



“鱼骨家长会”家庭亲子游戏系列

第二卷

从小学会交朋友

——训练社交能力的游戏



培养孩子：动手能力、规则意识、团队合作、社交沟通

4+2+1的家庭结构

我们发现

成年人总围着电视机，看着肥皂剧

孩子总盯着电脑手机，玩着电子游戏

空闲时间陪孩子玩儿？还是不知道怎么和孩子玩儿？

我们告诉你

每天10分钟

每天一个游戏

成就孩子快乐自己

主 编 盛天和

家庭教育专家

上海市教育科学研究院副研究员

上海市教育信息调查队副主任

上海市家庭教育讲师团专家讲师

上海社会科学院国民精神与素质研究中心特聘研究员

上海市中小学心理辅导协会理事

湖南大学出版社

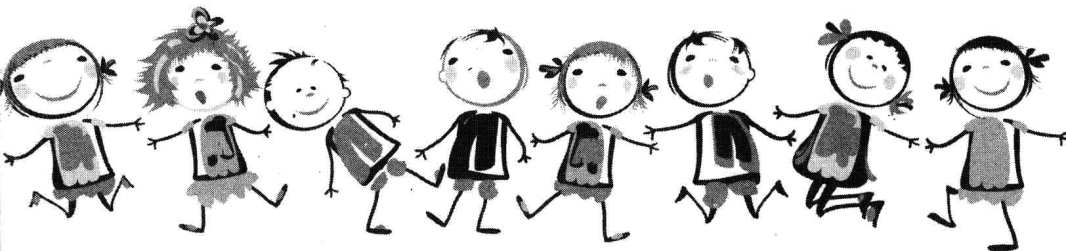


“鱼骨家长会”家庭亲子游戏系列

第二卷

从小学会交朋友

——训练社交能力的游戏



培养孩子：动手能力、规则意识、团队合作、社交沟通

4+1岁以下适用

我们想说

成年人总盯着电视机，看着肥皂剧
孩子总盯着电脑手机，玩着电子游戏
没时间陪孩子玩儿？还是不知道怎么和孩子玩儿？

我们告诉你

每天10分钟

每天一个游戏

成就孩子快乐自己

主编 陆天和

家庭教育专家

上海市教育科学研究院研究员

上海市教育信息调查队副主任

上海市家庭教育讲师团专家讲师

上海社会科学院国民精神与素质研究中心特聘研究员

上海市中小学心理辅导协会理事

湖南大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

从小学会交朋友——训练社交能力的游戏/盛天和主编. —长沙:湖南大学出版社, 2012. 8

(“鱼骨家长会”家庭亲子游戏系列)

ISBN 978-7-5667-0228-9

I. ①从… II. ①盛… III. ①心理交往—能力培养—少儿读物

IV. ①C912.1—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 175262 号

“鱼骨家长会”家庭亲子游戏系列

从小学会交朋友——训练社交能力的游戏

Congxiao Xuehui Jiaopengyou——Xunlian Shejiao Nengli de Youxi

主 编:盛天和

插 图:曹琼洁 王建明 李 晨

总 策 划:鱼骨传媒

责任编辑:祝世英

特邀编辑:胡 澄

装帧设计:上艺设计

印 装:武汉武铁印刷厂

开 本:880×1230 32 开

印 张:5.125

字 数:129 千

版 次:2012 年 9 月第 1 版 印次:2012 年 9 月第 1 次印刷

书 号:ISBN 978-7-5667-0228-9/G·552

定 价:16.00 元

出 版 人:雷 鸣

出版发行:湖南大学出版社

社 址:湖南·长沙·岳麓山 邮编:410082

电 话:0731-88822559(发行部), 88821343(编辑室), 88821006(出版部)

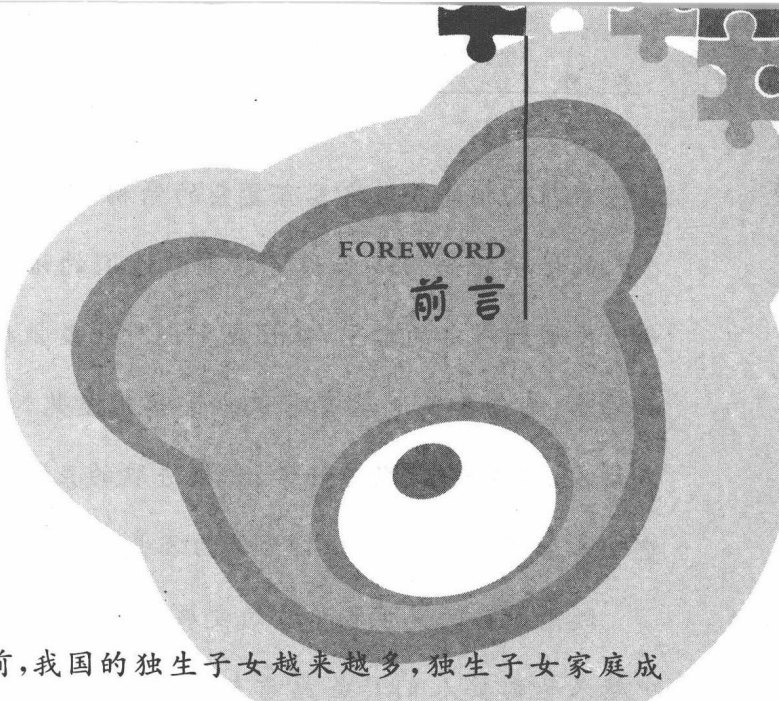
传 真:0731-88649312(发行部), 88822264(总编室)

网 址: <http://www.hnupress.com>

电子邮箱: presszhusy@hnu.edu.cn

版权所有, 盗版必究

湖南大学版图书凡有印装差错, 请与发行部联系



FOREWORD

前言

目前,我国的独生子女越来越多,独生子女家庭成为社会的普遍现象。在我国的家庭教育中,家长对独生子女的教育普遍存在着“四过”(过分宠爱,过度保护,过多照顾,过高期望)和“四怕”(一怕孩子学坏,二怕孩子不成才,三怕孩子不孝顺,四怕孩子发生意外)。这样的教育会造成孩子“以自我为中心”的自我意识,在性格上也会比较偏激。儿童的性格特征是在社会生活条件,特别是在一定的社会关系的影响下,在个人生活实践过程中逐渐形成起来的。性格是人对现实的态度和行为方式中比较稳定的心理特征的总和。孩子拥有良好的性格会使他更易于人接近,赢得他人的好感与信任,反之

从小学会交朋友

就很难与人相处。性格具有复杂的结构,儿童阶段是一个人的性格开始形成和稳定时期。他们的语言和动作都已发展到一定的水平,家长应重视对儿童性格的塑造和培养,结合各项活动有意识地培养儿童热情开朗、慷慨大方、勇敢自信、勤奋好学、积极进取的良好性格。儿童尚未形成稳定的态度,行为较为容易得到改造。

随着社会的进步和科技的发展,在生活的各个领域中越来越需要人们具备愿意与人合作、分享的良好素质。善于与他人合作、分享是时代的要求,是孩子日后生存和发展所必需具备的条件。所谓合作是指两个或两个以上的个体为了实现共同目标而自愿地结合在一起,通过相互的配合和协调而实现共同目标,最终个人利益也获得满足的一种社会交往活动。而分享包含的内容是多方面的,不仅指能与人共享物质与精神方面的快乐,也指能够分担他人忧愁。分享不是一种失去,而是一种互利。合作与分享之间存在着相辅相成的关系。光有合作没有分享,会导致孩子养成自私的不良品质;光有分享没有合作,会使孩子养成坐享其成的不良品

行。这些都不利于孩子社会性发展,不利于培养孩子日后生存和发展所必需的素质。

当代的儿童是 21 世纪的主人,新的世纪对新一代有更高的要求,他们不仅要有聪明的头脑、健康的身心,更要有适应现代化社会发展所需要的交往能力。儿童年龄小,不懂事,容易发脾气,这是正常现象。但当他们在生活中出现种种不良情绪之后,却不懂得应该采取何种方法加以宣泄,而只是压抑或表现出过激的行为。在很多时候,当儿童产生情绪反应时,由于当时的情境不允许他们表露出来,这时,教师常常用遏制的方法加以处理,而儿童也只能有意或无意地压抑自己。长此下去,内心所受到的压制会变得更为强烈,最终的结果有可能会导导致身体和心理的疾病。为此,我们要教会孩子合理的表达情绪,培养他们的社会技能,着重培养儿童在社会生活和实践中,通过与周围的人和环境的接触和交往,掌握一定的社会规则及交往技能。

CONTENTS

目录

第一章 培养孩子独立解决问题的能力	1
游戏 109: 叠叠高	2
游戏 110: 解手结	5
游戏 111: 猜猜是什么	8
游戏 112: 报数抢 30	9
游戏 113: 五子棋	11
游戏 114: 游戏棒	13
游戏 115: 贴报赛跑	15
游戏 116: 陌生人来访	16
游戏 117: 谁的橘子堆得最高	18
游戏 118: 工兵扫雷	20
游戏 119: “小鸡”破蛋而出	21

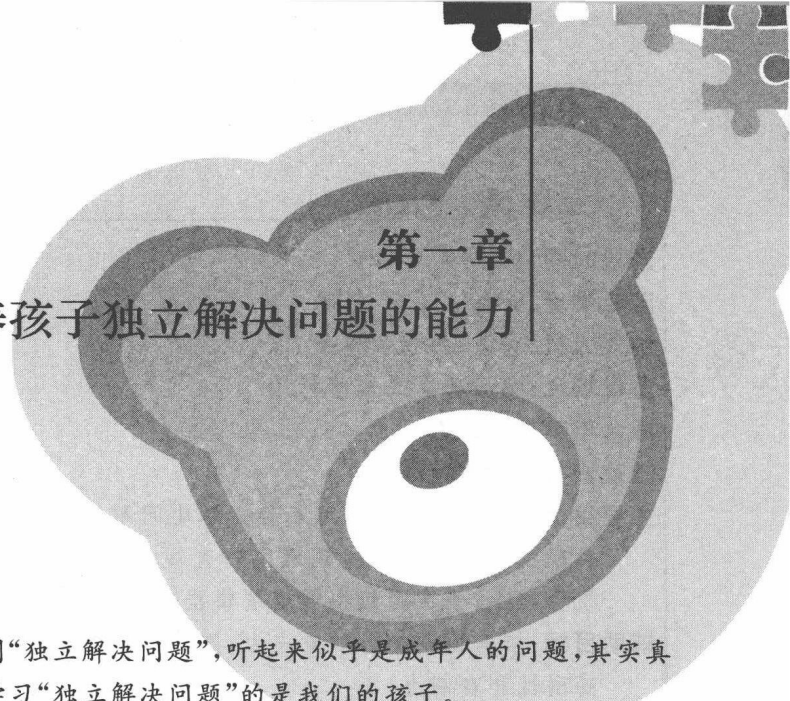
游戏 120:马戏团小丑	22
游戏 121:大瓶子装进小瓶子	24
游戏 122:我们都是长臂人	26
游戏 123:连词成句	28
游戏 124:寻宝小专家	30
游戏 125:把气球装进饮料瓶	32
游戏 126:我能将纸对折超过九次吗	34
游戏 127:搭建高楼大厦	35
游戏 128:扑克牌宝塔	37
第二章 培养孩子的规则意识	39
游戏 129:依次站好,组建队列	40
游戏 130:计划与执行	41
游戏 131:让洗衣机转起来	43
游戏 132:有意义的暑假	45
游戏 133:给废弃物建造一个家	46
游戏 134:我的书橱我做主	49
游戏 135:一只青蛙一张嘴,两只眼睛四条腿	50

游戏 136:我该怎么办?	53
游戏 137:课堂上的我	54
游戏 138:在畅想大海里游泳	56
游戏 139:56 个“兄弟姐妹”	58
游戏 140:环游世界	59
第三章 培养孩子的动手能力	61
游戏 141:制造专家	62
游戏 142:这是我设计的名片	63
游戏 143:玻璃珠大转移	65
游戏 144:建造动物王国	67
游戏 145:泥土的乐趣	68
游戏 146:空间高手	69
游戏 147:玩具工厂	71
游戏 148:折纸	72
游戏 149:撕纸成图	73
游戏 150:缝纫小高手	74
游戏 151:夏天停电我不怕	75
游戏 152:智力拼图	76

游戏 153: 幸运手链	78
游戏 154: 包饺子	79
游戏 155: 我的衣服自己洗	81
第四章 培养孩子的团队合作意识	83
游戏 156: 让羽毛飞起来	84
游戏 157: 篮球大转移	85
游戏 158: 三人绑腿跑	87
游戏 159: 闭眼投篮	89
游戏 160: 翘板接毽	90
游戏 161: 香蕉争夺战	91
游戏 162: 甘蔗运输线	93
游戏 163: 大象鼻子	94
游戏 164: 火星撞地球	96
游戏 165: 盲人和向导	97
游戏 166: 双人削梨	99
游戏 167: 吸管传递橡皮筋	100
游戏 168: 铅笔搬运工	101
游戏 169: 绑腿带球往返跑	102

游戏 170:模仿秀	103
游戏 171:报纸翻身	104
游戏 172:双人军训	105
游戏 173:三人三足前进	106
第五章 培养孩子的社交能力	108
游戏 174:小主人 本领大	109
游戏 175:我的朋友来做客	111
游戏 176:模拟求救	113
游戏 177:豆豆怎么办?	115
游戏 178:礼貌用语对对碰	119
游戏 179:小小啄木鸟	120
游戏 180:怕灰狼打蟑螂	122
游戏 181:谦和星和小品王	123
游戏 182:表情猜猜猜	125
游戏 183:乌鸦与百灵鸟	126
游戏 184:学会说“不”	128
游戏 185:一起来“种”友情树	130
游戏 186:甜蜜收获	133

第六章 提高孩子的沟通能力	135
游戏 187:短了一小截的西裤	136
游戏 188:故意找茬儿	137
游戏 189:一条腿的鸭子	139
游戏 190:最喜欢吃的食物	141
游戏 191:抛球相识	142
游戏 192:秀才买柴	143
游戏 193:盲人走路	145
游戏 194:出事故的飞机	146
游戏 195:商场购物	147
游戏 196:谈天说地	148
游戏 197:我们一起来阅读	149
游戏 198:我迷路了	150



第一章

培养孩子独立解决问题的能力

谈到“独立解决问题”，听起来似乎是成年人的问题，其实真正需要学习“独立解决问题”的是我们的孩子。

所谓独立解决问题是指在自己不熟悉的领域里，通过思考，发现问题的真正原因。在自己熟悉的领域里，如果问题是自己曾经遇到过的，或者一眼就能看见问题所在的，就不用多说了，这个不是独立解决问题要求的范畴。所谓的通过思考来解决问题，具体步骤又是什么呢？首先是要摆脱陷入困境的沮丧，不能像一只无头苍蝇一样乱飞；其次是仔细分析问题，认清问题的关键；最后是运用已有的知识经验开动脑筋解决问题。

孩子是我们的未来，他们将独立面对未来的社会，独立面对一切问题。我们不能给予孩子未来的一切，但能给予孩子独立解决问题的能力。授之以鱼不如授之以渔。只有当我们帮助孩子学会解决问题的方法和技巧时，才有可能给予孩子一个好未来。人的一生中，儿童期正是学会独立解决问题的关键时期。因此，抓住儿童独立解决问题能力培养的黄金时期，并及时开发儿童的独立解决问题能力，是教子成才、助子成功的重要途径。



游戏 109 叠叠高



游戏时间:10 分钟

游戏难度:★★

游戏人员:爸爸、妈妈和孩子

游戏场合:餐厅餐桌或客厅茶几

适合年龄:6~8 岁

游戏素材:叠叠高玩具

主要目标:学会逻辑推理,培养独立解决问题的能力。这个年龄段的孩子对事物的认识比较直观,给孩子不同的尝试机会,让孩子在游戏中锻炼逻辑推理的能力

辅助目标:培养协调能力和意志力,同时积木搭建过程也能提高耐性和自制力



游戏方法

1. 先将积木三根为一层,交错叠高成塔(或者其他叠法);
2. 轮流掷骰子决定抽取哪种颜色或哪一层的积木(也可任意抽);
3. 将抽取的积木放在木塔的顶层,在抽取和放置的过程中木塔倒塌则算输。也可自己动手,开动脑筋,搭建出各种各样的形状。



温馨提示

提出的问题须符合孩子的年龄,既能让孩子去思考,又不会因太难而让孩子产生挫败感。



专家解读

这个年龄段的孩子对事物的理解和认识、判断都是比较直观的,孩子需要的是直观的实践。在积木的搭建中,孩子会寻求平衡点,从而激发孩子好奇心和探索欲望,不知不觉中就训练了

孩子的视觉敏锐性,培养了孩子对事物独立思考的能力。

不要等到孩子长大成人再去责怪他们缺乏独立性。殊不知,孩子的独立性,更多的是取决于父母对他们从小的培养。

父母在培养孩子独立方面可以尝试以下方法:

第一式:启发他自解困难

临出门时,孩子突然想起老师要他带一件红色的物品去学校。这件物品家中虽然有,却需要花时间寻找,而时间非常紧迫,你是否会立即帮孩子寻找?

对策:此时你应启发孩子,譬如“你的红帽子也是红色的,是否可以呢?或者你再想想还有哪些东西也是红色的?”

提示:当孩子掌握了这种方法,平时还可以加大难度,让他在有限的时间里找出解决问题的方案。

例如在1分钟内列举出所有整理玩具的方法等,这些有趣的练习可以让孩子在遇到问题时不会惊恐不安、不知所措,而是迅速集中精力、寻找办法。

第二式:解围不如学自救

孩子完不成老师布置的作业,当他向你求助,为了不让孩子受到老师责怪,你是否会帮他编个理由来应付呢?

对策:你不妨对孩子说:我们应立个规矩,不许找借口,你要对自己的行为负责。接下来,你不妨找找孩子无法完成作业的根源所在。

提示:如果有求必应,势必会造成孩子有问题就等着你来为他解决。平时你可以给他一本日历,让他记下活动时间,或者用实时贴记下时间安排,以便随时提醒。年龄小的孩子可以用图画作为提醒。

第三式:教孩子权衡利弊

为了周日的家庭出游计划,你们已有较长时间的安排,却不料孩子又接到同学的盛情邀请,请他去参加生日派对。此时,孩

子不免有些为难,希望父母为他拿个主意,你是否会当机立断呢?

对策:你应该帮助他思考:如果你去参加同学的生日派对会怎样?而你不去参加生日派对,同学又会怎么想?告诉他,每个决定都会出现有利和不利的一面。

提示:千万不要替他拿主意。你应该做的是,帮助他去想自己做的每一个决定将带来的后果,学会自己权衡利弊。如果孩子经常练习做决定,那么成年后在面临进退两难的处境时就能应付自如。

第四式:从失败中站起来

如果孩子很有信心地参加非常感兴趣的球队选拔赛,却被淘汰,当他伤心地对你说:“我发誓以后也不会参加这项活动。”你会如何帮助他呢?

对策:不妨告诉他,你非常理解他现在的感受,但是没有必要落选就放弃这项运动,没有人是完美的,可以找找哪些地方没有做好才导致这次失败,只要想办法做好,下次还是有机会的。

提示:让孩子正确对待失败是帮助他们自立的重要前提。可以给他讲讲你以前犯的小错误以及如何改正的。最后鼓励孩子在同伴面前,敢于将自己的不足说出来,学会自己鼓励自己。

第五式:与同伴协商问题

当孩子为看电视的某个频道与同伴争论起来时,你是否会急于参与其中,为不愉快的他们裁决问题呢?

对策:你可以提醒他们,生气是不能解决任何问题的,只有让自己安静下来,各自去寻找一个解决问题的办法。或是提示他们可以采用扔硬币等方法来决定。

提示:没有什么办法比让孩子自己通过协商解决问题更好。而父母的责任,只是在于提示他们协商时注意各自的行为。在他们互不相让时引导他们拿出最好的解决办法。



游戏 110 解手结

游戏时间:不限

游戏难度:★★

游戏人员:爸爸、妈妈和孩子

游戏场合:家中空地

适合年龄:6~7岁

主要目标:学会独立分析判断事物、独立解决问题的能力

辅助目标:培养耐挫能力和意志力,而且能培养孩子的协调能力,同时解手结的过程也能提高耐性和合作意识



游戏方法

1. 父母、孩子三人围成圈;