

妈妈省心、孩子喜欢的超简单**趣味满分**生活游戏！



妈妈的游戏创意
是孩子创造力的
源泉！



超好玩！ 让头脑变聪明的 150个亲子益智游戏

150

亲子益智游戏



[韩] 全垠姝/著 于丽丽/译



越玩越聪明的亲子益智游戏宝典！

简单、趣味、智慧，一样都不少的亲子益智游戏！

毋庸置疑，开发孩子潜能的特效“维生素”就是它！

中国传媒大学出版社

超好玩！ 让头脑变聪明的 150个亲子益智游戏

[韩] 全垠姝 / 著 于丽丽 / 译



中国传媒大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

超好玩! 让头脑变聪明的 150 个亲子益智游戏 / (韩) 全垠姝著; 于丽丽译.
—北京: 中国传媒大学出版社, 2012.11
ISBN 978-7-5657-0597-7
I. ①超… II. ①全…②于… III. ①智力游戏 IV. ① G898.2
中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 233642 号

150 super simple activities:
Fun activities that keep kids happy and
moms relieved by Jeon Eun Joo
The Original edition © 2009 published by HAPPY DREAM PUBLISHING CO.
The Simplified Chinese Language Translation © 2012
Communication University of China Press by
Arrangement with HAPPY DREAM PUBLISHING CO.
Seoul, Korea through EntersKorea Co., Ltd.
All rights reserved.

北京市版权局著作权合同登记图字: 01-2010-3946 号

超好玩! 让头脑变聪明的 150 个亲子益智游戏

著 者 [韩] 全垠姝
译 者 于丽丽
责任编辑 欧丽娜
责任印制 曹 辉
封面设计 北京今日中图书
出 版 人 蔡 翔

出版发行 中国传媒大学 出版社 (原北京广播学院出版社)
地址: 北京市朝阳区定福庄东街 1 号 邮编: 100024
电话: 86-10-65450532 65450528 传真: 65779405
<http://www.cucp.com.cn>
经 销 全国新华书店

印 刷 北京印刷集团有限责任公司印刷一厂
开 本 710×1000mm 1/16 印张/13
版 次 2012 年 12 月第 1 版 2012 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5657-0597-7 35.00 元

第一节 随时随地玩转身体游戏

1. 一个好的徒手游戏胜过十个玩具 _19

- ①用脚做“石头剪刀布”
- ②藏一只
- ③用“石头剪刀布”玩转各种游戏
- ④手戳拳头塔
- ⑤竖起拇指猜数字
- ⑥拍打和抚摸
- ⑦鼻子！鼻子！鼻子！
- ⑧脚掌电话

2. 大孩子更喜欢的身体游戏 _27

- ①骑马驰骋
- ②脚背上的华尔兹
- ③抢手绢
- ④亲亲十指

小贴士 用整张大纸做游戏

3. 忙也没关系，只需爸爸5分钟的身体游戏 _33

- ①爸爸的身体就是游乐场
- ②被子游乐场
- ③爸爸也躺下

小贴士 随时随地可玩的有趣游戏

游乐场会客厅 _50

总是贪心地想多教孩子点知识 怎么陪兄妹俩一起玩？孩子不喜欢沾到颜料怎么办？做游戏时孩子注意力不集中怎么办？每次做游戏都是以我发火、孩子哭闹来结束怎么办？

第二节 儿歌一曲，游戏一个

1. 可做歌曲游戏的经典童谣 _40

- ①打开东大门
- ②到哪儿了？
- ③热吗？冷！
- ④走在前面的是小偷，走在后面的是警察

小贴士 唱歌的情趣

2. 一套“wee-sing 童谣”，够英语幼儿园学习一年？_45

- ① knock knock...peek in (悄悄地……看一看)
- ② Hickory, dickory, dock (滴答，滴答，钟声响)
- ③ London bridge is falling down (伦敦大桥要塌了)
- ④ Round and round the garden (围着花园转啊转)
- ⑤ Row, row, row your boat (划小船)

第一节 在公共场所静悄悄地嬉戏

1. 和孩子一起去餐厅 _62

- ①用吸管做游戏
- ②用餐巾纸做游戏
- ③用报纸做游戏
- ④咦，什么东西消失了呢？
- ⑤在哪个杯子下面呢？

2. 在地铁和公交车里 _68

- ①妈妈的手是好玩具
- ②找出歌曲的错误部分
- ③鱼鸟木，框！
- ④用月历做游戏
- ⑤当，嗒当

3. 孩子不爱走路时 _73

- ①嘞噼噼，嘞噼噼
- ② walking, walking, walking, walking, hop, hop, hop!
(蹦蹦跳跳向前走)
- ③蜗牛赛跑
- ④在大自然中找字画

4. 排队等待的游戏时刻 _76

- ①硬币在哪只手里？
- ②猜猜是哪根手指？
- ③气球火箭
- ④找颜色
- ⑤看不见的魔法球
- ⑥用吸管模仿风琴

小贴士 用小毯子做开衫

第二节 憋闷的汽车里，

还是效果百分百的学习时间？

1. 语文游戏的邀请 _84

- ①各种接龙游戏
- ②龟兔赛跑
- ③二十岭迷
- ④每人一句编故事
- ⑤记忆游戏

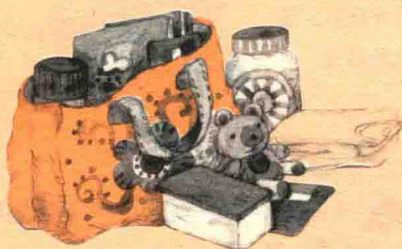
2. 英语天地的遨游 _88

- ① Who am I? (我是谁?)
- ②纠正发音
- ③举左手，举右手
- ④找出首字母相同的单词

3. 数学乐园的嬉戏 _91

- ①魔法补数游戏
- ②找车牌号
- ③找三角形
- ④说出与自己相关的数字
- ⑤看地图

小贴士 妈妈的魔术口袋



第三节 在大自然中玩耍，其乐无穷！

1. 在小区公园里 _100

- ①编戒指
- ②狗尾草大变身
- ③牛筋草
- ④树叶游戏
- ⑤让石子儿飞！

2. 散步路上 _106

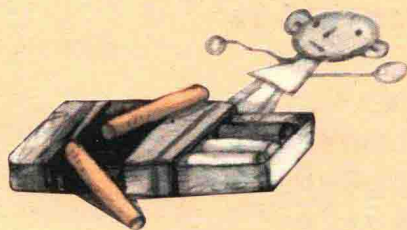
- ①手工画制作
- ②活用树叶
- ③落叶拼图
- ④天然指甲油——指甲桃花

小贴士 自己准备外出用品，让快乐加倍

3. 在树林里 _111

- ①树林中的对话
- ②树叶画
- ③树叶王冠
- ④数年轮
- ⑤躺在树林里
- ⑥玩松果

小贴士 散步路上的协奏曲



游乐场会客厅 _116

天生不会陪孩子玩怎么办？让爸爸陪孩子玩的秘诀是什么？昂贵的美术材料都需要买吗？去哪里买美术材料？孩子的画总是画得很小，是孩子的性格太小心谨慎吗？把孩子送到文化中心怎么样？

第三章 用简单材料玩起来更方便

1. 家里处处都是游戏材料 _131

- ①衣架羽毛球拍
- ②幸福的坐垫游戏
- ③在浴室玩的乐趣
- ④这也是游戏

2. 超简单材料游戏 _138

- ①用蜡油画画
- ②玩报纸
- ③玩面粉
- ④用面粉做料理

小贴士 让孩子在游乐场的快乐加倍

游乐场会客厅 _147

一定要去那些昂贵的现场做体验吗？职场妈妈没时间陪孩子玩怎么办？看着脏兮兮的孩子，总是抑制不住心头的怒火怎么办？

1. 24 小时科学教室 _156

- ①漂浮的鸡蛋
- ②找出熟鸡蛋
- ③透明的鸡蛋
- ④把鸡蛋放入瓶中的奥秘
- ⑤用塑料袋收集空气
- ⑥肉眼可以看见空气吗?
- ⑦在院子里做游戏
- ⑧磁石亲亲
- ⑨被磁石吸住的物品
- ⑩制作回形针磁铁

小贴士 看不见的文字

- ⑪勺子磁铁
- ⑫水和油的相遇
- ⑬麦比乌斯环
- ⑭糖水彩虹

小贴士 科学大观园

2. 费心一分钟, 轻松一整年! _167

- ①用书本学数学
- ②道路标志牌
- ③与爸爸比身高
- ④对战游戏
- ⑤啪啪啪啪, 拍5下!
- ⑥酒瓶里的奥秘

小贴士 与数字息息相关的身体秘密

3. 即使没有钢琴, 学习音乐也毫无问题! _174

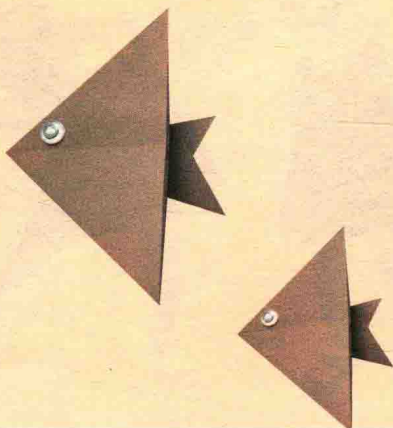
- ①沙锤游戏
- ②制作时开心, 玩时有益的DIY乐器
- ③玻璃杯木琴! 是科学, 还是音乐?
- ④画音乐
- ⑤大声与小声
- ⑥全身心感受音乐

游乐场会客厅 _179

孩子的作品累积太多, 怎么处理呢? 我的孩子很消极, 无论在哪里, 只会看别人玩耍怎么办?
孩子画画的时候常常让妈妈来代劳, 真伤心!

附录: 一起折纸吧! _183

让你轻松学会折纸的秘诀
折纸热身运动
最受欢迎的10个折纸游戏



超好玩！ 让头脑变聪明的 150个亲子益智游戏

[韩] 全垠姝 / 著 于丽丽 / 译



中国传媒大学出版社

不推脱，能马上陪孩子玩的妈妈最棒！

有一次，我带刚满周岁的女儿去学姐家做客（学姐家的孩子和女儿差不多大）。当看到他们家有那么多好玩的玩具和图书时，女儿的羡慕之情溢于言表，该回家时还依依不舍。后来在回家的路上竟然哇哇大哭起来。回想起我这个职场妈妈只知道抱怨抚养孩子有多么辛苦却从没有好好和她玩过，心里的酸楚和愧疚就会在胸中四处奔流、澎湃不息，于是我决定改变现状。

周围有很多妈妈都很会和孩子相处，连孩子的“嗯嗯啊啊”都耐心回应，我却没做到。平时口若悬河的我，对宝贝女儿怎么就没话可说呢？看样子，如果再不抓紧制订计划去学习，就连与孩子交流都成问题了。从那之后，我经常熬夜在网上查看各种游戏书。

功夫不负有心人，我的付出终于有了收获，经常陪孩子玩不仅让孩子感到高兴，自己也感到快乐，更提高了家庭幸福度。啊，真是好开心啊！

怎样才能成为一个会与孩子玩的妈妈呢？

周一美术、周二积木、周三外出……制订出周计划和月计划，然后就开始张罗着买玩具，买美术材料，还真忙了一阵子呢。但是，计划赶不上变化，好不容易熬夜制订出计划，第二天就觉得疲惫不堪了，连喂孩子吃饭都是应付：“我怎么就做不到别的妈妈那样呢？我怎么就这么懒呢？难道，我就是这样吗？”于是，心理又徘徊在放弃与自责之间。

可是，在玩了N次后，我发现了要领，也掌握了一些技巧。尤其是当看到博客上大家的称赞时，我陪孩子玩的劲头就更足了，每天都会坚持陪孩子玩一会儿。后来当我把和孩子一起做的美术游戏传到博客上后，竟然有报纸和杂志转载。这可完全是我意料之外的惊喜了！

可是，我还有一个鲜为人知的难题，那就是我们的主人公花妮——我的女儿，不管做什么游戏，只有3分钟热情，3分钟后就开始闹腾。为了适应并引导孩子，我学到了很多让孩子注意力集中到游戏上来的方法，也找到了很多能在3分钟内结束的小游戏。不过，我儿子峰峰出生后，别说是和女儿一起玩游戏了，连和她一起读本图画书都困难。儿子有个坏习惯，就是什么都爱往嘴里塞。因为这点，女儿的颜料、小剪刀等物品都只能被藏到书架上，而且，为了照顾儿子，整个夏天我都没带女儿去过一次游乐场。

可是很奇怪，有一天，女儿自己突然开始做起了手工游戏，自己用报纸做王冠、魔术棒，甚至是给自己做衣服穿……我曾经陪她做过的那些游戏，女儿自己又做了一遍，并且还加上了一些自己独特的游戏方法。注意力不到3分钟的女儿，现在一个游戏自己都能玩上3个小时。当然，如果我陪她玩时，她会更高兴。那么，花妮是怎么改变的呢？

收起私心，放空心情，等待幸福来敲门

真的是女儿变化了吗？其实在这么短的时间内，变化的不是女儿，而是妈妈，是妈妈收起了心里的贪念。以前在做手工或者画画时，我都希望通过这样的活动，让孩子学到活动之外的更多知识，比如拓展思维，学习一种语言等等，这些都是妈妈的私心。儿子出生后，我陪女儿玩的时间就少了，觉得有点对不住女儿，所以也就没有那么多要求了。当妈妈把私心抛开了，孩子也就自然而然地改变了。当然，别人家的孩子，不管妈妈有没有私心，都能跟着好好玩，花妮怎么就这么敏感呢？虽然我有点郁闷，可是有什么办法呢？这就是女儿的个性啊。

收起私心的妈妈和可爱的女儿，以及有着游戏天分的儿子，最近玩得不亦乐乎。也不用特地抽出时间，就是吃着饭、看着电视或者走着路都能玩，实在没什么可玩时，三个人就在那里静坐，我再也不用特地做计划表或熬夜准备了，更不会因为孩子不配合而倍感压力了。

真的很神奇呢！就这样玩，居然慢慢达到了当初期望的学习效果。看到孩子们喜笑颜开的表情，我会忍不住想再多教他们一点，可是因为有前车之鉴，我认识到了游戏只是游戏，它负载不起妈妈太多的期望。所以，现在我对游戏的原则只有一个，那就是，想玩就玩，开心就好。

游戏，想玩就玩！

“太累了！”“真烦啊！”“明天再做吧！”千万不要这样推脱！

当然也不用费心去找相关的图画书，或者找全所有的材料。即使是玩过之后连收拾的力气都没有，当孩子想和妈妈一起玩时，还是应该陪孩子一起玩，而且立刻行动。经常陪孩子做游戏的人都知道，即使是再好的游戏创意，如果不能立即实行，就会像逝去的流水一样，再也找不回了。

读者朋友们，当你在读书时，如果看到不错的游戏，就不要再继续读下去了，把书合上马上和孩子一起玩吧，和孩子相处的最好方法就是经常陪他玩。刚开始时，我们可能不知道玩什么、怎么玩才会让孩子高兴，当然，孩子更是不知道如何玩，不过，陪孩子一起玩过几次之后，妈妈和孩子就会慢慢有感觉了。我曾经买了一盒油画颜料，女儿一直让打开画画，我却一直推脱，直到一年之后才打开。让我惊奇的是，画过一次之后，女儿就觉得很好玩，不到4天的功夫就把一盒颜料全用完了。

到网上看看，会发现有很多才能过人的高手妈妈。但是，我之所以出这本书，是为了帮助那些当初像我一样的新手妈妈们，和她们分享一下我在向“完美妈妈”进军过程中总结出的一些游戏创意。事先声明一下，本书里的游戏，并不是让人耳目一新的了不起的游戏，而是生活中随时可玩的简单益智游戏。记得一位采访我的记者说：“看到花妮和妈妈一起做的游戏，我觉得谁都可以做到。很简单，很好玩。”

是的，无论是谁都可以做到的游戏。咦，这样也算是游戏吗？不用怀疑，类似这样随时随地能做的游戏，都是孩子们喜欢的游戏，也可以说是让妈妈身心舒畅的游戏。小游戏又怎样？只要有趣就可以了。但是我不想说“只要孩子觉得快乐就可以”之类的话。因为强制做那些不符合妈妈性格的游戏，只会让妈妈身心疲惫，而且孩子也体会不到其中的乐趣。与其勉强与孩子玩，转过身后因情绪烦躁而一脸倦怠，还不如什么都不做，只是轻轻地告诉孩子：“我爱你，因为有你，妈妈很幸福。”

幸福的妈妈是最棒的妈妈

我工作了14年，然后回归家庭，成了一名家庭主妇。经常有人问我：“哪种生活更好？”我的答案只有一个，那就是，不管是在职场工作，还是回归家庭，不管能不能陪

孩子玩，对孩子来说，妈妈幸福，孩子才会感到幸福。

如果再加上一个成为“好妈妈”的必备条件，那就是幽默感：对一些并不是很好笑的事情也能哈哈大笑，对孩子的小失误也都能坦然地快乐接受。不过，坦率地说，抚养孩子是一件很辛苦的事情，特别是孩子3岁之前，妈妈几乎是没有任何私人空间的。不能逃避的时候，我们就只有享受它了。为了胜任这种24小时无上下班时间的工作，我们非常需要这种幽默感。当然，还要有充沛的体力。

好了，不再啰唆了，最后，要对本书出版过程中一直帮助我的婆婆郑静来女士和妈妈杨崇子女士表示诚挚的感谢，同时也向邻居家妮妮妈妈表示由衷的谢意，并且要向和我一起养育孩子的爸爸表达爱意。还要对女儿和儿子说，由于要出书，所以这期间妈妈没能陪你们好好玩，在这里也向你们表示歉意。不过从现在开始，我们又可以尽情地玩了！

全垠姝



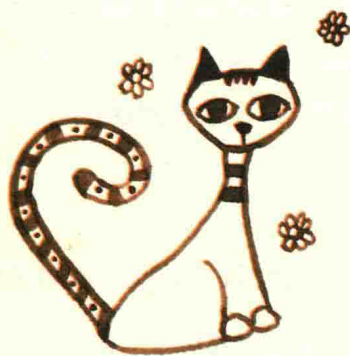
花妮爸爸——40 出头。他认为爸爸的职责就

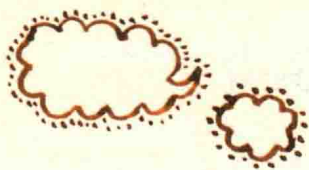
是努力工作，所以，他很少有时间陪孩子一起玩，孩子也很少见到他。其实他对孩子的关爱并不比任何人少，只是他不太懂得如何陪孩子玩，经常在 10 分钟之内就会把孩子弄哭，这可以说是一项很特别的才能。但他对此也束手无策，每次只好去文具店买些小贴纸哄哄孩子。因此，他每次陪女儿玩总是以买小贴纸结束，但是又有什么办法呢？他已经尽力了，不是吗？



花妮妈妈——电视台作家，现已回归家庭，

家庭主妇经历已有 4 年。虽然在持家方面还有所欠缺，但是很会陪孩子做游戏。自从有了孩子之后，她最大的改变就是融入了儿童图画书的世界。她爱写作，也喜欢聊天，平时最大的兴趣就是搜集育儿图书和撰写书评。她期盼着孩子能快点长大，那样就可以与孩子一起谈天说地了。





女儿——花妮，8岁，小学一年级学生，天生一个运动小健将，每天都会像小松鼠一样欢蹦乱跳的，是个精力超级旺盛的小公主。她很聪明，每当妈妈想通过游戏教她点什么的时候，她总能看透妈妈的小心思而拒绝参与，真是一个顽皮小精灵。

她喜欢折纸和手工，最近又爱上了写作，现在正在考虑是不是要把自己的理想由画家改为作家呢，哈哈。



儿子——花峰，4岁，整天就会说“嗯嗯啊啊”“哐哐哐”或者“抱抱我”之类的话。他感情丰富，也很可爱，能给人带来很多欢乐，但因为常常要配合姐姐的活动，所以也只能是在

姐姐游泳的休息室里或是在车上才能和妈妈一起玩，真是“可怜”的孩子啊。但是，所幸的是，姐姐很懂事，总能找出时间陪他做各种游戏。他以为自己也是8岁，总是喜欢和姐姐以及姐姐的朋友玩，像个小大人一样，这个聪明的小男孩是个会撒娇的小帅哥哦。

目录

作者的话

不推脱，能马上陪孩子玩的妈妈最棒！_2

第一章

徒手游戏尽情玩

第一节 随时随地玩转身体游戏

1. 一个好的徒手游戏胜过十个玩具 _19

- ①用脚做“石头剪刀布”
- ②藏一只
- ③用“石头剪刀布”玩转各种游戏
- ④手戳拳头塔
- ⑤竖起拇指猜数字
- ⑥拍打和抚摸
- ⑦鼻子！鼻子！鼻子！
- ⑧脚掌电话

2. 大孩子更喜欢的身体游戏 _27

- ①骑马驰骋
- ②脚背上的华尔兹
- ③抢手绢
- ④亲亲十指

小贴士 用整张大纸做游戏

3. 忙也没关系，只需爸爸5分钟的身体游戏 _33

- ①爸爸的身体就是游乐场
- ②被子游乐场
- ③爸爸也躺下

小贴士 随时随地可玩的有趣游戏

游乐场会客厅 _50

总是贪心地想多教孩子点知识 怎么陪兄妹俩一起玩？孩子不喜欢沾到颜料怎么办？做游戏时孩子注意力不集中怎么办？每次做游戏都是以我发火、孩子哭闹来结束怎么办？

第二节 儿歌一曲，游戏一个

1. 可做歌曲游戏的经典童谣 _40

- ①打开东大门
- ②到哪儿了？
- ③热吗？冷！
- ④走在前面的是小偷，走在后面的是警察

小贴士 唱歌的情趣

2. 一套“wee-sing 童谣”，够英语幼儿园学习一年？_45

- ① knock knock...peek in (悄悄地……看一看)
- ② Hickory, dickory, dock (滴答，滴答，钟声响)
- ③ London bridge is falling down (伦敦大桥要塌了)
- ④ Round and round the garden (围着花园转啊转)
- ⑤ Row, row, row your boat (划小船)

第一节 在公共场所静悄悄地嬉戏

1. 和孩子一起去餐厅 _62

- ①用吸管做游戏
- ②用餐巾纸做游戏
- ③用报纸做游戏
- ④咦，什么东西消失了呢？
- ⑤在哪个杯子下面呢？

2. 在地铁和公交车里 _68

- ①妈妈的手是好玩具
- ②找出歌曲的错误部分
- ③鱼鸟木，框！
- ④用月历做游戏
- ⑤当，嗒当

3. 孩子不爱走路时 _73

- ①蹦蹦跳跳，蹦蹦跳跳
- ② walking, walking, walking, walking, hop, hop, hop!
(蹦蹦跳跳向前走)
- ③蜗牛赛跑
- ④在大自然中找字画

4. 排队等待的游戏时刻 _76

- ①硬币在哪只手里？
- ②猜猜是哪根手指？
- ③气球火箭
- ④找颜色
- ⑤看不见的魔法球
- ⑥用吸管模仿风琴

小贴士 用小毯子做开衫

第二节 憋闷的汽车里，

还是效果百分百的学习时间？

1. 语文游戏的邀请 _84

- ①各种接龙游戏
- ②龟兔赛跑
- ③二十岭迷
- ④每人一句编故事
- ⑤记忆游戏

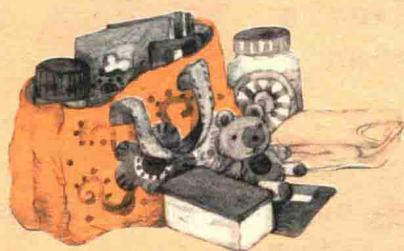
2. 英语天地的遨游 _88

- ① Who am I? (我是谁?)
- ②纠正发音
- ③举左手，举右手
- ④找出首字母相同的单词

3. 数学乐园的嬉戏 _91

- ①魔法补数游戏
- ②找车牌号
- ③找三角形
- ④说出与自己相关的数字
- ⑤看地图

小贴士 妈妈的魔术口袋



第三节 在大自然中玩耍，其乐无穷！

1. 在小区公园里 _100

- ①编戒指
- ②狗尾草大变身
- ③牛筋草
- ④树叶游戏
- ⑤让石子儿飞！

2. 散步路上 _106

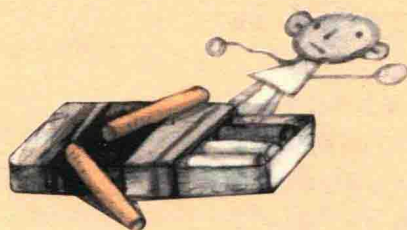
- ①手工画制作
- ②活用树叶
- ③落叶拼图
- ④天然指甲油——指甲桃花

小贴士 自己准备外出用品，让快乐加倍

3. 在树林里 _111

- ①树林中的对话
- ②树叶画
- ③树叶王冠
- ④数年轮
- ⑤躺在树林里
- ⑥玩松果

小贴士 散步路上的协奏曲



游乐场会客厅 _116

天生不会陪孩子玩怎么办？让爸爸陪孩子玩的秘诀是什么？昂贵的美术材料都需要买吗？去哪里买美术材料？孩子的画总是画得很小，是孩子的性格太小心谨慎吗？把孩子送到文化中心怎么样？

第三章 用简单材料玩起来更方便

1. 家里处处都是游戏材料 _131

- ①衣架羽毛球拍
- ②幸福的坐垫游戏
- ③在浴室玩的乐趣
- ④这也是游戏

2. 超简单材料游戏 _138

- ①用蜡油画画
- ②玩报纸
- ③玩面粉
- ④用面粉做料理

小贴士 让孩子在游乐场的快乐加倍

游乐场会客厅 _147

一定要去那些昂贵的现场做体验吗？职场妈妈没时间陪孩子玩怎么办？看着脏兮兮的孩子，总是抑制不住心头的怒火怎么办？