，两队中间要划定一个“作战”距离，然后互相投掷雪球。游戏开始前，应该先确定击中对方多少个雪球算胜利。

另外还有一种游戏叫“打帽子”。游戏玩法是：全家先堆一个双面雪人，放在作战区域里。两组人分别站在雪人的前后同时“打帽子”，看谁先把铁桶做的雪人帽子打下来。



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：积雪、铁铲

衍生游戏：堆雪人

小雪球在地上滚呀滚，一直滚成大雪球，把大小两个雪球摞起来，雪人就堆成了。可以用小石子或煤球做眼睛，胡萝卜做鼻子和嘴巴。头顶上扣一个水桶，就算是帽子了。



小贴士
在玩打雪仗时，绝对不允许在雪球里夹裹石块，确保安全。



蹦蹦跳跳



游戏目标：锻炼孩子的身体协调能力和模仿能力。



适合年龄：4岁起



参加者：全家或邀请孩子的小伙伴



游戏准备：海边



游戏方法：

全家或者邀请孩子的小伙伴一起参加游戏。确定好起始点，分成红黄两队。让孩子装扮成小兔子，蹦蹦跳跳前进。当你说，小兔子停。他就必须立刻停住，完全静止不动。当你说，变成小狗。他就开始模仿小狗的动作前进。

除此之外，孩子还可以扮成一条蛇，蜿蜒爬行；一只袋鼠，抱着肚子蹦蹦跳前行；一只蝴蝶，在花丛中飞舞。

看哪个队伍先到终点，哪个队伍就为胜利。



小贴士

模拟小动物的动作，注意安全；避免磕碰。

大家跟着做



游戏目标：集体模仿同一动作，培养孩子的集体意识。



游戏方法：

这个游戏可以在陆地上玩，但是在水里进行会更有乐趣。

先选一个领头人，如爸爸，其他人都排在他的后面。领头人在水里做出各种动作，让后面的人来模仿。动作的难度根据参与者的具体能力来定，可以做不同的游泳姿势，也可以做翻筋斗、倒立、吹水泡等动作。

此游戏没有输赢，约定时间，时间到了就换一个人来当领头人，继续游戏。



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：游泳池



如果不会游泳，
可以在浅水区域进行
游戏，确保安全。



打手游戏



游戏目标：培养孩子敏捷的反应能力。



游戏方法：

户外旅游累了，在树荫下休息时，可以进行这个简单而有趣的游戏。

先用猜拳的方法决定手的叠放顺序：放在最下面的是“第一打手”，其他的则为“被打手”；“第一打手”手心朝上，其他“被打手”手心朝下。

如果打中了，可以继续打，直到打不中为止。打不中后把手放在最上面做“第一被打手”，游戏继续。打手要看准时机，大家的手擦起来的瞬间猛地抽出手来打下去。可以喊“要打了”，吓唬大家，也可以做假动作，麻痹对方。



除了要高度集中注意力，更要有分辨真假信息的能力和危机意识。



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：无



耐力训练



游戏目标：锻炼孩子的耐力和身体平衡能力。



游戏方法：



适合年龄：5岁起



参加者：全家



游戏准备：报纸、哨子

游戏者分成两组，每组一张报纸。

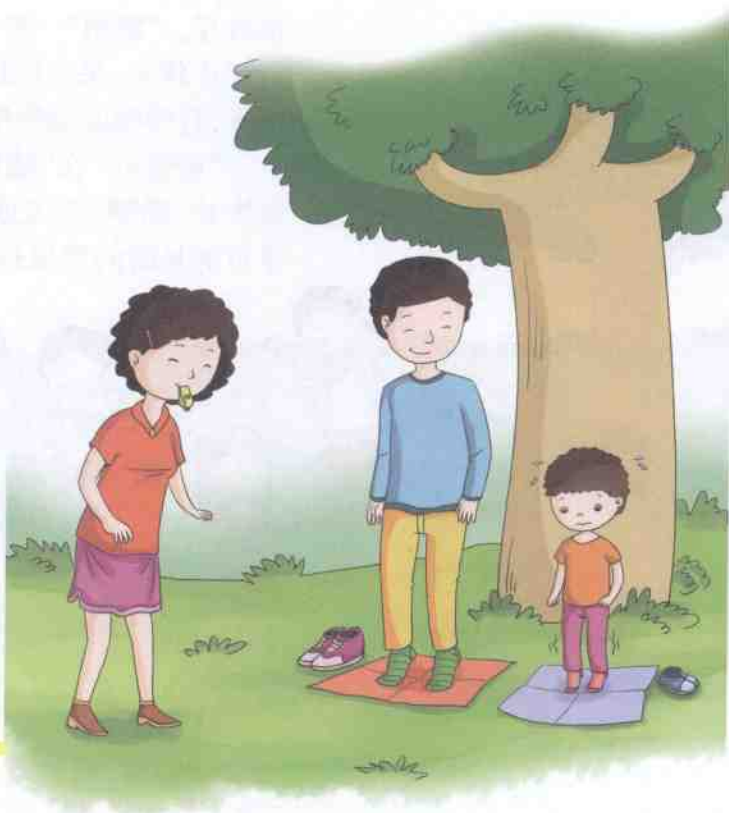
1. 将报纸铺在地上。

2. 妈妈发布信号，孩子和爸爸一起站到报纸上，脚尖着地，脚跟抬起，手不能搭任何东西。

3. 能够长时间脚尖着地保持平衡的人为胜利者。



游戏时间
不宜太长，尽量在阴凉处进行。



雕塑



游戏目标：锻炼孩子抗干扰的能力。



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和小伙伴



游戏准备：无



游戏方法：

这个游戏的目的在于挑战孩子静止站立的能力。参加游戏的除一个是“雕塑匠”，其他人都是“雕塑”。

“雕塑匠”选择一个孩子作为他的“材料”，抓住他的手，两人原地转三圈，然后把他放开。“雕塑”一离开“雕塑匠”的手，须保持静止状态，呆在原地不能动，也不能发出声音，打喷嚏或挠痒痒都会被淘汰。

“雕塑匠”在“雕塑”们周围走来走去，试图让“雕塑”发笑或动起来，“雕塑”必须尽可能长时间地保持静止不动。最后一个保持不动的“雕塑”为冠军。在下一轮就可以担当“雕塑匠”的角色。



游戏的场地要宽敞空旷，这样孩子做动作时可以少一些顾忌。



跳绳



游戏目标：尝试多种多样的跳绳方法，锻炼弹跳力和身体协调力。



游戏方法：

1. 单人跳。双手握绳，朝前或朝后，同时摆动双臂，在绳子着地的同时，双脚跳起。绳子绕过双脚，双脚落地，然后继续摇动双臂，双脚起跳，循环往复。如果绳子绊在脚上未跳起，便算输了。交叉双臂，做拧麻花跳法。

2. 多人跳。三人以上，用长的跳绳，两个人抡绳，其他人同时或先后进行跳跃，如某人未能起跳而使绳子停止摆动，该人则需替换抡绳者。

儿歌：

一根绳，两人摇，大家都来跳一跳。一会儿进，一会儿出，进进出出真热闹。双脚跳，变花样，蹦蹦跳跳身体好。



适合年龄：5岁起



参加者：全家或孩子和小伙伴



游戏准备：跳绳



锻炼弹跳力和身体协调力。



捉迷藏



游戏目标：提高孩子的判断能力和观察能力。



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和小伙伴



游戏准备：无



游戏方法：

在玩这个游戏前要明确场地范围。

选择一个人来当寻找者。准备就绪后，寻找者趴在墙上，闭上眼睛开始数数，从1数到50。这期间，其他孩子开始寻找自己藏身的地方。时间到，寻找者高声喊道：藏好了吗？我要开始找了。接着，被找到的就算淘汰，寻找者继续找人，已经被找到的人从1数到50，只要有一个人没被找到，就算寻找者失败。

游戏可以反复进行。第一个被找到的人充当下一轮游戏的寻找者。



小贴士

游戏开始前，提示孩子要选择安全的地方，避免去电线或水管等通道的槽隙，或废旧的建筑物旁。



抓人

游戏目标：追逐的游戏能带给孩子极大的快乐。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和小伙伴或全家

游戏准备：无



游戏方法：

游戏的玩法很简单：一个孩子来追其他小伙伴，游戏开始前要指定一个人来做追逐者，追逐者闭上眼睛，从1数到10，其他人四散跑开。游戏开始，谁第一个被抓到，谁就成为下一轮游戏的追逐者，继续抓人，中间没有任何间断。

衍生游戏：木头人

当追逐者快追到你时，可以立刻停下来，并保持一个姿势，嘴里说：变木头人。追逐者就不能再抓他了。“木头人”不能自己重获自由，要等其他同伴来解救——拍他一下，所以追逐者还要盯着其他人来解救“木头人”。

衍生游戏：接链子

一个人抓到另一个人，两人就手拉手接着去抓下一个人。如此一来，人龙越接越长，只有两端的孩子们可以抓人，谁能坚持到最后不被抓到，谁就是胜利者。



这个游戏需要饱满的精力和一块让孩子可以奔跑的场地。



摸“瞎子”



游戏目标：引导孩子通过触摸对方的特点来辨别对方。



游戏方法：

游戏开始前，选出扮演“瞎子”的人，用一块大手帕或头巾把“瞎子”的眼睛蒙上。其他人围成一个圈，“瞎子”站在圆圈中心。其他人手拉手顺着一个方向转动，嘴里念“瞎子摸，摸头发，摸鼻子，猜一猜，他是谁。”念完儿歌就停下来，“瞎子”随意地指向一个人，那个人轻轻地走到“瞎子”面前。（不要发出任何声响）“瞎子”通过摸对方的脸、头发和衣服来辨别他是谁。如果“瞎子”猜出来了，“俘虏”就走到圆圈中间担当“瞎子”的角色。开始下一轮游戏。

衍生游戏：听音猜人

游戏规则同上，但不是“瞎子”摸人，而是让“俘虏”模仿鸭子或猫等动物的叫声，以此来判断他是谁。



适合年龄：5岁起



参加者：全家或孩子和小伙伴



游戏准备：手帕或头巾



参与游戏的人越多，游戏就越有趣，但参与游戏的人要相互熟悉，不然很难猜出“俘虏”是谁。



雷公爷爷

游戏目标：极大地调动孩子的好奇心。

适合年龄：5岁起

参加者：小伙伴们

游戏准备：纽扣或小纸团等



游戏方法：

孩子邀请小伙伴们一起来参加游戏。大家围坐成一圈儿，选一个人站在中央，蒙上眼睛当“雷公爷爷”。

开始做游戏时，“雷公爷爷”一直喊：“轰隆，轰隆，轰隆……咚”，其他人手拉手传递一件小东西（可以是一粒纽扣，也可以是一个小纸团）。当“雷公爷爷”喊“咚”时，大家停止传递，然后“雷公爷爷”睁开眼睛，猜一猜小东西在谁的手里。

取胜的诀窍是即使小东西不在自己手里，也要做出假装往下传东西的样子，来误导“雷公爷爷”的判断。

轰隆，轰隆，轰隆……咚



游戏中有需要假扮的剧情，孩子们很喜欢这种刺激的游戏。

丢手绢



游戏目标：一边唱儿歌一边做游戏，体会集体游戏的乐趣。



游戏方法：

让孩子主动邀请小伙伴一起来做游戏。选择一块空地，七八个小伙伴围成一个圆圈，面对中心蹲下或坐下。

游戏开始前，大家猜拳决定谁当“坏蛋”。游戏开始，当“坏蛋”的人在外围跑，他可以悄悄地把手绢丢在任何一个小伙伴的背后，被丢下手绢的人察觉后，要立刻站起来在一圈之内追到“坏蛋”。如果他追到了，“坏蛋”就继续丢手绢；如果没有追到，那么这个小朋友就要为大家表演节目。然后大家一起唱《丢手绢》的歌谣，游戏继续。

儿歌：丢丢丢手绢，轻轻地放在小朋友的后面，大家不要告诉他，快点快点抓住他，快点快点抓住他。

丢丢丢手绢……



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和小伙伴



游戏准备：手绢



小贴士
游戏的场地应当宽敞平坦，以防摔伤。



踩报纸



游戏目标：锻炼孩子的弹跳能力，提高孩子的身体素质。



游戏方法：



适合年龄：6岁起



参加者：全家



游戏准备：若干张报纸

这个游戏可以单人进行，也可以多人接力赛。最好在室内光滑的地板上进行。

游戏开始前，规划好起跑线和终点线，两线相距约6~9米。游戏分给每个参赛者或每个参赛组两张报纸。游戏开始时，脱下鞋子，在每只脚下垫一张报纸，开始向终点进发。脚一刻也不能离开报纸，如果脚触到了地板，就得返回起跑线重新开始。选手们希望拖着脚走路，能够轻松滑动，以加快速度，但是这样一来，往往更容易将脚踩到报纸外。

衍生游戏：白兔跳

脚下踩一张报纸，然后在自己可蹦到的范围前方放报纸，模仿小白兔跳，跳到报纸上。跳到报纸外就要重新开始。



旅行一天后，会很疲惫，在室内玩这样轻松的游戏，不仅有趣，还能增进亲子间的感情。



游泳池里的嬉戏



游戏目标：体验水中游戏的乐趣。



游戏方法：

首先在参加者中选一个“他”，然后其他参加者分散站到游泳池的一边，而“他”则站在池的另一边。游戏开始后，“他”闭上眼睛，开始从1数到10，这时其他的参加者开始从对面横穿游泳池。当数到10时，“他”喊：“全体静止”并睁开眼睛。这时，所有正在游泳的人都必须立刻停下来，保持静止不动。如果有人还在移动，那么这个人就被淘汰了。“他”转过头去，继续闭上眼睛从1数到10。



适合年龄：6岁起



参加者：全家或孩子和小伙伴



游戏准备：幼儿戏水池



这个游戏不仅要
求参加者注意力要高度集中，而且还要有很好的水中平衡能力。

1, 2, 3……



沙子水库



游戏目标：玩沙子，堆沙城，让孩子与大自然融为一体。



适合年龄：6岁起



参加者：全家或孩子和小伙伴



游戏准备：海边、玩沙工具、水桶

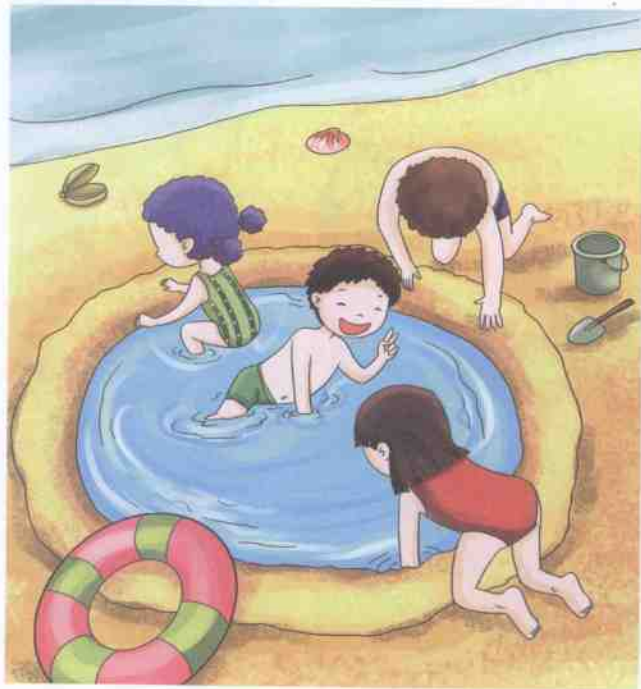


游戏方法：

游戏前，在水边选定一个地方，挖去一些沙子，形成一个沙坑。用水桶将海水舀进沙坑，形成一个小池子，在池子的周围用沙子筑成一道堤坝。这时游戏者可以继续挖沙，将池子的容积扩大。等到池子容积足够大后，在池子中央用沙子堆一座小山，再在山上建一个城堡。这样，池子就变成了一条环城的护城河。孩子还可以发挥想象力，在水池周围建其他的“建筑”或“设施”。

衍生游戏：沙子桑拿浴

和小伙伴一起玩，一个伙伴躺在沙滩上，其他小伙伴用沙子埋住他的四肢。几个孩子都被埋好四肢后，领队人喊“一二三”，他们就开始往外钻，比一比看谁先钻出来。



小贴士
在沙地里嬉戏的时间不宜太长，一是防止中暑，二是防止沙粒在阳光下的反射光会伤害孩子的视力，三是请勿在涨潮时玩此游戏。



绳子通信



游戏目标：学会通过动作传递信息，提高孩子的注意力。



游戏方法：



适合年龄：6岁起



参加者：全家

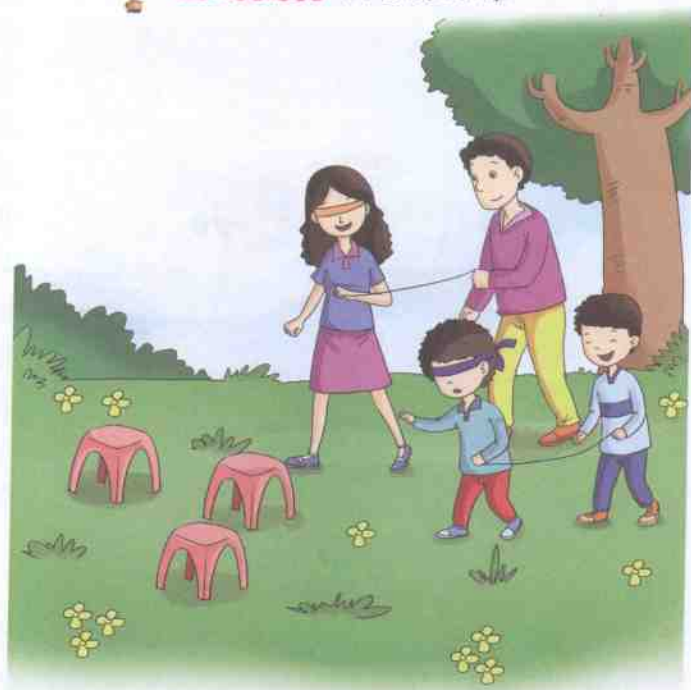


游戏准备：细绳、蒙眼布

通过一根绳子与孩子传递信号，试着不用语言与孩子交流，尝试训练孩子的领悟能力和反应能力。与孩子事先约定好拉绳子的次数和传递的信息。

一次——常速向前行走；两次——快速地向前行走；三次——向右转弯；四次——向左转弯；五次——停下来休息；六次——向后退两步。

在郊外进行比赛，分成两队。第一个队员用布蒙上眼睛，队员之间通过绳子沟通。向前行走，在路途中设置一些障碍物，哪一队最先取得目的地小红旗的为胜。



小贴士

各个队伍中设置的障碍物可以不一样，但难度应该适度。



过“沼泽”



游戏目标：培养孩子关心他人，互相帮助的精神。



游戏方法：

在空地上画两条相距2米的平行线(或者摆放两根绳子),规定平行线中间的区域为“沼泽地”。在“沼泽地”里摆一些不规则形状的纸片(或者用粉笔画出一些圆圈),代表露出水面的石头。

游戏规则:孩子每两人一组,一个是“健康人”,一个是“伤员”,两人紧挨的脚要一直保持紧贴的状态,或者用绳子绑起;“健康人”一手搂着“伤员”的腰,“伤员”的一手搭在“健康人”的肩上,他们一起从一个圆圈跨到下一个圆圈里,直到走出“沼泽”地为止。

两人的脚不能踩在圆圈外,否则算输。



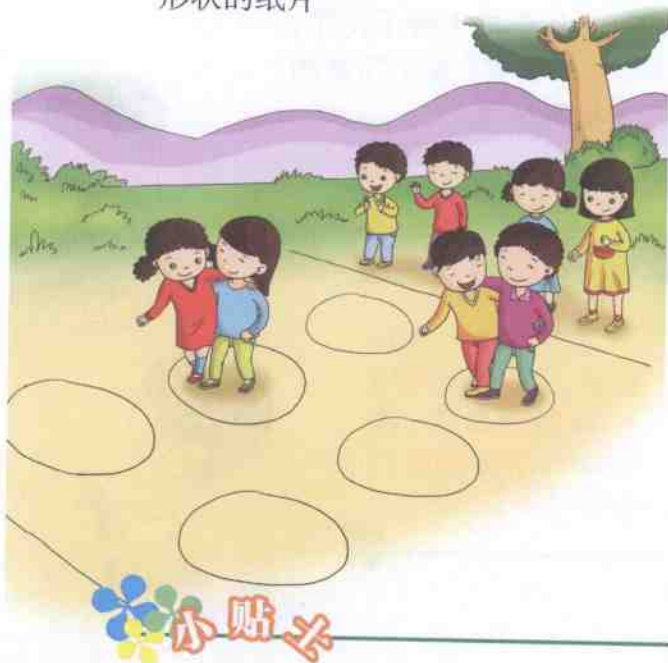
适合年龄：6岁起



参加者：孩子和小伙伴



游戏准备：两根较长的绳子、不规则形状的纸片



注意与同伴互相配合,防止摔倒、受伤。

谁的沙子堆得高



游戏目标：掌握堆沙子的技巧，培养孩子的耐力和细心。



游戏方法：

全家人或者邀请小伙伴一起游戏。

客观地测量沙子堆了多高，要选择一根木棍或一卷皮尺。游戏开始：可以空手，也可以使用木棍、拖鞋、瓶子等可以派得上用场的“工具”堆沙子。到了规定的时间，所有的人停下动作，最后由“法官”来评判谁的沙子堆得最高。



适合年龄：6岁起



参加者：全家或孩子和小伙伴



游戏准备：海边、木棍、皮尺、玩沙工具



小贴士

沙子是没有粘性的，所以堆得越高就越容易倒；该游戏对于缓解压力很有帮助。



帮“盲人”回家



游戏目标：培养父子的默契，加强亲子间的信任。



游戏方法：

在回宾馆的路上，爸爸跟孩子说，一起来玩帮“盲人”回家的游戏。

爸爸讲述游戏规则：两人手拉手向前走，首先孩子闭上眼睛，爸爸拉着孩子的手，帮助他前行，遇到石子或台阶时，提醒孩子；然后角色互换，爸爸闭上眼睛，由孩子带路。游戏继续。

游戏时，可以互相交流这种由他人带领、凭感觉走路的体会。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：无

衍生游戏：我在这里

选一块空旷的平地，用一块布蒙上眼睛，孩子在不远处击掌，或发出笑声，“盲人”爸爸就要循着声音去抓孩子。



闭眼睛，凭感觉走路，一方面锻炼孩子的听觉和触觉，另一方面提高孩子的平衡能力。

“盲人”穿鞋游戏



游戏目标：提高判断能力，锻炼平衡感。



游戏方法：

- 分成两队，进行游戏。选择一块空地，确定起点线。
1. 各队轮流派出一个人。
2. 把拖鞋放在起点前方五步左右的位置。
3. 回到起点，游戏者蒙上眼睛，立在原地，转三圈以后出发。
4. 其他人站在起点线上，通过语言的描述，告诉蒙上眼睛的“盲人”鞋子的方向。
5. “盲人”能够准确前进五步、穿到拖鞋的一队获胜。

蒙上眼睛后，世界一片漆黑，原本清楚不过的事情顿时让人失去了方向。这时，一方面要把握自己，尽力按照正确的方向、正确的步伐前进；另一方面还要多听来自后面同伴的描述，他们会指点你如何操作。



适合年龄：6岁起



参加者：全家



游戏准备：鞋子、蒙眼布

向前向前

向右



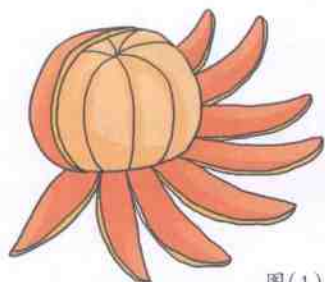
小贴士
该游戏不仅需要准确的判断力，还需要队友互相配合。



橘子



游戏目标：用橘子做简单的手工作品。



图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



适合年龄：3岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：若干个橘子



游戏方法：

章鱼：

1.用橘子的蒂做章鱼的嘴巴，把橘子皮剥成几瓣，充当章鱼脚，如图(1)。

2.把橘子瓣取出来，在皮上挖两个小洞当眼睛，章鱼就做好了，如图(2)。

衍生游戏：小提篮

1.先用小刀在橘子皮上划开切口如图(3)所示，沿着切口把皮剥下来。

2.把橘子瓣轻轻取出来。如图(4)所示，一只可爱的小提篮就做好了。



小贴士

橘子不仅好吃，还能用来做小玩意儿。



蒲公英游戏



游戏目标：观察蒲公英的特点，并用它制作简单的手工作品。



游戏方法：

小风车：

1.在花茎的两端切开许多小口子，如图(1)。

2.沿着小口子慢慢向外拉开，切开的茎条就会向外翻，如图(2)。

3.用松树叶子穿过去，轻轻一吹，就像小风车似的转动起来，如图(3)。



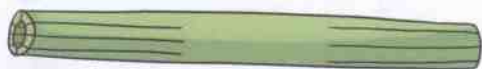
适合年龄：3岁起



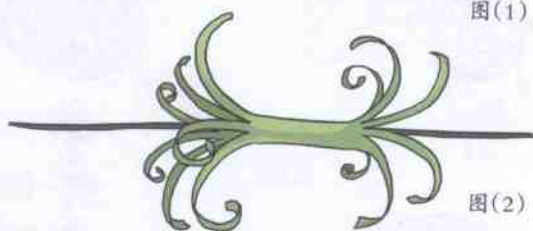
参加者：孩子和爸爸



游戏准备：蒲公英



图(1)



图(2)

衍生游戏：笛子

将蒲公英的茎切成长短不一的小段，然后吹一吹，会发现长短吹出的音色不一样。

衍生游戏：让种子飞起来

使劲吹一口气，蒲公英的种子就会飞起来，飘到很远的地方去。



小贴士

在野外游玩的时候，可以做这些小游戏，一边玩一边讲关于蒲公英的小知识。

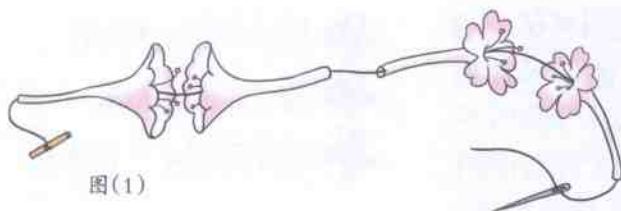


图(3)

白粉花游戏



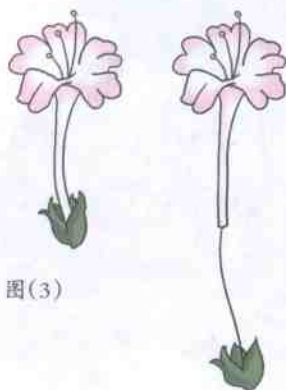
游戏目标：认识白粉花的特点，并用白粉花做游戏。



图(1)



图(2)



图(3)



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：白粉花若干



游戏方法：

花项链

把花采下来，用线穿起来，如图(1)。

粉扑

把黑色的种子弄开，然后把种子里面的白色粉状物涂在脸上，就好像妈妈化妆时用的粉扑一样，如图(2)。

降落伞

把萼片向下拉出，好像一个个降落伞，如图(3)。



在郊外散步时，可以用快要凋谢的花朵做游戏。小女孩会很喜欢这类与花朵有关的游戏。



环抱大树

游戏目标：引导孩子用心感受大自然。

游戏方法：

和孩子一起爬山，要时刻照顾孩子的感受，山中会有很多树木，让孩子双臂抱住树木约一分钟，然后微闭双目，聆听丛林深处发出的各种声响，当孩子睁开眼睛后，请孩子描述刚才都听到了什么声音。如果孩子起初没有什么感想，可以让孩子再闭眼聆听，家长在一旁引导：各种小虫子的叫声、小鸟的叫声、风的声音，以及树叶哗哗的声音……

适合年龄：3岁起

参加者：全家

游戏准备：一棵大树

小贴士

找一棵粗细合适的树木让孩子来环抱，不要勉强孩子去抱过于粗壮的树木。引导孩子细细体会和感受来自大自然的声音。



树叶版画



游戏目标：用树叶进行手工或绘画创作，体会乐趣。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：搜集一些树叶



游戏方法：

把从山里搜集的树叶拿回宾馆。

孩子在叶子上涂上自己喜欢的颜色制作版画，然后印在白纸上，就会完成一幅趣味十足的版画。

衍生游戏：树叶拼贴

孩子用树叶拼成手工作品，如房子、人、马路、彩虹等。家长可在一旁示范，启发孩子发挥想象力。

衍生游戏：制作颜料

孩子将捡来的树叶，按不同颜色分类，放在器皿里捣碎捣烂。用棉花棒蘸树叶的汁水，在白纸上绘画。



**运用树叶进行
绘画或手工创作，激
发孩子的想象力。**



一字棋游戏

 **游戏目标：**掌握一字棋游戏的玩法，锻炼孩子的思维能力。

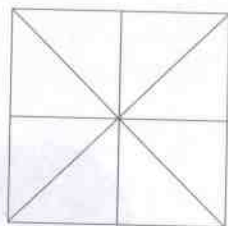
 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

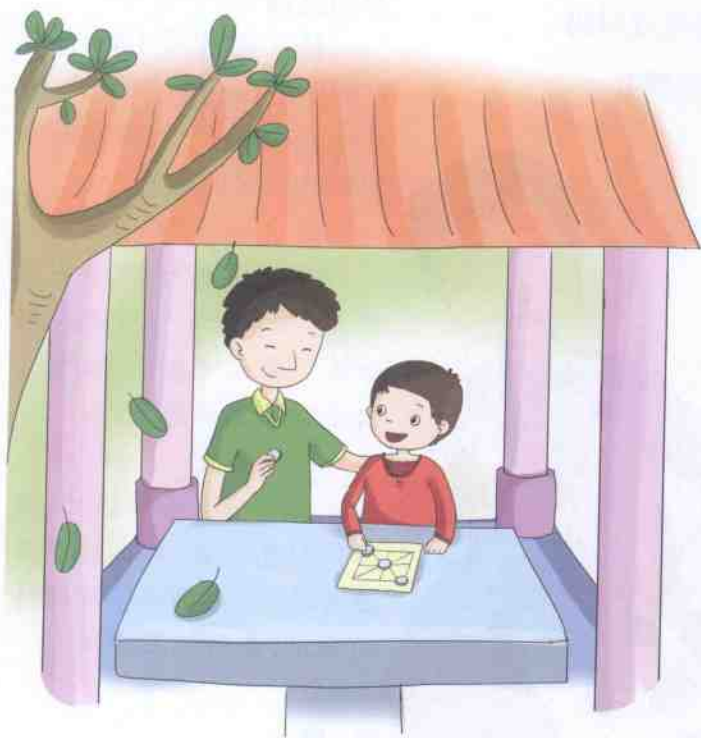
 **游戏准备：**硬币

 **游戏方法：**

随身掏出两种不同面值的硬币，例如1元硬币和1角硬币，每种五枚。游戏的模板是一个米字格。



四条线不仅在中心交叉，而且与方框的四个角和四条边相交。孩子和爸爸轮流将自己的硬币放在任意交点上。游戏的目标是看谁最先在一条线的三个点放上三枚相同的硬币。



此类游戏有很多种，家长可以带孩子变着花样做游戏。



月亮跟着人跑

 **游戏目标：**感受夜空的美好，了解简单的科学知识。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子、爸爸或妈妈

 **游戏准备：**户外

 **游戏方法：**

夜晚，只要能通过火车或汽车的车窗看到月亮，就可以开始做这个游戏了。在孩子面前，爸爸先假装向天空念咒语，施魔法，然后说：月亮啊，跟我走。于是孩子会惊讶地发现，虽然车窗外的树木和电线杆在不断远去，可是月亮却一直跟着自己走。

游戏原理：这是因为月亮距离地球约38万千米，使得来自月亮的光几乎都是平行光线。全国的人几乎都可以看成在同一个位置上遥望月亮。所以火车或汽车走的那一段距离，比起地球与月亮之间的距离，简直就可以忽略不计。

衍生游戏：天空中的星座

天气好的情况下，夜晚坐在海边会看见满天的繁星，如果有认识的星座，可以告诉孩子。其他不认识的星座可以让孩子发挥想象力，给它们起个好名字。唱有关星星的歌曲，说有关星星的故事。



爸爸告诉孩子简单的原理，如果可以，通过科学游戏示范给孩子看。



听,谁在说话

 **游戏目标:** 引导孩子观察花草,亲近自然。

 **适合年龄:** 4岁起

 **参加者:** 全家

 **游戏准备:** 照相机

 **游戏方法:**

和孩子到公园散步,爸爸用手轻轻拨动树枝,听见“沙沙”的声音,便对孩子说:“宝宝来听,小树在说话!”启发孩子想象树在说什么。来到草地上,让孩子听听小草说的话,最后让孩子告诉你,小草说的内容。让孩子观察花儿的颜色、闻闻它的香味,引导孩子和花儿进行交谈。

衍生游戏: 安慰它们

寻找受伤的植物,如:被折了枝的小树,被摘下后丢弃一旁的花朵,被践踏的小草,让孩子用语言去安慰它,并和孩子一起用行动去帮助它。



 **小贴士**

培养孩子留心观察身边事物,亲近、接触自然的习惯。

杨树叶游戏

 **游戏目标：**用树叶制作手工作品，激发孩子的创新能力。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**杨树叶

 **游戏方法：**

手提包

将叶子的两边折起来，再对折，如图(1)。撕开两个小孔，把叶柄穿过小孔，如图(2)。折叠叶片尖做个盖子，如图(3)。这样，一个绿色的小手提包就做好了。

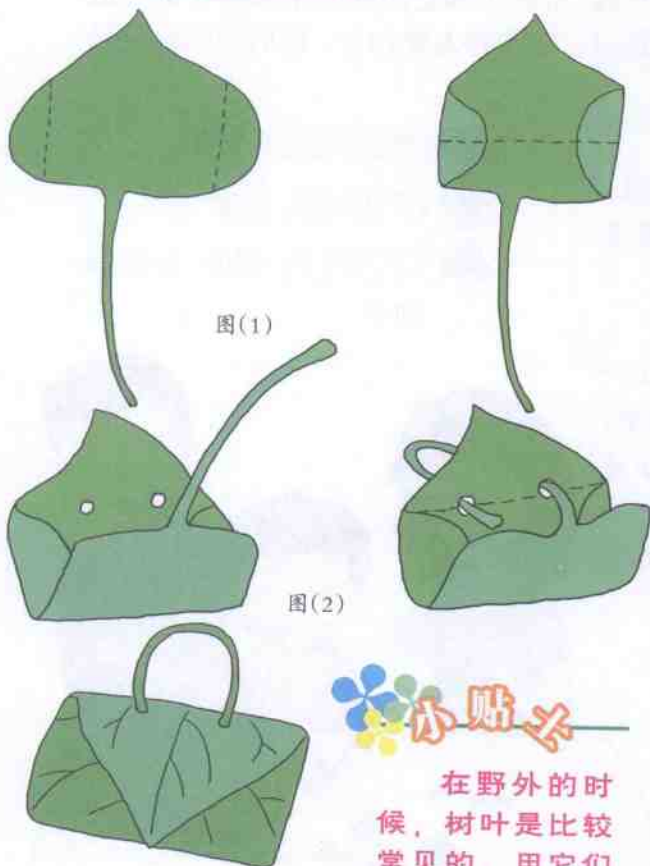
鼓励和引导孩子用杨树叶制作其他好玩的物品。

衍生游戏：面具

在大大的芋头叶子上开3个孔，做眼睛和嘴巴，翻过来像面具一样戴在脸上。

衍生游戏：芥菜拔浪鼓

把芥菜茎上每一个细小类似叶片的部分(其实是装种子的小袋子)，往下撕开一段，注意不要完全撕断。将芥菜茎放在手心，两手来回搓动。让旋转的草茎像拨浪鼓一样甩起来。



图(1)

图(2)

图(3)



在野外的时
候，树叶是比较
常见的，用它们
来做游戏，取材
容易、操作简单。

收集树叶做游戏



游戏目标：帮助孩子掌握一些关于树叶的科学知识。



游戏方法：

先收集 10 种树的叶子、花朵和种子，然后把它们依次排开，标上序号，并在游戏之前，熟悉一下这些树的名字。选爸爸当裁判，裁判负责读序号，如“这是 4 号的种子——玫瑰，请找出和它匹配的花朵和叶子”。最先抢到对应的树叶或花朵的人加分。抢错的人要扣分。最后谁的得分最高，谁就是胜利者。

衍生游戏：收集树叶

收集树叶种类最多的人为胜。一种树叶只能收集 1 片，多收集者不加分。

衍生游戏：猜树名

将大家搜集到的树叶放在一起。依次排开玩游戏。给树叶标号：1. 松树，2. 杉树，3. 白桦树，4. 小橡树……游戏者反复熟悉树名后，开始游戏。裁判展示树叶，其他人抢答树名，答错的要扣分。



适合年龄：5 岁起



参加者：全家



游戏准备：树叶、花朵和种子



可以把收集的树叶带回家制作成标本或是拓印画。



隐藏的照片

 **游戏目标：**培养亲子间的默契，增进父子感情。

 **适合年龄：**5岁起

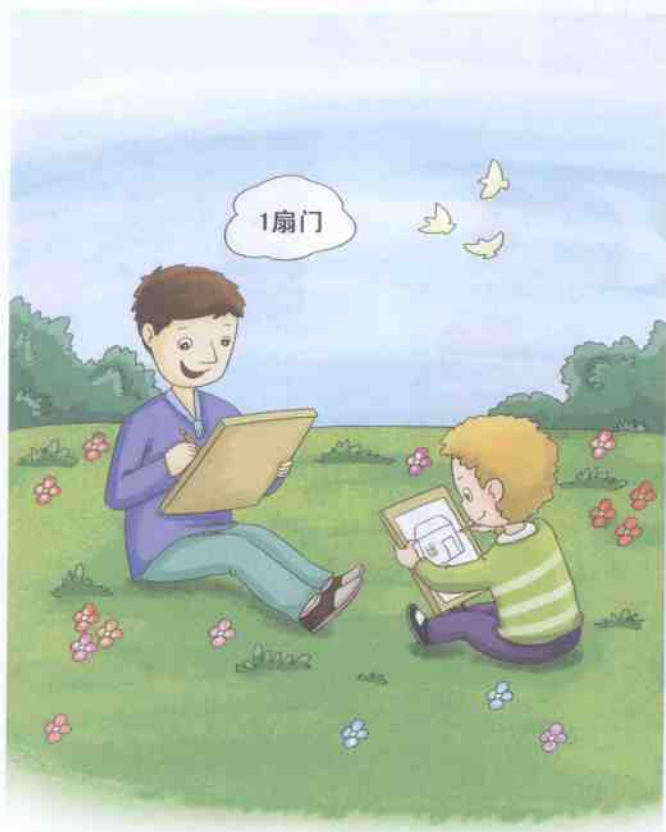
 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**绘图所需的材料

 **游戏方法：**

爸爸在一张纸上画了1栋房子：4扇窗户，1扇门，1个屋顶，1个烟囱，然后涂上颜色。爸爸与孩子面对面坐下，不要让孩子看见自己画的图。然后，向孩子描述你画的这栋房子，让孩子画一栋类似的房子。孩子画完之后，告诉他你是怎么给房子涂色的。比如，“门是蓝色的”或者“烟从烟囱里冒出来”。

最后，比较两张图画，看看它们之间的不同。



 **小贴士**

孩子对这种有点神秘的游戏非常感兴趣。

花的颜色

游戏目标：引导孩子观察树林里的花草鸟虫等，培养孩子热爱大自然的情感。

游戏方法：

在户外搜集不同颜色的花瓣，注意搜集完整的花瓣。把花瓣放在纸上，盖上玻璃纸后再盖一层纸，然后用锤子轻轻地敲。轻轻地除下花瓣后，花的颜色就留下来了。可以用这种方法制作很多漂亮的书签。

适合年龄：5岁起

参加者：全家

游戏准备：放大镜、照相机、锤子、纸

衍生游戏：鸟的羽毛

把落在地上鸟的羽毛搜集起来，在旁边标注拾到的场所。然后对照图鉴，弄清楚鸟的名称和哪个部位的羽毛，详细记录下来。



记得给孩子穿
长袖上衣和长裤。



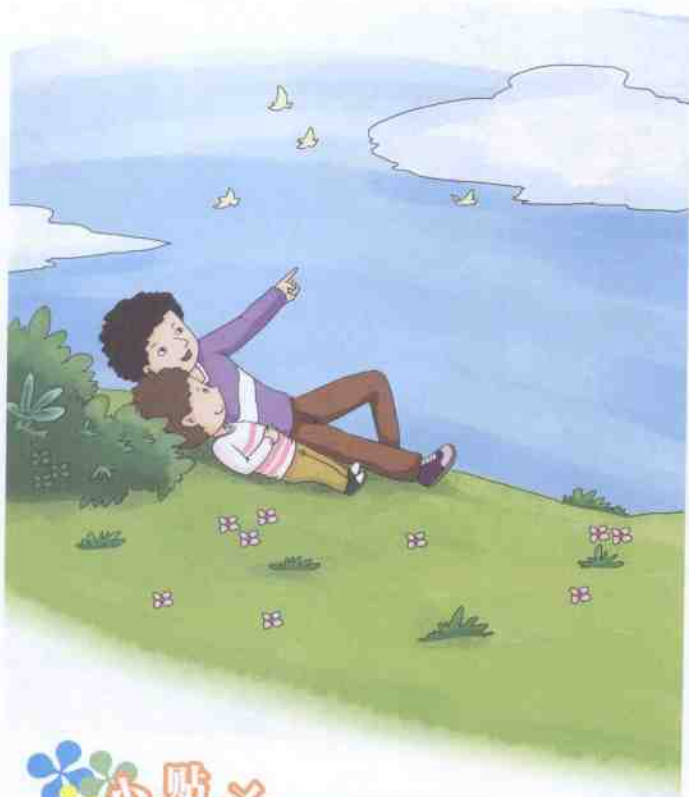
看云

 **游戏目标：**帮助孩子认识一些关于云朵的小知识。

 **适合年龄：**5岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**一块地毯



 **游戏方法：**

在一个有云的天气里，带着孩子去公园或野外，躺在铺好的地毯上仰望天空。让孩子注意观察天空中云朵的变化，询问孩子云朵像什么？

可以简单地向孩子解释云是怎样形成的，告诉孩子云朵千变万化的原因。和孩子一起想象，天空和云朵之间会发生什么有趣的故事？讲一讲各自编的故事。

谜语：远看似浓烟，形状千变万化，能做雨雪冰雹，又能遮天盖日。

 **小贴士**

回家后和孩子一起把编好的故事画下来吧。



聆听大自然的音乐



游戏目标：家人一起聆听大自然的声音，享受旅行的闲暇时光。



游戏方法：

全家人一起去田野或森林散步，走累了，找一块空旷的草地，把地毯铺开躺在上面，静静地聆听大自然的声音。

当听到有趣的声音时就举手示意，大家一起聆听并讨论声音是从哪里来的？是什么发出来的？是鸟类还是昆虫？听听风从树叶、草地或树木间拂过的声音。

儿歌：

天亮了，起床了，森林动物做早操。猴子拽着大树枝，一上一下直伸腰。松鼠挥动粗尾巴，顺着树枝练跑跳。小猴子，练硬功，嘴巴打洞爪子挠。只有狗熊懒得动，躺在树下睡大觉。



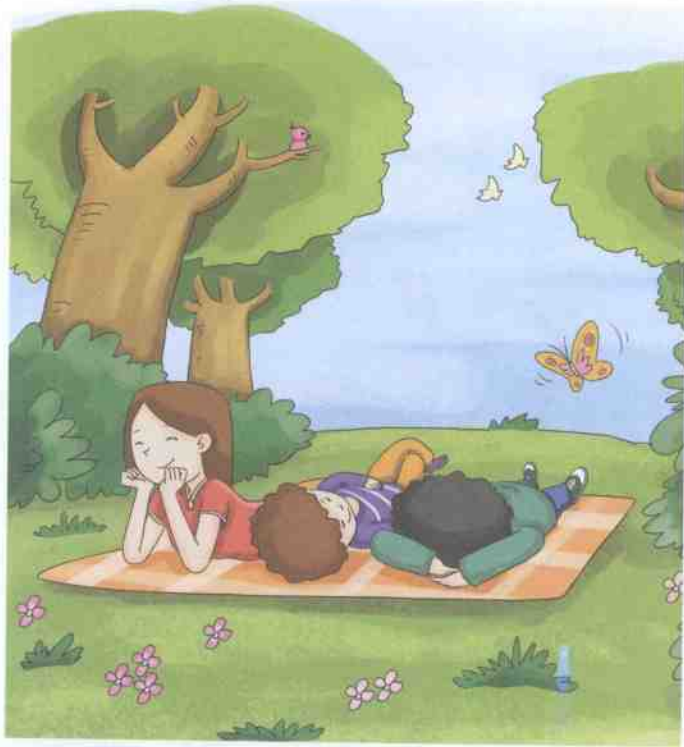
适合年龄：5岁起



参加者：全家



游戏准备：一块地毯



小贴士

带上一些药水，防止蚊虫叮咬；穿上长衣长裤，可以御寒。



昆虫探索

 **游戏目标：**了解常见昆虫的知识，激发孩子的求知欲。

 **适合年龄：**5岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**照相机、放大镜、昆虫百科全书、胶带和剪刀

 **游戏方法：**

爸爸带着照相机，和孩子到公园或野外游玩。抵达目的地后，跟孩子一起寻找昆虫的踪迹。找到一只昆虫后，立即用相机从不同角度拍摄它的外观，指导孩子运用放大镜看清楚昆虫的各部细节。

继续寻找其他不同种类的昆虫，直到收集的昆虫种类足够多为止。回到家之后，将拍过的照片拿去冲洗。把昆虫的照片摊在桌面上，让孩子仔细观察，爸爸在一旁给孩子讲解各种昆虫的小知识。

打开昆虫百科全书，请孩子试着查出照片中昆虫的名称，以便更深入地认识它们。



 **小贴士**

认识昆虫，让孩子了解和掌握更多的昆虫特征。

沙子上的旗帜



游戏目标：感受海边的气息，贴近自然。



游戏方法：

快速地将沙子堆成小山形状，然后取一根筷子，从小山的正中插进去。然后每人轮流将筷子周围的沙子取走，谁在挖沙的过程中把筷子弄倒，就被视为失败。

衍生游戏：挖地道

相隔1米左右，游戏双方圈出自己的领域。然后双方徒手“挖地道”，看谁能先到达对方的领域。挖地道的途中，地道如果塌陷，视为失败。

衍生游戏：丢沙包

取一块布袋，里面装百分之八十的沙子，将布袋口封上，然后开始玩丢沙包的游戏。

衍生游戏：藏字

用木棍在沙地上写字，轻轻地上面盖上沙子把字藏起来，最后，大家互相猜一猜对方写的是什么字。



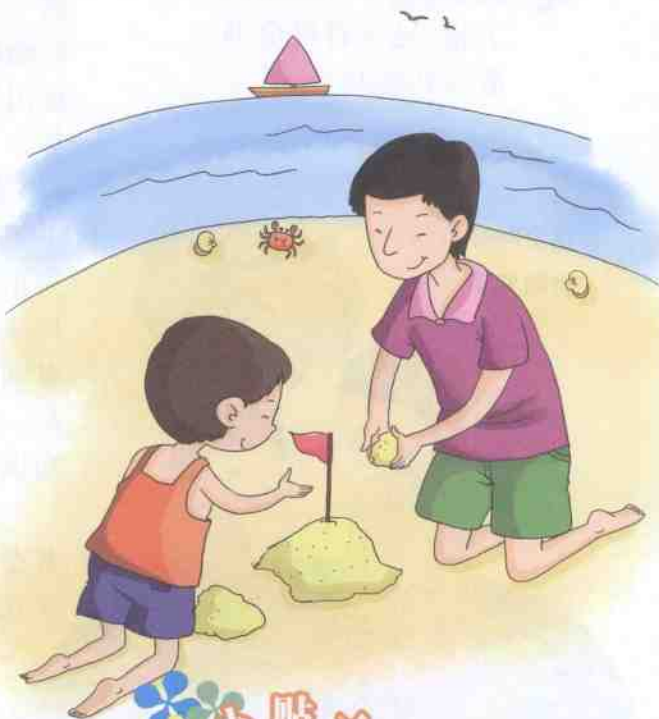
适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：沙滩上、筷子、小旗



小贴士

在海边旅游时，沙滩上不起眼的沙子却能给孩子带来无穷的乐趣。



再痒也要忍着



游戏目标：认识狗尾草，用狗尾草来做游戏。



游戏方法：

夏天出去旅行，在旅途中狗尾草是常见的植物。狗尾草就像狗的尾巴一样柔软，贴在脸上会有痒痒的感觉，用它来轻拂脖子、鼻子、额头等部位，会使人奇痒难忍。

告诉孩子接下来要玩一个游戏，用狗尾草来回摩擦对方特定部位使其发笑，如果全家人聚在一起，可以先猜“石头、剪子、布”。赢的人用狗尾草来搔痒对方的五官，对方忍不住痒痒，笑出声来即为失败。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：狗尾草

衍生游戏：毛毛虫

轻轻地握住狗尾草，一松一紧，穗就像毛毛虫一样缓缓地向上爬；倒过来拿，它就会缓缓地向下爬。

衍生游戏：小狗

准备5根狗尾草的穗。把其中2根首尾对齐，然后将穗分别缠绕在秆上，把穗尖别在秆之间。用力将秆向两端拉。再按上面的步骤做一个同样的。将多余的部分剪掉，就变成了一只小狗。

小贴子

感受狗尾草的柔软，使孩子贴近自然，培养孩子对自然的热爱。



河边的游戏



游戏目标：河边的小游戏调动孩子的参与热情，体会其中的乐趣。



游戏方法：



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：河边

让孩子随意往河里扔小石头，过一会儿告诉孩子，如果往河里扔下一块大石头，所发出的声音和溅起的浪花会非常壮观。孩子听从爸爸的话，往河里扔下一块大石头，果然发出一声巨响，这下孩子高兴了，会不断地往河里扔大石头。并且还会邀请你一起加入游戏。

衍生游戏：划小船

在河边拣一片落叶，放在河水中，落叶像小船一样飘起来。用手在叶子周围划水，会发现叶子像真的小船一样，开始“起航”。



小贴士

提高肢体的协调能力。如果是秋天玩耍，一定要注意周围是否有蛇出没。



蚂蚁大战



游戏目标：和孩子一起观察蚂蚁，了解关于蚂蚁的小知识。



游戏方法：

在蚁穴前方放置一块木板，木板上撒些白糖。经过白糖的蚂蚁，会立刻召集它的同伴，不一会儿很多蚂蚁就会聚集到木板上舔白糖。再将木板连同蚂蚁一起放在别的蚁穴旁，于是两个不同蚁穴里的蚂蚁就会发生冲突，展开一场殊死搏斗。

衍生游戏：饲养蚂蚁

在鱼缸里装一半的土，然后抓十几只蚂蚁放到鱼缸里，饲养蚂蚁，并且观察它们的生活习性。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：关于蚂蚁的小知识



小贴士
孩子在观看蚂蚁大战时会提出很多有趣的问题。



猜味道



游戏目标：通过闻味道猜食物，帮助孩子了解一些生活小常识。



游戏方法：

爸爸准备好炭火，然后开始烤食物。妈妈负责在草地上摆餐布和餐具。跟孩子玩这个游戏：孩子转过身去，通过闻到的味道猜一猜爸爸正在烤什么。

衍生游戏：闻一闻

妈妈准备若干个瓶子，里面分别装酱油、醋、芝麻酱、芥末膏、辣椒油等调料，让孩子闻一闻，然后告诉妈妈每瓶各是什么调料。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：野外烧烤的工具



小贴士

孩子可以事先了解一下都有什么食物，然后有根据地猜食物。



寻找颜色

 **游戏目标：**激发孩子游戏的兴趣，打发无聊的候车时间。

 **游戏方法：**

选择一种颜色，请你和孩子一起尽可能多地找到该颜色的物品。大厅座椅、过往旅客的衣服、行李、车站广告牌等，所有的地方都在寻找的范围之内。

对于稍微大一些的孩子，可以采取比赛的形式，看看谁先找到一定数量的该颜色的物品。还可以尝试想一想还有哪些物品是这种颜色的。

除了寻找颜色，还可以找一找哪些物品是带数字的，也会是一件有意思的事情！

在图中找找有哪些地方的颜色是红色？

 **适合年龄：**3岁起

 **参加者：**孩子、爸爸或妈妈

 **游戏准备：**无



 **小贴士**

这个游戏同样适合在车厢里进行！

找堡垒游戏

游戏目标：运用数字中的数序让孩子游戏。

游戏方法：

游戏开始前，爸爸为孩子绘画堡垒地图。

在纸中间画一个堡垒，长方形的堡垒一端开口，在堡垒的周围有 15 个居住点，用圆圈来代替，随机地散放在纸上，圆圈内标有数字。孩子按顺序将 1~15 个居住点——“轰炸”，即按顺序将数字和堡垒连线。

连线时要注意，线与线之间不能交叉。

适合年龄：6 岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：纸和笔

小贴士

给简单的游戏增加情节，会让游戏显得更加刺激和好玩儿。



我在看

游戏目标：提高孩子的观察力和语言表述能力。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

游戏方法：

游戏开始前,告诉孩子一会儿要玩的游戏范围。

爸爸环视周围,将要讲述的东西默记在心,接下来对着孩子说:“我看见×××,它是红色的……”让孩子依据爸爸的描述来猜这是什么东西。

如果孩子一开始猜不出来,爸爸可以继续讲述该物品的其他特征:“它是红色的,用来装牙刷的……”这时孩子也许就能猜出它是红色的杯子。角色互换,游戏继续。由孩子来讲,爸爸来猜。

……它是红色的,
用来装牙刷的……



通过他人的视角和描述,让孩子了解物体的特征,尝试用眼睛观察和语言描述身边的物品。



将绳子摆成星星

游戏目标：运用绳子作手工，摆出各种形状。

游戏方法：

运用绳子摆出简单的图形。一开始爸爸做示范，孩子跟着学习。星星的大小由绳子的长度来决定，虽然游戏简单，孩子却会为绳子前后形态的变化而感到惊喜。还可以鼓励孩子摆成三角形，四边形等。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：各种颜色的绳子若干

衍生游戏：绳子描边

让爸爸为孩子绘制简单的图形，如苹果、梨子、小熊等，孩子运用手中彩色的细绳为画描边。孩子会很乐意参与细绳的色彩搭配和细节处理。

衍生游戏：绳子涂色

让爸爸为孩子绘制简单的图形，在图形的表面涂一层薄薄的胶水，孩子手拿剪刀，将彩色的绳子剪成细末，然后洒在胶水上。哇，富有创意的绳子涂色作品就完成了。



感知绳子的柔软，充分运用绳子完成孩子想要的手工作品。



又会怎样

游戏目标：培养孩子的语言表达能力和想象力。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：搜集孩子熟悉的故事

游戏方法：

给孩子读一个他熟悉的故事。故事结束后，回顾故事中的一些关键情节。比如，灰姑娘半夜时分丢了一只鞋子；或者是故事中讲到3只小白兔不给大灰狼开门的那一段。

询问孩子：如果灰姑娘没有丢掉鞋子，会怎样呢？如果3只小白兔给大灰狼开门，接下来会发生什么？请孩子为故事编出一个全新的结局。



小贴士

充分调动孩子的想象力，
提高孩子的语言表达能力。

说出歌曲的名字

游戏目标：音乐能带动游戏气氛，提高孩子的记忆力。

游戏方法：

游戏开始前，跟孩子一起回忆他最熟悉的一首歌曲。家长唱出这首歌曲的第一句，询问孩子是否能猜出这首歌曲的名字。

孩子可能一开始猜不出来，家长继续哼唱第二句，甚至更多。直到孩子准确地说出歌曲的名字。家长要适当给予表扬，然后全家一起把整首歌唱完。

还可以换孩子唱歌，向家长挑战，由家长说出孩子所唱歌曲的名字。

也可以播放音乐，家长和孩子一起抢答，看看哪一方最快说出歌曲的名字。

适合年龄：4岁起

参加者：全家

游戏准备：音乐播放器
(电脑、录音机、CD机均可)



游戏热身时
尽量挑选孩子比较熟悉的歌曲，引导孩子迅速进入游戏情景。



实物训练游戏

游戏目标：运用具体的实物提高孩子的记忆力。

适合年龄：4岁起

参加者：全家

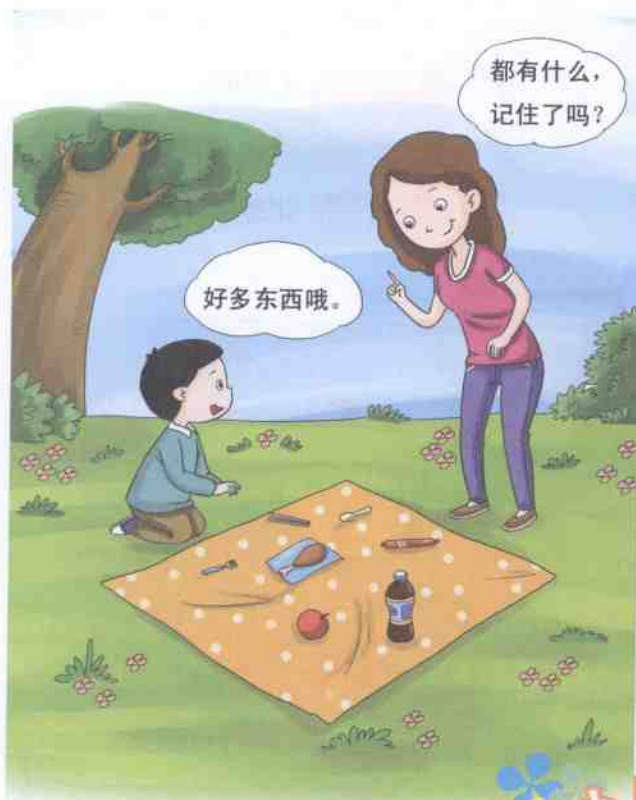
游戏准备：游戏中所需的物品

游戏方法：

挑选10个小物件，放在地毯上，把这些物件统计后写在一张单子上。所选的物件可以是1根香肠、1把勺子、1双筷子、1把餐叉、1瓶饮料、1个苹果、1根鸡腿等。让孩子仔细观察，努力记住有哪些物件。

1分钟后，把地毯包起来拿走。请孩子尽可能说出地毯上有过哪些物件，妈妈负责在单子上把他说不出的物件用笔勾出来。数一数，孩子能记住几个？

如果孩子的年龄再大一些，可以酌情增加物件的数量。



孩子都喜欢玩这个游戏，可以测试他们的记忆力。

在文章中找文字

 **游戏目标：**增加孩子的识字量，提高孩子的反应能力。

 **游戏方法：**

4岁起，孩子开始对认字感兴趣，妈妈和孩子可以进行在报纸里找字词的比赛。例如，妈妈说开始找“大”字，双方用水彩笔把报纸上的“大”字圈出来，然后比一比看谁找得多。刚开始难度可以低一些，之后可以逐渐加大字的难度。

衍生游戏：剪图

给孩子一张报纸，让他把喜欢的图片剪下来。然后拼贴起来，看能组成一幅什么样的图画。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**报纸、水彩笔



孩子非常喜欢剪剪贴贴的游戏，能极大地调动他们的积极性。



让脸上的纸落下

 **游戏目标：**调动孩子参与游戏的热情，活跃气氛。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**若干份报纸



 **小贴士**
简单的报纸游戏
随时随地都可以进行。

 **游戏方法：**

撕一些报纸碎片，稍微浸湿(注意，不要太湿)，孩子和爸爸在脸上各贴5块湿的报纸碎片(放的时候不要太用力地按)，然后凭借面部肌肉的运动使纸片滑落。

衍生游戏：吸管枪

取两根吸管，将报纸碎片揉成小纸团(大小以能放进吸管为宜)，把纸团放进吸管的一端，另一端放在嘴里，用力吹气，将纸团吹出去。孩子和爸爸可以互相“战斗”。

瞬间记忆游戏

游戏目标：培养孩子辨别物体的能力，提高记忆力。

游戏方法：

在路上，孩子会伸长脖子，睁大眼睛搜寻自己喜欢的车型。

首先，每个参加者都要选好颜色和牌子，如黄色的大众，金色的凯迪拉克，红色的吉普等。游戏开始，孩子看到自己的目标后，就立即喊：找到了，加一分。在规定的时间内，看能找到几辆，记录得分。然后下一个参赛者开始。

最后统计谁的得分最多，谁就获胜。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

黄色的大众，
加一分。

怎么不是
红色的吉普。



孩子会很喜欢这类竞赛的游戏，能极大地调动孩子的情绪。

火柴棒游戏

游戏目标：巩固孩子所掌握的汉字和数字，激发孩子的创新能力。

游戏方法：

双方“石头、剪子、布”，然后用规定好的火柴根数摆字或者画画，看谁摆得多。

衍生游戏：抽走一根

爸爸用火柴摆成简单的汉字，或者图形，让孩子抽走一根，注意只能是一根，能组成新的字或者新的图形。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：两盒火柴



小贴士

火柴棒的游戏简单
好玩，而且充满乐趣。

数独

游戏目标：全家一起共同体会数独的乐趣。

游戏方法：

1. 在 9×9 的格子中, 用 1 到 9 共九个阿拉伯数字填满整个格子。
2. 每一行都用到 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 位置不限。
3. 每一列都用到 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 位置不限。
4. 每 3×3 的格子都用到 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 位置不限。

3	7			8				1
9				3				6
	8		4		6			5
5			8			1		
2			7		4	6	3	
6					1			4
4	2	3	5					
7		1						2
		9			7			3

孩子和爸爸妈妈一起完成这个数独游戏, 游戏后, 还可以在白纸上画同样的表格, 将里面的数字换掉, 继续游戏。

适合年龄：5 岁起

参加者：全家

游戏准备：纸和笔

小贴士

数独游戏可以锻炼游戏者的逻辑思维能力。



车牌宾果



游戏目标：提高孩子的数理知识和反应能力。



游戏方法：

在游戏开始前，爸爸先为孩子制作好宾果——在纸上画一个大的方块，大方块再分成九个小方块。在方块中有规律地填写数字：右边的数字要大于左边的数字，上面的数字要大于下面的数字。

游戏开始，如：看到一辆车的车牌号是 745，如果宾果上有一个数字是 74，那么就喊出“宾果 74”，同时拿笔在方块 74 上打一个叉。当然，这个车牌号还可以是 45 或 75，甚至让数字做加法，如 79($4+5=9$)。

如果横排、竖排和对角线的数字均被画上叉，就算胜利。



游戏不仅能提高孩子的数理知识，还能锻炼孩子的逻辑思维能力。



儿歌：十二月菜

一月菠菜刚发青，
二月栽的羊角葱，
三月芹菜出了土，
四月韭菜嫩青青，
五月黄瓜大街卖，
六月葫芦像银钟，
七月茄子头朝下，
八月辣椒满枝红，
九月南瓜面又甜，
十月萝卜上秤称，
十一月白菜家家有，
十二月蒜苗水灵灵。



适合年龄：5 岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：制作好的宾果

故事接龙

游戏目标：集体续编故事能激发孩子的编创能力。

游戏方法：

给故事开一个头，比如，在一个风雨交加的夜晚，一只小白兔发疯似的在我家窗前大喊“快开门，快开门，有一个可怕的东西在追我，它长得……”

由孩子接过去。例如，他会说，它有一对又长又大的耳朵，血盆大口……要击退它有一个办法，那就是……

下一个人继续讲故事。例如：唱一支他最爱听的歌，唱支……

一直接下去，直到故事有个自然的结尾，或直到故事讲不下去为止。

衍生游戏：歌曲接龙

由孩子先唱一句儿歌，爸爸接下一句，妈妈再接下去，然后孩子继续。谁接不上就算输。

衍生游戏：句子接龙

爸爸说句话：今天天气真好。孩子接：好在我们都带了伞。将句子的最后一个字作为下一句话的开头。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：搜集一些有趣的故事

很久很久以前……



这种游戏参与的人越多越好玩，可以极大地提高孩子的语言表达能力。

扑克牌家族

游戏目标：运用扑克牌玩游戏，娱乐的气氛能增进亲子间的感情。

游戏方法：

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：一副扑克牌

示范给孩子看，一副牌有两种颜色：红的、黑的；有四组花色：红心、方块、黑桃和梅花。洗牌，看孩子能否将牌分成一组红的，一组黑的。如果他能轻而易举地做到，再让他将牌分成四组。

另一种办法是，他可以按数字分类，所有的A放在一起，所有的K放在一起……

衍生游戏：扑克

接龙

洗牌，孩子先翻牌，放在地上做龙头，爸爸接着翻牌，如此循环。谁翻到重复的牌，就可以吃掉所有中间的牌。将所有的牌都翻完，数一数各自手中的牌，谁的多谁就胜利。



小贴士

使用一副普通的扑克牌，玩出许多数数和分类的游戏。

复制方格

 **游戏目标：**模仿绘图能提高孩子的观察能力和记忆力。

 **游戏方法：**

在一张白纸上画两个同样的方框，每个方框内有9个小方格：横向3个、纵向3个。给孩子一个方框，自己一个。用颜色涂其中的一个四方格（为了简便，先涂中间的一个方格）。把你的方框给孩子看，问他能否在他的方框内找到相应位置的小方格，并涂上同样的颜色。

如果孩子年龄再大一点，可以任意多涂几个方格让他复制，或把方框加大，在里面增加方格的数目；还可以把方格换成三角形、多边形等图形，以此加大游戏的难度和趣味性。

 **适合年龄：**5岁起

 **参加者：**全家

 **游戏准备：**水彩笔、若干张白纸



通过简单的游戏，提高孩子的观察能力和动手能力。



镜像配对

游戏目标：锻炼孩子的手指肌肉，引导孩子体会作画的乐趣。

游戏方法：

将一张彩纸对折，再打开。

妈妈在一半纸上，画一个形状的一半，比如，半个圆圈。让孩子在另一半纸上画出这半个圆形的镜像，使图形完整（沿着对折线展开）。

一旦孩子熟悉了游戏规则，妈妈可以开始画一些较复杂的图形，比如，一颗星、一朵花，或一个不规则的图形。双方甚至还可以配合完成人物、动物或房子。

画完后，鼓励孩子给画完的图形涂色。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：彩纸若干张、水彩笔



小贴士

这种游戏要求有仔细的观察力和很好的手脑协调能力。

还原拼图

游戏目标：轻松的气氛中，锻炼孩子的记忆力和推理能力。

游戏方法：

妈妈手里拿一张图片，展示给孩子看，让孩子熟悉图片的内容。然后用剪刀将图片剪成三部分。让孩子将这剪开的三部分拼成原来的图片。随着游戏的进行，可将图片剪成越来越多的部分。循序渐进，可准备两张图片，一起剪成若干部分，混合在一起，让孩子把图片各自拼成原来的样子。

该游戏要以渐进的方式进行，时间不宜过久，对孩子的表现要给予鼓励和表扬，以提高他的兴趣。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：图片、剪刀

小贴士

训练孩子的观察能力，练习由局部推断整体的能力。



挑错

 **游戏目标：**培养孩子的逆向思维和编创故事的能力。

 **游戏方法：**

妈妈拿出故事书，跟孩子说，讲故事的时间到啦。邀请孩子一起坐在舒服的床上或沙发上，开始讲故事。选择孩子比较熟悉的故事，讲故事时将一些关键内容情节进行修改，例如：原本为好奇的芭比带上一顶粉色的太阳帽，这时你可换成叮当戴上了黄色的帽子。

修改故事的内容后，稍微停下来一会儿，等待孩子做出反应。一般来说，他应该立刻能察觉出你念的故事和原文不一样。倘若他没有察觉，你可以直接询问他刚才念的是否正确。并给他时间思考。启发孩子纠正你的错误。继续换故事内容，直到讲完这个故事。



 **适合年龄：**5岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**内容有趣的故事



选择孩子已经听过多遍的故事，注意修改的内容变化要大。



猜时间

游戏目标：引导孩子体会时间概念。

游戏方法：

以1分钟为标准，孩子、爸爸妈妈都闭上眼睛，如果感觉到了1分钟，就睁开眼睛，此时最接近1分钟的人获胜。

适合年龄：5岁起

参加者：全家

游戏准备：钟表

儿歌：十字歌

一个小宝宝，
两支小铜号，
三棵黄楠树，
四块白米糕，
五条大鲤鱼，
六把切菜刀，
七根长甘蔗，
八颗老红枣，
九只黄鸟叫，
十匹马儿跑。



告诉孩子1分钟等于60秒，可以默数从1到60，就能准确掌握时间。



在地图上旅行

游戏目标：增长孩子的地理知识，激发孩子的求知欲。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：中国地图、世界地图、一根小木棍

游戏方法：

家长可以带孩子从家乡的景点开始旅行，用一根小棍子在地图上指出旅行路线，对孩子讲：“妈妈今天带你到一个有趣的地方……那里有……”介绍这座城市的特产、景观、四季变化等。逐步介绍中国的名胜古迹和风土人情，并在地图上找到相应的位置。也向孩子介绍外国的风土人情和文化，并在地图上找到相应的位置。

在节假日的时候，可以问孩子，如果安排旅行，想去什么地方，那里有什么特点。以此来考察孩子对介绍过的知识点的记忆。



小贴士

帮助孩子认识多姿多彩的大千世界，锻炼孩子的记忆能力，增长见识。

利利落落画方格

游戏目标：培养孩子敏捷的思维能力。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：用圆点标出一个5行5列的网络框架

游戏方法：

与孩子轮流画出连接两点的横线或竖线(每人一笔),这个游戏旨在4点连线,画一个正方形。如果你画的线最终成一个正方形,就把你的名字首字写在方框里。当所有的点都连起来后,数一数谁连的正方形多,谁就获胜。



游戏中每人一笔,如何才能自己画成正方形又不至于帮助别人添笔”,这需要动脑筋。



孤独的黑桃 K

 **游戏目标：**小游戏能轻松打发乘车的时光，同时也放松心情。

 **适合年龄：**6岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**一副扑克牌

 **游戏方法：**

游戏开始前，由爸爸将牌里的红心、方块、梅花 K 都挑出来，剩下黑桃 K 留在牌里。

两人开始按顺序拿牌。牌拿完后，各自将手中有重复的牌，选对子挑出来：如果你有两个 3，就挑出来；如果你有三个 7，就将

两个 7 挑出来……挑完后，游戏开始，按顺时针，孩子从爸爸的牌中随便挑一个，和自己的牌配对；如果没有配上对，也要放在自己手里；然后爸爸从孩子手里挑牌，以此类推。最后谁的手里剩下黑桃 K，谁就输了。



该游戏可以多人一起玩，增加游戏的趣味性。



车牌二十一

游戏目标：帮助孩子复习 20 以内的数。

游戏方法：

游戏的对象是车牌，所以这个游戏只能在马路上进行。游戏的规则是：按数字顺序在经过车辆的牌号中找 1~20 的全部数字。

游戏时，参加者可以直接使用车牌号上的任何单个数字，或者双位数字；甚至采用加减运算的方式，充分利用所看到的车牌号码（这种方法只能是使用同一个车牌上的数字）。

例如：一个车牌号为 732，如果需要单个数，那么就有 7, 3, 2；如果需要数字 10，那么 $7+3$ 就成立了；如果需要 12，那么这三个数字一起相加。注意，每一个数字只能使用一次，即如果 7 已经被当作单个数字使用了，那么就不能运用它来进行加减法成为其他的数字。

适合年龄：6 岁起

参加者：全家

游戏准备：无



$$7+3+2=12$$

明明真棒！



游戏能提高
孩子的数学运算
能力。



纸牌游戏

 **游戏目标：**放松心情，消除旅途中的疲劳。

 **游戏方法：**

这个游戏也称“接7”。

先由爸爸发牌，每个人都拿完牌后，按大小和花色将牌排好，A最大。方块7先出牌，放在中间，正面朝上。按数字顺序接出其他的方块牌。有方块8的人就放在牌的上面，方块6放在下面。如果都没有，就用别的花色7开始。如果出牌人连7都没有，只能暂时弃权。

谁先出完手中的牌，谁就是赢家，但其他人可以继续，直到四种花色都接完为止。



 **适合年龄：**6岁起

 **参加者：**全家

 **游戏准备：**扑克牌

小贴士

旅途劳累，一家人聚在一起玩游戏，老少皆宜，既放松心情又活跃气氛。

穿衣服时的糟糕局面



游戏目标：引导孩子懂得穿衣服的顺序，知道衣服有内外之分。



游戏方法：

把孩子的衣服摊开，故意少件重要衣服，如他的裤子或者一只袜子。告诉孩子穿衣服，让他猜一猜哪一件衣服妈妈“忘了”拿出来。

孩子开始穿衣服了，妈妈在一旁给予指导。例如：这是……先穿上你的……（背心）现在穿你的……（短裤）接着……（外套）然后穿你的……猜到缺了哪件衣服吗？

孩子猜到后，可以让他从抽屉里或衣橱里拿出这件衣服穿上。

衍生游戏：模特赛

从衣柜里拿出三四套孩子喜欢的衣服。让孩子搭配并自己穿上，每换上一套，爸爸举起相机，拍下来。最后由孩子自己挑选最喜欢的装扮。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：早晨起床穿衣服的时候

咦，猜到缺了哪件衣服吗？



通过游戏的方式
帮助孩子了解穿衣的
顺序和所需的衣服。

大风吹不翻的名片



游戏目标：帮助孩子了解大气压力的原理。



游戏方法：



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：一张名片

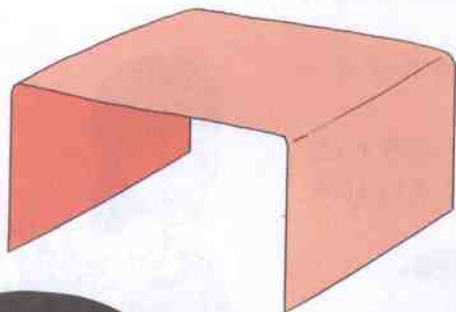
名片又轻又薄，但你就是吹不翻。不信你试试。

1.把名片折成像订书钉的形状，放在桌子上。

2.近距离对着“订书钉”下方的开口吹气，不管你怎么用力，名片就是像粘在桌子上一样无法翻动。

露营时，一旦遇上大风，帐篷就可能被掀翻，这时候只要顺着风向掀开帐篷，让风穿堂而过，就不用担心帐篷被吹翻了。

游戏原理：气流速度越快，气压就越低（又称伯努利定理），名片外围的大气压力就会将它紧紧地压住，因此就无法吹翻它。



除了名片也可以用纸牌，或其他稍微硬一点的纸壳来做游戏。



求助电话



游戏目标：了解常用的求助电话，并知道它们的用处。



游戏方法：

妈妈向孩子展示电话，帮助孩子认识电话的外形特征。告诉孩子，有一些电话号码只有在紧急情况下才能拨打：

119 是发生火灾，向消防员叔叔求助的火警电话。

110 是发生案情，向警察叔叔报案的电话。

120 是生命危急时，向医疗救护中心拨打的救护电话。

122 是全国道路交通事故报警电话。

和妈妈一起做游戏，设置情境对话，让孩子选择电话号码。

谜语：

上生耳朵，下长嘴巴，不用见面，用它对话。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：火灾、交通事故等游戏内容所需的图片、电话



小贴士

告诉孩子在确定需要帮助时才能拨打以上电话，平时不能随意拨打。



手背上的褶皱



游戏目标：帮助孩子了解自己的皮肤。



适合年龄：3岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：无



游戏方法：

妈妈将手平放在孩子的面前，孩子用拇指和食指轻轻捏住妈妈手背上的褶皱。妈妈询问孩子是否捏紧，虽然孩子确定自己捏紧了，但是当妈妈猛然一攥拳头，孩子立刻两指捏空，这是因为妈妈握起拳头后，皮肤上的褶皱就变成了紧绷的状态。

角色互换，游戏继续。

衍生游戏：切饼干

跟孩子猜拳，一边读儿歌一边做游戏，胜者抓住败者的手，“一二三，切饼干”（胜者一手做刀状，在败者的手臂上切）；“四五六，捏肥肉”（胜者轻轻地捏败者的手臂）；“十，砍头！”（胜者手做刀状，在败者的脖颈上砍一下。）



令孩子对身体的机能有了更深的认识。



变成猪鼻子



游戏目标：和孩子一起做鬼脸能很好地放松心情，增进亲子间的感情。



游戏方法：

火车里，孩子和爸爸坐在一边，妈妈坐在对面。孩子和爸爸一起比赛做鬼脸，妈妈负责用相机将他们各种古怪的表情拍摄下来。照片一定要冲洗出来，放在影集中。然后展示给他们看，评选出谁的鬼脸做得最丑。



适合年龄：3岁起



参加者：一家人



游戏准备：照相机

衍生游戏：扮动物

妈妈命题，孩子和爸爸一起比划。例如妈妈说扮小狗，孩子和爸爸就要通过手、头及声音扮小狗的特征。



小贴士

孩子喜欢和爸爸妈妈一起做鬼脸，此刻是孩子身心最放松的时刻。



情绪转盘



游戏目标：帮助孩子认识自己的情绪，从而有效表达、调控情绪。



游戏方法：

家长用硬纸壳制作一个大型的情绪转盘，或让孩子制作自己的小型情绪转盘，在每一格里涂上不同的颜色。家长和孩子一起想关于情绪的形容词，并写在转盘上。

告诉孩子现在开始玩一个情绪转盘的游戏，每个人都有机会玩一次转盘。当指针指到哪一个情绪时，游戏者就要通过表情、动作、声音等方式表达那个情绪。

跟孩子沟通，当情绪低落时，可以通过什么方法来缓解。



适合年龄：4岁起



参加者：孩子和妈妈

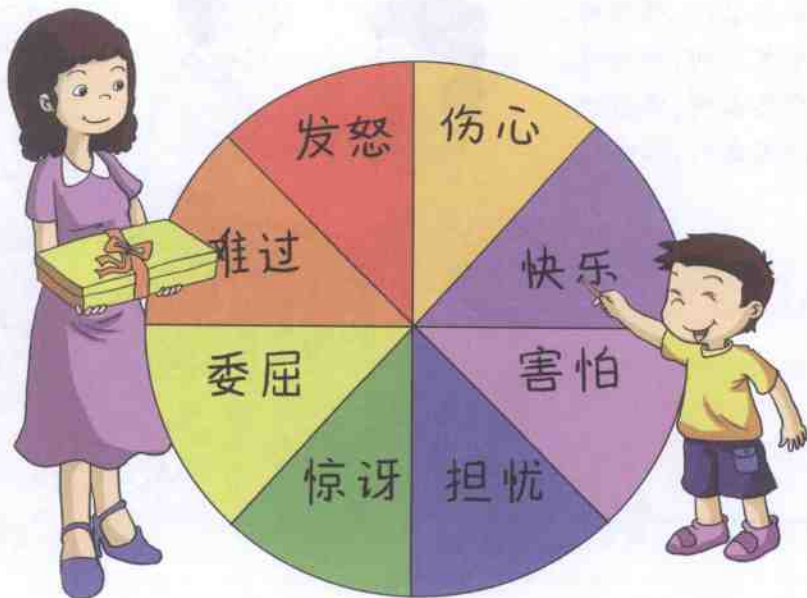


游戏准备：情绪转盘卡、剪刀、图钉、彩色笔



小贴士

引导孩子学习健康、适当的情绪表达方式，释放不快。



抢椅子



游戏目标：培养孩子的反应能力，增进亲子间的感情。



游戏方法：

游戏用的椅子数量要比参加游戏的人数少一把。椅子背靠背地摆成一个圆圈。大家围着椅子转圈儿，由一个人在旁边喊“停”，“停”字一出口，大家就争抢着坐椅子。没有坐到椅子的人就被淘汰出局，同时带走一把椅子，这样人与椅子逐步减少，最后只剩两个人抢一把椅子。大家围着椅子转圈时，可以一起唱歌，也可以选择一首儿歌，或放背景音乐。

儿歌：

小猫怎么叫，喵喵喵。

小狗怎么叫，汪汪汪。

小鸡怎么叫，叽叽叽。

小鸭怎么叫，嘎嘎嘎。

小羊怎么叫，咩咩咩。

老牛怎么叫，哞哞哞。

老虎怎么叫，嗷嗷嗷。

青蛙怎么叫，呱呱呱。



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：椅子
(数量比游戏人数少一把)



争抢椅子
的时候要注意
安全，切忌不要
碰伤。



列清单



游戏目标：培养孩子做事的条理性和计划性。



适合年龄：4岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：纸、笔



游戏方法：

妈妈跟孩子沟通，询问他一会儿到了旅游目的地，最想去哪几个景点游玩。给孩子纸和笔，指导他列清单，如：海滩上要用的东西以及需要带的玩具等。

衍生游戏：今日食谱

和孩子一起将今日所要购买的食材和估算的价格写在纸上。如果孩子不会写字，可以通过绘图的形式表示内容。

衍生游戏：忙碌的一天

这种类似于日记的游戏可以训练孩子的记忆力。让孩子列出自己当天要做的事：从早上醒来开始，到吃早餐，出发去景点，玩耍等。



孩子通过参与这种决策游戏，培养做事的条理性。



反方向的气球



游戏目标：了解简单的力学知识——反作用力的原理。



游戏方法：



适合年龄：4岁起



参加者：全家



游戏准备：若干个气球

开车去游乐园玩时，常常看到有人在路边卖氢气球，不妨买一个，可以用来做科学游戏。

1.将车窗关起来，让孩子握着气球的绳子，不要让气球碰到车顶和车窗。

2.当车子遇到红灯或障碍物突然停下来时，人往往会向前倾，但这时气球却往后跑。

3.等车子再前进时，人往往会向后倒，但这时气球却在往前跑。

游戏原理：车子突然停下来，因为惯性，人会向前倾，空气也一样。而氢气球内氢气的密度小于空气，所以会在反作用力的推动下向后移动。同样的道理，当车子发动时，人会向后倒，空气也会向后移动，氢气球就会在反作用力的推动下向前移动。

衍生游戏：木板上的硬币

在一块木板上放一枚1元钱的硬币，手将木板用力向前推动，木板上的硬币却奇怪地向后飞出去。



不能为了让孩子看清气球的方向而故意突然加速或急刹车，以免造成事故。

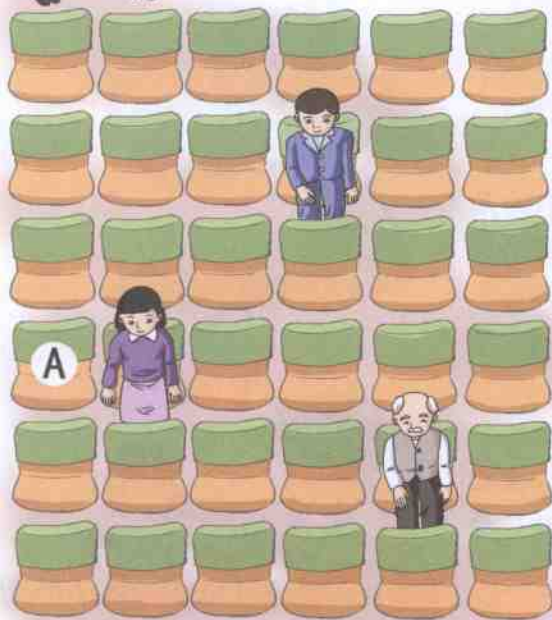
看电影找座位



游戏目标：了解去电影院如何寻找座位，培养孩子按坐标找点的数学思维能力。



第几排第几号?



培养孩子的数学思维能力，让孩子学会按坐标找点。



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：看电影



游戏方法：

妈妈带孩子去看电影，问孩子能不能按票上的座号找到座位呢？于是妈妈给孩子讲解：如图是一个电影院的座位，竖的是排号，横的是座号。现在我们看座位A，向左看是第六列，向下看是第三排。座位号是由这两个数字决定的，也就是说，座位A是第三排第六号。

电影院里的座位都可以找到第几排第几号。看图练习，指着图中的老爷爷，问孩子：老爷爷是坐在第几排第几号？让孩子自己找出答案。

儿歌：

四方屋子一扇窗，窗口明亮有灯光，唱歌跳舞演电影，还有新闻里面放。

神奇小毛巾



游戏目标：通过亲身体会，让孩子了解摩擦力产生的原理。



游戏方法：

爸爸先给孩子递两块毛巾，让他拉扯。两块毛巾很快就分开了。但是有一个神奇的办法让两块小毛巾拉不开。

1. 将小毛巾在桌上摊开，边缘处相互重叠约2厘米。

2. 把重叠的部分折成像手风琴一般的褶皱，然后用拇指和食指捏住褶皱处，让毛巾看起来像领带一样。

3. 让孩子双手分别抓住小毛巾的两端并用力拉扯，虽然你只用了两根手指头，但不论孩子怎么用力，就是拉不开。

除了毛巾以外，还可以用湿纸巾，手帕等来玩这个游戏。

游戏原理：两条小毛巾的重叠处折成了风琴褶，虽然只使用食指和拇指捏住，却已经压住了全部的接触点，因此摩擦力大大加强。

衍生游戏：拉不开的杂志

虽然没有用胶水粘起来，两本杂志却能紧密地粘合在一起：准备两本开本和页数都差不多的杂志，将两本杂志每隔两三页互相交叉在一起，让孩子试着将杂志沿水平方向拉开。可孩子就是拉不开。游戏运用了纸张间的摩擦力的原理。



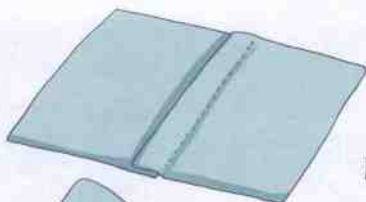
适合年龄：5岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：两块毛巾



图(1)



图(2)



图(3)



通过做游戏让孩子懂得摩擦力的作用，并亲身体会一把。

杯子倒立不漏水



游戏目标：帮助孩子了解大气压强的作用原理。



游戏方法：

爸爸问孩子，如果把一杯装有水的杯子倒过来，会如何。孩子肯定说水会倒出来，爸爸可以故作神秘说，那我就给你演示一个魔术。

1.往纸杯里装满水(水要满到杯口)，取一张硬纸壳，把它剪成比杯口略大的尺寸后，盖在杯子上。

2.一边用手轻压着纸壳，一边慢慢将杯子倒立过来，然后手放开纸，杯里的水竟然没有倒出来。

除了硬纸壳，也可以用电话卡、公交卡等来代替。即使杯子里有冰块，也不要担心，你一样可以轻松地完成这个游戏。

游戏原理：水的表面张力使杯子和纸完全闭合起来。此时杯子里水对纸片的压力小于杯子外大气对纸片的压力。因此大气压力帮纸片托住了水。

衍生游戏：吸力名片

在空的胶卷盒里装满水，裁四张和名片一样大小的报纸，叠放在胶卷盒口；在报纸上面再放一张名片，轻压一下胶卷盒，让水稍微溢出，湿润报纸，加强密封效果。抓住名片两端慢慢地往上提，不但水不会流出来，胶卷盒也会一并被提起来。



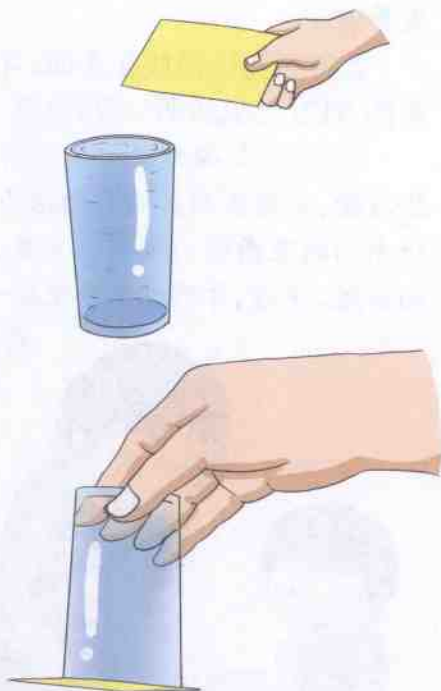
适合年龄：5岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：纸杯、硬纸壳



爸爸展示完游戏后，可以鼓励和引导孩子亲自动手操作。



牙签独木舟



游戏目标：向孩子简单介绍水表面张力的原理。



游戏方法：

在牙签上蘸一点洗发水，牙签独木舟就可以在浴缸里畅快地航行了。

1. 在牙签粗的那一段，蘸上一点洗发香波。

2. 将牙签轻轻放在水面，牙签独木舟就会朝着没有蘸洗发香波的那一头的方向(尖尖的那一段)前进。

游戏原理：洗发香波里含有“表面活性剂”的化学成分，这类物质能够清除污垢，还能减弱水的表面张力。牙签放在水面后，蘸了洗发香波的那段附近水面的表面张力减弱，牙签自然就会被前方的水面较强的表面张力牵引而前进。不过，牙签在水中完成一次畅游之后，整个水面已铺了一层洗发水的薄膜，表面张力就减弱了，想要继续玩这个游戏，就得把水搅一搅，牙签独木舟才能继续起航。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：洗发水、牙签



衍生游戏：鼓起来的薯片袋子

在商店买薯片的时候，展示给孩子看，薯片的袋子是干瘪的。妈妈神秘地告诉孩子，一会儿上了飞机，薯片的包装袋就会胀得很鼓。当飞机在空中水平飞行时，薯片包装袋果然胀得鼓鼓的。



类似的科学小游戏特别能吸引孩子，因为孩子渴望知道其中的奥妙。

易拉罐散步



游戏目标：向孩子介绍正负电荷的简单科学知识。



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：易拉罐、气球



游戏方法：

易拉罐会跟在大大的气球后面滚动，想知道是怎么回事吗？一起来动手做一下吧。

1.把空的易拉罐平放在地上。

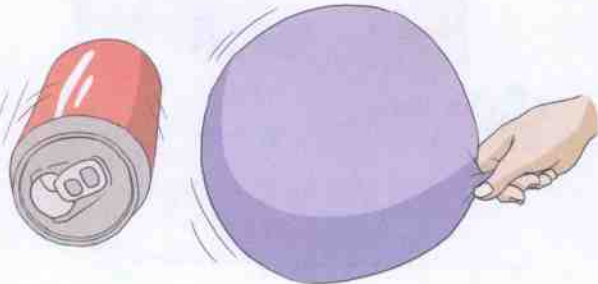
2.把气球吹起来并绑紧，用面巾纸反复摩擦。

3.让气球靠近易拉罐，此时，易拉罐就会追着气球滚动。

游戏原理：气球用面巾摩擦后，带了大量的负电荷。易拉罐是用金属制作的，是一种导体。当大量负电荷的气球靠近不带电的易拉罐时，就会出现静电感应现象。易拉罐上靠近气球的部分就会带上正电荷，正电荷与气球上的负电荷互相吸引，这样就出现了易拉罐跟着气球跑的情形了。



塑料袋、塑料垫也可以用来代替气球，只要用面巾摩擦后就可以用来做实验。



掉不下来的硬币



游戏目标：让孩子了解手指的“连接组织”。



游戏方法：

按照下面的步骤，你会发现手指好像被粘住了一样，动弹不得。

1.让孩子双手合十，手指张开，在他的中指以外的其他四根手指之间各夹一枚1元硬币。

2.让孩子夹紧手指，以防硬币掉落，然后让他向内侧弯曲两手的中指，使两根中指的第二个关节并拢。

3.这时，让孩子依次放开夹在大拇指、小指、食指和无名指之间的硬币，只要中指的第二个关节不松开，他就无法放松两根无名指，那枚硬币也绝对掉不下来。

游戏原理：

人体中连接骨骼的是韧带和肌肉，我们称之为“连接组织”，无名指和中指之间的连接组织作用特别强，当中指向下弯曲并被固定时，无名指就无法动弹，也就无法放开硬币了。



适合年龄：5岁起



参加者：孩子和爸爸



游戏准备：若干枚1元硬币



不仅能活动孩子的手指肌肉，而且十分有趣。

脑筋急转弯

游戏目标：增进亲子间的感情，提高孩子的分析能力。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：若干个脑筋急转弯的问题



小贴士

家长还可以多搜集一些脑筋急转弯的问题跟孩子分享。

游戏方法：

爸爸读脑筋急转弯的问题，由孩子回答，启发孩子想出答案。

1. 一只老狼和一只小羊，分别在河的两岸，他们都要从同一座桥上过河，但老狼过桥时没看见小羊，小羊过桥时也不惊慌，他们各自过了河，到了对面。为什么老狼不吃小羊呢？

2. 一个大人带着一个小孩，小孩是那个大人的儿子，大人不是孩子的爸爸。请问这两个人是什么关系？

3. 抽屉中有十双黑袜子，十双白袜子，假如你在黑暗中打开抽屉，伸手去拿袜子，请问你至少要拿出几只袜子才能确定拿出一双袜子？

4. 这位女士的女儿是那位男士的儿子的母亲，那么这位男士是这位女士的什么人？

(答案：1. 狼和羊没有同一时间过桥。2. 母子。3. 三只袜子。4. 女婿。)

小小采购员



游戏目标：培养孩子的沟通能力，树立节约的意识。



游戏方法：

家长和孩子一起玩个情景游戏。准备一些生活中常见的物品，在物品上贴标签，标签上写明物品的名称和价格。

游戏开始：让孩子当顾客，从桌上选择他想买的东西，并根据标签，说出这种物品的名称，例如：牛奶、饼干等。挑选所需的数量。妈妈扮演售货员的角色，收取孩子支付的金额，并找零。爸爸引导孩子说出这个食品的种类，是饮品还是水果；以及味道是甜还是酸，颜色如何等。

游戏熟练后，角色互换，妈妈当顾客，孩子当售货员，售货员帮助顾客选取所需物品及收银找零。



适合年龄：6岁起

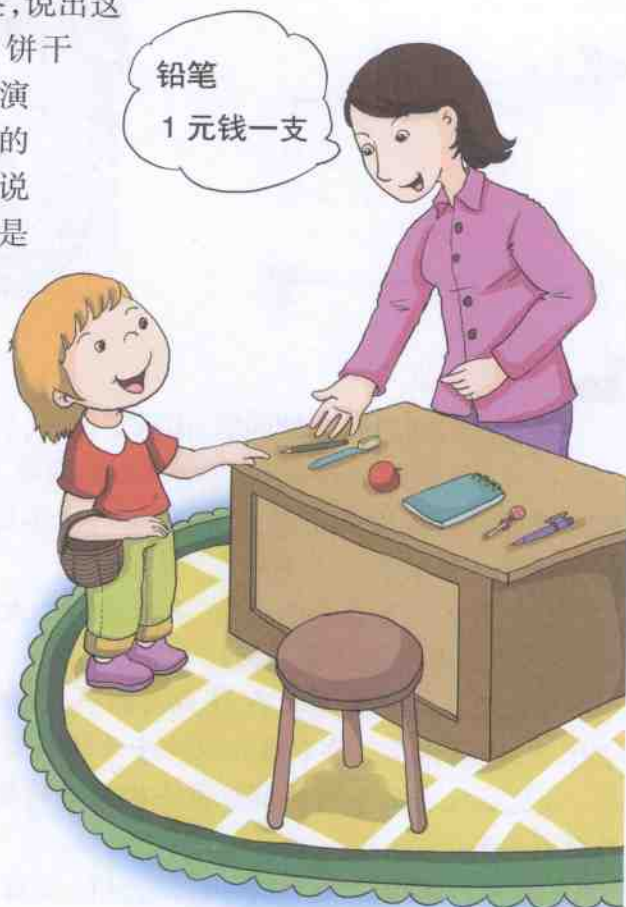


参加者：全家



游戏准备：各种物品

铅笔
1元钱一支



培养孩子对物品的辨识能力，树立节约意识。

对距离的估计



游戏目标：帮助孩子建立距离的意识。



适合年龄：6岁起



参加者：全家



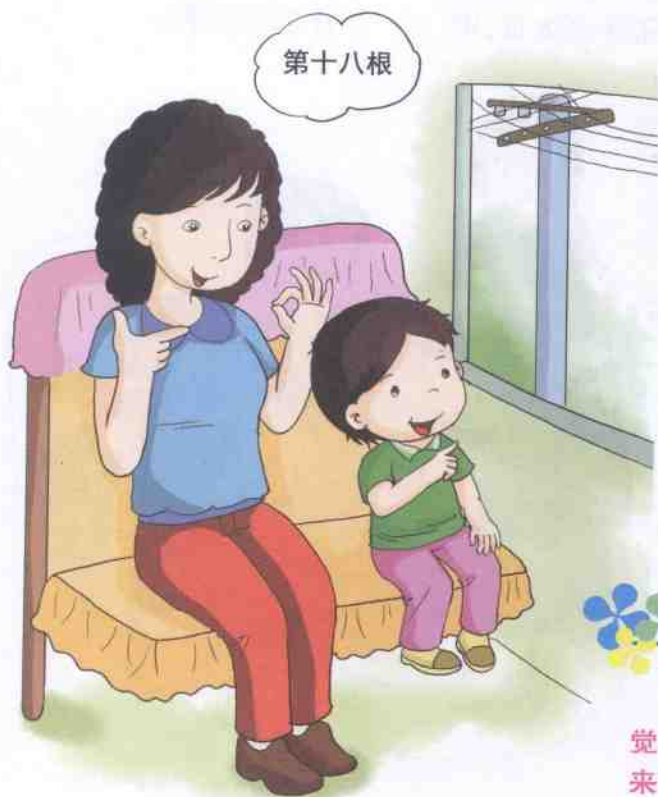
游戏准备：无



游戏方法：

在巴士上，告诉孩子仔细观察高速公路中央的隔离带，会发现上面每到1千米处就会有一个指示牌，用数字显示距离多少千米。比赛看谁能正确估算出下一个指示牌的出现时间。从刚过去的指示牌起开始闭上眼睛，感觉到下个指示牌出现时，就睁开眼睛，看谁猜得准。

另外在国道上大约每隔50米就有一个电线杆，与孩子比赛看谁数的电线杆多，十个电线杆就是500米，五十个电线杆是2500米，通过这样的游戏使孩子对距离有了更深刻的认识。



长时间在汽车里，孩子会觉得无聊，通过简单的小游戏来活跃气氛。



吸管运水



游戏目标：趣味性强的游戏能很好地放松旅途的心情。



游戏方法：

爸爸或妈妈给孩子示范用吸管运水的技巧：吸管的一头插在水中，另一头放在嘴里，轻轻一吸，切忌力气不要过大，不要把水吸到嘴里，而是通过吸力将水控制在吸管中，运到另一个空杯子里。

孩子掌握吸管运水的技巧后，开始游戏。起初，运水的两个杯子相隔不要太远，家长和孩子比赛，看同样的时间内，谁的空杯子里装水最多。渐渐地，运水的两个杯子可以拉远距离，要求孩子控制吸管里的水时间更久。

与孩子讨论运用吸管运水的技巧，反复游戏。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：两根吸管、四个水杯(其中两个水杯里装有水)



小贴士

等幼儿熟练掌握吸管运水的技巧后再开始游戏。运的水里可以适当放盐、醋、蜂蜜、糖等，增加游戏的趣味性。



黑暗中画画



游戏目标：培养孩子黑暗中画画的能力，加强手对笔的控制力。



适合年龄：6岁起



参加者：孩子和妈妈



游戏准备：笔和纸



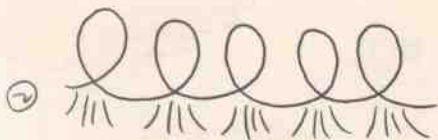
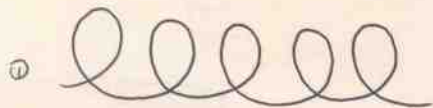
游戏方法：

把灯关掉，妈妈讲个小故事，让孩子为这个故事配插画。故事应该包括人、动物和物品，妈妈可以给予提示。

孩子完成后，把灯打开，孩子看到自己画得乱七八糟时，肯定会乐得前仰后合。

衍生游戏：水汽作画

洗澡的时候，充满水蒸气的浴室玻璃是一块非常理想的画板，可以跟孩子一起在玻璃上作画。



该游戏能培养孩子的创造力。



揪掉拇指

游戏目标：帮助孩子了解魔术中的“障眼法”。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

游戏方法：

爸爸很神秘地对孩子说：你知道吗，爸爸能把拇指揪掉，可是不痛哦。

爸爸开始操作，如图(1)、(2)、(3)、(4)。

孩子恍然大悟，也开始模仿。爸爸可以鼓励孩子创造新的游戏。

衍生游戏：铅笔的魔术

拿一根铅笔展示给孩子看，“铅笔上没有秘密哦，手一松开就掉了下来；但是，如果摩擦爸爸的手臂就能产生热量；热量越来越强；看呀，把铅笔吸住了。”

“嗨，原来是这么回事啊！”



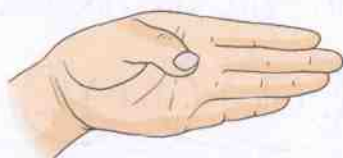
图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



知道此类游戏原理的成人会觉得没什么，可是孩子会觉得很有趣。



制作拼花图案

游戏目标：引导孩子掌握简单的色彩知识，增强孩子手指的操作能力。

适合年龄：3岁起

参加者：全家

游戏准备：彩纸若干张、
白纸一张、胶水

游戏方法：

找几张彩纸，动手撕成小碎片。

在一张白纸上画一个简单的轮廓画，如一只鸟、一条鱼或一只猫。

让孩子用彩色的碎纸片和胶水填充图形。

最后拼一个装饰性的花边完成整幅画。

年龄更大的孩子会运用更小的纸屑，而且能自己绘图，拼出自己想要的图形。

衍生游戏：撕纸

把彩纸撕成各种形状，或花瓣，或树叶，或云朵，然后把它们拼在一起，看能拼成一幅什么样的画。



小贴士

这个常见的游戏能够增强孩子的手眼协调能力。



手指操

游戏目标：一边念儿歌，一边做手指操，平衡左右脑。

适合年龄：3岁起

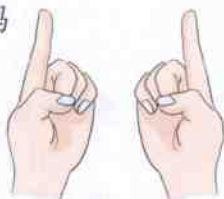
参加者：孩子和妈妈

游戏准备：无

游戏方法：

儿歌：

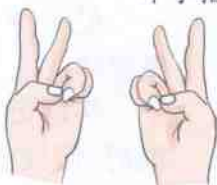
一个手指点点头，
两个手指剪剪布，
三个手指弯弯腰，
四个手指拉拉手，
五个手指握拳头。



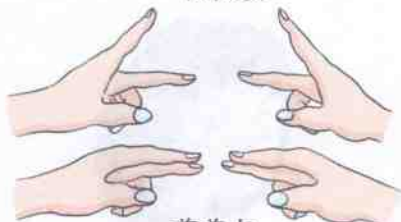
一个手指



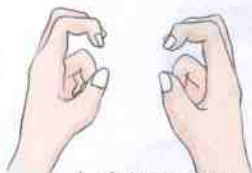
点点头



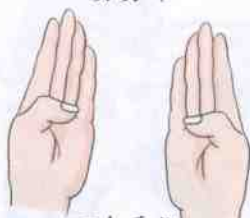
两个手指



剪剪布



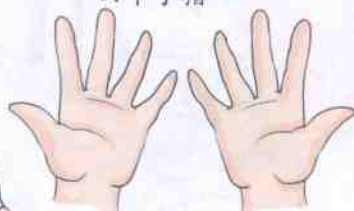
三个手指弯弯腰



四个手指



拉拉手



五个手指



握拳头



集中注意力，
平衡左右脑，锻炼
记忆力，培养语言
韵律感。



五官操

 **游戏目标：**帮助孩子更好地认识五官。

 **适合年龄：**3岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**无

 **游戏方法：**

儿歌：

两条眉毛，如图(1)

两只眼睛，如图(2)

两只耳朵，如图(3)

我的脸蛋，如图(4)

我的鼻子，如图(5)

我的嘴巴，如图(6)

我的牙齿，如图(7)

我的嘴唇。如图(8)



图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



图(5)



图(6)



图(7)



图(8)



通过手指的运动和儿歌的记忆，提高孩子对五官的认识。

洗澡

游戏目标：家长和孩子一起做游戏，其乐无穷。

适合年龄：3岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：洗澡



图(1)



图(2)



图(3)



图(4)

儿歌：

宝宝洗澡，图(1)

水里泡泡，图(2)

拍拍胸，图(3)

搓搓脚，图(4)

小手打打水，图(5)

宝宝嘻嘻笑。图(6)



图(5)



图(6)

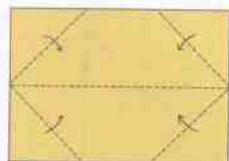


父母在给小孩洗澡的过程中，一边有节奏地念儿歌，一边和宝宝在水中嬉戏，宝宝会非常高兴。

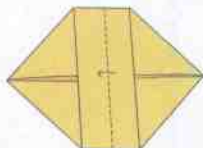


纸炮

 **游戏目标：**学会折纸炮，玩纸炮的游戏。



图(1)



图(2)



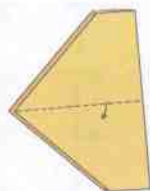
适合年龄：3岁起



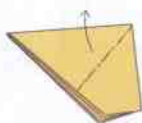
参加者：孩子、爸爸或妈妈



游戏准备：彩纸若干张



图(3)



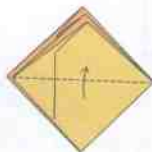
图(4)



图(5)



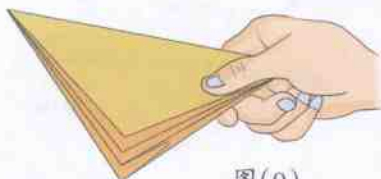
图(6)



图(7)



图(8)



图(9)



游戏方法：

家长示范折纸炮的步骤(如左图所示)：

1. 对折；2. 再对折；3. 继续对折；4. 展开中间的“空囊”部分再压平；5. 往上折；6. 展开中间的“空囊”部分再压平；7. 握住柄上；8. 用力往下扇动。

孩子学会折纸炮后，家长可以与孩子比赛，看谁折得快。

衍生游戏：比纸炮

还可指导孩子做出多个大小不一样的纸炮，或者使用厚度不一的纸张折纸炮，比比哪个声音更响亮，评出最具“威力”的纸炮。



家长扇纸炮的时候，切勿靠近孩子的耳朵，因为家长的力气大，扇出的声音太大会对孩子的听力造成伤害。



飞机

游戏目标：学会折纸飞机，比一比谁的飞机飞得高。

适合年龄：4岁起

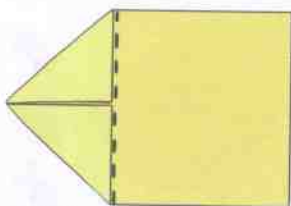
参加者：孩子和妈妈

游戏准备：黄色纸若干张，各种形状的亮片若干

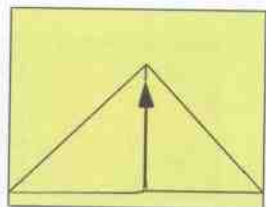
游戏方法：

如图所示：

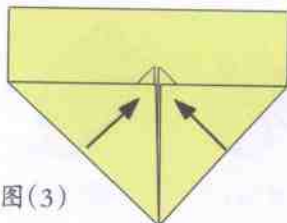
1. 长方形纸，两角向中线折。
2. 翻过来，纸角向里折，稍折过头一些。
3. 两纸角再向中线折。
4. 小纸角向外翻后对折。
5. 沿虚线折叠。
6. 另一侧折法同。
7. 后面折起一个尾巴，粘贴一些星星、心形的亮片。
8. 折完纸飞机后，全家一起到户外比一比看谁的飞机飞得高、飞得远。



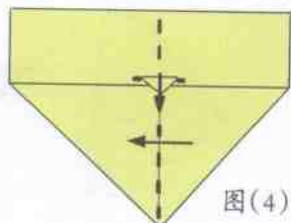
图(1)



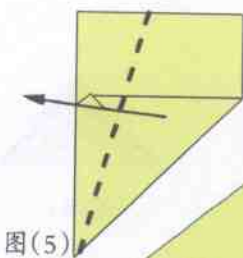
图(2)



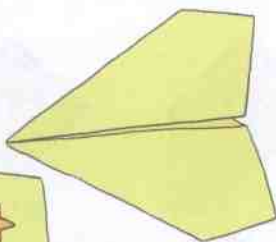
图(3)



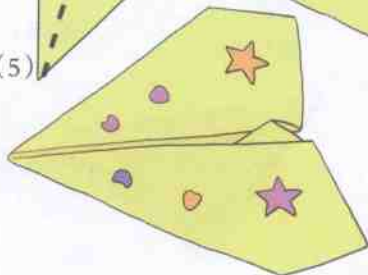
图(4)



图(5)



图(6)



图(7)



拿住飞机下部，轻轻地向前抛去，飞机就会平稳地飞行了。

一排纸人

游戏目标：和孩子一起体验剪纸的乐趣。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：彩纸若干张

游戏方法：

找一张长方形的纸，折出六至八份，如手风琴状。

在叠纸的最上层画一个简单的人。确保“手”摸到纸的折边，使所有的小人连接起来。让孩子用儿童安全剪刀剪出人形。然后他可以打开折纸，展示一排小人。

可以让孩子给小人涂色，使每个人有不同的面孔、衣着和头发颜色。年龄大一些的孩子还可以给小人起名字。



小贴士

剪一排纸人，孩子就能创造想象中的人物，同时享受其中的乐趣。

香蕉

 **游戏目标：**用小小的手帕折出有趣的作品。

 **游戏方法：**

妈妈拿出一块手帕，神迷地对孩子说，你猜，妈妈能用手帕变成什么。

操作如图：揪住四个角；从下面塞进手指，留出一点儿空隙；抓住下面；剥开四个角；香蕉做好了。

衍生游戏：老鼠

手帕对折；从里向外折两折；左右对折；卷进上面的孔里；把左右两头的交界处往外拉，转一圈儿包起来；拽两边；做好脑袋和尾巴；脑袋系个结，就做成了。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子或妈妈

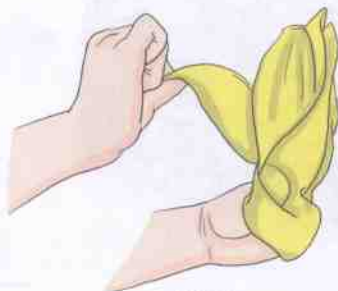
 **游戏准备：**手帕



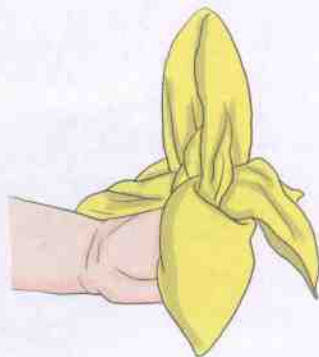
图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



看看你的孩子还能运用手帕变出什么花样。



正反手操

 **游戏目标：**一边背儿歌一边做动作，协调手脑。



 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**无

 **游戏方法：**

儿歌：

方圆大小和前后，
你我上下和左右。
高矮长短和好坏，
天地远近和胖瘦。



促使记忆
力集中和持久，
培养语言节奏
感，加快思维和
肢体反应速度，
平衡左右脑，活
跃气氛，消除疲
劳。

领带

游戏目标：学习用手帕折领带。

游戏方法：

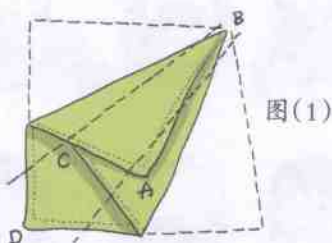
小豆子今天要参加一次聚会，对他来说，这个聚会很重要，可是他现有的那些领带都过时了，他急得团团转！我们能不能帮小豆子做条漂亮的领带呢？

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和妈妈

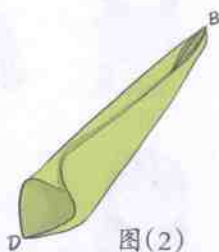
游戏准备：手帕

1.如图(1)先将 A、C 两角叠起来。



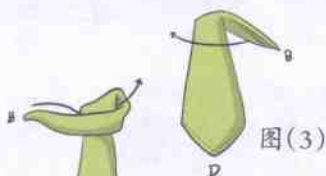
图(1)

2.如图(2)叠成这个样子。



图(2)

3.如图(3)翻过来把 B 角往下折。



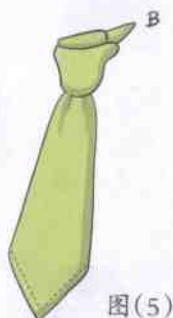
图(3)

4.如图(4)按箭头所示，绕 B 角。



图(4)

5.如图(5)结成领带的形状。



图(5)

6.如图(6)在 B 角系上绳子。



图(6)

7.如图(7)将绳子的另一头穿过结孔，然后再打结。现在领带就做好啦。



图(7)



做领带最好选一条图案、色彩都很好看的手帕。



猴子蹲

 **游戏目标：**一边念儿歌，一边做猴子蹲的手指操。

 **适合年龄：**4岁起

 **参加者：**孩子和妈妈

 **游戏准备：**无

 **游戏方法：**

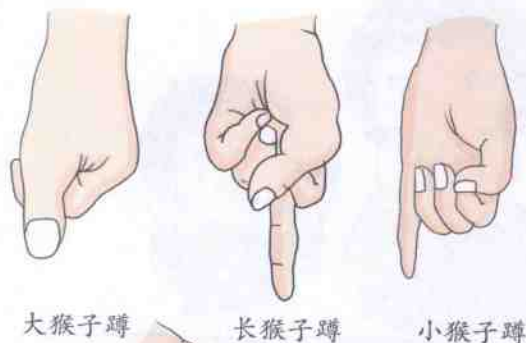
儿歌：

大猴子蹲；
长猴子蹲；
小猴子蹲；
没猴子蹲；
大小猴子蹲；
大小猴子不蹲；
没猴子蹲。

可以两个人一起玩，一人说口诀，一人做手指操。做错可罚，准确无误者就成为下一轮游戏的口令者。



锻炼手指精细动作，平衡左右脑。



大猴子蹲

长猴子蹲

小猴子蹲



没猴子蹲



大小猴子蹲



大小猴子不蹲



没猴子蹲

蚯蚓体操

游戏目标：提高手指的协调性和灵活性。

适合年龄：4岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：无



游戏方法：

先跟妈妈慢慢做动作。(如图)

小小蚯蚓，

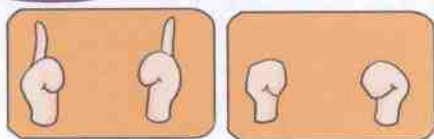
爱做体操。(速度加快)

一二三四，

二二三四。

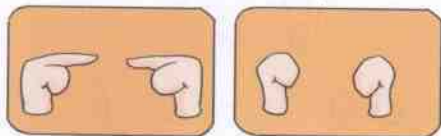
三二三四，

四二三四。



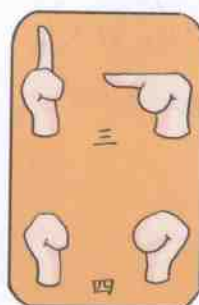
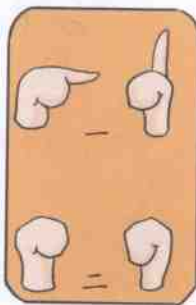
小

小



蚯

蚯



提高孩子手指的灵活性。



翻绳

游戏目标：掌握翻绳的小技巧。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：绳子

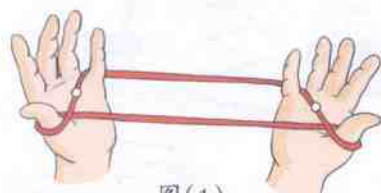


小贴士
虽然只是一根小细绳，却能玩出很多的花样。

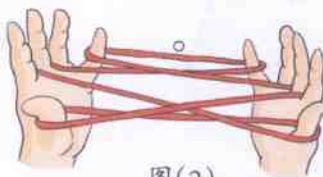
游戏方法：

如图：1.先搭梯子用中指将线绳从标白点的地方交叉挑过来；2.把标白点的线绳从小指上放掉；3.用小指在标黑点处从上边把线绳交叉挑过来；4.用拇指把标黑点的线绳挑过来；5.把标圆圈的线绳从拇指上松开；6.将中指伸入标三角的地方；7.松开小指的同时，反转左右手；8.梯子搭好了。

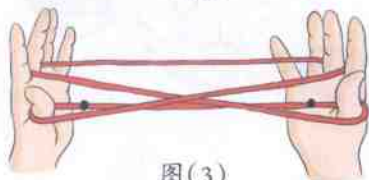
继续游戏，鼓励孩子创造新的翻绳方法。



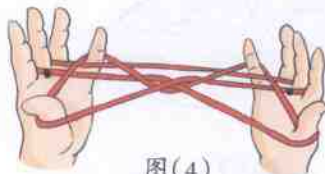
图(1)



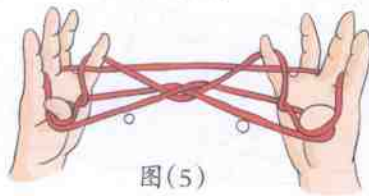
图(2)



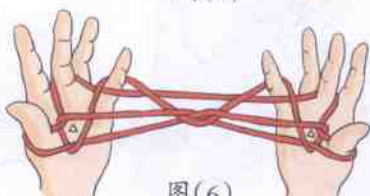
图(3)



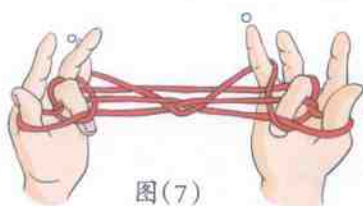
图(4)



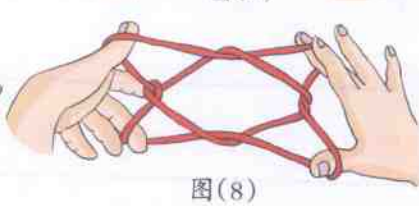
图(5)



图(6)



图(7)



图(8)

手力操

游戏目标：培养节奏感和韵律感，消除旅途疲劳。

游戏方法：

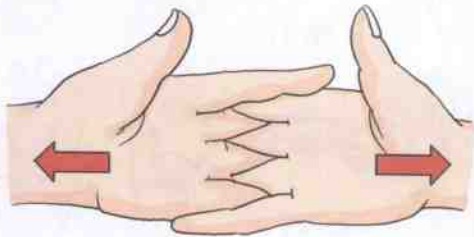
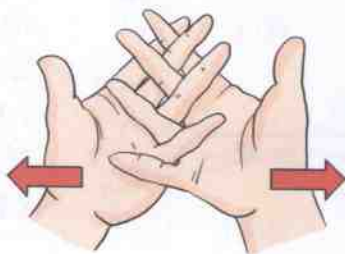
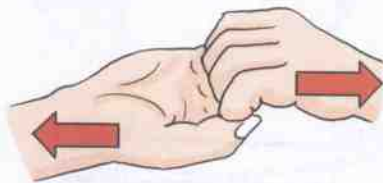
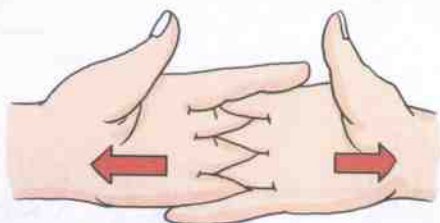
适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：无

儿歌：

兄弟姐妹是一家，
比比谁的力气大，
左拔拔，
右拔拔，
上拉拉，
下拉拉。



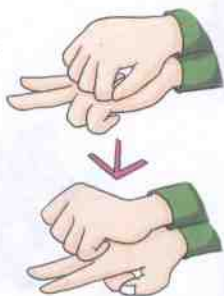
比一比谁的儿歌记得牢，谁的手力操做得好。



蜗牛游戏

游戏目标：协调左右手，平衡左右脑。

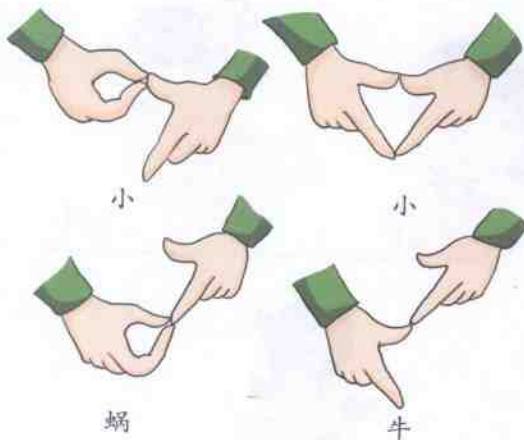
方法一



方法二



准备姿势



适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：无

游戏方法：

跟着妈妈慢慢地做动作，和着《蜗牛歌》的节奏。

下面的手做“剪刀”，上面的手做“石头”，伴着儿歌的节奏交换两只手的位置和手势。

参照左图做游戏。

方法一：两手叠在一起，然后左右手换上下位置。

方法二：使用双手的拇指和食指，就像蜗牛爬一样，双手交替前移。

“慢慢慢慢爬”的动作同“小小蜗牛”。

儿歌：小小蜗牛，慢慢慢慢爬。



就像蜗牛爬行一样，两手交替前移。

帽子下面是什么

游戏目标：和孩子一起做游戏，增进亲子间的感情。

适合年龄：5岁起

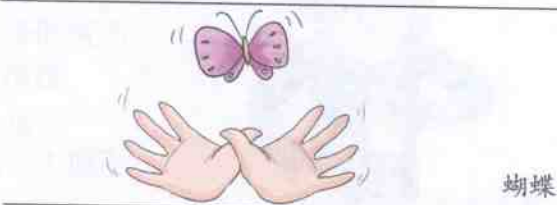
参加者：孩子和妈妈

游戏准备：帽子

游戏方法：

把手藏在帽子下面，让孩子来掀开帽子。帽子下藏着什么呢？抛出小狼，蝴蝶，蜗牛……

妈妈通过手的动作来模拟这些动物，跟孩子一起游戏。



小贴士

还可以模拟其他动物，增加游戏的趣味性。



美味煎饼

游戏目标：家人一起参与，重在互相合作。

适合年龄：5岁起

参加者：全家人

游戏准备：无

游戏方法：

一家人一起玩“美味煎饼”的游戏。

1.所有人伸出手，手心朝下。

2.“美味煎饼熟了吗”，依次向相邻的手掌传递。

3.最后的“吗”字所对应的手掌必须立刻翻面。与其相邻的手掌则重新开启下一轮。

4.若第二次轮到“吗”字的人便宣布“两面都烤熟了”，然后收回这只“饼”并凑到嘴边，假装吃饼的动作。其余的手掌继续进行游戏，最先收回双手的人获胜。



游戏既简单又轻松，随时随地都可以玩，调动大家的情绪。

蟠桃

游戏目标：用手帕折蟠桃。

游戏方法：

传说中的蟠桃是天上老寿星吃的仙桃，它的样子很像桃子，但又不完全一样，谁见了都会流口水！现在就让我们来看看蟠桃的模样吧。

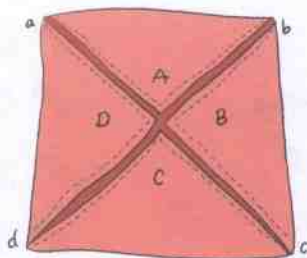
1.如图(1)，将四角叠好。

2.如图(2)，翻过来，将几张纸搓成团放在里面。

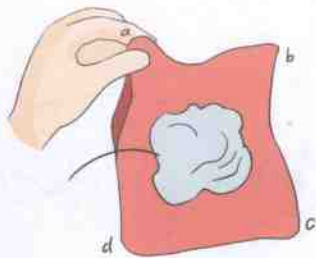
3.如图(3)，将 a,b,c,d 四角捏起来，并整个儿翻过来。

4.如图(4)，把 ↑ 所指的四角整理后，与 A,B,C,D 四角一起捏在手里。

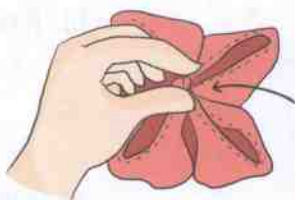
5.如图(5)，打开 A,B,C,D 四角，鲜红鲜红的蟠桃就做好啦。



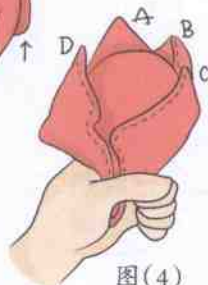
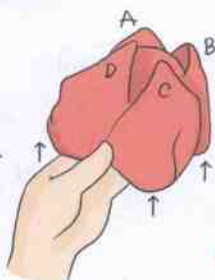
图(1)



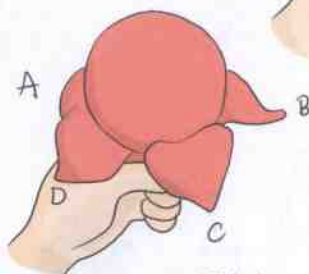
图(2)



图(3)



图(4)



图(5)

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：手帕



跟妈妈比一比，看谁做得蟠桃又大又好看。

向日葵

游戏目标：学习折向日葵，提高手指灵活度。

适合年龄：5岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：蓝纸若干张、剪刀

游戏方法：

1. 正方形纸，四角向中心折。

2. 翻过来，四角再向中心折。

3. 用剪刀沿实线将纸角剪开。

4. 将纸角向外翻折。

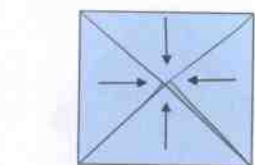
5. 折好八个花瓣。

6. 翻过来，四个角向外翻折。

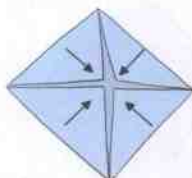
7. 折成第二层花瓣。

8. 翻过来中间画好花蕊，一朵向日葵就折好了。

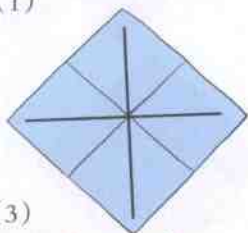
多折几朵向日葵贴在墙上，衬上叶子，墙面就会出现葵花的背景。



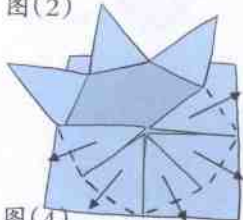
图(1)



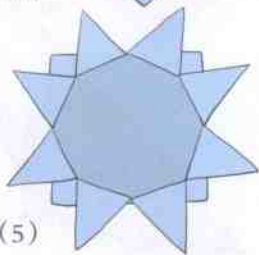
图(2)



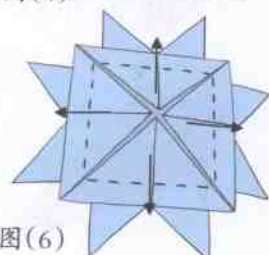
图(3)



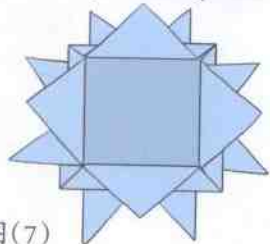
图(4)



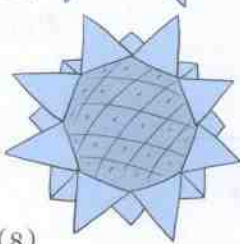
图(5)



图(6)



图(7)



图(8)



综合运用折、剪的方法，提高孩子手指的灵活度。

大灰狼

游戏目标：学习折大灰狼，然后做游戏。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子和妈妈

游戏准备：彩纸一张

游戏方法：

如图所示：

1. 正方形对折，两角分别向前、后折。

2. 从中间拉开，压平。

3. 两边斜着向中间折。

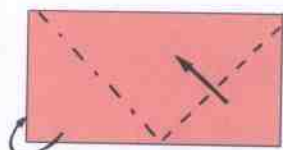
4. 再向中间折。

5. 把上面一层的尖角向下折。

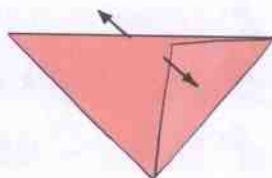
6. 另一面折法同样

7. 捏住两边向两侧拉

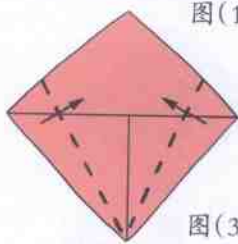
8. 拉成狼头，画上嘴巴、眼睛等，剪出两只耳朵粘贴好。



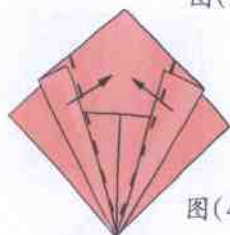
图(1)



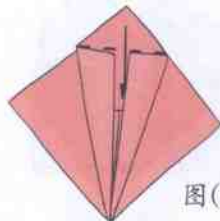
图(2)



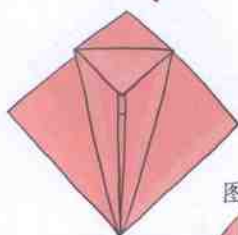
图(3)



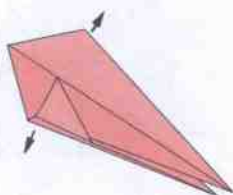
图(4)



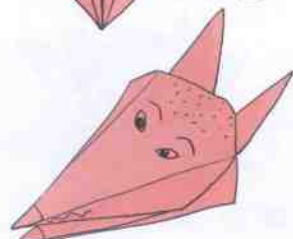
图(5)



图(6)



图(7)



图(8)



多折几只大灰狼，作为头饰或者道具，用来玩游戏。

堆硬币

游戏目标：培养孩子的耐心，领悟平衡的概念。

游戏方法：

游戏要在平坦的地面上进行，问孩子能将多少枚硬币堆在一起，孩子说出自己目标后，让他用硬币一枚一枚向上堆，爸爸在一旁观看。在堆砌的过程中，如果硬币倒掉，孩子要重新来过，通过这种反复的过程让孩子逐渐领悟到平衡的重要性。

一开始不要让孩子制定过高的目标，先从较小的数量开始，目标达成后可以再定更高的，记住孩子创造的最高纪录，留待下一次继续挑战。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子和爸爸

游戏准备：硬币



通过游戏，培养和
提高孩子的注意力。



十个好朋友

 **游戏目标：**读儿歌做动作，提高孩子左右手的协调性。

 **游戏方法：**

儿歌：

十个好朋友，(双手掌心向内，指尖朝下，并排做走路的样子。)

排队齐步走。(双手手指一起向前走动。)

向左走，向右走，(双手手指一起向左向右走。)

向前走，向后走，(双手手指一起向前向后走。)

向左向右分队走，(左右手分别向不同方向走。)

十个朋友手拉手，(双手快速走回并拢。)

抬头挺胸大步走。(手指伸直，原地踏步。)

一二三——四！(大步向前走动。)

 **适合年龄：**6岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**无



图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



图(5)



图(6)



图(7)



图(8)



本游戏可在桌面、床面或沙滩上进行。让孩子的手指尖与物体平面接触，从而增进手指、手腕等部位的协调性和灵活性。



图(9)



图(10)



点兵、点将

 **游戏目标：**肢体的触摸能极大地增进亲子间的感情。

 **适合年龄：**6岁起

 **参加者：**孩子和爸爸

 **游戏准备：**无

 **游戏方法：**

1.点兵、点将。(宝宝伸出十指,爸爸或小伙伴一边念儿歌,一边用食指轮流点碰宝宝的每个手指尖)

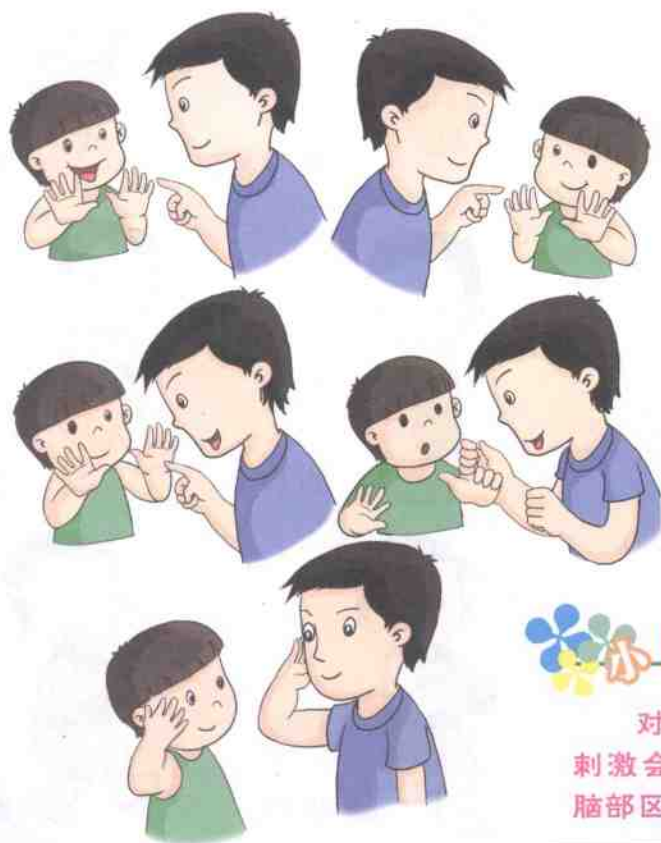
2.排队、站岗。(动作同上)

3.骑竹马,扛木枪。(继续点碰宝宝的手指尖)

4.点个小兵当队长。(最后一把抓住宝宝来不及收回的手指)

5.敬礼。(互相学习解放军敬礼的动作,然后交换角色)

被抓住手的宝宝还可以换出来担任点兵、抓兵的角色,使游戏继续进行。



对宝宝进行手指尖的刺激会对掌控末梢神经的脑部区域产生良好的刺激。

模仿歌

游戏目标：提高孩子肢体的协调性。

适合年龄：6岁起

参加者：孩子、爸爸或妈妈

游戏准备：无

游戏方法：

1. 小兔小兔蹦蹦跳。
2. 小羊小羊咩咩叫。
3. 小狗小狗汪汪汪。
4. 公鸡公鸡喔喔叫。
5. 青蛙青蛙呱呱呱。
6. 小熊小熊走来啦。
7. 咚——
8. 咚——



图(1)



图(2)



图(3)



图(4)



图(5)



图(6)



发展孩子的手指、手臂等肌肉，刺激孩子手部的交互配合与身体各部分的协调性，并提高孩子的反应能力。



图(7)



图(8)