

幼教老师全程分享
教子记录
80后小夫妻的亲子
游戏锦囊

好爸妈 就是好玩伴

最适合中国家庭的
180个亲子游戏(0~5岁)

何春燕◎著

——你知道吗？

(详见154页)

- 游戏是孩子的**天职**，让孩子IQ、EQ、BQ更出色！
- 养孩子不是例行公事，而是充满**爱的创意基础**！
- 说教不管用，游戏才是**最有效**教养法！



图书在版编目(CIP)数据

好爸妈就是好玩伴：最适合中国家庭的180个亲子游戏(0~5岁) /
何春燕著. — 北京：北京联合出版公司，2012.1
(时代华鼎·亲子馆)
ISBN 978-7-5502-0530-7

I. ①好… II. ①何… III. ①游戏—儿童教育：家庭教育 IV. ①G78

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第003788号

好爸妈就是好玩伴：
最适合中国家庭的180个亲子游戏(0~5岁)
作 者：何春燕
总发行：北京时代华语图书股份有限公司
联系方式：010-83670231
责任编辑：崔保华
封面设计：肖 杰
版式设计：邱晓灿 秦 宇
电脑排版：邱晓灿 秦 宇
责任校对：许 罡 刘配书

北京联合出版公司出版
(北京市朝阳区安华西里一区13号2层 100011)

北京建泰印刷有限公司 新华书店经销

字数100千字 710毫米×1000毫米 1/16 13.5印张

2012年2月第1版 2012年2月第1次印刷

ISBN: 978-7-5502-0530-7

定价：25.00元

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容

版权所有，侵权必究

本书若有质量问题，请与本社图书销售中心联系调换。电话：010-63783806

儿歌

1、
一个宝宝被人抱
脸蛋儿红红真美妙
你一逗他就笑
你不逗他不笑
你多逗几下
咯咯咯咯不停的笑

2、
大拇指是排头兵
食指跟着咚咚锵
中指领着四小弟
还有一个五小妹
（一边按摩他的小手一边唱）
滑呀滑滑到了小山坡
（从小手按摩到肩头）
德德一德一

3、

小宝宝学小鸭
抬下头笑哈哈
哎呀呀
一天天长大啦

4、
红瓜瓜，绿瓜瓜
瓜棚吊满花瓜瓜
瓜瓜落下来
砸到小娃娃
哇哇
娃娃哭啦
瓜瓜却笑啦
真坏呀

5、
金钩钩，银钩钩
大手勾小手
我们都是好朋友

6、
小鸭子嘎嘎叫
尾巴摇啊摇
碰到小树苗
逗的小鸡咯咯笑

7、
咚咚咚，咚咚咚
小鸡，小鸭，小飞机
站在一起去
把队伍排整齐
一个一个好神气

8
小鸟喳喳叫
清晨到了
小宝宝小宝宝
起床了
不哭不闹
妈妈的好宝宝

9、
小乖乖
听话话
翻下身
休息下
喜羊羊，美羊羊
不如我们的小绵羊

10、
一个手指点一下
两个手指敲一下
三个手指捏一下
四个手指挠一下
五个手指拍一下
呱呱呱
五个手指到齐啦

11、
闭上眼，捉乖乖
猜一猜
这是谁，是谁呀
喔，是我们家小乖乖

12、
咚咚咚，咚咚咚
是什么声音呀
小宝宝放屁屁啦
哈哈哈，哈哈哈
好好玩呀

13、
大拇哥哥……（捏捏宝宝的大拇指）
小指弟弟……（捏捏宝宝的食指）

胳膊叔叔，挑菜篮……（拍拍宝宝的胳膊）
听声音……（捏捏宝宝的耳朵），
看明明……（指指宝宝的眼睛），
闻香香……（指指宝宝的鼻子）
还有吃奶奶的小仓库……（亲亲宝宝的嘴）。

14、
小宝抬腿腿
踢到妈妈
小宝甩手手
甩到爸爸
哎呀呀
想自己单独玩啦

15、
天上有只鸟
地上有只鸟
两只小鸟
一个蹦一个叫
一会儿飞走了

16、
打雷喽
下雨喽
收衣服喽
关门喽
小猫小狗躲窝窝喽

17、
左手手右手手
左手抓右手
右手抓左手
哇吼
两只手，十个指头
抓住东西后
一个也不丢

18、
噚噚驾，噚噚驾
骑马马
一路跑到姥姥家
跟姥姥问个好
姥姥笑
开开心心逗小宝

19、
小蜗牛，探探头

静悄悄地走
一步一步爬
不远就休息下
不知不觉爬了几米啦

20、
乖宝宝
太阳出来了
翻翻身，伸伸腿
滚来滚去，锻炼身体
做个坚强的小 baby

21、

小猫小狗在哪里
宝宝要找你
东躲躲，西藏藏
汪汪，喵喵
噢，原来在这里

22、
小宝贝，去花园
玩什么
爬滑梯、荡秋千
花园真好玩

23、
小宝听话话
爸妈嘻嘻哈哈
小宝不听话
妈妈生气啦
不给小宝吃奶奶啦
哇哇
小宝生气啦

24、
找呀找，找玩具
找到一个好玩具
轻轻拿，轻轻放
要爱惜
弄脏了洗一洗

25、
小奶瓶，好好玩
放到嘴边吸一口
好甜好甜
喝完放到那

下次饿了还要吼吼

26、

小宝宝，站好了
左晃晃，右晃晃
还是没有倒
小宝宝真棒棒

27、

小白兔，白又白
两只耳朵晃起来
一蹦一跳真奇妙
小宝宝也跟着跳
伸伸手，踢踢脚
没完没了

28、

数星星，数星星
一颗一颗数不清
我用小勺挖一个
放到地上变沙土
坐到上面软酥酥

29、

小猫猫，喵喵叫
小狗狗，汪汪叫
小猪猪，哼哼叫
小宝宝，哇哇叫

30、

小喇叭，哒哒哒
不吹它不叫
一吹它就叫
小风车，呼呼转
不吹它不转
一吹它就转

31、

小小球球滚出来
不放它不出
一放它就出
不同的球球
红的、黄的、白的
全部都出来
妈妈不碰
宝宝自己来

32、

找呀找，找呀找
找朋友
小青蛙、小乌龟、大海马
一个不落下
手拉手
交个好朋友

33、
小豆丁，学走路
不怕摔，不怕碰
咚咚咚，咚咚咚
一次又一次
终于走路成功

34、
馒头白白
米饭香香
萝卜白菜好营养
多吃来身体棒
爸爸妈妈都夸奖

35、
一个蛤蟆一张嘴
两只眼睛四条腿
蛤蟆跳进水
扑腾扑腾在蹬腿

36、
小猫怎么叫，喵喵喵，
小鸡怎么叫，叽叽叽，
小鸭怎么叫，嘎嘎嘎。
小羊怎么叫，咩咩咩，
青蛙怎么叫，呱呱呱。

37.
我有一双小小手，
一只左来一只右，
小小手，小小手，
一共十个手指头。

38.
小手拍拍，小手拍拍，
哪里是眼睛？哪里是眼睛？
用手指出来。
小手拍拍，小手拍拍，
哪里是鼻子？哪里是鼻子？
用手指出来。

39.

小宝宝，分桔子，
左一个，右一个，
分好了，数一数，
哪边多，哪边少？

40.

小宝宝，真厉害，
动动手，比大小，
左看看，右瞧瞧，
这个大，那个小。

41.

香蕉弯又弯，
苹果圆又圆，
梨子黄又黄，
宝宝找到了，
快快运回来。

42.

大家来，排排坐，
乖宝宝，分果果，
你一个，我一个，
分完果果笑呵呵。

43.

小宝宝，藏猫猫，
左看看，右看看，
拍拍手，跺跺脚，
开心快乐真不少。

44.

小宝宝，真聪明，
摸摸桌子，再回来。
小宝宝，真聪明，
摸摸沙发，再回来。
小宝宝，真聪明，
摸摸电视，再回来。

45.

小皮球，真漂亮，
我们一起拍一拍。
小皮球，圆又圆，
我们一起踢一踢。

46.

小宝宝，开飞机，
呜呜呜，救伤员，
飞到东，飞到西，
宝宝忙得笑嘻嘻。

47.

小河水，哗啦啦，
小木桥，弯又弯，
小宝宝，来过桥，
往前走，不害怕。

48.

小皮球，真好玩，
小宝宝，滚皮球，
用力小，滚近点，
用力大，滚远点。

49.

黄豆豆，绿豆豆，
红豆豆，黑豆豆，
小宝宝，抓豆豆，
抓一把，放碗里。

50.

小鸡鸡，真调皮，
叽叽叽，到处跑，
小宝宝，真能干，
呼呼呼，赶小鸡。

51.

小宝宝，过马路，
左看看，右看看，
红灯停，绿灯行，
黄灯你就等一等，
安全知识牢记心。

52.

贴，贴，贴窗花，
窗花贴在椅子上。
贴，贴，贴窗花，

窗花贴在沙发上。
贴，贴，贴窗花，
窗花贴在妈妈鼻子上。
贴，贴，贴窗花，
窗花贴在宝宝杯子上。

53.

小小象，真听话，
爬过山，运果果。
小宝宝，真勇敢，
爬过山，看外婆。

54.

小狗看门汪汪汪，
小猫捉鼠喵喵喵，
小鹅唱歌鹅鹅鹅。
母鸡下蛋咯咯咯，
公鸡打鸣喔喔喔，
小鸡找虫叽叽叽。

55.

拔萝卜，拔萝卜，
嗨哟嗨哟拔萝卜，
拔萝卜，拔萝卜，
嗨哟嗨哟拔不动。
拔萝卜，拔萝卜，
嗨哟嗨哟拔出来。

56.

小刺猬，乖宝宝，
出门去，拾果果。
左一个，右一个，
装满筐，给妈妈。

57.

走走走，手拉手，
走走走，去郊游。
讲文明，懂礼貌，
人人夸，好孩子。

58.

影子前，影子后，
影子像只小黑狗，
影子胖，影子瘦，
我和影子捉迷藏。

59.

小象好乖乖，
鼻子长又长，
忙着把家搬，
鼻子立功劳。

60.

小松鼠，好孩子，
蹦蹦跳，采蘑菇。
小帽子，变戏法，
变出快乐给娃娃。

61.

小猴子，别心急，
上高台，拿玉米，
小猴子，真厉害，
吃完玉米走下来。

62.

擦盘子，唰唰唰，
左一下，右一下，
我是一个小帮手，
妈妈夸我好孩子。

63.

小兔子，好乖乖，
不要怕，不要哭。
小兔子，好宝宝，
我来给你搭小屋。

64.

含羞草，胆子小，
有人来了装睡了，
含羞草，真奇怪，
胳膊伸伸跳舞蹈。

65.

猪笼草，真奇怪，
绿叶子，变袋子，
猪笼草，技巧高，
昆虫来了跑不掉。

66.

小乌鸦，口渴了，
飞呀飞，找水喝。
小乌鸦，真聪明，
扔石子，喝到水。

67.

小马小马，乖娃娃，
驮着麦子，嗒嗒嗒。
小马小马，淌过河，
驮着麦子，到磨房。

68.

小呀小袋鼠，
摘呀摘果子，
蹦蹦又跳跳，
摘满大袋子。

69.

红花花，黄花花，
摘满篮，送妈妈。
蓝花花，绿花花，
宝宝真是顶呱呱。

70.

小花猫，去钓鱼，
挂鱼饵，甩钓竿，
坐河边，静静等，
钓上一条红鲤鱼。

71.

树叶宝宝，
金黄金黄，
飘啊飘啊，
掉落下来。

72.

亲亲儿歌：
小钟嘀嗒，
跑着圈圈，
小钟嘀嗒，
爱惜时间。

73、

马路马路宽又宽，
警察叔叔站中间。
小小车子嘟嘟嘟，
红灯停，绿灯行。

74、

小小图书真好看，
赤橙黄绿青蓝紫。
有树有鸟有动物
里面图案真正多，
小朋友细细瞧，
小朋友慢慢翻。

75、

你来说，我来猜，
耳朵长长是兔子，
鼻子长长是大象，
小小猴，你别笑，
不服气，咱比比，

76、

春姑娘，真厉害
就像一个魔术师
她亲了亲花儿，花儿醒了。
她亲了亲草儿，草儿醒了，
她亲了亲冰雪，冰雪化了，
她亲了亲大地，大地醒了
她说道，我来了，
你们不要再睡觉。
花和草，雪和地。
看见她，全醒了。

77、

春风的手儿，像妈妈。
摸了摸小草，小草就绿了。

春风的嘴儿，会说悄悄话。
小嘴对小树，小树就绿了。
春风的腿儿，一溜烟就跑。
亲了亲桃树，桃花就开了。
春风发请帖，请来小燕子。
小燕子一叫，小朋友笑了。

78、

宝宝会画画，
请来爸爸做模特。
宝宝画爸爸，妈妈笑；
宝宝会画画，
请来妈妈做模特
宝宝画妈妈，爸爸笑；
宝宝会画画，
对着照子画宝宝，
爸爸妈妈一起笑。

79、

红气球，绿气球，
两只气球头碰头。
就像点头在问好；
红气球，绿气球，
两只气球头碰头。
就像握手在问好；
红气球，绿气球，
头碰头，球碰球，
就像两个小朋友。

80、

小白兔，拔萝卜，
拔来萝卜送宝宝，
西红柿，像灯笼，
酸酸甜甜真好吃，
黄瓜一咬脆生生，
多吃蔬菜身体好，
壮壮实实不生病。

81、

我是一个招待员，
家里有客我招待，
叔叔阿姨请喝水，
叔叔阿姨请吃糖，
叔叔阿姨笑眯眯，
都夸我是好宝宝。

82、

左手轻轻，拍右手，
右手笑笑，说你好。
左手重重，拍右手，
右手呜呜，说你坏。
右手轻轻，拍左手，
左手笑笑，说你好。
右手重重，拍左手，
左手呜呜，说你坏。
大家要做好朋友，
团结友爱在一起，
妈妈夸我乖宝宝。

83、

小兔走路，跳跳跳，
小鸭走路，摇摇摇，
小乌龟走路，慢吞吞，
小花猫走路，静悄悄，
小宝宝走路，胳膊甩甩，
小手摆摆，小腿抬抬，
小脚踩踩，小脚向前迈。

84、

一只小羊睡着了，
两只小羊睡着了，
三只小羊睡着了，
四只小羊睡着了，
宝宝也该睡着了。

85、

小宝宝，满地爬，
小脸变成小花猫，
妈妈抱去照镜子，
左边照，右边照，
转个圆圈再看看，
埋怨镜子脏，
气得直跺脚。

86、

太阳太阳真正好，
我和妈妈玩游戏，
妈妈的影子长又长，
宝宝总是踩不到，
宝宝前面站，妈妈往后逃。
宝宝后面伸出手，妈妈悄悄往后跑。
宝宝左边找，妈妈右边笑。
宝宝右边瞧，妈妈左边跳。

抱抱抱，躲躲躲，抱来躲去开心笑。

87、

手机手机，是个宝，
宝宝喜欢爸爸爱，
这边连着宝宝
那边住着爸爸
宝宝有事找爸爸，
爸爸有事找宝宝。

88、

小宝宝，做游戏
吹出泡泡一串串
大泡泡，小泡泡
宝宝看见乐哈哈
风儿风儿你别走
快带泡泡飞上天
去给太阳公公瞧

89、

宝宝拎着小水桶，
宝宝挖着小沙丘，
小手拉着小儿手，
我们一起搭宝塔，
我们一起造小桥，
我是小小建筑师，
我们爱玩沙，嗨！

90、

下雨天踩水花
地上有个水洼，
宝宝踩啊踩，
吧嗒吧嗒响，
水花溅起起来，
宝宝笑哈哈！

91、

妈妈每天早早起，
像只陀螺忙不停
宝宝看见记心里
我的好妈妈，
千万别生气，
宝宝知错了，
妈妈辛苦了。

92、