

100种儿童亲子益智游戏

熊会安 卢健◎主编



NLIC2970894332

献给所有父母与孩子的亲子益智游戏宝典！！

全家人的
快乐放松
秘籍

❤ 通过亲子游戏，有效促进孩子的身心发展，
父母也可以更关注孩子，更了解孩子，
更好呵护孩子成长。



吉林出版集团
Jilin Publishing Group



吉林科学技术出版社
Jilin Science & Technology Publishing House

100种儿童亲子益智游戏

熊会安 卢 健◎主编



吉林出版集团
Jilin Publishing Group



吉林科学技术出版社
Jilin Science and Technology Publishing House

图书在版编目(CIP)数据

100种儿童亲子益智游戏/熊会安,卢健主编. —
长春:吉林科学技术出版社,2013.3
ISBN 978-7-5384-6560-0

I. ①1… II. ①熊… ②卢… III. ①智力游戏—儿童
读物 IV. ①G898.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第037605号

100种儿童亲子益智游戏

主 编 熊会安 卢 健
出 版 人 李 梁
责任编辑 刘宏伟
图片摄影 孙宗浩
封面设计 长春茗尊平面设计有限公司
制 版 长春茗尊平面设计有限公司
开 本 880mm×1230mm 1/32
字 数 100千字
印 张 6.5
印 数 1—5000册
版 次 2013年6月第1版
印 次 2013年6月第1次印刷



出 版 吉林出版集团
吉林科学技术出版社
发 行 吉林科学技术出版社
地 址 长春市人民大街464号
邮 编 130021
发行部电话/传真 0431-85635177 85651759 85651628
85677817 85600611 85670016
储运部电话 0431-84612872
编辑部电话 0431-85642539
网 址 <http://www.jltp.com>
印 刷 长春新华印刷集团有限公司

书 号 ISBN 978-7-5384-6560-0
定 价 19.90元
如有印装质量问题 可寄出版社调换
版权所有 翻版必究 举报电话:0431-85635185

序

我们常说孩子是祖国的花朵，未来的希望，然而，社会的高速发展，生活节奏的逐步加快，年轻的父母却面临着前所未有的挑战。工作、学习、应酬等让他们疲于奔波，没时间也很难抽出时间和孩子进行交流，就是偶有空闲，也最多就是问问孩子的学习。话题少，时间短，让孩子对家长的那种情感的依赖逐渐在降低，再加上孩子进入小学面对紧张的学习和繁重的课业负担，在心理存在一定的压抑，从而影响其健康成长。

如果说在孩子处在学龄前阶段父母是作为孩子的第一任老师出现，那么进入小学后，父母就应该成为老师的助手，成为孩子最贴心的朋友，除了生活的照顾外，更多的是对孩子情感的培养，心理的疏导。但不少家长在这点做得很不够，他们觉得自己的孩子慢慢长大了，不需要了，殊不知这个阶段的孩子也需要父母的呵护，也希望父母多了解他们、关注他们。如何让现实存在的问题与素质教育实现无缝对接，让孩子能够听得进，悟得到，反应快、体会深？我觉得游戏能够担负起这个纽带和桥梁的作用，父母通过游戏这个平台、这个媒介以肢体活动的形式与孩子在情感上交流。既让孩子再一次靠近父母，重拾快乐，又使孩子紧张的学习得到暂时的舒缓，学习效率能得到相应的提高。

熊老师和卢老师是我区的体育教学骨干，在体育教学上有自己独特的见解，并有较强的科研意识和能力。为了更好地加强父母与孩子的沟通与交流，培养孩子多方面的能力，让孩子得以健康而全面的成长，他们经过多年的研究，摸索出一套

适合小学中低段学生的亲子游戏。通过在我区多所学校广泛实践，得到了实验学校老师、孩子及其家长的充分认可。大家一致反映和孩子零距离的对话，原来可以这么简单有趣。

喜闻《100种儿童亲子益智游戏》一书将要出版，我非常高兴，通过对该书的样稿细细研读，我觉得该书内容具体清晰，对象明确，层次鲜明、趣味性强。在讲究科学的同时，突出了实用性与可操作性。

本书的亮点我归纳为四个方面：一是版面生动活泼，图文并茂，内容明了，让家长们一看书就知道为什么玩？玩什么？怎么玩？二是本书的游戏简单、易懂易学易操作，所需的器材随处可见；三是创编的游戏中既体现了一定的趣味性又在针对不同年龄段的孩子上做到了区别对待，每个游戏的后面基本上都增设了一个难度升级内容；四是本书的游戏融入了大量现代元素，体现了与时俱进的特点。如大人小孩特别喜欢“愤怒的小鸟”、“植物大战僵尸”等游戏，就很自然很巧妙地成为了一个个亲子游戏的素材，既让父母与孩子情感得以沟通，又能使孩子在观察、记忆、灵敏和力量等身体素质方面得到了相应提高。此外孩子的认知能力、交往能力、合作意识、竞争意识及孩子个性的完善和发展，也在与父母进行游戏过程中得以培养。

本书的出版既是对目前市面上主要针对学龄前儿童的亲子游戏的一个补充，同时也是对小学体育的一个拓展和延伸，为孩子们的健康成长、快乐学习和幸福生活奠定了坚实的基础。

天津市红桥区教育局局长：

马文娟

2013.1.8

目 录

- | | | | |
|----------------------|----|-------------------|----|
| 1. 打BOSS | 8 | 19. 如来神掌 | 44 |
| 2. 反弹入筐 | 10 | 20. 夺球大战 | 46 |
| 3. 投篮高手 | 12 | 21. 顶物角力 | 48 |
| 4. 炮轰飞机 | 14 | 22. 对 拐 | 50 |
| 5. 打碉堡 | 16 | 23. 黑夜保卫战 | 52 |
| 6. 植物大战僵尸之单枪射手 | 18 | 24. 夜幕下的排雷兵 | 54 |
| 7. 武装对战 | 20 | 25. 飞机空投 | 56 |
| 8. 链球击物 | 22 | 26. 悬崖勒马 | 58 |
| 9. 套 圈 | 24 | 27. 盲人投掷 | 60 |
| 10. 航空母舰 | 26 | 28. 盲人对战 | 62 |
| 11. 罗锅赛跑 | 28 | 29. 夜埋地雷 | 64 |
| 12. 托球赛跑 | 30 | 30. 盲人接力 | 66 |
| 13. 赶猪入圈 | 32 | 31. 盲人击鼓 | 68 |
| 14. 气球快跑 | 34 | 32. 盲人摸象 | 70 |
| 15. 猜拳追逐 | 36 | 33. 狙击精英 | 72 |
| 16. 巧夺妙逃 | 38 | 34. 愤怒的足球 | 74 |
| 17. 拉人进圈 | 40 | 35. 弹弓射气球 | 76 |
| 18. 拉人移动 | 42 | 36. 小小消防员 | 78 |

37. 弹指神功	80	59. 找 茬	124
38. 含沙射影	82	60. 找别扭	126
39. 夜幕狙击手	84	61. 憋 七	128
40. 抓筷子	86	62. 数蛤蟆	130
41. 枪打老虎人	88	63. 短语接龙	132
42. 手疾眼快	90	64. 精准着落	134
43. 偷 菜	92	65. 钓 鱼	136
44. 对打球	94	66. 背篓接物	138
45. 快速射门	96	67. 保龄球	140
46. 拍马屁	98	68. 夹物传递	142
47. 快速翻打	100	69. 超级表演	144
48. 打苍蝇	102	70. 超级画像	146
49. 惊心锁	104	71. 超级猜猜猜	148
50. 颠牌倒序	106	72. 单足高尔夫	150
51. 双猜拳	108	73. 单手倒两球	152
52. 双写双画	110	74. 花式跳绳	154
53. 智取硬币	112	75. 翻子象棋	156
54. 谁是BOSS (领头人)	114	76. 军旗战	158
55. 猜硬币	116	77. 别碰我	160
56. 破译数字密码	118	78. 记忆大比拼	162
57. 猜 数	120	79. 快速换物	164
58. 寻 物	122	80. 吹毛求胜	166



- 81. 蚂蚁运粮 168
- 82. 抢滩登陆 170
- 83. 攻守兼备 172
- 84. 猜拳竞快 174
- 85. 夹豆比快 176
- 86. 嗑瓜子比赛 178
- 87. 立铅笔 180
- 88. 挑木棍 182
- 89. 孤注一掷 184
- 90. 智取情报 186
- 91. 算珠对踢 188
- 92. 完美弹球 190
- 93. 麻将多米诺 192
- 94. 双人花样跳绳 194
- 95. 两人三足夹球赛 ... 196
- 96. 穿针引线 198
- 97. 花式踢毽 200
- 98. 竹竿舞 202
- 99. 借 光 204
- 100. 双簧表演..... 206

1 打BOSS



④ 游戏类型：

抛准类游戏。

④ 游戏适用范围：

适用于6岁以上儿童游戏。



游戏目的：

提高游戏者投掷准确性及力道控制能力，发展上肢力量，培养儿童沉着冷静的事态度及精准的投掷能力。



游戏器材及场地：

沙袋、大小目标物体（木块、药盒或烟盒等）

画一条直线作为起投线，目标物距起投线5米左右。

游戏方法：

游戏者站立在起投线后，前方摆放三个目标物体，一般摆放成相距60厘米左右的三角形，两个大个的物体作为“保镖”放在BOSS的前面，成一条直线，代表BOSS的物体要比其他两个小，而且距离起投线更远。游戏距离一般在6米左右，游戏者运用手中仅有的几个沙包（一般距离几米即可获得几个沙包）先打倒两个“保镖”，再打倒BOSS便可获胜。游戏可单人进行，亦可多人比赛。

游戏规则：

- （1）游戏者投掷时不可越线。
- （2）击中未倒不算完成。
- （3）必须先打倒两个“保镖”后，方可投击BOSS，否则视为失败。
- （4）把“保镖”击倒的同时也把BOSS打倒视为失败。



游戏拓展（难度升级）

- （1）增加“保镖”数量，方法同上，增加游戏难度。
- （2）增加“保镖”数量，把BOSS围在中间，只给三个沙袋，击倒BOSS，但不许打倒“保镖”。
- （3）增加游戏距离，增加难度。



游戏建议

- （1）建议采取室外游戏方法进行，并可根据不同情况变换各式各样玩法，调整游戏的难易程度。
- （2）可单人娱乐，也可多人比赛。

2 反弹入篓

1



2



游戏类型：

抛准类游戏。

游戏适用范围：

适用于6岁以上儿童游戏。

游戏目的：

提高游戏者对空间、位置、力度、角度的精准判断，以及投掷的精准性，培养儿童沉着、冷静的意志品质。



游戏器材及场地：

乒乓球、小纸簪（桶）

画一条直线作为起投线，纸簪与之相距4米左右。

游戏方法：

游戏开始，游戏者将乒乓球抛出，使乒乓球经过反弹后落入小纸簪（桶）中，落入小纸簪（桶）中得一分，每人十次机会，得分多者获胜。

游戏规则：

- （1）乒乓球必须经过反弹入簪（桶）方可得分，直接投入簪（桶）中不得分。
- （2）反弹次数超过一次后落入簪（桶）中，有效得分。
- （3）乒乓球经过反弹落入簪（桶）中后，又跳出簪（桶）中，不得分。



游戏拓展（难度升级）

- （1）乒乓球只允许经过一次反弹进簪（桶）才记录得分。
- （2）乒乓球只允许经过两次反弹进簪（桶）才记录得分。
- （3）通过调换纸簪（桶）的大小、高矮来增减游戏难度。
- （4）通过调节与纸簪（桶）距离长短来增减游戏难度。
- （5）反弹回力球：将纸簪（桶）放在距墙1米左右的地方（根据实际情况放置），使投出的乒乓球先撞墙再反弹入簪投桶。



游戏建议

- （1）开始游戏时尽量距离不要太远（4米左右），且纸簪（桶）不宜过小。
- （2）如果乒乓球多，可单人连续投桶后再换他人。
- （3）有了一定经验后可适当增加游戏难度。

3 投篮高手



⊕ 游戏类型:

抛准类游戏。

⊕ 游戏适用范围:

适用于6岁以上儿童游戏。



游戏目的:

提高投掷的准确性, 空间方位的判断性及投掷力度大小的控制性, 培养儿童不怕困难, 勇于进取的拼搏精神。



游戏器材及场地：

小沙包（或乒乓球）、小纸簪、塑料绳等

画两条相距4米左右的平行线，分别作为起投线和移动篮筐线。

游戏方法：

以三口之家为例，其中一人为裁判，一人为投篮者，一人为移动篮筐（背着小纸簪左5米右5米的横向移动），投篮者与移动篮筐距离3~5米，投篮者共投10次，随后交换角色游戏，进筐（簪）次数多者获胜。

游戏规则：

- （1）移动篮筐移动速度应缓慢，横向移动应步伐小，有节奏。
- （2）投篮者可原地投篮，也可跟随移动投篮。
- （3）投篮必须直接进篮筐（纸簪），“篮板球”无效（打中移动人员后脑或肩部进篮无效，注意保护移动人员）。
- （4）投篮者每次只能投出一个沙包，违例进篮无效。



游戏拓展〔难度升级〕

（1）投篮者不许移动跟随，且在移动篮筐移动两个来回内完成10次投沙包。

（2）移动篮筐可在左右横向移动时加上前后移动（前后不得超过1米距离），也就是以W行进方式横向移动。



游戏建议

（1）注意安全，采用小高抛方式，不要故意用沙包击打移动人员。

（2）练习精准后可提高难度，增加游戏的趣味性。

4 炮轰飞机



游戏类型:

抛准类游戏。

游戏适用范围:

适用于6岁以上儿童游戏。



游戏目的:

发展游戏者上肢力量，提高抛准能力及抛接球能力，培养儿童敏捷、果敢、灵活、机智等优良品质。

游戏器材及场地：

篮球、小足球（或沙包）等

画两条相距4米的平行线作为起投线和篮球运行线，在篮球运行线上取相距4米的两个点作为抛接篮球人位置。

游戏方法：

以三口之家为例，两人相距4米左右相对站立，向空中抛接篮球，另一人站在与两人垂直的中线上，距两人中点4米左右距离，用手中的小足球抛击在空中运行的篮球，击中获胜，未击中重新抛击，击中后可交换角色继续游戏。

游戏规则：

- （1）两人抛球不是传球，速度不可过快，高度也不宜过高。
- （2）只得抛击空中运行的篮球，篮球在队员手中时不可抛击。
- （3）抛击成功必须是使小足球击中篮球并改变其运行轨迹，若用沙包代替小足球可不限制，击中便可。



游戏拓展〔难度升级〕

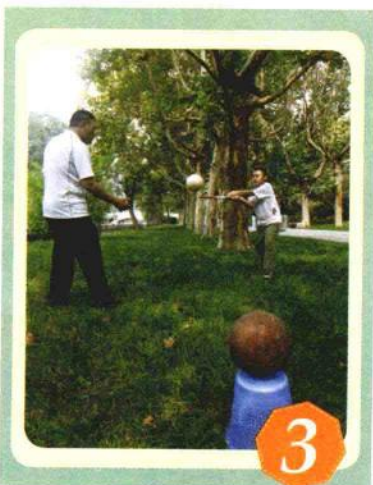
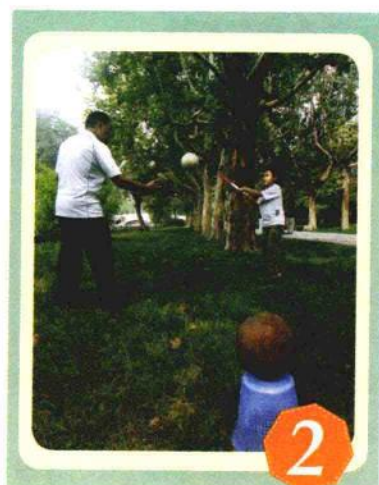
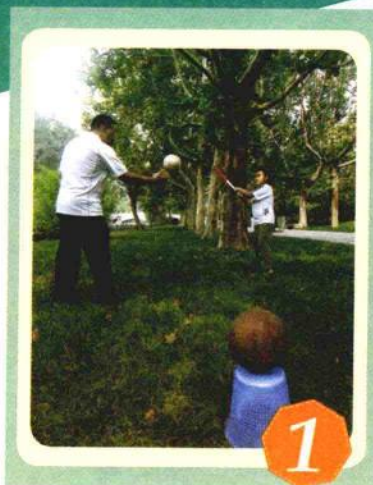
- （1）抛击距离加大。
- （2）在规定次数内完成任务。



游戏建议

- （1）游戏刚开始时建议抛接篮球速度不宜过快。
- （2）待到准确性提高后再升级难度游戏。

5 打碉堡



游戏类型：

抛准类游戏。

游戏适用范围：

适用于6岁以上儿童游戏。

游戏目的：

提高游戏者投抛的准确性及防护者的判断防护能力，培养儿童善于思考，灵活机敏等优良品质。



游戏器材及场地：

空塑料瓶、沙包、木棍等

取两个相距5米左右的点分别作为攻、守游戏者位置。