



妈妈点赞

魏华 著

不急不躁

NO

65个亲子游戏，玩出孩子的“黄金五维学习力”

MUSS

六大训练场景，循序渐进，环环相扣

NO

用游戏提升 儿童学习力

问题，这本书帮你解决！

USS



中国工信出版集团



人民邮电出版社
POSTS & TELECOM PRESS

魏华 著

不急
不躁

NO
MUSS

NO 用游戏提升
儿童学习力

FUELL

人民邮电出版社
北京

图书在版编目(CIP)数据

不急不躁用游戏提升儿童学习力 / 魏华著. — 北京:
人民邮电出版社, 2019.5
ISBN 978-7-115-51113-3

I. ①不… II. ①魏… III. ①儿童—学习能力—能力
培养 IV. ①G442

中国版本图书馆CIP数据核字(2019)第067824号

内 容 提 要

从幼儿园踏入小学的孩子,似乎一下子变得不那么可爱了:上课走神儿,写作业总坐不住,背完课文一会儿就忘……这下家长也开始止不住又急又躁了——该怎样引导孩子爱上学习,学会学习呢?

本书作者魏华老师认为爱玩本就是孩子的天性,我们若能带着孩子在玩中学岂不是更好?秉持这一教育理念,魏华老师通过多年实践,摸索出一套有效提升孩子学习能力的趣味游戏,并围绕记忆力、专注力、自控力、想象力和表达力这五个方面,总结出“黄金五维学习力”趣味游戏。魏华老师已指导2000多位家长和孩子采用这种游戏化的方式进行学习能力训练,效果显著,大受欢迎。

为此,本书精选了65个趣味游戏,每一个游戏都可以有针对性地提升孩子的某一项学习能力。为了提升阅读体验,书中的每个游戏都用图解的形式生动地呈现游戏步骤,家长和孩子看图就能照做。同时,每个游戏介绍中都有“互动吧”环节,分享家长的困惑、经验,以及魏华老师的智慧解答与精彩点评。

所有用心陪伴孩子的家长,让我们用游戏走进孩子的内心世界吧!

◆ 著 魏 华

责任编辑 马雪伶

责任印制 周昇亮

◆ 人民邮电出版社出版发行 北京市丰台区成寿寺路11号

邮编 100164 电子邮件 315@ptpress.com.cn

网址 <http://www.ptpress.com.cn>

雅迪云印(天津)科技有限公司印刷

◆ 开本: 880×1230 1/32

印张: 8

字数: 162千字

2019年5月第1版

印数: 1—10 000册

2019年5月天津第1次印刷

定价: 49.00元

读者服务热线: (010)81055410 印装质量热线: (010)81055316

反盗版热线: (010)81055315

广告经营许可证: 京东工商广登字 20170147号

此为试读, 需要完整PDF请访问: www.ertongbook.com

“你看看你，整天就知道玩、玩、玩，你的作业都做完了吗？”

每当女儿小米不遵守约定写作业，我就会忍不住发火，对她说这样的话。

小米7岁，刚上小学，对学习一点儿也不感兴趣。前一秒玩得十分开心，后一秒一听要写作业，立刻变脸，开始大哭。

记得有一次，她的家庭作业是背诵《悯农》，背了老半天也记不住，刚刚记住后面的，又会忘了前面的。我很生气，这么简单的诗句，她怎么就是记不住呢！我忍不住对她发了火。她泪眼蒙眬，用可怜巴巴的眼神看着我，说：“妈妈，我背不下来，我不要上学，永远不要上学。”

那一刻，这句话像拳头一般狠狠地打在我脸上。我好像站在茫茫荒野，无路可去，又无路可退。为什么我的人生如此失败，竟然连7岁小孩的学习都搞不定？

小米上小学之前，我是家庭教育专业讲师，经常和迷茫的家长分享教育方法和教育心得。小米在我的培养下拿过全国绘画大赛的特等奖和金奖，我对小米的成长充满了期望。

为什么上了小学，小米却开始厌学了呢？

说完刚才那句“永远不要上学”以后，小米又让我

陪她玩捉迷藏，我只好打起精神来。妈妈这个角色就是这样，没法甩手说我不干了，只能在茫茫荒野中迎着或黯淡或明亮的星光走下去。

却没想到，游戏让我无意中找到了解决问题的方法。

我们玩捉迷藏的时候，需要同时数数，数完后开始找人。玩了一会儿捉迷藏，我灵机一动，说：“要不我们把数数变成背诗吧？每次背一句，而且每次都不能重复。”

小米答应了。当她想不起来某句诗时，我会用相应的动作提醒，真没想到半小时以后，小米就把那首诗倒背如流了，晚上也很开心地睡觉了。

第二天我故意说：“小米，你昨天说再也不去上学了，那就别去上学了。”小米边换鞋边说：“妈妈，我不，我要去上学，要不我同桌一人多孤单啊。”我看着她一脸认真的表情，又好气又好笑。

小米上学以后，我陷入了沉思。既然小米这么喜欢玩游戏，那我有没有可能为她设计一系列能够帮助她学习的游戏呢？

说干就干。我购买了大量国内外的儿童心理学书籍和游戏设计书籍，一点点吃透游戏和学习的原理。我把小米小时候爱玩的游戏汇总起来，在玩法上加入了小学课本的知识点，一个个和小米试玩，记录每一次玩与学的效果。

小米非常热爱这些游戏，也非常享受每天和我玩游

戏的时光。不知不觉中，小米的学习成绩也开始慢慢提高。我最欣慰的不是她拿了好成绩，而是她对学习萌发了浓厚的兴趣，不再像拉车的驴一样被驱赶着，而是像有目标的骏马一样撒开蹄子奔腾。

这些方法能普遍适用吗？

从小米上一年级开始，我就被小米所在的学校特聘为校外辅导员，和家长分享家庭教育经验，和老师分享教师礼仪，我给学生上的社会情感课已被纳入学校的常规课。我开设了线上和线下“儿童黄金多维学习力”课程，于是我有机会把这一套“学习力游戏”介绍给更多的家长朋友。我还开了12期的“黄金多维学习力训练营”，对学习力游戏进行了约2000人参加的“内测”，并根据反馈不断调整和优化。从参加测试的家长和孩子们的反馈来看，这套游戏学习法能有效提升小学生的学习效果。

8岁小女生笑笑的妈妈通过新浪微博（米妈谈育儿）向我咨询，笑笑的记忆力比较差，在班上背书总是垫底，怎么办？我建议她带着孩子玩趣味游戏。经过6周的学习力游戏训练，玩“抢背电话号码”“成语表演”“记忆专家”“手指舞”等小游戏，笑笑不再像当初那样讨厌学习了。后来笑笑妈妈在我的微博中留言说：“孩子现在已经可以专心安静地坐30分钟以上了，比以前专注了好多，背书的速度也大大提升了呢，再也不是之前那个背书的‘末代女王’了。”

被全家人称为“小蜗牛”的7岁小男生卜卜，每次做作业都特别慢，错题也特别多，Bob妈妈也因此多次被老师请到学校。后来我让她试试“复读机”“挑木棍”“限时听写”“反话口令”等游戏，一个月后，孩子的变化特别大：Bob不再抵触写作业，而且准确率高了很多，作业还被老师评为4星、5星。

笑笑妈妈、卜卜妈妈等家长都建议我把我的学习力游戏写成书，帮助更多的孩子爱上学习！

2018年6月，我与何小英、李丛两位老师共同撰写的《不急不吼 轻松养出好孩子》正式出版，里面提到了我开发的学习力游戏。很多读者朋友看了书以后觉得很好用，又通过读者群和我的网课留言，问能不能更系统地讲讲我的经验。

每一个游戏都像是一颗珍珠，而怎么样把珍珠串起来，成为一个经得起考验的提升学习力的游戏系统，使其能够帮助更多孩子，就成了我面临的挑战。

我发现，无论要从哪个方面提升学习力，都要先从培养兴趣开始——只有学习的兴趣被唤醒了，其他能力的培养才有可能。

学习力有很多维度，我提炼出在小学阶段最核心、最值得集中培养的五个方面：专·注·力、自·控·力、记·忆·力、想·象·力和表·达·力。这五维学习力可以构成孩子学习能力的“操作系统”，6~9岁又是培养孩子学习力的黄金时期，所以我把它们合称为“黄金五维学习力”。

学习力的培养是一个完整的系统，我们所设计的不

是一个只孤立地训练一种学习力的游戏，因为只要一方面有所提高，其他方面都会跟着提高——孩子的自控力提高了，专注力自然也会提高；孩子的表达力更收放自如，会激发他的想象力。

同时我们也意识到，提高学习力需要找到突破口，每个家长都会对自己的孩子哪一维学习力比较薄弱有判断，如果每一个游戏能够重点提升某一项能力，家长使用本书会更加得心应手。所以我邀请网易云课堂“黄金人脉”课开发者百合老师合作，在书中设计了“1+5”（兴趣+ 五维学习力）的模式，共六大训练场景，并从课程体验的角度出发，综合考虑游戏可行性、场景分类等因素，将 300 个游戏反复筛选打磨，呈现出容易上手、简单有效的 65 个学习力游戏。

这些小游戏简单好上手，家长每天只需拿出 20 分钟左右，陪伴孩子一起在“玩中学”，不但可以全面激发孩子的学习兴趣，还可以极大增进亲子关系。是的，对孩子来说，最好的学习场所是家庭，最好的老师是父母，最好的学习方法是游戏。

现在，就请跟我一起来吧！

第1章 未来时代， 会玩的孩子更有竞争力

1.1 不是所有的学习都需要正襟危坐

萌萌英语成绩差，让妈妈很焦躁

游戏是孩子开启智慧最自然的方式 / 5

通过游戏，孩子能更轻松学会知识 / 8

通过游戏可以拓展学习维度 / 10

游戏可以帮父母更懂孩子 / 12

找到适合孩子的游戏 / 13

1.2 用游戏玩出你的“黄金多维学习力”

记忆力 / 15

专注力 / 16

自控力 / 16

想象力 / 17

表达力 / 18

1.3 带孩子玩游戏的几个原则

忘记你是家长，将自己当作玩家 / 20

鼓励孩子享受过程而不是输赢 / 22

守住共同设定的规则 / 24

允许孩子闹情绪 / 26

小贴士：如何使用本书才会更有效 / 28

第2章

激发兴趣，

让孩子勇于接受挑战

能不能将“要孩子学”转变为“孩子要学”

2.1 角色扮演，用情景模拟改变“学习氛围”

【圣旨到】专治“我不喜欢” / 36

【影子先生】在模仿中学本领 / 38

【警察抓小偷】主动检查作业 / 40

【服务员与顾客】生活中的知识应用 / 42

2.2 限时加压，挑战不可能

【快速抢答】训练反应速度 / 44

【一分钟挑战】善用碎片时间 / 48

【限时答题】巩固基础知识，提高复习效率 / 50

2.3 给枯燥的学习增添点儿乐趣

【找朋友】找规律，训练归纳能力 / 53

【种花】加强孩子识记生字的能力 / 56

【明星医生】主动检查作业 / 58

【炒爆米花】换个方式复习 / 60

 敲黑板 / 63

第3章

训练记忆力， 轻松应对死记硬背

欢欢总是记不住生字，怎么办

3.1 交替记忆法

【快闪一下】加速背诵课文 / 73

【手指舞】快速记忆手势 / 75

【小动物排排坐】增强短时记忆 / 77

3.2 联想记忆法

【抢背电话号码】快速记忆数字 / 80

【成语表演】记忆成语不再难 / 82

【背诵比赛】背诵古诗不易忘 / 84

【记忆专家】轻松记忆词组和句子 / 86

3.3 比较记忆法

【识字打怪】巧学汉字 / 88

【线段变形记】辨别直线、线段、射线 / 90

3.4 尝试回忆法

【复述故事】牢记故事内容 / 92

【英语对对碰】巧记英语单词和句子 / 94

【影片观察员】提高记忆细节的能力 / 96

 敲黑板 / 99

第4章 训练专注力，

孩子听课不走神

冬冬上课不能专注，影响同学

4.1 专注力的稳定性

【扑克游戏】1 分钟高度专注 / 113

【限时听写】眼耳手脑高度协调作战 / 115

【多米诺骨牌】沉浸式体验感 / 117

4.2 专注力的广度

【复读机】提升听长段内容的能力 / 119

【跳数】5 分钟专注 / 121

4.3 专注力的分配性

【夹乒乓球】受干扰时不分心 / 123

【123 口令】习惯执行多线程任务 / 125

【挑木棍】保持高度专注 / 128

4.4 专注力的转移性

【消消乐】专注力转移的灵活度 / 130

【方格大作战】专注力转移的速度 / 132

【随意书写】持续转移的耐力 / 135

 敲黑板 / 137

第5章

训练自控力，

写作业不再拖拉

轩轩拖拉磨蹭，不遵守约定，令妈妈束手无策

5.1 偏运动类游戏

【捞美人鱼】学会遵守规则 / 150

【行动暗号】学会主动执行约定 / 152

【123 木头人】训练身体调节能力 / 155

【消灭气球】通过努力获得主动权 / 157

5.2 偏操作类游戏

【向日葵】激发孩子的正向行为 / 159

【情绪轮】让孩子妥善处理情绪 / 161

5.3 偏娱乐类游戏

【寻宝】训练孩子积极等待 / 164

【拼图挑战】把兴趣变成习惯 / 167

【反话口令】锻炼思维敏捷性 / 170

5.4 偏智力类游戏

【红绿桌子】掌握规则转换 / 172

【晚间日记】培养自省的好习惯 / 174

 敲黑板 / 176

第6章

训练想象力，

让想法插上翅膀

菲菲因想象力不足，写作文丢了很多冤枉分

6.1 再造性的想象：更好地理解抽象知识

【对话接龙】提升口语能力，丰富词汇量 / 185

【猜谜语】养成思考的习惯 / 188

【魔力小牙签】训练抽象和想象的能力 / 191

【你比画我猜】改善学习氛围 / 194

6.2 创造性的想象：培养孩子的创新意识

【摆摆七巧板】培养平面想象力 / 196

【字母魔法变身】训练孩子的想象力 / 198

【手指生花】创新手指画 / 200

【旧物改造】同步增强动手能力和想象力 / 202

6.3 幻想：帮助孩子树立理想

【我的白日梦】让精神空间更加宽广 / 205

【科幻画】激发孩子探索科学的兴趣 / 207

【续写故事】通过阅读拓展想象的空间 / 209

 敲黑板 / 211

第7章

训练表达力， 孩子表达更自信

小米因为不会表达而闹出笑话

7.1 培养口语表达能力

【售货员】培养孩子连贯讲述的能力 / 220

【小小工程师】学会有效地发出指令 / 222

【小导游】锻炼口语表达能力 / 224

【三个为什么】训练语言组织能力 / 226

7.2 提高书面表达能力

【影像日记】让孩子有话可写 / 228

【依葫芦画瓢】通过仿写积累作文素材 / 230

7.3 培养演讲能力

【每日故事】营造轻松的表达氛围 / 232

【家庭小剧场】增强孩子的情感体验 / 234

【家庭电台】训练孩子有表情地讲述和朗诵 / 236

 敲黑板 / 238

后记 / 239

第1章

未来时代，会玩的孩子更有竞争力
