

陪孩子一起 玩乐童年



中国关工委教发中心
全国支学助教工程

重点推荐图书



[童年离不开玩乐 玩乐见证了童年]

张振华◎著



还孩子一个玩乐童年，
他们就会呈现一个精彩未来！
陪孩子一起玩乐童年，
是孩子的心声，更是父母成长的需要。

 中国轻工业出版社



陪孩子一起 玩乐童年

[童年离不开玩乐 玩乐见证了童年]

张振华◎著



图书在版编目 (CIP) 数据

陪孩子一起玩乐童年 / 张振华著. —北京: 中国轻工业出版社, 2013.2

ISBN 978-7-5019-8905-8

I. ①陪… II. ①张… III. ①家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第160983号

责任编辑: 王秋墨

责任终审: 张乃柬

策划编辑: 王庆

责任校对: 吴大鹏

版式设计: 奇文云海

内文排版: 锋尚

责任监印: 马金路

封面设计: 一尘书装

出版发行: 中国轻工业出版社 (北京东长安街6号, 邮编: 100740)

印刷: 北京民族印务有限责任公司

经销: 各地新华书店

版次: 2013年2月第1版第1次印刷

开本: 720×1000 1/16 印张: 20

字数: 350千字

书号: ISBN 978-7-5019-8905-8 定价: 35.00元

邮购电话: 010-65241695 传真: 65128352

发行电话: 010-85119835 85119793 传真: 85113293

网址: <http://www.chlip.com.cn>

Email: club@chlip.com.cn

如发现图书残缺请直接与我社邮购联系调换

111325Y1X101ZBW

前言

你的孩子快乐吗？

“池塘边的榕树上，知了在声声地叫着夏天，操场边的秋千上，只有蝴蝶停在上面，黑板上老师的粉笔还在拼命唧唧喳喳写个不停，等待着下课，等待着放学，等待着游戏的童年……”这是人们耳熟能详的经典老歌，欢快的旋律唱出了无数孩子的心声。

童年应该是“游戏”的童年、快乐的童年，但是，你的孩子快乐吗？

不缺吃、不缺喝，就缺玩儿，这就是当今中国孩子普遍存在的问题。不会玩儿，没时间玩儿，父母不让玩儿，让孩子们自出生没多久就失去了童年应有的快乐。

假如童年是一个跷跷板，当一头被特长班、早教班、奥数、考试、作业等沉重地压下去时，另一头的快乐就显得那样无足轻重。

玩，是孩子的天性，他们在玩中健康成长，进行好奇探索；在玩中学会人际交往，磨炼坚强的意志；在玩中建立快乐的个性。

德国诗人席勒说：“只有当人充分是人的时候，他才游戏；只有当人游戏的时候，他才完全是人。”可以说，如果父母限制孩子去玩耍，其实就是在扼杀孩子的天性。

曾几何时，重重的书包压到了孩子稚嫩的双肩；曾几何时，各式各样的特长班占据了孩子所有游戏的时间；曾几何时，无忧无虑的天真烂漫与孩子绝了缘……



有的父母认为，既然孩子来到了这个世界，就有责任把他培养成才，结果导致每个孩子大同小异，个个都被培养成了“神童”，小小年纪琴棋书画无所不通无所不晓，英语说得非常流利，能解出成人都解不出的奥数题，古文诗词倒背如流……但是，你的孩子快乐吗？

细心观察你会发现，如今有的孩子脸上早已退却了稚气，有的孤独，有的内向，有的面对沉重的学习压力苦不堪言……我们不能否认，从孩子小时候培养他们的一些专长，对他们以后的人生会有所帮助，但因此剥夺了原本属于孩子的快乐，是否得不偿失？

很多父母回忆起自己的童年时代，脑子里总会出现这样的画面：春天里，上山摘野花，下河摸鱼，在一望无际的草坪上放风筝；夏天里，去明澈的小溪游泳嬉戏，坐在秋千上荡来荡去；秋天里，爬到高高的树上摘果子，小伙伴围成一圈丢手绢；冬天里，趁着月光嘻嘻哈哈捉迷藏，跑到雪地里堆雪人、打雪仗……

想到这些，一丝微笑就会挂在我们的嘴角，快乐充满了整个心田，于是无数人感叹：“多想再回到童年！”

回到现实中，站在孩子的角度，他们的童年是否充斥着童年时候的快乐与欢笑，抑或他们的欢笑早已被各种压力所代替？

当他们在你面前嬉戏，脸上有着花一样灿烂的笑容；当他们一边放着风筝，一边笑着向你招手：“爸爸妈妈，看，风筝飞得好高啊！”这样的场景是多么的亲切而放松。但是，你有多久没有带孩子一起玩儿了？孩子又有多长时间未曾享受这般快乐了？

有人曾以欧洲一年级的孩子和中国同龄孩子为对象做过一项调查，结果显示，欧洲的孩子每周用于玩耍和运动的时间平均每人18.4小时，而中国的孩子人均仅有9.2小时，是欧洲孩子玩耍时间的一半。

你时常抱怨自己上班辛苦，可曾想过孩子也很辛苦，我国孩子每天在学校的时间平均为8.6小时，有的孩子甚至长达12小时，即便是周末，也有60%的孩子需要参加各种兴趣班和学习班，而有35%的孩子直接表示过得不开心、不快乐。

也许你会说：“如今社会竞争如此激烈，孩子不学点东西，打好基础，就会



被别人超过，出现生存危机。现在不让他玩，是为了他的未来更加精彩！”于是，“让孩子赢在起跑线上”被广大父母所推崇。但孩子是如何想的呢？

有一位家长为了让女儿成才，在孩子上幼儿园时就对她进行各种特色教育，孩子五岁时就能背诵70首唐诗，100多个成语，记忆力惊人。一天，她接孩子放学后，女儿突然仰头说：“妈妈，我一点也不开心。”这样的话从一个五六岁的孩子口中说出，有多少家长不感到震撼与痛心？

到底是什么让孩子像陀螺一样不停地旋转，没有停下来喘息的机会？是谁让孩子像只蜗牛，背着重重的壳度过原本应该快乐的童年？作为父母，你可曾想过，高学历、充裕的金钱、令人敬畏的权势并非意味着快乐，“神童”也不一定有着精彩的未来。

一般人理解的“神童”都是那些早慧儿童，智力超群，据说智商在140以上，但现代儿童教育学家认为，早期教育造就的应该是聪明可爱、天真活泼、有自己个性的孩子，并非小大人似的“神童”。

每个人的童年只有一次，童年应该是快乐、无忧的代名词，任何人没有剥夺孩子玩耍的权利，所以想让孩子顺利成长，幸福地度过一生，就要遵循他们的个性，还他们一个快乐的童年！

作者用了一年的时间，对新时代爸爸妈妈们展开调查，深入幼儿园探求孩子喜欢玩儿的的游戏，同时对游戏知识进行了大量研究，在掌握充足第一手材料的基础上写成本书。本书将孩子喜欢玩儿的、爱玩儿的、能促进他们成长的游戏汇集起来，包罗万象，推陈出新，并贯穿于实际生活当中，易操作，易亲子共同玩耍，更能促进亲子关系。在此过程中，要特别感谢中国轻工业出版社王庆老师给予的细致指导，除此之外，还要感谢对此书提供帮助和支持的朋友们，他们分别是徐玉霞、魏敏、王昂、王四新、朱琳琳、贺辉、杨雪，在这里也向他们表示感谢。







chapter 1

健康成长篇

——玩，是让孩子可以自由飞翔的翅膀

“亲亲”大自然：在大自然中体会生命的丰富多彩 003

旅行：开阔孩子的视野 008

看电影：让孩子品尝美味的“精神食粮” 013

做家务：让孩子收获自己的劳动成果 017

游泳：增强孩子的身体协调能力 021

踢球：培养孩子的体商 024

晒太阳：给孩子最好的“补品” 028

chapter 2

人格修养篇

——玩出魅力，做有人格魅力的儿童

种植花草：培养孩子的责任感 035

养小动物：培养有爱心的孩子 039

玩真心话大冒险：培养诚实守信的孩子 043

为老师制作节日礼物：让孩子学会感恩 048

玩白羊黑羊过独木桥：教孩子学会谦让 052

一起去野餐：让孩子学会分享 056

滑旱冰：培养孩子的意志力 062

chapter 3

愉快社交篇

——玩中交友，找到快乐“玩伴”

去串门：让孩子在与人交往中学习交际 071

接待客人：让孩子做一回小主人 076

举办生日派对：增强孩子的组织能力 079

参加趣味运动会：打造孩子的合作精神 084

交笔友：扩展孩子的交友渠道 088

玩跳房子：在游戏中开发友情天地 092

捉迷藏：让孩子学会换位思考 095

丢沙包：消除孩子的交往恐惧 101

chapter 4

探索学习篇

——边玩边学，疯玩也能长知识

拆闹钟：刺激孩子的求知欲 109

做小实验：增强孩子的思考力 113





- 玩拼图：开发孩子智力 118
- 猜谜语：让孩子学得更多 123
- 参加夏令营：在玩和学习中度过快乐假期 129
- 去动物园：丰富孩子的知识 134
- 参观博物馆：提高孩子的文化素养 138
- 去科技馆：激发孩子对科技的狂热 144

Chapter 5

独特个性篇

——玩出自我，让孩子做回自己

- 去农村玩：让生活在城里的孩子体验不同生活 151
- 爬山：塑造孩子坚强的个性 155
- 过家家：让孩子“导演”自己的生活 160
- 野营：培养自强不息的孩子 165
- 参加家庭会议：培养有决断力的孩子 169
- 看大海：开阔孩子的心胸 174
- 坐过山车：锻炼孩子非凡的胆量 178
- 放风筝：培养不骄不躁的孩子 183



chapter 6

特殊才能篇

——玩出个性，会玩的孩子与众不同

- 折纸：提高孩子的动手能力 191
- 购物：培养小小理财专家 196
- 堆雪人：给孩子创作的机会 201
- 翻花绳：提高孩子的空间和形象思维能力 206
- 玩手影：激发孩子的想象力 210
- 组织 Party：培养孩子的领导力 216
- 走进艺术殿堂：培养孩子的审美能力 220
- 玩积木：训练孩子的逻辑思维能力 224
- 老鹰捉小鸡：练就孩子敏锐的反应能力 230

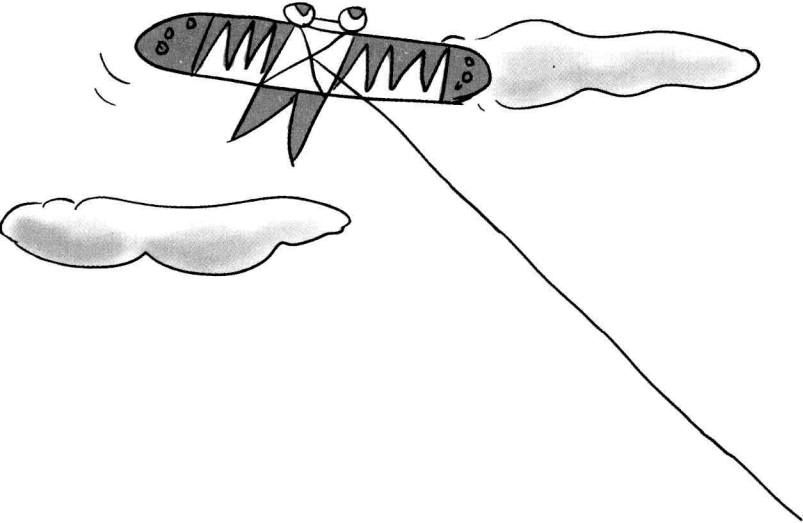
chapter 7

习惯养成篇

——玩出好习惯，好习惯决定好未来

- 一起去散步：教孩子养成锻炼身体的好习惯 239
- 看蚂蚁搬家：培养孩子善于观察的好习惯 244
- 去图书馆：培养孩子阅读的好习惯 249
- 钓鱼：锻炼孩子集中注意力的好习惯 253





打电子游戏：培养孩子善于自我控制的好习惯 258

下棋：培养孩子做事认真的好习惯 263

去军营：培养做事不拖延的好习惯 267

chapter 8

美好童年篇

——玩玩玩，玩出一个快乐童年

捏橡皮泥：给孩子一个五彩缤纷的童年 275

吹泡泡：丰富孩子童话般的世界 280

丢手绢：玩出童年最真的快乐 285

荡秋千：让孩子体会乘风飞翔的感觉 290

抽陀螺：让孩子快乐“玩转”童年 294

爬树：释放孩子的“野”性 300

玩得开心：玩是童年唯一的“任务” 304





chapter 1

健康成长篇

——玩，

是让孩子可以自由飞翔的翅膀



“亲亲”大自然：在大自然中体会生命的丰富多彩

大自然赋予了人类美好的日光、空气、水和田野，生活在大都市的孩子很少有亲近大自然的机会。让你的孩子拥抱大自然吧，在泥土的清香中尽情嬉戏，在大自然中体会到生命的丰富多彩，从而拥有与大自然般质朴、神秘的独特个性。

有人说城市的孩子最“可怜”，因为他们对昼夜的理解只是天色的明暗而非日月交替，对四季的感觉只是衣服的增减而非四季变化。很多孩子长大后对童年的回忆只有不计其数的玩具、读不完的书等，与大自然有关的非常少，而他们所谓难忘的快乐童年，无非就是压岁钱、游戏机、汉堡包之类的模糊记忆。

孩子的快乐童年不只是由水泥地、高楼大厦、电视机组成的，那里应该有月夜的蛙鸣、枝头的鸟儿歌唱，还有花蝴蝶漂亮的衣裳。

国内外的儿童教育学家和心理学家通过实验发现：大城市的孩子感知能力很低。有一位小学老师曾讲述过这样一件事：

有一次我带孩子们去春游，那天阳光明媚、春风拂面，鸟儿在树林里啾啾，溪水在脚边淙淙。我被眼前的美景惊呆了，问孩子们：“你们听到溪水的声音了吗？今天的风不错吧？小鸟唱什么呢？”结果大多数



孩子的答案是“不知道”。

由此，这位老师感叹道：“儿童的知觉应该比成人更敏感，对周围的一切充满了好奇心，然而在这些孩子的身上已经找不到了。”

是的，现在的孩子似乎只习惯从图画书、卡通片和动画中了解、感知那些不真实甚至并不存在的世界，对真正的自然界感觉迟钝和麻木。

其实孩子更渴望到户外去，他们喜欢蹲在地上花几个小时看蚂蚁搬家，喜欢触摸小河中鹅卵石奇怪的纹理，喜欢眯缝着眼看蓝天白云，喜欢听小鸟轻快的歌唱，喜欢和花蝴蝶一起舞蹈……

让孩子“亲亲”大自然，是孩子认识世界、陶冶情操、锻炼身体、增长知识的有益活动，对孩子的身心发展以及良好个性的培养有着极其重要的作用。

曾经看过一套很有创意的有关育儿奶粉的广告，内容发人深思：

一个小男孩睁着一双大眼睛观察树枝上爬行的毛毛虫，并耐心地画了下来，接下来的日子里，无论刮风下雨，这个小男孩雷打不动地观察毛毛虫的变化，并一点点画下来……

开学那天，男孩拿着自己的画册羞答答地走上讲台，当他翻开第一幅画时，孩子们只看到一枝绿色的树枝和一片叶子，顿时发出了刺耳的嘲笑声，接着当第二幅、第三幅、第四幅画呈现在孩子们面前时，他们被画里的变化惊呆了，教室里一时鸦雀无声。

随着画册不停地翻动，孩子们看到绿色的毛毛虫变成了美丽的蝴蝶在画册上翩翩起舞……顿时，台下发出了雷鸣般的掌声。

这套广告还分了蝌蚪篇、手影篇、多米诺骨牌篇，每则都与一个与众不同的男孩有关，让人记忆犹新并由衷喜欢上这个小男孩，男孩出色的表现源于他对大自然耐心、细心的观察，男孩的优秀来自于大自然。

大自然是孩子最好的老师，是一个丰富多彩的世界，它的千姿百态深深吸引着富有好奇心的孩子，如果家长有意识地让孩子亲近大自然，引导孩子学会观察，就能够打开孩子向大自然探索知识的心扉。

