

书香童年
SHUXIANGTONGNIAN

儿童

新手妈咪
每天只玩 **5** 分钟

注意力

训练游戏书

还在为孩子无法集中注意力担心吗？

如何培养即将步入学堂的孩子快速地集中注意力呢？

《儿童注意力训练游戏书》分三段式，为学前儿童提供最科学、最有趣的注意力训练游戏！

3~4 岁 4~5 岁 5~6 岁



海峡出版发行集团 | 福建少年儿童出版社
THE STRAITS PUBLISHING GROUP | FUJIAN CHILDREN'S PUBLISHING HOUSE

儿童 注意力 训练游戏书

新手妈咪
每天只玩 **5** 分钟

3~4 岁 4~5 岁 5~6 岁

书香童年 编著



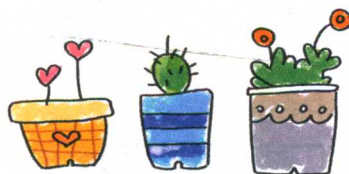
新手妈咪·每天只玩5分钟

图书在版编目(CIP)数据

儿童注意力训练游戏书. 5~6岁 / 书香童年编著. —
福州: 福建少年儿童出版社, 2012.1
(新手妈咪·每天只玩5分钟系列)
ISBN 978-7-5395-4077-1

I. ①儿… II. ①书… III. ①注意-能力的培养-学前教育-教学参考资料 IV. ①G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第091767号



儿童注意力训练游戏书·5~6岁

策划设计: 金瑞文化

编 著: 书香童年

责任编辑: 唐和耀

出版发行: 海峡出版发行集团

福建少年儿童出版社

社 址: 福州市东水路76号17层 邮 编: 350001

http: //www.fjcp.com e-mail: fcph@fjcp.com

经 销: 福建新华发行(集团)有限责任公司

印 刷: 杭州杭新印务有限公司

开 本: 889×1194毫米 1/16

印 张: 5

版 次: 2012年1月

印 次: 2012年1月

ISBN 978-7-5395-4077-1

定 价: 18.00元

如有印、装质量问题, 影响阅读, 请直接与承印者联系调换。

序

5分钟



玩出注意力

新手妈咪们，您是否有这样的困扰？孩子对新玩意充满好奇，但通常玩不到5分钟就将其丢弃，将兴趣转移到其他事物上；孩子对搭积木、拼拼图等需要耐心的游戏不感兴趣；孩子对家长、老师的劝解表示不耐烦、不注意听讲。这些现象，都与孩子的注意力有关。

注意力有多重要呢？专家认为：离开了注意力，人们的认识活动、学习、工作都不可能很好地进行。从各种名人传记中也可以看到，凡是有成就的人，都有一个共同的特点——在学习和工作时注意力高度集中。例如，居里夫人从小读书非常专心，别的孩子故意发出怪声，也丝毫不能把她的心思从书本上引开。数学家陈景润一边走路一边思考，连自己撞在树上，还问是谁撞了他。这样的例子不胜枚举。而缺乏注意力可能导致很严重的后果：学习时心不在焉；看问题角度单一；沉浸在以往的过错中不能自拔；习惯一种思维而缺乏创造力；潜力无法发挥……

如何培养注意力呢？那就从孩子最感兴趣的事情开始——玩！本系列以“玩”为引子，专门为3~6岁儿童提供了210个游戏，希望通过每天短短的5分钟，帮助孩子养成注意力集中的习惯，从5分钟逐渐增加到10分钟、20分钟；本系列还根据不同年龄层的需求，在内容上进行了由易到难的梯度设置，内容安排严谨科学，希望通过看、听、说、写等多感官的刺激培养孩子的注意力；同时也希望通过眼到、耳到、手到、心到等动作的练习，训练孩子的观察力、思考力、判断力与手眼协调能力。

本系列是专为孩子们提供的一套既可以游戏又可以练习的最佳游戏书，更是一套值得推荐给家长、老师作为亲子共读、师生共学的好书，可以提升孩子的注意力、持续力和耐性。有了这套书，新手妈咪们不必再担忧无法应对孩子成长过程中的各种难题，这套书将帮助您见招拆招，成功育儿！

新手妈咪们，准备好接受孩子们的成长挑战了吗？



1. 迷宫城堡…… P. 1~14



这样玩的好处

迷宫的路线缠绕复杂，极具空间感，不仅可以训练孩子的注意力，也有助于孩子的空间概念发展，让他（她）将来看地图等都不成问题。

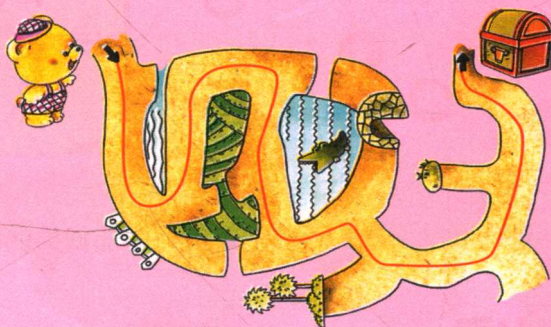


玩出来的能力

空间概念 观察力 判断力 注意力 手眼协调能力



教你怎么玩



实物练习

准备3~5条长短适中的绳子，彼此交错摆放在桌面上，妈妈拉着绳子的一端，指着其中一条，请孩子找出该条绳子的另一端在哪里。

2. 找茬乐园…… P. 15~28



这样玩的好处

找出两幅相似图画中的微小差别，培养儿童敏锐的观察力，同中求异，发现生活中的不一样。

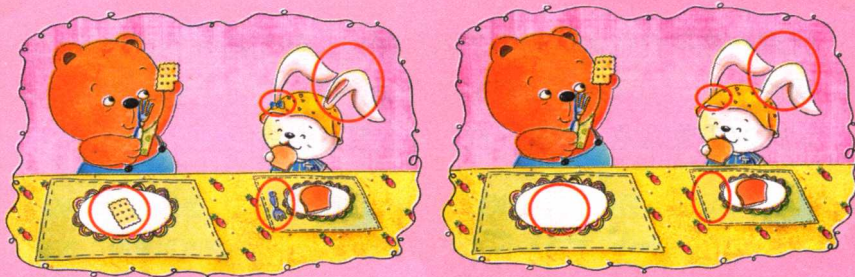


玩出来的能力

观察力 记忆力 辨别力 注意力



教你怎么玩



实物练习

选取家里某一角，先拍下一张照片，再对该角落摆放的东西进行移位或增减，再在同一角度拍下第二张照片，让孩子在两张照片中寻找差别。还可以反复给孩子玩同一个玩具，最好是由多个零部件组成的玩具，每次玩之前都对组件进行移位或增减，问问孩子这次的玩具和刚才有什么不同。

3. 圈叉找一找…… P. 29~42



这样玩的好处

在框框里寻找圆形，在框框外寻找方形，有助于提升孩子的观察力与判断力。



玩出来的能力

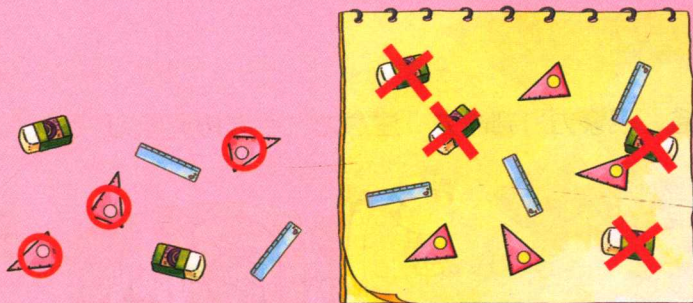
判断力 观察力 注意力



教你怎么玩



实物练习



将两种糖果打乱，分为两份，由妈妈下指令，要求孩子在一份中选出A类糖果，在另一份中选出B类糖果。随着孩子熟练程度的提升，可增加难度，增加糖果的种类与份数，或加入其他物品。

4. 涂色世界…… P. 43~56



这样玩的好处

自由的涂色游戏，可以培养孩子的色彩感知能力和想象力。将点连成线、将图画补充完整的游戏，可以训练孩子的手眼协调能力和观察力。



玩出来的能力

色彩感知能力 手眼协调能力 想象力 观察力 注意力



教你怎么玩



实物练习



时常给孩子介绍大自然中的各种颜色，例如初升的太阳是红色的，树叶会由绿变黄，不同的花朵颜色不一，加深孩子对色彩的印象。再在白纸上画上树叶、花朵等形象，将其剪下，让孩子凭着记忆或想象涂色，并说一说为什么要这样涂色。

5. 测试飞毯…… P. 57~70

6. 答案…… P. 71~75

1. 迷宫城堡

小猫与旋转木马

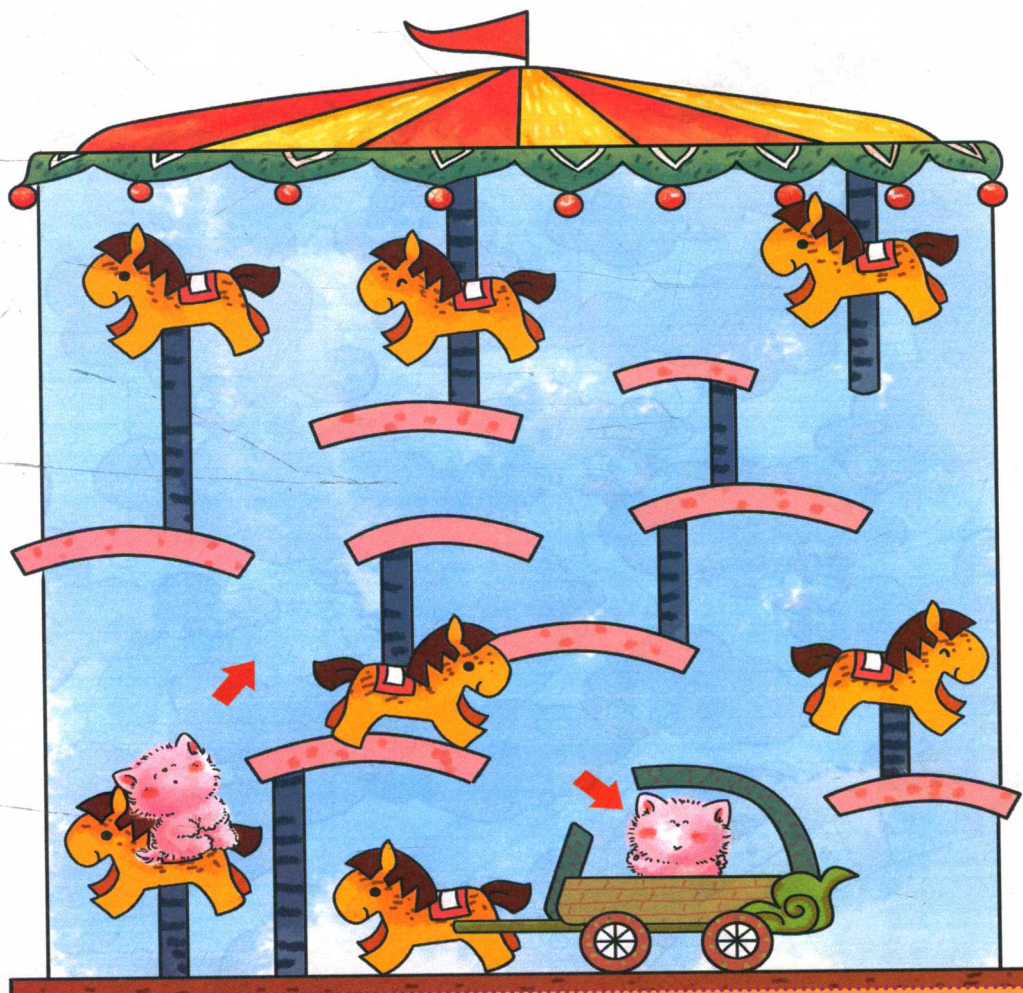
游戏小提示：建议在3分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

游戏难度



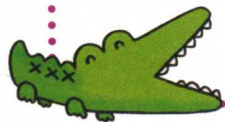
小朋友，你喜欢做梦吗？你在梦里吃到了好吃的东西，还是得到了有趣的玩具呢？瞧，小动物们也爱做梦，不过它们在梦里进行冒险旅行呢！

小猫的梦真有趣！它梦见自己在玩旋转木马，转着转着就辨不清方向了！



新手妈咪充电站

从第一个迷宫开始，新手妈咪就能发现，这次的迷宫游戏与过去不同——空间感变强了！空间感不是与生俱来的，需要新手妈咪用心训练孩子对空间和距离的感觉，这样才能让孩子看懂地图，找到自己的位置，也能帮助他（她）更快地找到复杂环境中想要的东西。如果没有空间感，走在陌生的地方，迷路是常有的事……



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆

小兔的飞天铅笔

游戏难度



游戏小提示：建议在3分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小兔的梦真有趣！它梦见自己坐在一支铅笔上，飞到了空中，在云朵间飞来飞去，还要躲避莽撞的小鸟信差呢！

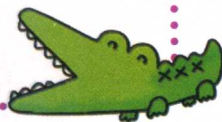


新手妈咪充电站

如何帮助孩子建立空间感呢？孩子是通过模仿大人逐步树立自己对空间的认识的。在日常生活中，多让孩子区分两个不同大小的物体，或者区分不同的顺序等，比如：“这两棵树哪棵高哪棵矮？”“你喜欢走在妈妈的左边还是右边？”让孩子做站立、蹲下、前进、后退等动作，都能帮助孩子认知前后、左右、高矮等。

2

游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆



小蚂蚁搬粮食

游戏难度



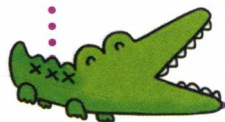
游戏小提示：建议在4分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小蚂蚁的梦真有趣！它梦见自己来到了一个数字迷宫，一串串数字绕得它晕头转向。怎么办呢？快来帮帮它吧！



游戏小窍门

数字迷宫是由一个个空心的数字串联而成的，新手妈咪可以把数字的空心部分比喻成一条条道路，而挡住道路的笔画就是墙。由此告诉孩子，走迷宫不能穿墙而过，必须从无阻碍的道路走才可以哦！



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆

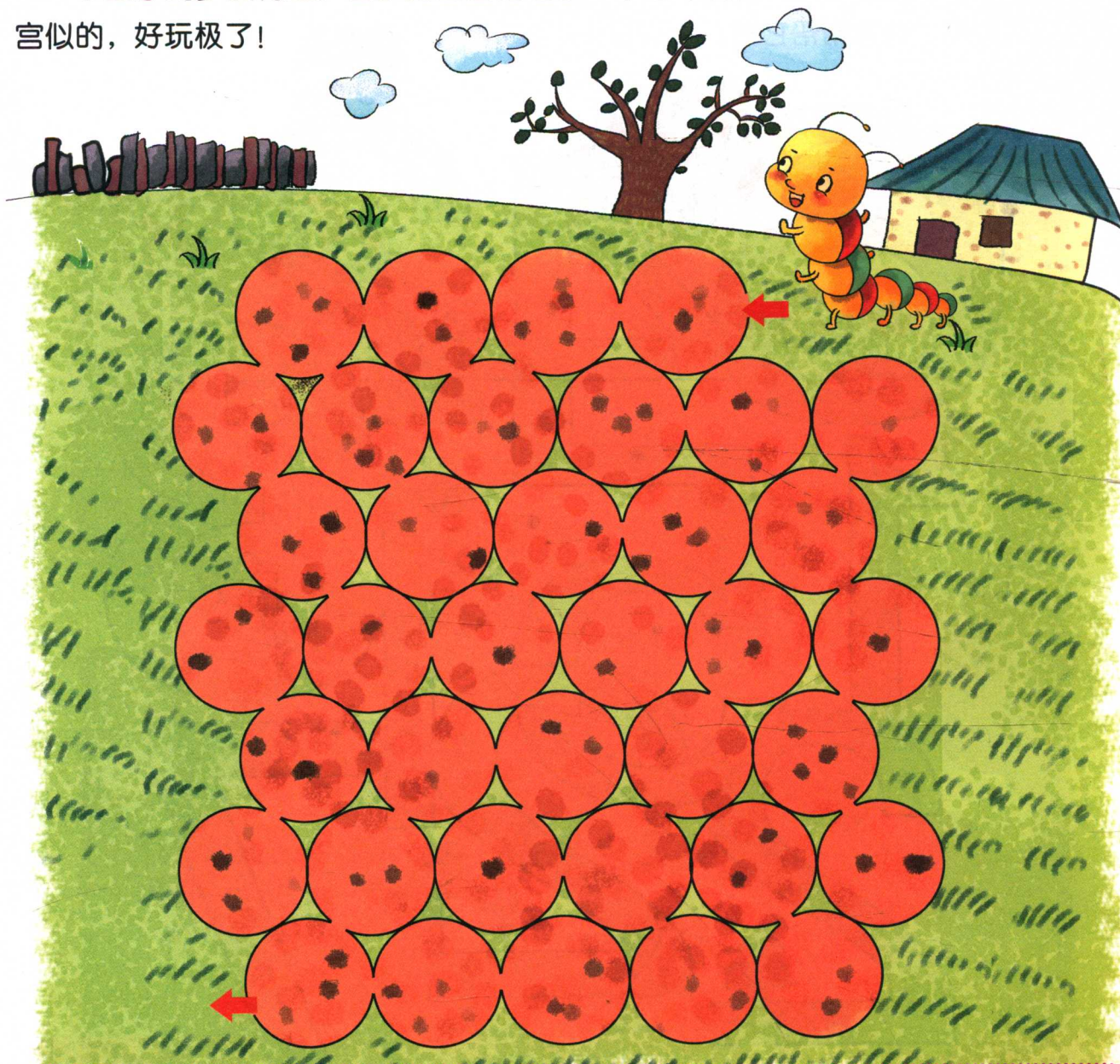
小虫钻洞洞

游戏难度



游戏小提示：建议在4分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小虫子的梦真有趣！它梦见自己钻进了一个连环洞，钻出一个又一个，像玩迷宫似的，好玩极了！

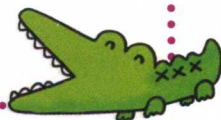


游戏小窍门

仔细观察这个连环洞迷宫，你发现了什么？没错，连环洞看似一个串一个，其实每一个圆圈都有一个细小的出口，这就是迷宫的路径。提醒孩子，必须从每个圆圈的小缺口走才是正确的。

4

游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆



小螃蟹的海底之旅

游戏难度



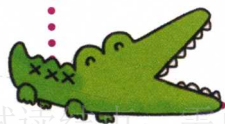
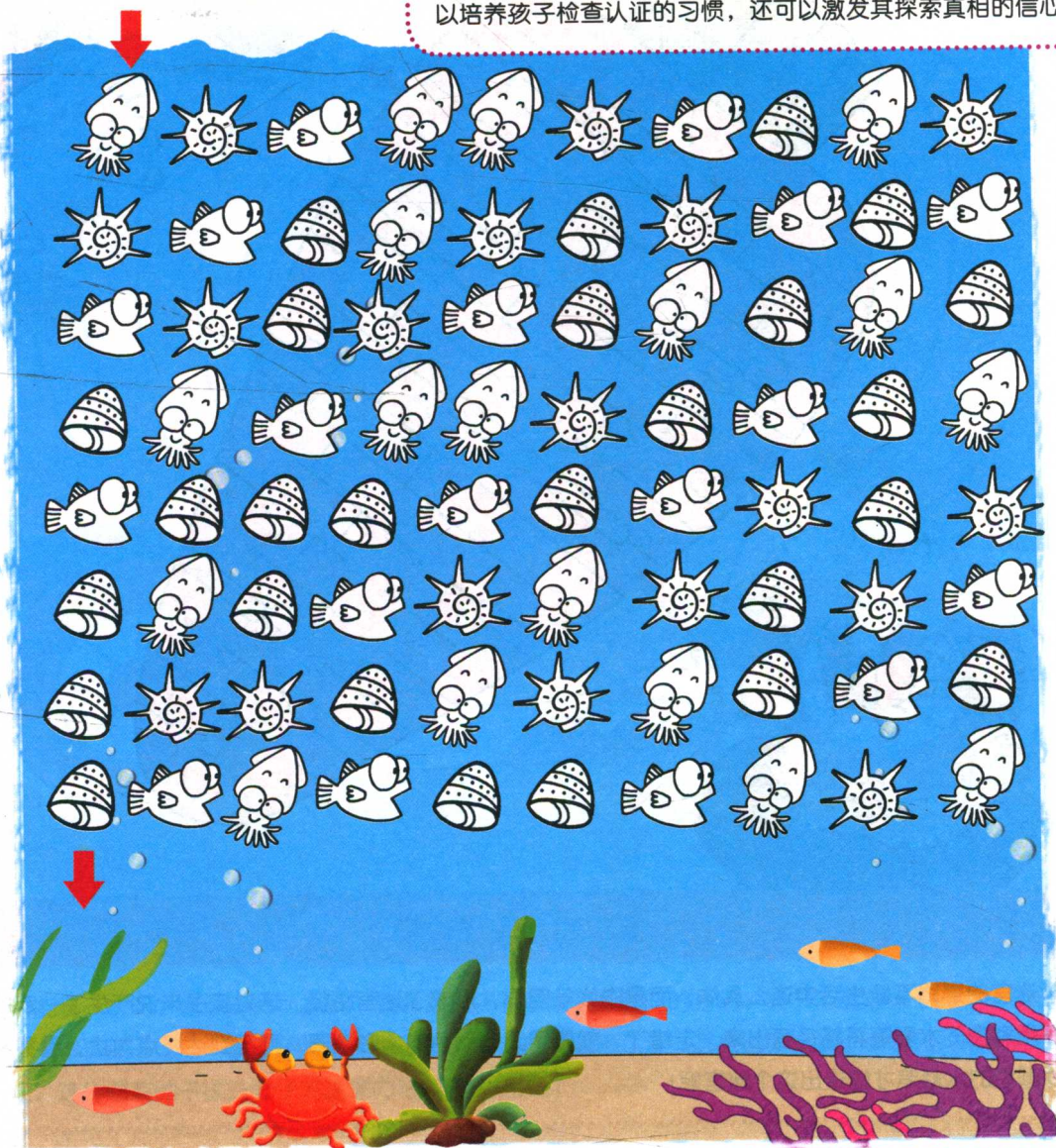
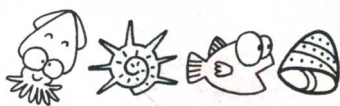
游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小螃蟹的梦真有趣！它梦见海底世界的小动物们集体出游，挡住了它的去路。想要穿过队伍，小螃蟹必须按章鱼→海螺→小鱼→贝壳的顺序前进。快帮帮它找到出路吧！

新手妈咪充电站

过于复杂的迷宫路线，有时会让孩子感到疲劳，从而产生抗拒心理。这时，新手妈咪可以与孩子一起玩，提出自己认为也许是正确答案的一条线路，让孩子走一遍进行验证。这样做不仅可以培养孩子检查认证的习惯，还可以激发其探索真相的信心。

顺序



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆

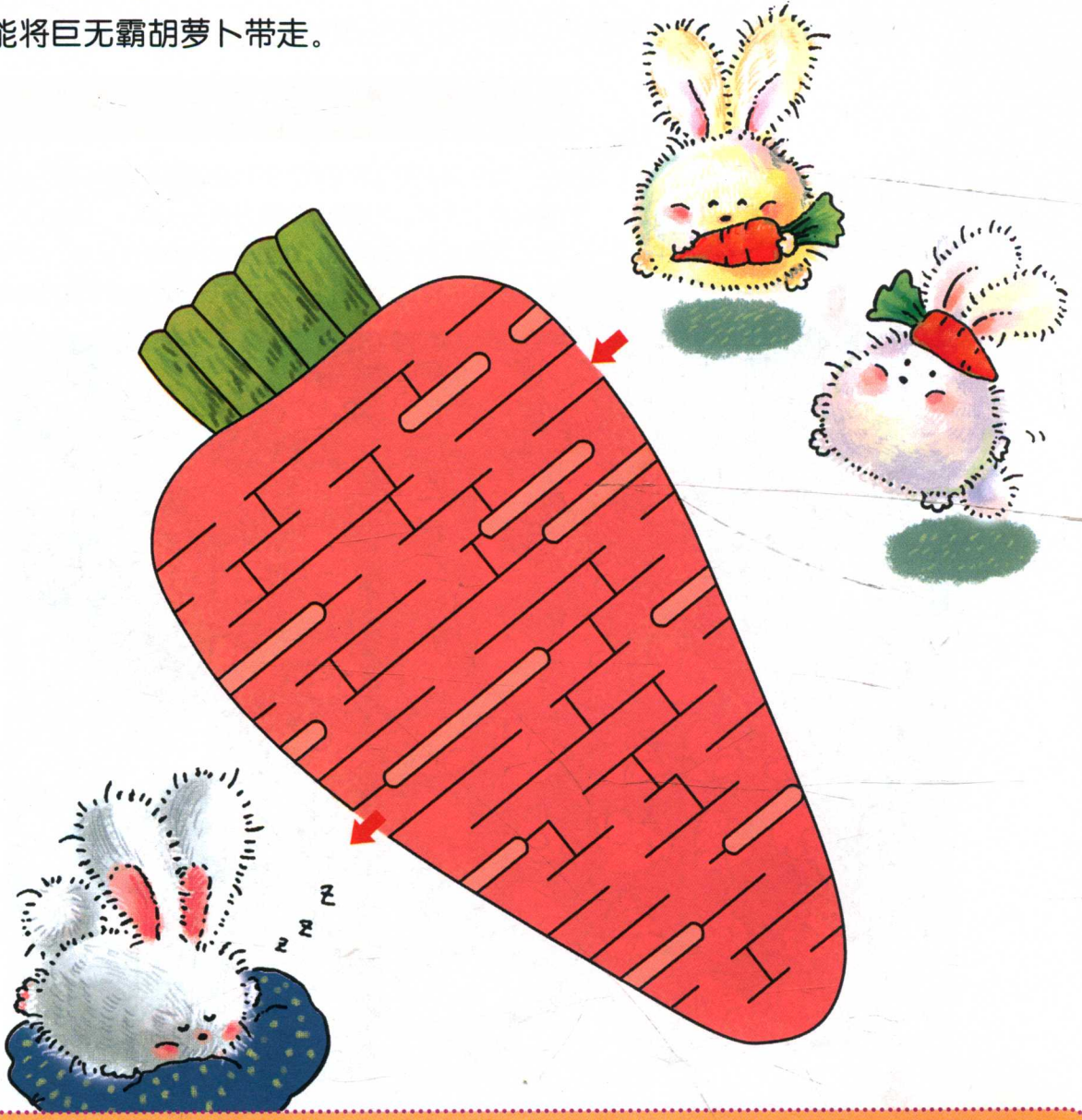
巨无霸胡萝卜

游戏难度



游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小兔的梦真有趣！它梦见了一个巨无霸胡萝卜，必须完成巨无霸胡萝卜的迷宫冒险，才能将巨无霸胡萝卜带走。

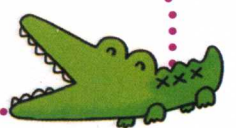


游戏小窍门

这个迷宫的道路不像生活中这么具体，而是由线条阻隔，形成了迷宫路径。这对孩子来说产生了一定的难度。可以让孩子用彩色的水彩笔将路径画出来。走错了，就再用其他颜色的水彩笔画，直至到达终点为止。看看你的孩子需要用几种颜色的水彩笔才能走出这个迷宫呢！

8

游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆



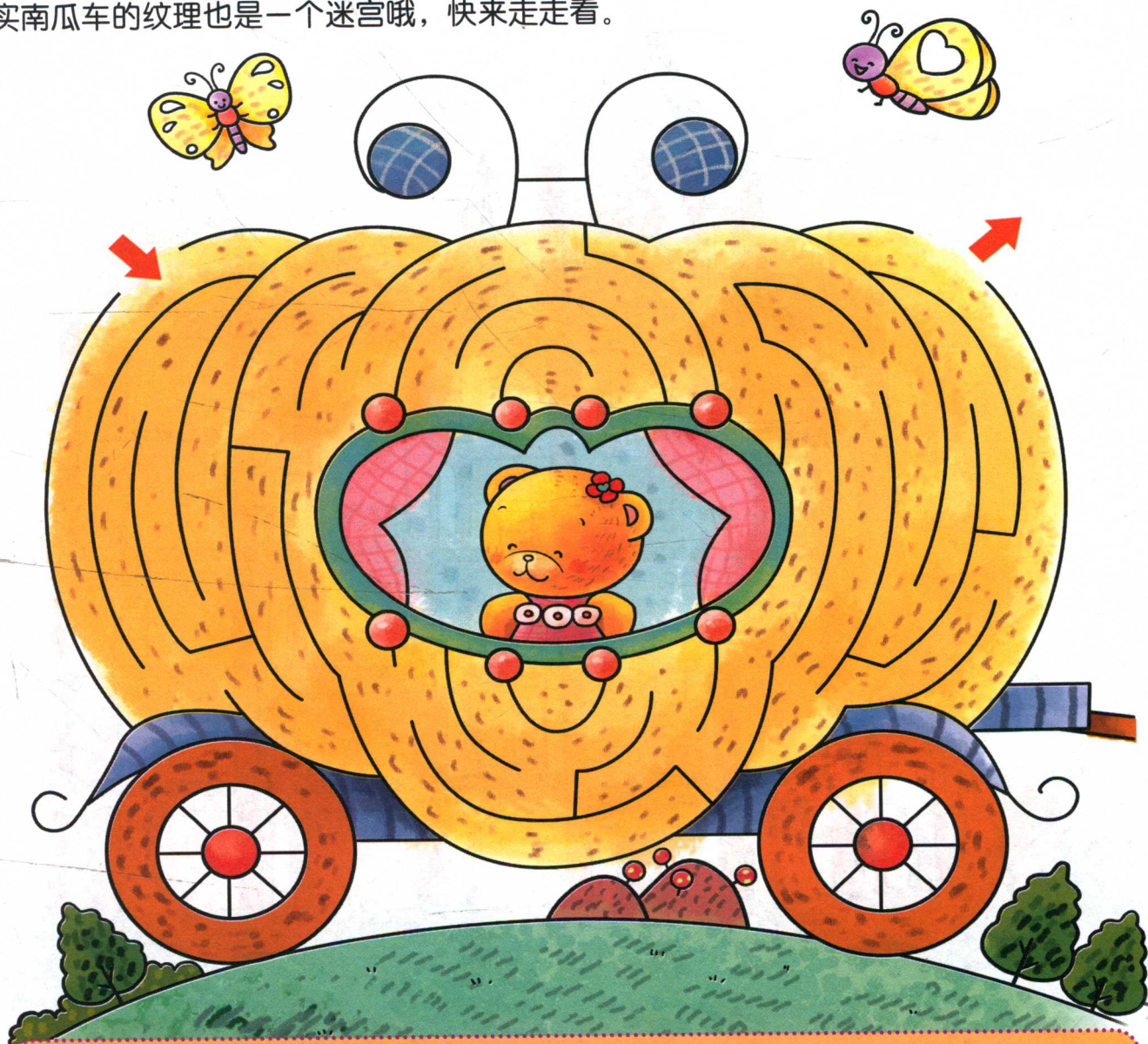
熊妹妹的南瓜车

游戏难度



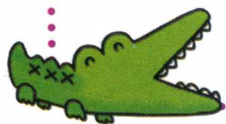
游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

熊妹妹的梦真有趣！它梦见自己变成了公主，坐在一辆装饰华丽的南瓜车里。其实南瓜车的纹理也是一个迷宫哦，快来走走看。



新手妈咪充电站

游戏只能玩一次吗？新手妈咪可以找一些曾经让孩子思索较长时间的游戏，将书本放在桌子上，让孩子站着再玩一次。由于书本离孩子远了，孩子的视野中除了书上的游戏外还多了许多其他因素。孩子必须先排除干扰因素，全神贯注地游戏，这样做有助于提升孩子的注意力与抗干扰能力。



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆

每天只玩5分钟

波波熊救公主

游戏难度



游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

波波熊的梦真有趣！它梦见自己变成了王子，拿着宝剑去坏女巫的空空城堡营救公主呢！

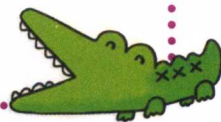


游戏小窍门

这个迷宫与以往玩过的迷宫都不一样，迷宫中用梯子构成了路径。波波熊进入城堡后，想要进入另一个房间，必须从门框通过；想要上一层楼，必须爬梯子。否则，波波熊是无法腾空飞到公主身边的哦！

8

游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆



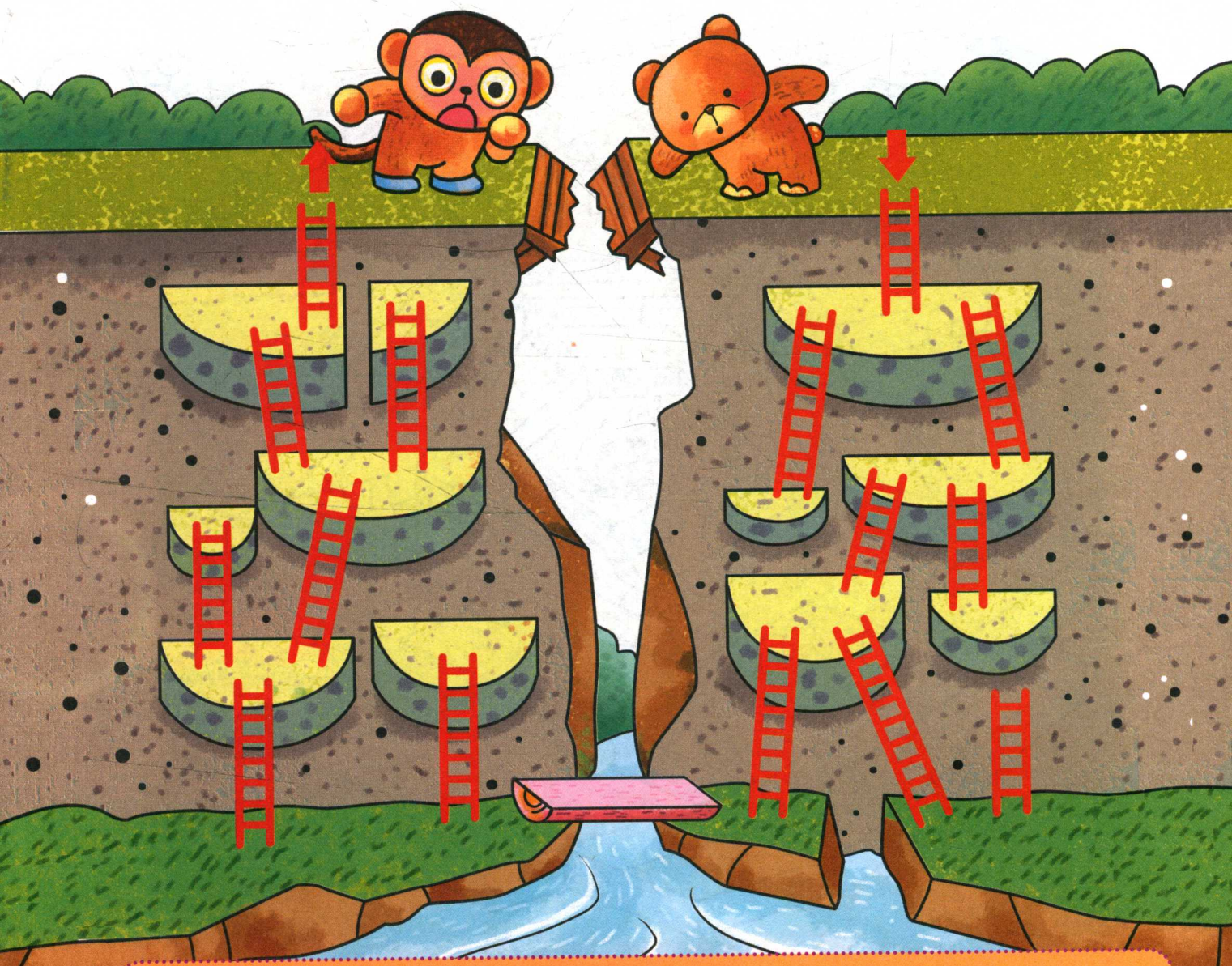
裂开的大地

游戏难度



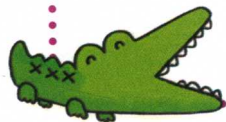
游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

波波熊又做梦了！它梦见大地突然断裂，它和小猴被阻隔在了裂缝的两侧。波波熊要怎么走，才能和小猴团聚呢？



新手妈咪充电站

孩子玩迷宫游戏前，新手妈咪可以先不告诉孩子游戏的具体规则，并且用白纸盖住“起点”、“终点”的字样或箭头，让孩子依着迷宫图自由发挥，创造出属于他（她）的迷宫游戏。



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆

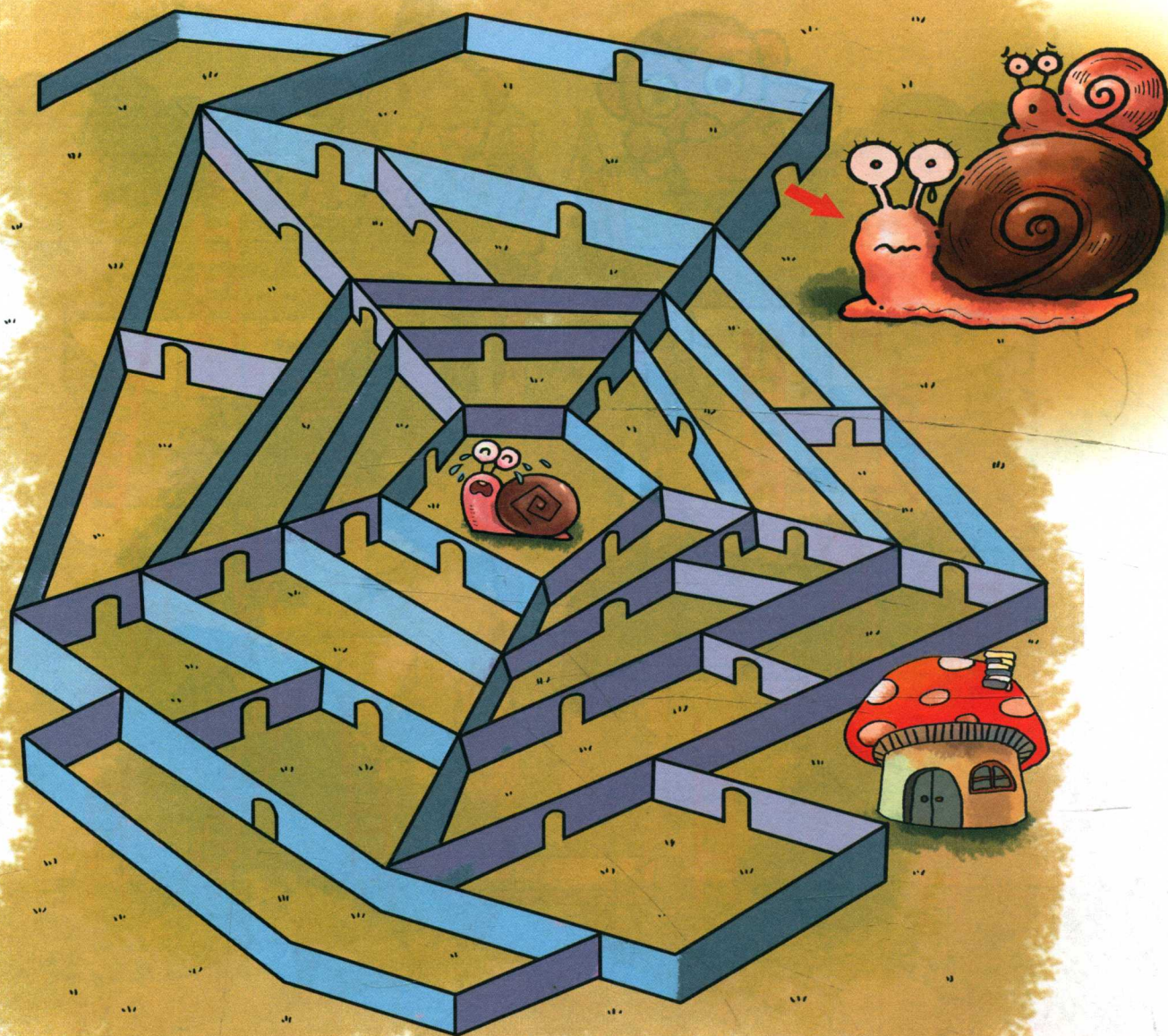
小蜗牛找妈妈

游戏难度



游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

小蜗牛的梦真有趣！它梦见自己被困在了迷宫中，找不到妈妈了！小朋友，快来帮帮小蜗牛吧！

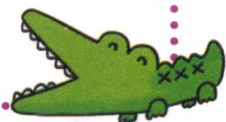


游戏小窍门

这是一个立体的迷宫，好像是一个立着的迷宫摆在孩子面前一样，道路更直观，空间感也更强。注意，小蜗牛必须通过门才可以到达另一条路，绝对不能穿墙而过哦！

10

游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆



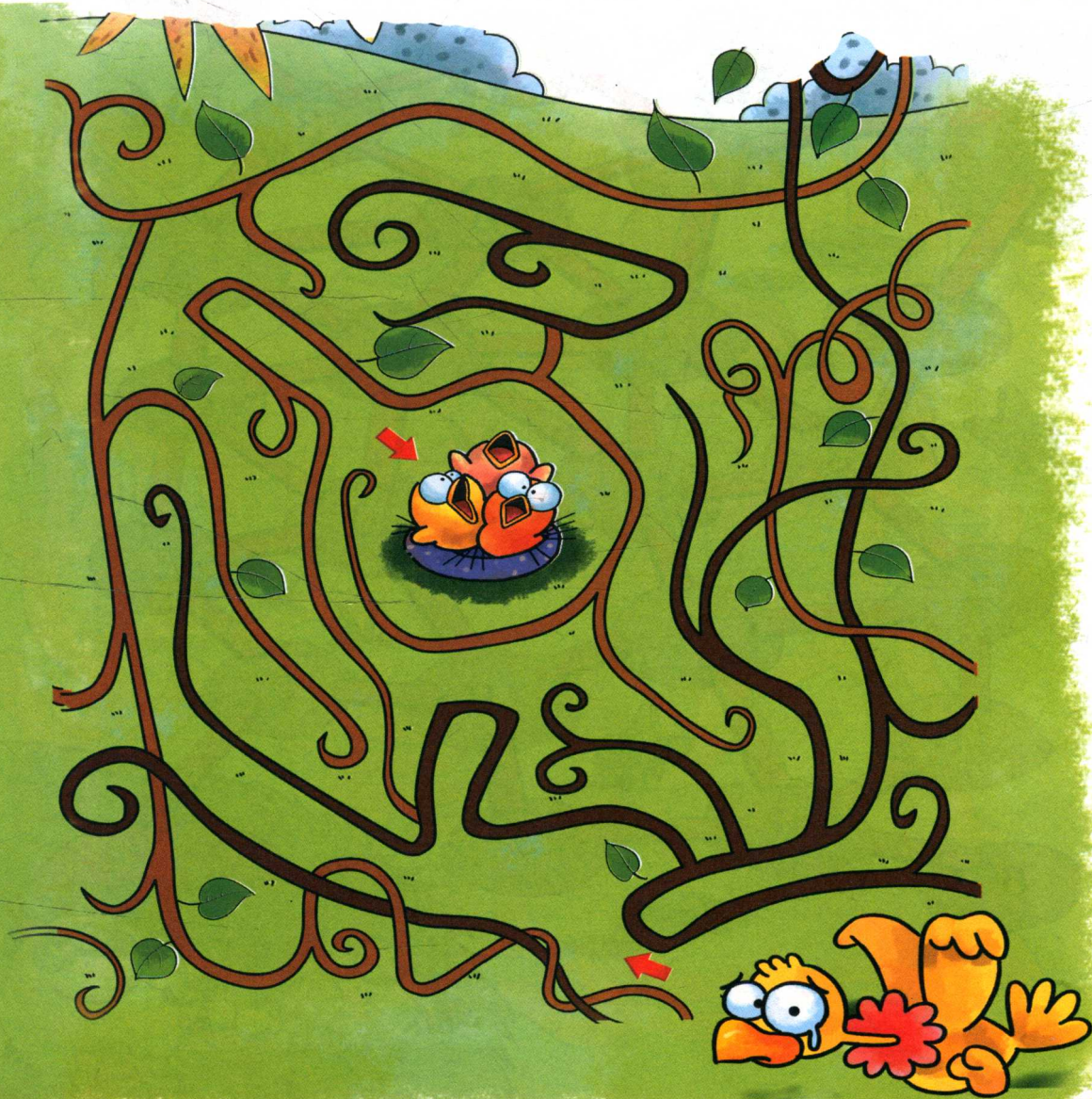
鸟妈妈救'宝宝'

游戏小提示：建议在5分钟内完成，培养孩子的抗视觉干扰能力、注意力和空间感

游戏难度



鸟妈妈也做梦了！它梦见自己的宝宝们被困在了树枝中央，缠绕的树枝好像迷宫一样，它要怎么走才能救出宝宝们呢？



新手妈咪充电站

随着游戏难度的增加，迷宫线路越来越复杂，路径也越来越窄。有些孩子的手指运用还不灵巧，在用手指着线路时通常会盖住其他路线，导致玩迷宫失败。这时，可以用铅笔或筷子代替手指在书本上滑动，帮助孩子更好地玩迷宫。



游戏计时：_____分_____秒 我的表现：☆☆☆☆☆