

365日子どもが夢中になるあそび

适合游戏年龄
大于3岁

365天 亲子游戏

随时随地都能玩

[日] 寺西惠里子 著

董航 译

今天玩什么呢？

别再为和孩子玩什么而苦恼了，
这是一本能让 **亲子时光**
充满 **笑容和快乐** 的书。

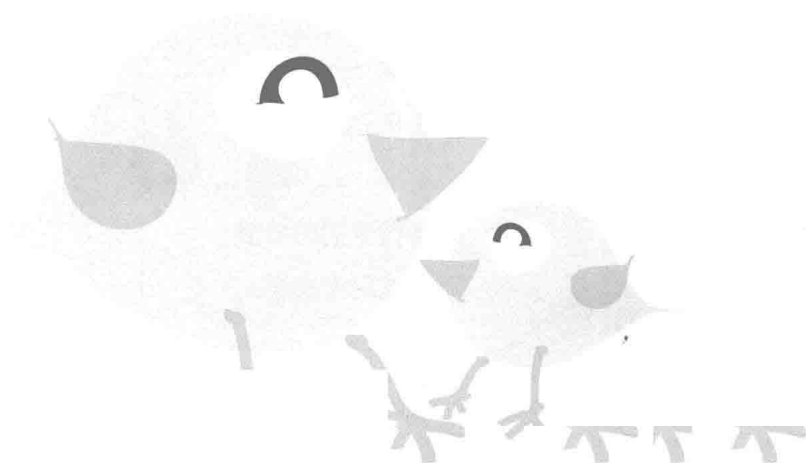
超级简单！
马上就能一块玩的游戏
大集合。

东方出版社

365天 亲子 游戏

随时随地都能玩

[日] 寺西惠里子 著
董航 译



东方出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

随时随地都能玩: 365 天亲子游戏 / (日) 寺西惠里子 著; 董航 译. —北京: 东方出版社, 2012
ISBN 978-7-5060-4491-2

I. ①随… II. ①寺… ②董… III. ①游戏—儿童读物 IV. ①C898-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 044112 号

365 nichi Kodomo ga Muchu ni naru Asobi by Eriko Teranishi

Illustration by Eriko Teranishi & Chihiro Yano

Copyright© Eriko Teranishi 2009

All rights reserved

Simplified Chinese translation copyright© Oriental Press 2010

Original Japanese edition published by SHODENSHA Publishing Co., Ltd.

Simplified Chinese translation rights arranged with SHODENSHA Publishing Co., Ltd.
through Nishikawa Communications Co., Ltd.

本书版权由北京汉和文化传播有限公司代理

中文简体字版专有权属东方出版社

著作权合同登记号 图字: 01-2011-3525 号

随时随地都能玩: 365 天亲子游戏

(SUISHI SUIDI DOUNENGWAN: 365TIAN QINZI YOUXI)

作 者: [日] 寺西惠里子

译 者: 董 航

责任编辑: 黄 娟 张 欢

出 版: 东方出版社

发 行: 人民东方出版传媒有限公司

地 址: 北京市东城区朝阳门内大街 166 号

邮政编码: 100706

印 刷: 北京中新伟业印刷有限公司

版 次: 2012 年 4 月第 1 版

印 次: 2012 年 4 月第 1 次印刷

印 数: 1—6000 册

开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16

印 张: 13

字 数: 53 千字

书 号: ISBN 978-7-5060-4491-2

定 价: 26.00 元

发行电话: (010) 65210059 65210060

(010) 65210062 65210063

版权所有, 违者必究 本书观点并不代表本社立场

如有印装质量问题, 请拨打电话: (010) 65210012

按类别划分的目录

户外游戏

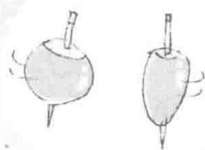
牛奶盒变身回飞镖	22
垃圾袋子做风筝	24
塑料袋降落伞	50
用影子做造型	54
垒石头	55
伞袋气球	74
飞盘飞起来	75
潮虫比赛	88
单腿跳	102
做个小火箭	104
超市的塑料袋子当风筝	119
纸和一次性筷子做的飞机	134
单脚跳球	136
石头上绘画	147
在地面上作画	163
跳过小球	168
冒险的散步	174
纸飞盘	176
单杠跳远	188
跳绳前进	191
超市袋子降落伞	192

澡盆游戏

澡盆里的火箭	10
浴室贴图	17
肥皂盒冒泡泡	34
用水蒸气画画儿	46
捡积木	53
捡拾塑料球	67
钓鱼	82
吸管吹球	96
手掌水枪	104
果汁盒子水车	109
鲸鱼喷水	114
神秘的冰块	129
热水枪	133
手的长度不同	138
毛巾冒泡泡	149
洗澡变身奥特曼	157
卡片游戏	169
飘起来的是什么	198

花草游戏

三叶草相扑	63
种一棵野花	68
松叶相扑	74
花环	89
花瓣占卜	103
竹叶舟	120
花做的有色水	121
干花瓣	130
树叶印画	132
花草的颜色	145
白花降落伞	146
上升的狗尾草	148
树叶画	159
用电烤炉做干花	165
草笛	177
橡果陀螺	181



食物

制作糯米花样小吃	14
橘子做的枝形吊灯	18
猜猜橘子有几瓣	33
意大利面胸针	61
生豆芽	79
蔬菜的切口发芽了	86
蔬菜印章	103
蔬菜陀螺	163
厨房大染色	166
用苹果汁绘画	179
在小薄饼上画画	199

沙子游戏

沙子隧道	67
收集铁矿砂	70
沙场的大船	85
制作玩沙子的工具	91
乒乓球下沙山	120
沙山寻宝	127
沙堡	138
泥团子	141
沙场的蛋糕	151
让棒子倒下来	153

肥皂泡

连续肥皂泡泡	77
厨具肥皂泡	86
大肥皂泡	100
吸管吹泡泡	108
环形吹泡泡	146
桌上的半圆形肥皂泡	161

嬉水游戏

绘制轨道和道路	72
别样悠悠球	80
塑料瓶子淋浴	83
花瓣彩水	105
塑料袋淋浴	112
用番茄酱的瓶子画画	118
靠气球跑起来的船	121
牛奶盒子做的潜水镜	124
用水驱动的小船	125
旋转的牛奶盒子	137
用水枪瞄准	143
洗发水瓶子做的小泵	152



使用家中物件

纸飞镖	23
塑料袋做气球	29
飘动的小球	32
塑料盘子做飞机	65
晾衣夹做的变身动物	65
做个收纳箱	78
麦克风	81
信封人偶	97
吸管外包装袋做的毛毛虫	105
吸管项链	116
晾衣夹的嗒嗒声	126
会动的杯子	136
晾衣夹接龙	151
纸杯橡皮筋做火箭	182
塑料盘子做陀螺	183
纸杯爆竹	202

游戏

抽签游戏	10
缠绕比赛	11
捏塑料泡封比赛	11
夹豆子比赛	26
一张一合算一卦	33
传瓶子	36
曲别针比赛	39
走格子	61
垒易拉罐	64
报纸猜拳	78
掷靶心	83
猜拳跨步	92
帆船比赛	95
拿走最后一个即为输	132
砰砰的杯子	135
磁铁钓鱼	141
铅笔轰炸机	158
猜拳画图	175
抢夺三角阵地	178
里面有什么?	181
纸张马拉松	184
猜拳接力	192
单脚站立马拉松	201
敲开纸袋	202

室内游戏

海绵汉堡	12
用纸芯做人造丝绳	18
儿童高尔夫	23
镜子探检队	29
纸袋做篮筐	36
浴巾披风圣斗士	49
投球	84
海绵三明治	113
制作冰激凌	137
时尚装扮	162
寿司团子游戏	186
发射卡片	187
钓点心	190
法式薄饼店	203

身体

头顶书走路	30
跳跃抓纸带	43
模仿镜中人	87
胳膊肘的内侧在哪里?	91
用脚趾头夹东西	99
两手猜拳	131
用脚猜拳	147
肢体语言游戏	160
猜字猜图	167
绊腿猜拳	177
接棒	186

广告·传单

用广告纸作画·····	15
贴画·····	44
点心店老板·····	69
纸串珠·····	77
足球门框·····	191
纸球·····	194



节庆活动游戏

用废纸箱做球拍·····	9
制作魔鬼面具·····	27
纸娃娃·····	42
信封鲤鱼旗·····	75
报纸头盔·····	76
时尚的晴雨娃娃·····	93
做一只挂钟·····	95
七夕剪纸拉花·····	110
绘图送信·····	148
万圣节南瓜灯·····	171
用印章做贺年卡·····	195
自制圣诞树·····	199
通心粉做花环·····	201

传承游戏

掷骰子，玩游戏·····	9
明信片风筝·····	13
嗖嗖的陀螺·····	17
彩色陀螺·····	27
手套兔子·····	31
纸杯托球·····	37
拨浪鼓·····	39
筷子步枪·····	41
弹珠游戏·····	42
线绳电话·····	47
纸人相扑·····	48
橡皮筋手枪·····	60
纸箱板三叉剑·····	71
塑料瓶剑玉·····	97
制作吹箭·····	115
风车·····	117
狸猫不倒翁·····	128
章鱼舞蹈·····	133
拨浪扇·····	144
牛奶盒子做木屐·····	180
弹玻璃球游戏·····	193
手套人偶·····	198

人偶

布玩具·····	21
纸偶剧·····	28
手指偶人·····	31
毛巾人偶·····	37
背带绳·····	38
海绵玩偶·····	46
吸铁石的人偶舞蹈·····	66
放晴娃娃·····	98
信封人偶·····	111
纸做的提线木偶·····	154
毛巾兔兔·····	160
袜子人偶·····	179
纸箱板小熊·····	200

手

一根手指变两根·····	62
手指相扑·····	85
抓手指·····	100
抬不起来的无名指·····	101
数手指缝儿·····	142
影子游戏·····	150
指尖舞蹈·····	162
画上点点变大象·····	182
手指捉迷藏·····	188
手指游戏·····	197

报纸

报纸做的香蕉树·····	125
报纸枪·····	143
报纸头盔和棒子·····	161
报纸蔬菜·····	169
用报纸做洋服·····	171
报纸超人·····	180
包起来再展开·····	204

声音

有趣的叮铃声	22
水杯加水辨识音阶	35
瓶笛	45
纸笛	52
模仿叫声	62
小沙锤	94
锯琴	117
牛奶盒子吉他	118
空盒做琴	134
瓶笛	158
换歌词	184
做一面鼓	196



语言

发旋儿在哪儿	19
寻找同音词	35
接龙游戏	55
不能只说“是的”	58
绕口令	71
猜谜卡片	80
正话反说	93
回答反义词	113
有节奏的接龙	144
传话游戏	153
立体声游戏	190

魔术

水的表面张力	13
贴手指	15
坐下站不起来的椅子	34
硬币变多了	45
在哪只手里	51
钻进明信片	59
视觉游戏手掌开洞	64
软绵绵的铅笔	72
三根绳子	81
会飞的牛奶盒子	92
瓶子冒泡泡	99
针扎气球	128
玩转铅笔	142
不会洒出去的水	154
拿不走的米饭团子	164
变圈	175
曲别针变魔术	205

塑料瓶

瓶体上不可思议的小洞	30
筛铃铛	52
塑料瓶做的竹蜻蜓	94
塑料瓶做投环	108
水時計	126
塑料瓶串珠	127
塑料瓶底做的钥匙链	129
塑料瓶风铃	131
塑料瓶做杯球	145
塑料瓶保龄球	164
塑料瓶溜石	196
雪瓶子	200

好奇心

带静电的写字垫板	16
眼睛贴签	21
寻找生活中的脸谱	32
绘制附近的地图	44
用放大镜看世界	49
学习测量	51
养植物	53
寻找新芽	59
猜准十秒	70
自己的树	88
水泥里的花	98
云朵的形状	110
猜气味	170
从下面看	170
哪边重呢?	183
100毫升决胜负	195
寻找树叶	197

智育

装饰房间的彩图	14
牛奶盒子拼图	16
变脸动物	54
串珠	56
颜料喷图	68
投球	84
掉进小洞里	101
魔术贴	115
穿绳子	119
形状拼图	122
做纽扣	139
让棒子倒下来	153
按扣的学问	155
学习用剪刀	159
图画拼图	168
找相同颜色的物品	185
日历拼图	203
学习丝带的打结	204

绘图

用○△□画画	12
会旋转的图案	20
用蜡烛画画	26
绘画接龙	38
拓印	63
小鸟进鸟笼	79
绘制脸谱	102
用上了手指的画	109
蒙太奇游戏	150
胶水做的窗花	152
啪啦啪啦的漫画	157
摩擦作画	165
只画一半	172
用丝带绘画	174
用毛线绘画	185

手帕

手帕蝴蝶结	28
手帕糖果	47
手帕香蕉	112
接手帕	135
手帕火箭	167
手帕小羊帽子	178
手帕蜜橘	193



制作

自制面具	19
小麦粉粘土	20
转转直升机	41
上升的盒子	48
小小人偶咕噜噜转	50
花边纸	58
坡道咕噜噜转	60
弹珠小车	66
制作牛奶盒椅子	69
蛙跳	82
染画	87
电话线绕变空中索道	107
小鱼闪闪	111
制作贴画	114
万花筒	116
吸管火箭	130
飞舞的蝴蝶	149
牛奶盒子做的吃惊盒	166
会动的小怪物	176
沙漏	187

生活

气球花朵	43
按手印	76
塑料伞涂鸦	96
T恤涂鸦	107
团扇做的暑中问候明信片	124
百变花盆	155
口罩上绘画	194

365天 亲子 游戏

随时随地都能玩

[日] 寺西惠里子 著
董航 译



東方出版社

前言

孩子是
做游戏的天才

一块小石头
也拥有让人把玩的力量

有些事情
我们只有在小时候才能感受到

小小的契机
会让孩子感到幸福
会引导他走向美好的未来

我们希望给孩子
有利的成长环境和诸多的机会

做游戏
就是机会的一种

思考孩子们的事情
就是在思考未来

把美好的心愿
融进小小的游戏里……

按类别划分的目录

户外游戏

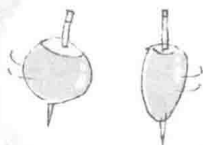
牛奶盒变身回飞镖	22
垃圾袋子做风筝	24
塑料袋降落伞	50
用影子做造型	54
垒石头	55
伞袋气球	74
飞盘飞起来	75
潮虫比赛	88
单腿跳	102
做个小火箭	104
超市的塑料袋子当风筝	119
纸和一次性筷子做的飞机	134
单脚跳球	136
石头上绘画	147
在地面上作画	163
跳过小球	168
冒险的散步	174
纸飞盘	176
单杠跳远	188
跳绳前进	191
超市袋子降落伞	192

澡盆游戏

澡盆里的火箭	10
浴室贴图	17
肥皂盒冒泡泡	34
用水蒸气画画儿	46
捡积木	53
捡拾塑料球	67
钓鱼	82
吸管吹球	96
手掌水枪	104
果汁盒子水车	109
鲸鱼喷水	114
神秘的冰块	129
热水枪	133
手的长度不同	138
毛巾冒泡泡	149
洗澡变身奥特曼	157
卡片游戏	169
飘起来的是什么	198

花草游戏

三叶草相扑	63
种一棵野花	68
松叶相扑	74
花环	89
花瓣占卜	103
竹叶舟	120
花做的有色水	121
干花瓣	130
树叶印画	132
花草的颜色	145
白花降落伞	146
上升的狗尾草	148
树叶画	159
用电烤炉做干花	165
草笛	177
橡果陀螺	181



食物

制作糯米花样小吃	14
橘子做的枝形吊灯	18
猜猜橘子有几瓣	33
意大利面胸针	61
生豆芽	79
蔬菜的切口发芽了	86
蔬菜印章	103
蔬菜陀螺	163
厨房大染色	166
用苹果汁绘画	179
在小薄饼上画画	199

沙子游戏

沙子隧道	67
收集铁矿砂	70
沙场的大船	85
制作玩沙子的工具	91
乒乓球下沙山	120
沙山寻宝	127
沙堡	138
泥团子	141
沙场的蛋糕	151
让棒子倒下来	153

肥皂泡

连续肥皂泡泡	77
厨器肥皂泡	86
大肥皂泡	100
吸管肥皂泡	108
环形吹泡泡	146
桌上的半圆形肥皂泡	161

嬉水游戏

绘制轨道和道路	72
别样悠悠球	80
塑料瓶子淋浴	83
花瓣彩水	105
塑料袋淋浴	112
用番茄酱的瓶子画画	118
靠气球跑起来的船	121
牛奶盒子做的潜水镜	124
用水驱动的小船	125
旋转的牛奶盒子	137
用水枪瞄准	143
洗发水瓶子做的小泵	152



使用家中物件

纸飞镖	23
塑料袋做气球	29
飘动的小球	32
塑料盘子做飞机	65
晾衣夹做的变身动物	65
做个收纳箱	78
麦克风	81
信封人偶	97
吸管外包装袋做的毛毛虫	105
吸管项链	116
晾衣夹的嗒嗒声	126
会动的杯子	136
晾衣夹接龙	151
纸杯橡皮筋做火箭	182
塑料盘子做陀螺	183
纸杯爆竹	202

游戏

抽签游戏	10
缠绕比赛	11
捏塑料泡封比赛	11
夹豆子比赛	26
一张一合算一卦	33
传瓶子	36
曲别针比赛	39
走格子	61
垒易拉罐	64
报纸猜拳	78
掷靶心	83
猜拳跨步	92
帆船比赛	95
拿走最后一个即为输	132
砰砰的杯子	135
磁铁钓鱼	141
铅笔轰炸机	158
猜拳画图	175
抢夺三角阵地	178
里面有什么?	181
纸张马拉松	184
猜拳接力	192
单脚站立马拉松	201
敲开纸袋	202

室内游戏

海绵汉堡	12
用纸芯做人造丝绳	18
儿童高尔夫	23
镜子探检队	29
纸袋做篮筐	36
浴巾披风圣斗士	49
投球	84
海绵三明治	113
制作冰激凌	137
时尚装扮	162
寿司团子游戏	186
发射卡片	187
钓点心	190
法式薄饼店	203

身体

头顶书走路	30
跳跃抓纸带	43
模仿镜中人	87
胳膊肘的内侧在哪里?	91
用脚趾头夹东西	99
两手猜拳	131
用脚猜拳	147
肢体语言游戏	160
猜字猜图	167
绊腿猜拳	177
接棒	186

广告·传单

用广告纸作画·····	15
贴画·····	44
点心店老板·····	69
纸串珠·····	77
足球门框·····	191
纸球·····	194



传承游戏

掷骰子，玩游戏·····	9
明信片风筝·····	13
嗖嗖的陀螺·····	17
彩色陀螺·····	27
手套兔子·····	31
纸杯托球·····	37
拨浪鼓·····	39
筷子步枪·····	41
弹珠游戏·····	42
线绳电话·····	47
纸人相扑·····	48
橡皮筋手枪·····	60
纸箱板三叉剑·····	71
塑料瓶剑玉·····	97
制作吹箭·····	115
风车·····	117
狸猫不倒翁·····	128
章鱼舞蹈·····	133
拨浪扇·····	144
牛奶盒子做木屐·····	180
弹玻璃球游戏·····	193
手套人偶·····	198

手

一根手指变两根·····	62
手指相扑·····	85
抓手指·····	100
抬不起来的无名指·····	101
数手指缝儿·····	142
影子游戏·····	150
指尖舞蹈·····	162
画上点点变大象·····	182
手指捉迷藏·····	188
手指游戏·····	197

节庆活动游戏

用废纸箱做球拍·····	9
制作魔鬼面具·····	27
纸娃娃·····	42
信封鲤鱼旗·····	75
报纸头盔·····	76
时尚的晴雨娃娃·····	93
做一只挂钟·····	95
七夕剪纸拉花·····	110
绘图送信·····	148
万圣节南瓜灯·····	171
用印章做贺年卡·····	195
自制圣诞树·····	199
通心粉做花环·····	201

人偶

布玩具·····	21
纸偶剧·····	28
手指偶人·····	31
毛巾人偶·····	37
背带绳·····	38
海绵玩偶·····	46
吸铁石的人偶舞蹈·····	66
放晴娃娃·····	98
信封人偶·····	111
纸做的提线木偶·····	154
毛巾兔兔·····	160
袜子人偶·····	179
纸箱板小熊·····	200

报纸

报纸做的香蕉树·····	125
报纸枪·····	143
报纸头盔和棒子·····	161
报纸蔬菜·····	169
用报纸做洋服·····	171
报纸超人·····	180
包起来再展开·····	204

声音

有趣的叮铃声	22
水杯加水辨识音阶	35
瓶笛	45
纸笛	52
模仿叫声	62
小沙锤	94
锯琴	117
牛奶盒子吉他	118
空盒做琴	134
瓶笛	158
换歌词	184
做一面鼓	196

语言

发旋儿在哪儿	19
寻找同音词	35
接龙游戏	55
不能只说“是的”	58
绕口令	71
猜谜卡片	80
正话反说	93
回答反义词	113
有节奏的接龙	144
传话游戏	153
立体声游戏	190

魔术

水的表面张力	13
贴手指	15
坐下站不起来的椅子	34
硬币变多了	45
在哪只手里	51
钻进明信片	59
视觉游戏手掌开洞	64
软绵绵的铅笔	72
三根绳子	81
会飞的牛奶盒子	92
瓶子冒泡泡	99
针扎气球	128
玩转铅笔	142
不会洒出去的水	154
拿不走的米饭团子	164
变圈	175
曲别针变魔术	205



塑料瓶

瓶体上不可思议的小洞	30
筛铃铛	52
塑料瓶做的竹蜻蜓	94
塑料瓶做投环	108
水時計	126
塑料瓶串珠	127
塑料瓶底做的钥匙链	129
塑料瓶风铃	131
塑料瓶做杯球	145
塑料瓶保龄球	164
塑料瓶溜石	196
雪瓶子	200

好奇心

带静电的写字垫板	16
眼睛贴签	21
寻找生活中的脸谱	32
绘制附近的地图	44
用放大镜看世界	49
学习测量	51
养植物	53
寻找新芽	59
猜准十秒	70
自己的树	88
水泥里的花	98
云朵的形状	110
猜气味	170
从下面看	170
哪边重呢?	183
100毫升决胜负	195
寻找树叶	197

智育

装饰房间的彩圈	14
牛奶盒子拼图	16
变脸动物	54
串珠	56
颜料喷图	68
投球	84
掉进小洞里	101
魔术贴	115
穿绳子	119
形状拼图	122
做纽扣	139
让棒子倒下来	153
按扣的学问	155
学习用剪刀	159
图画拼图	168
找相同颜色的物品	185
日历拼图	203
学习丝带的打结	204

绘图

用○△□画画	12
会旋转的图案	20
用蜡烛画画	26
绘画接龙	38
拓印	63
小鸟进鸟笼	79
绘制脸谱	102
用上了手指的画	109
蒙太奇游戏	150
胶水做的窗花	152
啦啦啦啦的漫画	157
摩擦作画	165
只画一半	172
用丝带绘画	174
用毛线绘画	185

手帕

手帕蝴蝶结	28
手帕糖果	47
手帕香蕉	112
接手帕	135
手帕火箭	167
手帕小羊帽子	178
手帕蜜橘	193



制作

自制面具	19
小麦粉粘土	20
转转直升机	41
上升的盒子	48
小小人偶咕噜噜转	50
花边纸	58
坡道咕噜噜转	60
弹珠小车	66
制作牛奶盒椅子	69
蛙跳	82
染画	87
电话线绕变空中索道	107
小鱼闪闪	111
制作贴画	114
万花筒	116
吸管火箭	130
飞舞的蝴蝶	149
牛奶盒子做的吃惊盒	166
会动的小怪物	176
沙漏	187

生活

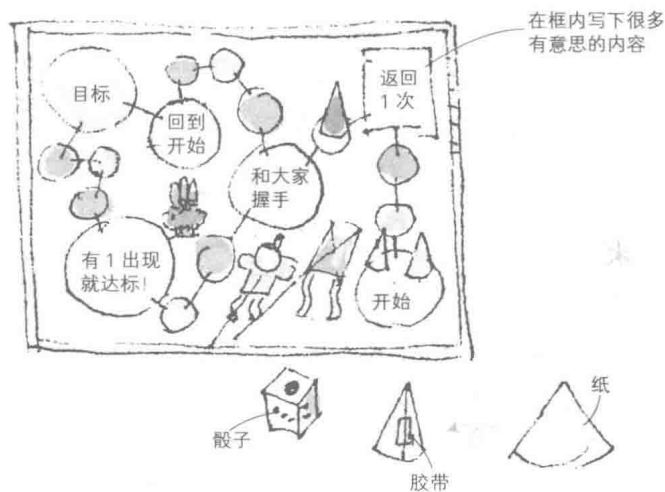
气球花朵	43
按手印	76
塑料伞涂鸦	96
T恤涂鸦	107
团扇做的暑中问候明信片	124
百变花盆	155
口罩上绘画	194



1月1日

掷骰子，玩游戏

准备一张大纸，在纸上标出“开始”和“目标”，在其他地方画上框，并标记岔道，规定只要进入某个特殊的框，就表演节目等，还可以在纸上标出很多类似的有意思的地方。



1月2日

用废纸箱做球拍

把废纸箱板剪成球拍的形状，在上面画上喜欢的图案，然后把两个粘合在一起，在手柄处用透明胶带缠住。按照这个方法做出两个就可以拍气球玩哦。

