



**200** Activities  
to Make the Most  
of Every Moment  
With Your Child

Anytime  
**Quality**  
Time

# 使所有时间 成为价值时间

和你的孩子一起充分利用每一分钟

本书适合 3 到 12 岁孩子的家长使用

作者 / 彭妮·沃纳  
Penny Warner

中国青年出版社

本书适合 3 到 12 岁孩子的家长使用

Anytime  
Quality Time

# 使所有时间 成为价值时间

和你的孩子一起充分利用每一分钟



彭妮·沃纳  
Penny Warner

中国青年出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

使所有时间成为价值时间/(美)彭妮·沃纳著;杨文静译.  
北京:中国青年出版社, 2003

ISBN 7-5006-5296-8/G·1545

I. 使… II. ①沃…②杨… III. 家庭教育  
IV. G78

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 076488 号

Quality Time Anytime: 200 Activities to Make the Most of  
Every Moment with Your Child by Penny Warner

Chinese translation Copyright © 2003 by

CHINA YOUTH PUBLISHING HOUSE

Copyright © 2002 By Penny Warner

This edition arranged with MEADOWBROOK PRESS through  
BIG APPLE TUTTLE - MORI AGENCY, LABUAN,  
MALAYSIA.

## 使所有时间成为价值时间

作 者: [美]彭妮·沃纳

译 者: 杨文静

责任编辑: 刘 炜

文字编辑: 彭 丹

美术编辑: 夏 蕊

责任监制: 于 今

出 版: 中国青年出版社

发 行: 中国青年出版社北京中青文  
书刊发行中心 (010)65516875

制 作: 中青文制作中心

刷: 中国青年出版社印刷厂

版 次: 2003 年 9 月第 1 版

印 次: 2003 年 9 月第 1 次印刷

开 本: 787 × 1092 1/32

字 数: 150 千字

印 张: 8

京权图字: 01-2003-5522

书 号: ISBN 7-5006-5296-8/G·1545

定 价: 19.90 元

我社将与版权执法机  
关配合大力打击盗印、盗  
版活动, 敬请广大读者协  
助举报, 经查实将给予举  
报者重奖。

举报电话:

北京市版权局版权执法处

(010)84251190

中国青年出版社

(010)65516875

(010)65516873

中青版图书, 版权所有, 盗版必究

|               |     |
|---------------|-----|
| <u>序言</u>     | 5   |
| 洗浴时间 .....    | 13  |
| 卧室时间 .....    | 31  |
| 准备睡觉的时间 ..... | 49  |
| 车里的时间 .....   | 67  |
| 厨房里的时间 .....  | 83  |
| 吃饭时间 .....    | 101 |
| 户外时间 .....    | 119 |

---

|             |     |
|-------------|-----|
| 玩耍时间 .....  | 137 |
| 安静时间 .....  | 157 |
| 购物时间 .....  | 177 |
| 生病的时间 ..... | 193 |
| 等待时间 .....  | 211 |
| 走路时间 .....  | 231 |

---

# 序言

## Introduction

同孩子们在一起的时间十分宝贵，就像每个孩子的父母都可能会有的感觉：同孩子们在一起的时间过得飞快。在孩子们长大后，大多数父母都会发出这样的感慨：“我真希望能有更多的时间同他们在一起！”为了避免这种遗憾的发生，请你不要将过多的精力放在其他事务上，而要认真地考虑一下什么才是生活中真正重要的事情，那就是保证同孩子们在一起的每时每刻都过得有质有量！

### 为什么要有质有量？

一些成长问题专家曾经写过很多关于“质量时间”的文章。之所以发明这样一个名词是因为专家们看到家长们大多忙于工作、家务、自己的休闲和其他一些事务，而很少同孩子们在一起。很多父母在认识到这个问题后开始筹划如何提高同孩子们在一起的时间效率，以便使迅速成长的孩子们能及时同父母交流，听到父母的忠告。

### 为什么可以“随时随地，有质有量”？

从那以后，我们开始学习怎样随时随地都可以拥有“质量时间”。每天有很多时候——例如排队、候诊、送孩子上学和

准备就寝等——我们可能同孩子们在一起。我们可以轻易地将这些时候变成“质量时间”，教给孩子们一些知识、做体育活动、进行感官刺激训练或只是在一起玩耍。

做这些事情所需的条件是：一点儿想像力、一些准备工作和本书中介绍的大量游戏和活动。你会发现这些游戏和活动能够帮助你同孩子们一起度过很多快乐的时光，即使你的日程安排得满满的。此外，你在每个活动的“下次”任务中可能会受到一些启发而有更多自己的想法。无论你在哪里或在做什么，你会感到每天都有无尽的快乐。

本书的目的是帮助你提升快乐的感觉、增强信心和责任心；帮助孩子们提高创造力、解决问题和社会交往的能力，同时使他们有一个健康的体魄。再说一遍，本书不仅会使你的孩子在将来的生活中受益，而且会帮助加深父母同孩子的感情！

## 核心价值观

如果你的孩子擅长在玩中学习，他将学到以下这些核心价值观：

- **成就感**：努力去做某件事后取得成功的感觉。
- **勇气**：尝试新事务，不害怕试验。
- **好奇心**：提问题、探索和接受挑战，从中得到发现和获取知识的乐趣。
- **感情表达**：表达自己的想法，理解自己的各种感觉。这

一点很重要。

- **环境意识**:关注家里和社区等周边环境,为改善环境做力所能及的事情。

- **帮助他人**:为家庭和朋友中需要帮助的人做些事情。

- **诚实**:对自己和他人都能做到这点。

- **家庭的重要性**:理解为什么家庭是最重要的。

- **道德和信仰**:知道什么是有道德的行为,理解家人的信仰。

- **坚定性**:不轻易放弃,坚持到最后的胜利。

- **积极的态度**:相信自己有能力做好一些事情,并在实现目标的过程中保持乐观情绪。

- **善于动脑**:在解决问题时能够想到很多办法。

- **尊重自然**:了解人类生存的环境,知道自己能为保持自然的生机做些什么。

- **尊重他人**:富有同情心,知道如何尊重他人。

- **责任心**:知道什么事情是重要的。

- **自信**:相信自己,清楚自己的能力。

- **自力更生**:相信自己的能力,能够照料好自己。

- **自尊自爱**:做真实的自己最好,学习接受自己的行为,清楚自己与众不同之处。

- **幽默感**:一生都能保持幽默感,不怕自我解嘲,即使事与愿违。

- **制定目标**:将巨大的挑战分成阶段,逐个战胜,达到阶



段性目标。

- **团队精神**:学会同他人合作完成某项事情或任务。

## 基本技巧

你的孩子通过进行书中介绍的活动和游戏也能提高以下这些基本生活技能。

- **分类**:根据不同的标准将事务分成不同的类别。
- **交流沟通**:用讲话、身体语言、面部表情、写作和表演等方式同别人交流沟通。
- **协调平衡**:运用知觉和肌肉运动保持各种姿态。
- **烹饪**:用各种原料、烹饪器具和作料制作各种食物。
- **创造力和想像力**:跳出框框,努力想出新的主意和解决问题的方法。
- **逆向思维**:分析问题,从各种角度找到解决方法。
- **精细动作**:用手完成的各种动作。
- **遵循指导**:理解、记住和遵循口头或书面的指示。
- **语言和词汇**:增加词汇量和语言技巧,以便更好地与人沟通和思考问题。
- **行为举止**:要有礼貌、知道良好的社会行为的重要性。
- **读地图**:会看地图,根据图标确定具体位置。
- **数学**:运用基本的数学方法解决问题,同时培养更高级的数学能力。
- **衡量**:学会用不同的标准,例如数量、长度和大小等衡



量事务。

- **洞察力**:以新的视角分析世间万象,学会评估和分析事务。

- **计划性**:在完成一项任务时有步骤,能够高效率地利用时间。

- **实践性**:学会日常生活的基本技巧,例如整理床铺、收拾桌椅和打扫房间等。

- **解决问题**:分析问题,找到解决办法。

- **生产能力**:制作不同物品的水平。

- **循环利用**:变废为宝的能力,注重环保。

- **科学分析**:利用科学原理分析问题。

- **社会交往**:与人交流,清楚帮助别人的重要性。

- **金钱的价值**:理解金钱的价值,知道如何挣钱。

## 教育时刻

“教育时刻”是指你能够给孩子以积极指导的时间和机会。你应该鼓励孩子锻炼处事技巧,学习新的思维方式,探索有趣的未知世界。重要的是过程而不是结果。

在“质量时间”里寓教于乐,帮助孩子们将学到的知识和技巧用在他们未来的生活中。孩子的每个时刻都可能成为“教育时刻”。家长只用几分钟的“质量时间”就能教给孩子一种新技巧、一个新信仰、一个新思想和看待事物的一种新方法。



## 玩乐时刻

本书的最终目的是使家长和孩子享受在一起的快乐时光。我已将各种活动安排在大多数家庭在日常生活中都会遇到的13个场景中,在这些场景中,你都可以和孩子们在一起做游戏或进行各种活动。

• **洗浴时间:**当孩子们在浴缸里清洗身体时,同你的孩子作些游戏吧。

• **在卧室里:**分享孩子们的特殊空间。

• **准备睡觉的时候:**让你的孩子放松身体和神经,准备睡觉。

• **在汽车里:**郊游或长途旅行时。

• **在厨房里:**同孩子们分享烹饪的乐趣。

• **就餐时间:**在餐桌旁的活动和游戏。

• **户外时间:**享受难得的户外时间,活动是没有限制的。

• **玩耍时间:**在玩中学习和培养各种良好素质。

• **安静时间:**在安静的时候也有很多乐趣。

• **购物时间:**让孩子注意你购物时的状态。

• **生病的时候:**当孩子生病在床的时候也要让他感到快乐。

• **等候时间:**在你们等候做某件事情时,让等待的时间也充满乐趣。

• **走路时间:**走着去学校、公园和在社区内散步。



## 快乐模式

在本书的十三章内容里，每章都有近 15 个游戏和活动，几乎能够贯穿全天的每个短暂时刻。每个游戏和活动包括以下几方面的内容：

- **年龄：**适合做这项活动的年龄范围。
- **简介：**介绍活动和游戏的过程。
- **价值观和技能：**孩子们需要从活动和游戏中学习的价值观和技巧。
- **材料：**活动和游戏所需的用具和材料。
- **做法：**简单地分步介绍活动和游戏的方法。
- **下次：**拓展游戏和活动乐趣的建议。





第 一 章

**Bath Time!**

**洗浴时间**

# 泡泡浴

## Fizzy Water

扑通！扑通！哗哗！哗哗！哦，洗澡是多么快乐的一件事！  
孩子们知道浴缸里的泡沫是从哪里来的吗？

### 价值观

- 善于动脑

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 能够发泡的浴液或泡腾片

### 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 在孩子背后放上一两片泡腾片，不要让他看见。
3. 问他有什么感觉，让他形容他的感觉和他听到的声音。
4. 让他看到泡泡的来源，看他是否能猜出那是什么东西及发泡的原理。
5. 向他介绍泡腾片的成分及在水中发泡的原理。
6. 看他能否想起其他能够在水中发泡的东西。

### 下次

- 试用其他发泡的东西，例如浴盐和泡泡浴油等。
- 你能否找到其他遇到一起就能发生化学反应的东西，例如醋和小苏打，苏打水和冰激凌等。



# 美发院

Hair Salon

可以带孩子到美容店洗澡，在那里的浴缸里做出各种能够想像得到的发型，这种活动更适合女孩。

## 价值观

- 自我意识

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 不会打破的镜子
- 幼儿用香波和浴液
- 照相机



## 做法

1. 在浴缸放满温水，让孩子泡在里面。
2. 将不会打破的镜子放在孩子对面以便他看到镜子里的自己。
3. 给孩子头发上抹香波，揉出丰富的泡沫。
4. 鼓励他给自己变换各种发型，越疯狂越好。
5. 让他从镜子中看看效果。
6. 如果他愿意，给他照下来。

## 下次

- 用食用色素给香波染上颜色，创造多彩的发型。
- 给孩子看一些发型书，鼓励他设计出更加与众不同的发型。





# 有多少杯子

## How Many Cups

让你的孩子计算注满一个容器要用多少杯水。实际操作比看上去要难！

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 数学

### 材料

- 塑料量杯
- 不同规格的容器

### 做法

1. 在浴缸放满温水,让孩子泡在里面。
2. 将塑料量杯和容器放在水里,向大容器里注满水。
4. 先让孩子猜猜容器中的水能够装满多少塑料量杯。
5. 然后真正用量杯从容器中舀水出来,看看能舀多少杯,一边舀一边数。
6. 重复使用其他容器做这个试验。

### 下次

- 用汤勺和小杯子舀水。
- 用其他量具,例如塑料管子、塑料瓶和塑料碗等等。
- 用食用色素给容器中的水染色。



# 藏钱币

## Missing Money

金钱不能从树上长出来，但孩子可能会在浴缸底下发现钱币。

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 五枚到十枚硬币或其他币状物

### 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 数出五到十枚硬币。
3. 当你向浴缸里扔硬币时，让孩子闭上眼睛听声音。
4. 让他记住共听到几声，然后找出沉到缸底的硬币。

### 下次

- 每次都增加硬币的数量，增强孩子的听觉和数字能力。
- 也可以向浴缸里扔其他听得见声音的东西。



# 二重唱

Sing a Duet

大家都知道，在潮湿的环境中唱出的歌声都很好听。试着和孩子一起在洗澡的时候唱支快乐的歌吧。

## 价值观

- 团队精神
- 记忆力

## 技能

- 遵循指导

## 材料

- 你们的嗓子

## 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 和孩子一起唱你们都会的歌曲，例如《划船曲》，可以分声部唱。

## 下次

- 选唱其他你们都很熟悉的歌曲。



# 玩纸船

## Sink the Ship

让一只小船沉到水底不是容易的事情，让孩子看看他要费多大的劲才能让小船沉下去。

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 逆向思维
- 精细动作

### 材料

- 平底塑料小船或木头小船
- 需要放在船上的东西，例如一些小玩具

### 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 将一只小船或一个木块放在水上，看看两者有什么不同。
3. 将小玩具放到船上，看看放多少东西，小船才能沉底。

### 下次

- 选择不同的物件，再做同样的试验。
- 将物件按不同顺序放在船里，看看有什么不同。
- 尝试其他材料的小船。



# 慢动作

## Slow Motion

一旦孩子学会一些简单的动作,这个游戏就很容易做了。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 旧袜子或旧围巾

### 做法

1. 在浴缸里放满温水,让孩子泡在里面。
2. 选择一个简单动作,例如穿袜子或系围巾。
3. 将其中一样东西放在水里。
4. 让孩子在水里穿袜子或系围巾。



### 下次

- 让孩子完成另外的动作,例如系衬衫扣子或给布娃娃穿衣服等。



# 海绵的形状

## Sponge Shapes

孩子知道浴缸湿了以后可以像神奇的磁铁吗？让他们看看浴缸究竟能吸住些什么？

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 科学分析能力

### 材料

- 各种形状的海绵
- 其他在湿了以后被浴缸吸住的东西，例如气球、蜡纸、布头和塑料书签等等

### 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 将海绵放在水里。
3. 让孩子把海绵向浴缸壁上挤压，看看海绵能否被吸在浴缸壁上。

### 下次

- 将海绵剪成字母形状。
- 让孩子想像还有什么东西可以被吸到浴缸壁上。



# 不干胶贴纸的魔法

## Sticker Magic

让孩子设计自己的浴缸游戏。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 从书本或报纸上剪下的连环漫画故事
- 干净的大张不干胶纸
- 剪刀

### 做法

1. 将连环漫画剪成独立的方画片。
2. 将干净的大不干胶纸剪开,尺寸要能容纳所有的画片。
3. 撕去不干胶纸的保护层,将每张彩色方纸片相隔一定距离粘在不干胶纸上。
4. 再拿另外一张不干胶纸覆盖在所有的画片上面。
5. 将每张画片剪下来,四周留白。
6. 在浴缸里放满温水,让孩子泡在里面。
7. 将方画片放在浴缸附近或让它们漂在水上。
8. 让孩子根据他挑选的方画片编故事,然后将方画片贴在浴缸壁上。



下次

- 让孩子自己动手画漫画,再按上述做法玩。



# 用钳子夹东西

Take It with Tongs

对孩子来说,用手指夹东西可能很容易,但用钳子就不会那么容易了,特别是在需要夹起的东西还是湿的情况下。

## 价值观

- 坚定性

## 技能

- 精细动作

## 材料

- 能够浮在水面上的小东西,例如瓶盖、小梳子和塑料小勺等
- 钳子

## 做法

1. 在浴缸里放满水,让孩子泡在里面。
2. 将准备好的那些小东西放在水里。
3. 让孩子用钳子将这些东西夹起来。

## 下次

- 每次选择不同的小东西。
- 选择更小的东西。
- 让孩子同时夹起两件东西。
- 让孩子用筷子夹东西。



# 在浴缸里喝茶

Tea for Two in the Tub

孩子在浴缸里喝过茶吗？在浴缸里的最大好处是不用担心茶水会洒出来。

## 价值观

- 家庭的重要性

## 技能

- 社会交往

## 材料

- 塑料茶具
- 能够浮在水面上的木板

## 做法

1. 在浴缸里放满温水，让孩子泡在里面。
2. 把木板放进水里，当桌子使。
3. 将塑料茶具放在浴缸旁或水里。
4. 让孩子向茶杯里舀水当茶。
5. 父母假装边喝“茶”，边和孩子聊天。

## 下次

- 用食用色素将浴缸里的水染上颜色，称茶杯里的液体为“果汁”或“柠檬茶”。



# 浴缸艺术

## Tub Art

在任何地方都能找到艺术灵感,甚至在浴缸里。孩子需要的东西就是创作艺术作品的材料。

### 价值观

· 感情表达

### 技能

· 创造力和想像力

### 材料

· 剃须膏 · 食用色素

· 塑料碗 · 镜子(可要可不要)

### 做法

1. 在浴缸里放满半缸水,让孩子泡在里面。
2. 向塑料碗里挤一些剃须膏,并在碗里放少许食用色素,使这两种东西充分融合。
3. 让孩子用彩色剃须膏在浴缸壁作画。
4. 做完后再抹掉,重新画别的东西。



### 下次

- 用多个塑料碗配出多种彩色剃须膏，这样孩子就可以画出多姿多彩的画面。
- 让孩子将彩色剃须膏涂脸上或身上，看镜子里的自己多么有趣。注意不要将剃须膏涂进眼睛里。



# 水里的科学

## Water Science

浴缸可以成为一个迷人的科学实验室。让孩子做些试验吧,看看会发生什么?

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 科学分析

### 材料

- 科学性的玩具,例如量杯、管子、套杯、放大镜和滤网等

### 做法

1. 在浴缸里放满水,让孩子泡在里面。
2. 将一些科学性玩具放在水里。
3. 在家长的指导下,让孩子用这些玩具做试验。例如,看看用多少杯水能够注满一个容器,以及虹吸现象是怎样形成的等等。
4. 让孩子试着解释他们的试验原理。

### 下次

- 家长为孩子提供其他试验,例如让孩子用不同的东西做“沉没或漂浮”的试验。



# 水中投掷

## Water Toss

孩子能将一个小东西投到碗里吗？听起来很容易，但看看如果碗是在移动的状态下，会发生什么情况？

### 价值观

- 成就感

### 技能

- 理解力

### 材料

- 塑料小碗
- 塑料瓶盖和钱币等小物件

### 做法

1. 在浴缸里放满水，让孩子泡在里面。
2. 让塑料小碗漂在水面上。
3. 让孩子向碗中投掷小东西。

### 下次

- 让孩子闭上眼睛做这件事情。
- 选择更小的碗。
- 在水里制造浪花，然后做这件事情。







**Bedroom Time!**

**卧室时间**



# 门把手上的标记

## Doorknob Signs

让孩子通过门把手上的标记表达感情。

### 价值观

· 感情表达

### 技能

· 沟通交流

### 材料

- 剪刀 · 不同颜色的硬纸板
- 绳子和标记笔 · 不干胶画或自己的作品

### 做法

1. 将不同颜色的纸板剪成 4 × 8 英寸大小的长方形，让不同的颜色代表不同的心情，例如蓝色表示伤心。
2. 在纸板上方掏两个小洞，绑上绳子以便将纸板悬挂在门把手上。
3. 让孩子在不同颜色的纸板上写上一句话，例如“不要和我说话，现在我是蓝色”。
4. 可以配合这句话贴一张不干胶画或自己的作品。
5. 让孩子做一套门把手的标记以便他随自己的心情变换，每天或每时每刻都可以换。



### 下次

- 除了让门把手标记表达心情以外，还可以让它表示孩子正在干什么事情，或在什么地方。
- 让孩子画不同的面部表情或海报，贴在门上。





# 时尚“灾难”

## Fashion Disaster

很多孩子都有自己的穿衣风格,但你的孩子会搭配衣服吗?

### 价值观

- 幽默感

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 孩子的各式衣服
- 照相机(可要可不要)

### 做法

1. 让孩子从他的衣橱选出搭配不当的服饰,让他穿上这些服装。
2. 让他和家族中其他孩子比比,看谁的衣服搭配得最不协调。
3. 如果他们愿意,给他们照相。

### 下次

- 让他穿上其他人的衣服,最好有搞笑的效果。
- 从旧衣店买回一些稀奇古怪的衣服进行不当搭配。



# 守门员

Goalie

让孩子确定目标、制作图表,将图表挂在墙上,这样他能够每天看到自己进步。

## 价值观

- 责任感
- 制订目标

## 技能

- 计划性

## 材料

- 标记笔 · 大张海报纸

## 做法

1. 让孩子制订三个目标,例如“及时做完数学作业”、“每天整理床铺”及“每周在学校交一位新朋友”等。
2. 让他在海报纸上画上每天必须完成的任务,同时制订在完成任务可以得到的奖励。
3. 每天记录自己完成任务的情况,在图表相应的位置标出来。
4. 当最终达到目标后,父母应给他适当的奖励。

## 下次

- 让孩子制订完成家务活的目标。



# 办公时间

## Office Hours

让孩子将他的卧室布置得像办公室一样，然后像父母一样去工作。

### 价值观

- 自力更生

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 办公桌(真正的或替代物)
- 电脑或打字机(玩具、新的或用过的真正)
- 纸和笔· 桌上的用品,例如咖啡杯、餐盒和笔记本等
- 玩具电话或没有插头的真电话

### 做法

1. 让孩子用自己的想像力将他的卧室布置成办公室。
2. 帮助他做一个办公桌,例如旧桌子或用纸盒做一个。
3. 为他准备纸和笔等办公用品。
4. 让孩子想像办公时应干点什么,例如打字、接电话和制订工作目标等。

### 下次

- 让孩子将卧室布置成医院、邮局、船舱、学校或任何他可以想到的地方。



# 勾画轮廓

## Outlines

如果孩子很清楚他房间里的东西,让他试着凭记忆画出来。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

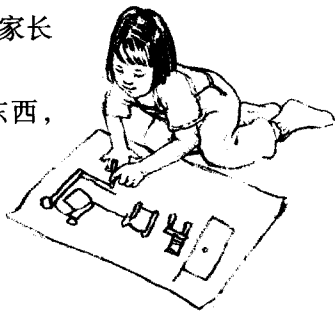
- 记忆力

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 让孩子选择房间里的一件物品。
2. 让他画出大概的样子, 家长猜猜那是什么。
3. 家长画出孩子房间的东西, 让孩子猜。



### 下次

- 在规定时间内画画和猜测。
- 不用画而是描述物品,直到另外一个人猜出来。



# 个人拼贴画

## Personal Collage

让孩子做个性化的贴画,其中有他喜欢的东西。

### 价值观

- 自尊心
- 自我意识

### 技能

- 理解力

### 材料

- 大张海报纸 · 孩子的照片 · 小的纪念品
- 剪刀、胶带或胶水、标记笔

### 做法

1. 让孩子从家庭相册中选择一些照片,同时找出一些他在几年内搜集的特殊纪念品。
2. 将这些物品分门别类地用胶带或胶水粘在海报纸上。
3. 将孩子个人的拼贴画挂在他的房间里。

### 下次

- 将孩子的爱好、朋友、功课和假期等内容做成海报。





# 收拾房间比赛

## Pickup Race

孩子能用多快的时间收拾好房间？让他向自己提出挑战。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 实践能力

### 材料

- 跑表或能读秒的手表
- 纸和笔

### 做法

1. 定好时间。
2. 让孩子尽量快地收拾房间。
3. 收拾完后,计算时间。
4. 每次都记录下所用时间,进行比较。

### 下次

- 记录孩子穿衣服、上学和锄草等事务的时间。
- 给他一定的时间让他完成一项任务。



# 搭玩具

## Pile Up

孩子能够将玩具搭得很高而不倒吗？看看他能搭多高。

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 各种可以搭造的玩具(不易损坏的)

### 做法

1. 找到一块平地，开始搭玩具。
2. 尽可能地将各种玩具搭起来。
3. 家长和孩子轮流搭。
4. 最后导致玩具塔倒塌的那个人就是输家。



### 下次

- 每次计算玩具搭起的高度，看看他每次能否破记录。



# 投掷游戏

## Private Arcade

帮助孩子将他的卧室变成有丰富游戏的拱廊。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 孩子房间里可以当作目标的东西,例如收纳筐、书包和鞋盒等
- 孩子房间里可以安全地投掷或滚动的东西,例如纸团、毛绒玩具和弹球等

### 做法

1. 在儿童房里确定目标,例如收纳筐、书包或鞋盒。
2. 帮助孩子将可以投掷的东西放在房间中部。
3. 让孩子坐在房间中部,完成你给他的具有挑战性的任务。例如,看看能将多少纸团扔到收纳筐里,能把多少毛绒玩具放在书包里,能将多少弹球弹进鞋盒里。

### 下次

- 让孩子发明自己的卧室投掷游戏。
- 让孩子邀请朋友一起玩这些游戏。



# 彩虹衣服

## Rainbow Clothes

这是一个帮助孩子收拾衣服的好方法,简单有趣。

### 价值观

- 自力更生

### 技能

- 分类

### 材料

- 抽屉里的短袜

### 做法

1. 将孩子的所有短袜都从抽屉里拿出来。
2. 让他根据袜子的颜色分类。
3. 让孩子根据彩虹颜色——赤橙黄绿青蓝紫——的顺序将短袜放回抽屉。
4. 家长找一次机会将短袜的顺序搞乱,看孩子能否发现。

### 下次

- 让孩子把他的蜡笔、书籍、玩具、毛绒玩具等东西都按彩虹的颜色顺序放好。



# 房间侦探

## Room Detective

孩子对他的房间熟悉吗?让他做一名侦探,找出房间中不属于他的东西。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 不属于孩子房间的一些东西,例如食品罐头、爸爸的帽子和妈妈的衣服等

### 做法

1. 将不属于孩子房间的东西藏在孩子房间的某个地方。
2. 让孩子寻找这些物品,如果他找不到,给他一些提示。

### 下次

- 将孩子房间中重要的东西拿走,看他能否发现。
- 在其他房间做这个侦探游戏。



# 床单小屋

## Sheet Shack

让孩子用床单盖住他房间里的所有家具,制造全新的景象。

### 价值观

- 自力更生

### 技能

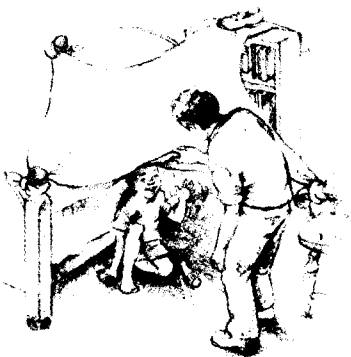
- 创造力和想像力

### 材料

- 床单
- 一些小道具,例如手电筒、玩具和糖果等

### 做法

1. 为孩子准备几条床单。
2. 让孩子将床单的四角绑在床的四角上,搞成一个小棚子,也可以叫做“岩洞”或“小房子”。
3. 把一些小道具放在床单下,让孩子随心所欲地玩。



### 下次

- 在悬起的床单下放一个大纸盒,权当“隧道”、“岩洞”或“小房间”。



# 等时线

## Time Line

让孩子制订自己的计划。

### 价值观

- 自尊心

### 技能

- 语言和词汇

### 材料

- 胶带 · 牛皮纸或小学生图画用纸 · 彩色标记笔

### 做法

1. 将一定长度的牛皮纸或小学生图画用纸在儿童房墙壁齐肩高的地方粘上一圈。
2. 让孩子在纸的中间画一个水平线。
3. 让孩子在线的最左端做一个记号，在记号附近写上他出生的日期和时间。
4. 帮助孩子在这个等时线上记录下他生活中重要的事情和时间。他可能会记上他第一次说话的时间，第一天上幼儿园的时间、他的生日聚会和快乐的假日。
5. 当等时线用完后，让孩子再粘一条等时线，随着他长大，记录他的重要日子。

### 下次

- 随着等时线的延长，你可能会想起其他过去的重要日子。让孩子随时加在等时线上。



# 观察变化者

Transformers

孩子知道他房间里物品的变化吗？让他看看有多少物品发生了变化。

## 价值观

- 善动脑筋

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 儿童房间里的家具和其他物品

## 做法

1. 让孩子选择他房间里的一件家具或物品，例如床、灯和鞋盒等。
2. 让他想出十种可能的变化，例如可以把床变成航天飞机、桌子或舞台等。

## 下次

- 在他困倦之前，看他能做出多少种变化。
- 在另一个房间里玩这个游戏。







第三章

**Bedtime!**

**准备睡觉  
的时间**

# 动物的故事

## Animal Tales

让孩子的毛绒玩具走进他的生活,也可以陪他进入梦乡。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

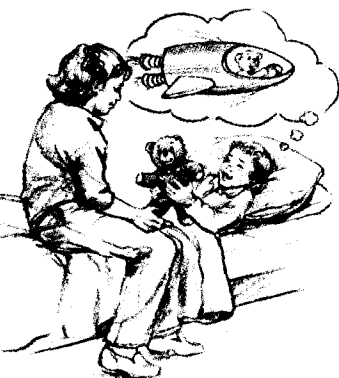
- 创造力和想像力

### 材料

- 毛绒玩具

### 做法

1. 让孩子选择他喜欢的毛绒玩具陪他睡觉。
2. 用这个玩具做主角,家长和孩子都编故事。
3. 把其他毛绒玩具作为一个角色加到你们的故事当中。
4. 故事要以皆大欢喜结束,让孩子甜蜜地进入梦乡。



### 下次

- 每晚选择不同的毛绒玩具编故事。
- 将孩子最喜欢的玩具编成系列故事。



# 书的封面

## Book Cover

孩子能够通过一本书的封面讲故事吗？让他在阅读一本书之前，通过封面讲故事。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力
- 语言和词汇

### 材料

- 儿童题材的书籍，要适合不同的年龄段

### 做法

1. 从图书馆或书店选择几本孩子从未见过或听说过的儿童读物。
2. 让他在睡觉前选择其中的一本拿到床边。
3. 让他看封面几分钟，然后尝试通过封面编故事。
4. 家长给他阅读书中的故事，看他讲的是否同书中的故事接近。

### 下次

- 阅读第一页，看孩子能否猜出书中接下来要讲的故事。
- 阅读最后一页，看他能否猜出前面的故事。
- 阅读其中的一页，看他能否将故事的前后讲出来。



# 画一个梦

Draw a Dream

孩子曾经认真地对待过他的梦吗？让他把他在梦里看到的东西画出来。

## 价值观

- 自尊心/自我意识

## 技能

- 创造力和想像力
- 精细动作

## 材料

- 纸和标记笔
- 有纸夹的书写板

## 做法

1. 当孩子清晨醒来时,问他昨夜是否有梦。
2. 给他纸、标记笔和书写板,让他画出梦中景象。
3. 和他讨论一下这个梦意味着什么。

## 下次

- 家长将自己的梦画出来,看看孩子能否讲出其中的含义,不要画恐怖的梦。



# 面对或逃跑

## Fight or Flight

孩子在遇到危险情况时会做什么反应？是面对还是逃跑？做这个游戏可以看出孩子的性格。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 笔
- 索引卡

### 做法

1. 在索引卡上写下一些具有挑战性的情况，例如“如果你看到邻居家着火，你会怎么办？”、“如果你遇到一条凶猛的狗，你会怎么办？”，以及“如果你在森林里迷路了，你会怎么做？”等等。
2. 让孩子上床后选择一个问题回答。
3. 家长也可以写出很多答案，让孩子选择。

### 下次

- 想出一些更加稀奇古怪的情况，例如“如果你上到月球上，你会怎么做？”、“如果你的头发变成紫色，你怎么办”等等。



# 按摩

## Hand Massage

可能没有比用手给孩子按摩更能令他们放松和进入梦乡的好办法了。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 社会交往

### 材料

- 按摩膏

### 做法

1. 孩子躺在床上后,家长给自己手上抹上按摩膏。
2. 在孩子的后背上进行按摩。

### 下次

- 让孩子给你按摩。
- 家长和孩子相互做足底按摩。但要小心,很痒的!



# 快乐,而且知道快乐的原因

Happy and You Know It

让孩子看看周围环境,找到令他快乐的东西。

## 价值观

- 感情表达

## 技能

- 理解力

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 让孩子想想周围什么东西让他感到快乐,例如书籍、电影或玩具。
2. 让他讲讲这些东西为什么使他感到快乐。
3. 家长讲讲令自己感到快乐的事情和东西。

## 下次

- 讲讲使你们感到愤怒、兴奋或其他感觉的东西或事情。





# 追光

## Light Chase

孩子追着天花板上一个亮点吗?他将不得不迅速做出反应。

### 价值观

· 团队精神

### 技能

· 精细动作 · 理解力

### 材料

· 两个手电筒

### 做法

1. 给躺在床上的孩子一个手电筒。
2. 将孩子卧室房间的所有灯熄灭。
3. 打开两个手电筒,照在天花板上。
4. 当你说“开始”后,让孩子的手电筒亮点追你的亮点。
5. 当他追到你时,重新开始。

### 下次

- 随着亮点在天花板上的移动,家长给孩子讲一个故事。例如,你在将亮点停留在天花板上某处的时候,你就说“从前有一个害怕黑暗的萤火虫”,也可以让孩子续讲下面的故事。
- 在手电筒的光线上阅读一本书,当然光线要足够亮。



# 坐魔毯

## Magjc Carpet Ride

儿童床是他进行这个游戏的最佳场所。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

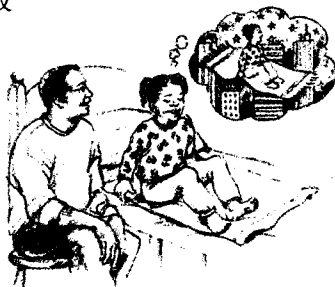
- 创造力和想像力

### 材料

- 特殊花色的毛毯或毛巾被

### 做法

1. 将毛毯或毛巾被在床上铺开，让孩子坐在上面。
2. 让他闭上眼睛，想像自己坐在一块魔毯上。
3. 让他描述魔毯将他带到什么地方，他看到、听到、闻到或感觉到什么。
4. 如果他停顿下来，给他一个提醒，例如问他“森林里有什麼？”，“你看到的虫子是什么样的？”。



### 下次

- 从书中找一幅图片，给孩子讲述有趣的故事或让孩子编一个故事。



# 令人迷惑的童话故事

## Mixed – Up Fairy Tales

如果孩子最喜欢的故事中的所有因素都集中在了一起，你能看到什么？疯狂、令人迷惑的童话故事，对！就是这个。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 两个和更多的相似的故事书

### 做法

1. 让孩子在上床之前挑选几本他喜欢的故事书。
2. 让他决定他想把哪个角色和场景放在他编的新故事中。
3. 让他从每本故事书中选出其他细节。
4. 让他将每个故事中的因素编成一个新的滑稽的故事。

### 下次

- 让孩子挑选其他他喜欢的角色和场景。
- 让孩子根据他喜欢的因素编写歌曲。



# 猫头鹰

## Night Owls

孩子是不是曾经很想知道他睡着后会发生什么事情？这里给他一个机会寻找答案。

### 价值观

- 表达感情

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 不需任何东西

### 做法

1. 让孩子躺在床上。
2. 让他想像在他睡着后，家庭其他成员会干什么？例如工作、玩、走路和看电视等。
3. 鼓励他尽可能详细地描述每个人正在做的事情。

### 下次

- 让孩子想像在他睡着后，他房间里的东西会干什么？例如，他的毛绒玩具可能活动起来；玩具、家具和衣服之间可能也会发生什么事情。



# 选照片

Pick a Photo

当孩子看家庭影集时,他会记起照片上发生的事情吗?  
我敢肯定他在讲述整个故事时会笑得乐不开支。

## 价值观

- 自我意识

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 家庭影集里的照片

## 做法

1. 让孩子上床前挑选一些照片。
2. 不用让孩子将照片上发生的真实事情,让他根据照片编一个可笑的故事。
3. 让他尽量发挥想像,能够编出让你们笑得前仰后合的故事。

## 下次

- 选择不同时期的四张照片。将这些照片随意摆放,让孩子根据这些照片编一个故事。



# 猜感觉

## Sensory Guess

如果你的孩子在床上翻来覆去睡不着，试试这个游戏，可能会使他昏昏欲睡。

### 价值观

- 自我意识

### 技能

- 创造力和想像力
- 理解力

### 材料

- 三种能够通过触摸、闻或听感觉出来的东西，例如毛茸茸的泰迪小熊、香皂和嘀哒作响的钟表

### 做法

1. 让躺在床上的孩子闭上眼睛。
2. 开始让他摸小熊，然后让他闻香皂，最后让他感觉第三件东西，在这里就是钟表。
3. 让他继续闭上眼睛，说出这三样是什么东西。
4. 向他提出挑战性的问题，将这三样东西放在一起是什么，例如他可能会说“一个闻起来很香的小熊闹钟”。
5. 让孩子入睡，梦想他的新发明。

### 下次

- 让孩子闭上眼睛，触摸五样东西，看他能否全部辨认清楚。



# 天文学家

Stargazer

孩子不必非要到外面才能看星星。他可以从天花板上看。

## 价值观

- 环保意识

## 技能

- 理解力

## 材料

- 手电筒
- 纸杯
- 串肉扦
- 胶带

## 做法

1. 在纸杯的底端钻几个洞。
2. 将纸杯扣在手电筒上,把手电筒打开。
3. 把儿童房的灯全部熄灭,让孩子躺在床上。
4. 让孩子向天花板摇动手电筒,观察“星星”的变化。

## 下次

- 将纸杯底端刻出图案,例如月亮或五角星。



# 寻找故事书

## Storybook Hunt

让孩子在故事书中寻宝,看看他能发现什么?

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 语言和词汇

### 材料

- 适合不同年龄段的故事书

### 做法

1. 让孩子在上床前挑选一本故事书。
2. 从书中任何一个地方选择一幅画或一个单词,在你给他读这本书的时候,让他注意什么时候会出现这幅照片或这个单词。



### 下次

- 给孩子书,让他挑出五到十个单词或照片。





# 未来计划

Tell the Future

孩子对未来有打算吗？有时，他看来很有把握，知道他将要做什么。

## 价值观

- 积极态度

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 年历
- 标记笔

## 做法

1. 在孩子上床之前，给他一个年历和一支标记笔。
2. 让孩子讲讲他一天的生活，你可以记下一些重点。
3. 让他决定明天要做的事情，在年历上写下这些事情。
4. 明天晚上和他谈谈是否完成的昨晚制订的计划。

## 下次

- 让孩子开始记日记。



# 下一步会发生什么事情

What Happens Next

孩子能猜出下一步会发生什么事情吗？阅读一段故事，看看他猜得是否正确。

## 价值观

- 好奇心

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 新的故事书，孩子不知道其中的内容

## 做法

1. 让孩子在上床之前选择一本新书。
2. 家长阅读第一页，让孩子猜下一页的内容。
3. 每页都这样做。

## 下次

- 让孩子编写自己的故事，家长通过问他“下一步会发生什么事情”来启发他。



# 屋里有什么不对头的地方吗

## What's Wrong with This Room

家长故意在儿童房里做些小变化,看看孩子能否发现。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 理解力

### 材料

- 儿童房间里的东西,例如毛绒玩具、钟表、挂画和书籍等

### 做法

1. 在孩子上床之前,家长趁他不注意进入他的房间,把房间某件东西改变位置。
2. 将这件东西放在从床上的角度来看仍然很显眼的地方,可以将挂画同挂钟换个位置,或将毛绒玩具从电视机上放到床角等。
3. 让孩子观察房间里的变化,最好在规定的时间内。

### 下次

- 让孩子给房间做一些改变,让家长猜。





第四章

# Car Time!

车里的时间

# 宾果游戏

(一种在西方非常流行的游戏)

## Anywhere Bingo

孩子可以随时在车里玩这个游戏。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 铅笔和钢笔
- 纸张
- 夹纸板、书或其他硬质的东西

### 做法

1. 在纸上画五条横线和五条纵线,形成网状。
2. 在每个方块里,写上你们希望在沿途看到的東西,例如橡树、蓝鸟和房子等。
3. 你和孩子比赛看沿途的东西,谁看到就让孩子在图上划掉一个。
4. 谁先看全纵、横或斜向的所有景物,谁就是赢家。

### 下次

- 不用先写下沿途景物,而是看到一个写一个,看谁发现得多。



# 发现字母

## Find a Letter

如果孩子知道英文字母表,他会很喜欢这个游戏。

### 价值观

- 确定目标

### 技能

- 语言和词汇

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子选择一个字母,家长选择另外一个。
2. 当你说“出发”后,两个人就比赛发现沿途景物的第一个字母是你们所选的字母。
3. 让他写下这些景物的名称,最后谁发现得多谁就是赢家。

### 下次

- 家长和孩子选择同样的字母,谁先发现谁先赢;然后换另外一个字母。



# 从这里到那里

From Here to There

让孩子找到从起点到目的地的最短路径。

## 价值观

- 环保意识

## 技能

- 读地图的能力

## 材料

- 凹凸地图
- 能够擦掉痕迹的标记笔

## 做法

1. 让孩子在凹凸地图上标明起点和目的地。
2. 让孩子从中找出最短路线。
3. 家长按孩子的指示开车。



## 下次

- 看看孩子能否找到最有趣的路线，例如能看到某种特殊的景物。



# 寻宝旅行

## Historical Treasure Hunt

在沿途，孩子能否找到有趣或具有历史意义的景物？假装这是一次寻宝旅行。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 理解力

### 材料

- 沿途地区的详细地图
- 纸和铅笔
- 笔记本

### 做法

1. 家长首先在地图上标下他认为有趣和有历史意义的地方。
2. 在另外的纸上记下这些地方的名称。
3. 家长向孩子讲述这些地方的特点，让孩子观察沿途的景物。
4. 看看孩子能发现多少家长做标记的地方。

### 下次

- 告诉孩子将向哪个方向开车，行程有多远。让他根据地图记录每到一处的时间。





# 做得更好

## Make It Better

每件事情都可能改善的余地。这次，让孩子集中精力改善他周围的环境。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 孩子感兴趣的事情

### 做法

1. 如果孩子对车窗外的某些景物发生兴趣，就让他仔细观察。
2. 在他观察过后，问他能否将这个景物变得更加好看。  
例如当他看到一座高楼大厦时，他可能会说“要是周围建一个公园就好了”。
3. 家人也可以发表自己的意见。

### 下次

- 想出更多的改善办法，谁想得多谁获胜。
- 在孩子提出建议后，鼓励他去实现这个想法，例如给有关部门写信等。



# 给标志命名

## Name That Sign

这个游戏将鼓励孩子更新街头标志。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子注意街头的标志，并大声读出它的意思，例如“停止标志”和“铁路道口”等。
2. 如果有的标志孩子不认识，家长可以大声读给他听。  
下次再见到时，让孩子自己读出来。

### 下次

- 让孩子读出街头广告牌上的广告语。



# 噪音制造者

## Noisemakers

在乘车旅行时能听到很多有趣的声音,但恐怕自己制造的声音更好玩。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 家长将车窗摇上以防止外面的声音进来。
2. 让孩子模仿一些好玩有趣的声音,像从外面传进来的一样,例如汽车马达声、火车汽笛声和猫叫等。

### 下次

- 家长模仿各种声音,让孩子猜是什么声音。



# 数字故事

## Number Story

用数字编撰一些有趣的故事。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 数学
- 解决问题

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 家长想一个主题，例如外星来客、古岛寻宝和探寻岩洞等。
2. 利用数字讲故事，例如“一天我到森林散步”，让孩子讲下一句时用上“两”，例如“在森林里，我听到两种奇怪的声音”。
3. 继续轮流往下讲，最好能讲到“十”。

### 下次

- 可以用其他数字排序，例如“2、4、6、8、10”等。
- 试着每句话的开始就用上数字。



# 想象变化

## Point and Pretend

孩子是否曾经将他看到的東西比喻成另外的東西？这个游戏可以让他这样玩。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 家长指出车窗外一件有趣的、非同寻常的景物，例如竖井、秋千或天线等。
2. 让孩子想像这个东西可能变成什么，鼓励他尽可能大胆地想像。

### 下次

- 让孩子在他的故事中给每个景物重新命名。



# 标志故事

## Sign Story

孩子能够利用沿途的景物编一段历史故事吗？

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 在到一个新城市时,看看有意思的标志,例如“秃鹫山谷”和“监狱街”等。
2. 让孩子根据这个标志编一段故事,看看是否同当地的传说吻合或相似。

### 下次

- 不再根据标志编故事,而是根据看到的東西猜测它们的用途,例如水塔、旧仓库或巨石等。

# 超级力量

## Super Powers

如果孩子拥有超级能力，他会做什么？尽可能地让他想像。

### 价值观

· 自尊心/自我意识

### 技能

· 创造力和想像力

### 材料

· 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子想像他拥有什么样的超级能力，例如超级力量、火眼金睛或飞翔能力等。
2. 问他想用这种能力干什么，看看他能想出多少种用途。
3. 问他是否愿意用这种能力帮助他人。

### 下次

· 在每次开车旅行时，让孩子换另外一种超级能力。



# 同动物对话

Talk to the Animals

让孩子想像他能够同动物交流。

## 价值观

- 善动脑筋

## 技能

- 沟通交流

## 材料

- 各种动物

## 做法

1. 沿途注意寻找某种动物,例如猫、狗、马或牛等。
2. 让孩子想像同这些动物说话,创造一种语言及交流的内容。

## 下次

- 用孩子创造的动物语言同孩子交流。
- 想像其他沿途不大可能见到的动物,例如斑马、河马和大象等。





# 如果……那么……

What if

人们通常不会为了好玩而给自己提问题，但这个游戏就是让孩子从一问一答中得到乐趣。

## 价值观

- 积极的态度

## 技能

- 解决问题

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 想出一个问题，例如“如果你没钱花了，你该怎么办？”、“你怎样照顾你家花园里的长颈鹿”等。
2. 让孩子至少想出三种答案。
3. 让孩子提问题，家长回答。

## 下次

- 每次孩子解决问题后，再进一步提问题。



# 我们现在在哪里

Where Are We Now

当孩子的眼睛被蒙上时,他能猜出到什么地方了吗?

价值观

· 环保意识

技能

· 理解力

材料

· 不需要任何东西

做法

1. 当你们走在经常走的一段路时,可以给孩子蒙上眼睛,锻炼他的方向感。
2. 家长估摸一个大概的时间后,问孩子到哪里了。
3. 如果孩子实在猜不出来,可以给他提供一个周围景物作为线索。



下次

· 让蒙着眼睛的孩子告诉你回家的路。



# 走哪条路

## Which Way

当有充足的富裕时间时可以玩这个游戏。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 周边地区的地图

### 做法

1. 如果家长认为在到达目的地前还有足够的时间,前面的方向让孩子做主。
2. 让他根据地图决定应该在哪里拐弯,不管他指的方向是否正确。
3. 问他为什么选择这种走法,但不要无休止地走下去。

### 下次

- 让孩子事先用地图策划好路线。





**Kitchen Time!**  
**厨房里的  
时间**

# 加一项任务

## Add a Task

让孩子完成一项又一项任务,他会从中得到很多乐趣。

### 价值观

- 成就感

### 技能

- 遵循指导

### 材料

- 简单的任务,例如布置餐桌、收拾玩具和叠毛巾等

### 做法

1. 让孩子先完成一件简单的任务,当他完成后,再给他布置一件。
2. 最后在吃饭前看看他能完成多少件任务,适当给他一些奖励。

### 下次

- 增加每件任务的难度。



# 搅拌的乐趣

Beat It

孩子会做调和物吗？

## 价值观

- 好奇心

## 技能

- 烹饪
- 衡量

## 材料

- 塑料碗 · 水 · 小勺
- 洗洁精 · 打蛋器 · 食用色素

## 做法

1. 给塑料碗里放上温水。
2. 放一勺洗洁精。
3. 让孩子用打蛋器搅拌后放少量食用色素，继续搅拌。
4. 让孩子观察变化！

## 下次

- 食用不同皂液，例如浴液和洗发香波等。
- 让孩子搅拌一个真正的鸡蛋。



# 向碗中投掷东西

## Bowl Toss

孩子的投掷能力怎么样？看看他能否将手中的小东西投中所有碗。

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 理解力

### 材料

- 各种规格的塑料和金属碗
- 装满豆子的小布袋、小球或其他适合投掷的软性材料

### 做法

1. 在厨房地板上放上几排碗，离孩子越近碗越小。
2. 让孩子向碗里投掷小玩具，锻炼他的投掷能力。

### 下次

- 给每个碗上贴上一个标签，写明分数。
- 给孩子蒙上眼睛。
- 将碗放在高处，例如碗橱上。



# 蛋糕装饰

## Dessert Decorating

让孩子装饰蛋糕,将他的作品在餐桌上隆重推出。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 蛋糕、甜饼等需要装饰的食品
- 挤装饰奶油的管子
- 其他装饰物,例如卡片和小星星等

### 做法

1. 教孩子用挤奶油的管子装饰已经做好的饼胚。
2. 让他随心所欲地进行装饰。



### 下次

- 让孩子帮助家长做点心。





# 记录食谱

## Draw a Recipe

家长在做饭的时候，让孩子在一旁写下每种菜肴的名称、成分及做法。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 沟通交流
- 烹饪

### 材料

- 纸和标记笔
- 活页夹

### 做法

1. 家长在一边做饭，一边让孩子记录各种食品和菜肴的名称、成分及做法。
2. 鼓励孩子画出相应的菜肴的样子。
3. 将孩子的作品收藏在活页夹中，最后就是一本很好的家庭食谱。

### 下次

- 让孩子根据他记录的食谱进行烹饪。



# 杂货分类

## Grocery Grouping

让孩子帮你把从杂货店买回来的东西进行分类整理。

### 价值观

- 自力更生

### 技能

- 分类

### 材料

- 各种各样的食品和非食品

### 做法

1. 家长将杂货从购物袋中拿出来。
2. 让孩子按照他的想法进行分类，例如食品和非食品、生肉和熟食等。
3. 在他完成分类后，家长予以评说。

### 下次

- 让孩子给卧室里的用品进行分类。



# 混合小食品

Make a Mix

你的孩子曾经在看电影或午饭之前为自己做混合小食品吗？

## 价值观

- 自力更生

## 技能

- 衡量

## 材料

- 大小适中的碗和勺
- 各种小食品，例如葡萄干、杏仁、巧克力片和苹果干等
- 量杯 · 塑料袋

## 做法

1. 让孩子用碗、勺和量杯做混合小食品，用量杯盛某种食品，放在碗里。
2. 家长只需告诉他哪种食品更有营养。
3. 让孩子将做好的混合食品放在塑料袋里，可以在看电影或午饭时间吃。

## 下次

- 让孩子根据不同的比例做出各种口味的混合小食品。



# 薄烤饼塑形

## Pancake Creatures

薄烤饼不光是用来吃的,还可以做成各种形状。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 烹饪
- 想像力和创造力

### 材料

- 做薄饼所需的用具、材料和调料

### 做法

1. 教给孩子烤饼的程序,例如揉面、在烤盘上抹油等。
2. 让孩子在烤饼之前给面胚塑成各种形状,随便他想像,越疯狂越好。
3. 家长同时也做各种形状的薄饼,最后让孩子挑出他做的那些。

### 下次

- 从揉面到做成薄饼的整个过程都让孩子来干。



# 各种图案

## Patterns

孩子会用食品拼出各种图案吗？

### 价值观

- 成就感

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 各种碗碟
- 各种小食品,例如麦片、杏仁、糖果和豆子等等

### 做法

1. 每个碗碟放满一种小食品。
2. 用这些碗里的食品摆放出图案,让孩子解释自己的设计。

### 下次

- 让孩子想出更加复杂的图案。



# 玩泥巴的感觉

## Play Clay

让孩子随使用厨房里的东西玩,但要有家长在一旁。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 四杯面粉、一杯盐和一杯半水
- 和面盆和其他烹饪用具

### 做法

1. 教给孩子和面的方法,让孩子自己做,直到他将面和好。
2. 给他各种烹饪用具,例如塑料刀、压蒜器和擀面杖等,让他试验用法。
3. 让他将面团捏成各种形状,充分享受玩面的快乐,就像玩泥巴一样随心所欲。



### 下次

- 让孩子开动脑筋,将面团玩出新花样来。



# 猜价格

## Price Is Right

你的孩子了解杂货店的价格情况吗？让他猜猜今天你买了多少钱的东西。

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 金钱的价值

### 材料

- 各种食品及它们的价格

### 做法

1. 当家长在厨房放下从杂货店买来的东西后，拿掉商品上的价格标签。
2. 让孩子猜测每件商品的价格，然后同标签对比，看相差多少。
3. 在他每次猜下一件商品价格之前，让他把上一件商品放好。

### 下次

- 让孩子猜卫生间用品和卧室用品的价格。



# 种子图案

## Seed Mosaic

让孩子用种子型蔬菜或豆类摆成各种图案。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 种子、豆类、麦片和其他小食品
- 小碗
- 纸板
- 无色胶水

### 做法

1. 将各种小食物倒进小碗,每种食物倒满一碗。
2. 打开纸和胶水瓶。
3. 让孩子将这些小食品粘在纸上,制成各种图案。

### 下次

- 让孩子在大张纸上或者在厨房的料理台上用手指蘸着果冻作画。





# 闻和说

## Smell and Tell

孩子能够通过闻味儿分辨食物吗？

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 各种有明显味道的食品,例如葱和大蒜
- 一些碗·洗碗巾

### 做法

1. 将孩子的眼睛蒙上,选择各种食品让孩子闻,
2. 让他说出每种食品的名称,家长可以给他提示。

### 下次

- 让孩子形容他闻到的味道。
- 让孩子同时闻两种食品,看他能否分辨出来。



# 端汤盆

## Spoon Shuffle

孩子端着一盘菜从厨房走到餐桌,能保证不洒吗?

### 价值观

- 自信心

### 技能

- 协调性/平衡性
- 精细动作
- 大动作

### 材料

- 大汤盆
- 小食品,例如花生、葡萄和小点心等

### 做法

1. 给孩子大汤盆,在里面放四分之三容量的小食品。
2. 看孩子从一个房间走到另外一个房间,能否不洒。
3. 看他每次能否走得比上次更快。
4. 使用各种食品,包括液体。

### 下次

- 让他把眼睛闭上。



# 夹东西

## Tong Thumbs

孩子的手指很灵活,但他用夹钳的本事怎么样?

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 几个小碗 · 需要夹起来的各种小食品,例如豆子和海绵等
- 厨房用钳子

### 做法

1. 将几个小碗放在厨房地板或桌面上。
2. 将需要夹起的东西放在地板或桌面上。
3. 让孩子用厨房钳子夹地板或桌面上的东西放进碗里。

### 下次

- 让孩子离开碗一段距离夹东西。
- 准备越来越难夹起的东西。
- 让孩子蒙上眼睛做这个游戏。



# 牙签游戏

## Toothpick play

孩子用简单的东西,例如牙签,能做出令人吃惊的作品吗?

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力
- 精细动作

### 材料

- 牙签
- 生面团

### 做法

1. 拿出一盒牙签。
2. 给孩子一些生面团,也可以让他自己和面。
2. 让孩子用牙签和生面团设计自己的作品。

### 下次

- 让孩子用更大的厨房用品,例如串肉杆和筷子设计更大的作品。





第六章

  
**Mealtime!**  
**吃饭时间**

# 可改变的地方

Changeable

你的孩子在忙于吃饭的时候,注意到家庭的变化了吗?

## 价值观

- 家庭的重要性

## 技能

- 理解力
- 社会交往

## 材料

- 衣服的装饰物

## 做法

1. 在家人聚到餐桌之前,让每个人对自己的外表进行少许改变,例如换个眼镜和手表等。
2. 大家坐定后,让孩子观察每个人的变化,然后写下答案。
3. 让大家评判孩子写的是否正确。

## 下次

- 改变餐桌上的某些东西,例如玻璃杯和桌布等。



# 辩论

## Debate

孩子都认为自己的理由对,是这样吗?

### 价值观

- 道德和信仰

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 选择有趣的讨论话题

### 做法

1. 选择一个话题,例如“你会给一个病人捐钱吗?”或“人类能用动物做试验吗?”等等。
2. 换孩子选择正方或反方,家长选择另外一方,开始进行辩论。鼓励孩子尽可能多地说出他的理由。

### 下次

- 同样的话题,家长和孩子互换正方和反方。





# 脸型食品

## Face Food

你的家人曾经在面饼上画上一张脸吗？

### 价值观

- 感情表达

### 技能

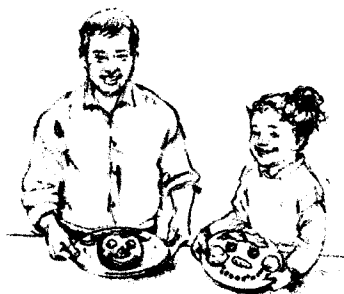
- 创造力和想像力

### 材料

- 各种各样的食品
- 食品装饰物,例如豆芽、草莓和西红柿等

### 做法

1. 让每位家人用各种食物摆成一个可爱的脸型,例如用土豆块做脸颊,用蘑菇做头发。
2. 当所有人都在自己的盘子里摆好一个脸型后,大家互相欣赏。



### 下次

- 用食品摆出动物、建筑物或任何其他形状。



# 家庭评论

## Family Awards

在晚饭时进行评选活动,很有创造性!

### 价值观

- 家庭的重要性

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 给每位家人一支标记笔和足够的纸。
2. 在晚饭开始之前,让每人评选家庭之最,例如“最滑稽的人”、“吃饭声音最大的人”及“最能吃的人”等。
3. 大家在晚饭后进行交流。

### 下次

- 让被选出来的人发表即兴演讲。



# 家人相似处

## Family Resemblance

你的孩子同某些家庭成员有共同特点吗？

### 价值观

- 家庭的重要性

### 技能

- 社会交往

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 在餐桌上选择一位家人。
2. 其他家庭成员轮流说出自己同这个人有哪些相似之处，例如长相、性格和能力等。
3. 让每个家庭成员都有机会成为大家对比的对象。

### 下次

- 将自己同电影演员、运动员或其他著名人物比较。
- 比较自己同宠物的相似之处。



# 叠餐巾纸

## Fancy Folding

用多彩餐巾纸叠成的图案装饰餐桌。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 餐巾纸

### 做法

1. 给每位家庭成员两张餐巾纸。
2. 让每人把一张餐巾纸放在膝盖上,准备吃饭。
3. 把另外一张餐巾纸展开在桌面上,然后叠成各种形状,可以是动物、花朵和人形等。
4. 每人都向大家展示自己的作品,让大家猜是什么东西。

### 下次

- 让孩子从图书馆借一本叠餐巾纸的书,每次教大家一种图案。



# 有趣的食物

## Funny Foods

如果食物有好玩的名字，孩子将会得到很多乐趣。

### 价值观

- 积极的态度

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 主食或点心

### 做法

1. 家人聚在餐桌前。
2. 将食物放在桌子上，让家庭成员轮流给每种食物起个有趣的名字并解释原因。

### 下次

- 让孩子给餐桌上的其他东西，例如蜡烛台和杯子等七个有趣的名字。



# 猜食品

## Guess the Food

孩子能够通过听成分,猜出是什么菜肴吗?

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 分类

### 材料

- 包装好的食品,包装纸上写有一些成分,例如“比萨香肠”、“小麦”和“咸肉”等

### 做法

1. 在家人聚到餐桌之前,为每个参加做游戏的人准备一份包装好的食品。
2. 让大家通过阅读食品成分猜出是什么食品,猜对了就可以吃掉这份食品;猜不对就继续猜。

### 下次

- 每次尝试不同的食品。
- 非食品,例如牙膏、香波和剃须膏等。



# 对家人的了解程度

## How Well Do You Know Me

你的家庭成员真的相互了解吗？

### 价值观

- 家庭的重要性

### 技能

- 社会交往

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 家人聚在餐桌前，选择某类东西，可以是食品、饮料和杂志等。
2. 选择其中一类，让家人写下他们最喜欢这类东西中哪些内容。
3. 让每个人写下其他家人喜欢这类东西中的哪些内容。
4. 轮流宣读自己的答案，奖励那些猜得比较准确的家人。

下次

- 选择不同类型的东西。



# 配对游戏

## Match Game

将每个家庭成员的答案配对。

### 价值观

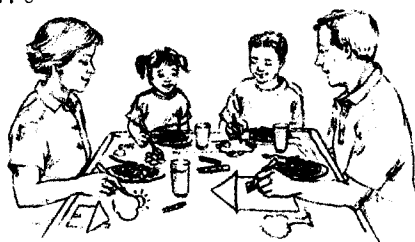
· 尊重他人

### 技能

· 社会交往

### 做法

1. 聚到餐桌前，选择一类东西，例如蔬菜、歌曲或电影等。
2. 让每位家人写下这类东西中的一种，例如如果是蔬菜类，有人可能会写“土豆”，有人会写“西红柿”。
3. 大家都把写好的纸条藏好，然后一起打开纸条，看看有多少人写得一样。



### 下次

· 选择不同类型的东西。





# 吃饭时候的设计

## Mealtime Designs

设计有趣的桌布图案以博大家一笑。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 素色纸餐布或干净的大白纸
- 各种颜色的标记笔

### 做法

1. 在桌布上先摆放好碟子、银质餐具和玻璃餐具。
2. 把标记笔分给每位家庭成员，让大家随心所欲地在餐布上画画。
3. 最后看整体效果，大家进行评论。

### 下次

- 选择一个主题进行设计，例如“我们的社区”、“大家喜欢的食品”等。



# 秘密甜点

Secret Dessert

猜甜点是什么，一定很有趣。

## 价值观

- 团队精神

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 甜点

## 做法

1. 家庭主妇为家人做一个特殊的甜点。
2. 晚饭后，家庭主妇让所有家人回答关于甜点的问题，只要回答“是”或“不是”。
3. 最终在有一个人猜出是什么的时候，主妇将甜点端上餐桌。

## 下次

- 让孩子帮着做甜点。



# 换人换碟子

## Switch Plates

当你哪天吃饭的时候坐其他人的位置时，可能会发生很有趣的事情。

### 价值观

- 家庭的重要性

### 技能

- 社会交往

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让每位家人坐在餐桌旁边时换位子。
2. 让每人假装他就是平时坐在这个位子上的那个人，说话吃饭都要像那个人。
3. 看看一顿饭吃下来，大家会大笑几次。



### 下次

- 让每位家庭成员扮演其他人，例如朋友或电影明星等。



# 尝味试验

## Taste Test

你的孩子喜欢尝食品吗？看看他的味蕾敏感吗？

### 价值观

- 环境意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 各种味道的食品

### 做法

1. 选择几样味道浓郁的食品，例如大蒜和葱等。
2. 让孩子闭上眼睛品尝一下，让他形容滋味，并猜是什么食品。

### 下次

- 根据味道给熟悉的食品起一个新名字。



# 感谢上帝

## Thank Goodness

晚饭前是最好的交流时间。

### 价值观

- 感情表达
- 家庭的重要性

### 技能

- 社会交往

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 在餐桌上的每个位子前放上一张纸，每张写上一位家人的名字。
2. 聚在餐桌前，将纸放在桌子中央。
3. 让每个人选择一个名字。
4. 让每个人说出他应该感谢他手中名单上的那个人的哪些地方。

### 下次

- 让每位家人谈谈他们心怀感激的事情。



# 使眼色

Winker

你的孩子能一边吃,一边说,一边使眼色吗?

价值观

· 成就感

技能

· 社会交往

材料

· 一副纸牌

做法

1. 拿出足够的牌,例如一张红的,其他都是黑的,每个人分一张。
2. 大家都把花色朝下扣在桌上。
3. 拿红色牌的人就是使眼色的人,他必须同其他每个人都对一次眼光,但还不能让其他人看到,如果被人看到,他就输了。
4. 最后大家一致说出谁是使眼色的人。

下次

· 可以做滑稽的鬼脸。







第七章  
Outdoor Time!  
户外时间



# 关注社区环境

## Adopt Your Neighborhood

这个活动的主要任务是保持社区环境的整洁。

### 价值观

- 环保意识
- 帮助他人

### 技能

- 循环使用某些废品

### 材料

- 垃圾袋、手套和扫帚
- 纸和铅笔

### 做法

1. 让你的孩子巡视整个小区，看看是否有垃圾。如果他看得足够仔细，他可能会把一些东西扔到垃圾桶里。
2. 你和孩子一起用垃圾袋捡拾社区里的垃圾。
3. 回家后，你们记下捡到的垃圾数量。
4. 下周再做同样的事情。看看你们捡拾的垃圾是不是一次比一次少。

### 下次

- 将你们捡拾垃圾的范围扩大到当地的学校、公园和教堂等。



# 平衡木

## Balance Beam

户外是孩子们进行奥林匹克运动项目的最好地方。

### 价值观

- 坚定性
- 自信心

### 技能

- 协调性和平衡能力
- 爆发力

### 材料

- 技巧运动所需的器材,例如绳、橡胶棒、条凳和球等

### 做法

1. 选择一项奥林匹克体操项目,例如鞍马或平衡木。
2. 鼓励孩子走平衡木,注意不要摔下来。
3. 鼓励孩子在平衡木上做各种姿势,例如向前向后翻,以及蒙上眼睛走等。

### 下次

- 让孩子们练习其他奥林匹克运动项目,例如跳马、跳水和自由体操等。



# 爆破的气球

## Balloon Blast

家长要永远记住在衣袋里或钱包里放几个气球，你会发现气球能给你和孩子们带来很多乐趣。

### 价值观

- 足智多谋

### 技能

- 爆发力

### 材料

- 气球

### 做法

1. 给孩子吹起一个气球。
2. 让他一只手拿着气球的末端，另外一只手拍打气球。
3. 给他数数，看他能够几下把气球打破。

### 下次

- 你和孩子都拿着一个吹起的气球进行赛跑，谁的气球先落地谁就要回到起点重新跑。
- 你们都用头顶着气球，看谁坚持的时间长。
- 吹起一个气球，不要系住末端，让孩子把手放在那里，体会撒气的感觉。
- 让末端没有系住的气球飞起来，在气球落地之前，看看孩子们能否抓住它。



# 鸟鸣

## Bird Calls

你的孩子对鸟感兴趣吗？

### 价值观

- 尊重自然
- 理解力

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 有鸟的地方

### 做法

1. 当你们在户外时，请聆听鸟的各种鸣叫声。
2. 鼓励你的孩子模仿各种鸟鸣声。
3. 假装你们能用“鸟语”同这些带羽毛的朋友交谈。

### 下次

- 学习几种新的鸟鸣声。
- 用录影机录下一些鸟鸣声和你的模仿声音，然后对比两者的不同。



# 蜡笔涂鸦

## Crayon Rubbings

让你的孩子用蜡笔记录大自然，然后请家长把他们的作品挂在墙上供客人欣赏。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 自然界的片状物，例如树叶、花瓣和死虫子等
- 活页纸
- 蜡笔

### 做法

1. 让孩子搜集自然界中的片状物。
2. 将这些物品放在平面上，然后用纸张盖在它们的上面。
3. 让孩子用蜡笔在纸上轻轻涂鸦，直到纸下的物品形象出现在纸上。
4. 用同样的方法复制其他自然界的物品。

### 下次

- 不要让孩子看到纸下的物品，让他们用蜡笔复制完后猜猜是什么东西。



# 飞行学校

Flight School

在开阔的户外放飞一只纸飞机。

## 价值观

- 好奇心

## 技能

- 动手能力
- 数学

## 材料

- 长方形纸张

## 做法

1. 用纸折出一只飞机的形状。
2. 让孩子扔纸飞机玩。
3. 每次记下飞机着陆的地点,看看下次能否扔得更远。

## 下次

- 让孩子自己折一只纸飞机。
- 和孩子一起折出新形状的飞机。
- 用贴画装饰飞机。



# 认识大自然

Is it Nature or Not

钱能在树上长出来吗？牛奶是奶盒里出来的还是从奶牛身上出来的？你的孩子怎样才知道哪些东西来自大自然。

## 价值观

- 环保意识

## 技能

- 分类
- 逆向思维

## 材料

- 各种物品

## 做法

1. 同孩子一起出外散步。
2. 在散步的时候挑选一些物品，例如木篱笆、糖纸和水泥等。
3. 告诉孩子这些物品中哪些来自自然界，哪些是人造的。
4. 告诉它们物品的来历，最好能让孩子举一反三，例如他能说出树根是不是自然界的東西。

## 下次

- 观察自然界中的东西，然后将他们分类，例如动物、植物、可食和不可食的，有毒和没毒的等等。最好能同时给他们一些给自然界物品分类的书籍看。



# 立法者

Lawmaker

如果孩子不喜欢周围环境中发生的一些事情，让他们想出改变这些事情的办。

## 价值观

- 尊重自然
- 制订目标

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 环境中的各种问题

## 做法

1. 当你和孩子一起散步或开车路过社区的时候，让孩子发现环境中的问题，例如有太多的高速公路、没有风景区、没有足够的树木、污染、车辆拥堵等等。
2. 让孩子给政府有关机构写信，提出这些问题。

## 下次

- 让孩子制订能够解决这些问题的新法律。如果法律不能实行，讨论一下将会发生什么事情。
- 看看孩子是否能在家里或其他地方发现他认为应该解决的问题。





# 分辨树叶

Match a Leaf

你的孩子能知道他拣到的一片树叶来自哪种树吗？树叶就像雪花一样，没有两片完全一样的。但大多数看起来很像。

## 价值观

- 环保意识

## 技能

- 分类

## 材料

- 各种树叶

## 做法

1. 和孩子一起搜集各种树叶，最好每种树叶收集两片。
2. 将这些树叶混在一起，将它们放在地上。
3. 看看你的孩子能否将相同的两片树叶找出来。
4. 告诉他们树叶之间的差别和相同之处。



## 下次

- 用树叶做抽象画。
- 找一本关于树木知识的书，看看孩子搜集的树叶都是哪种树上的。



# 自然界的虫虫

## Nature Bugs

将你发现的自然界物品配在一起制造新的虫虫。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 自然界的小物品,例如树叶、贝壳、花朵和种子等等

### 做法

1. 在户外的时候搜集各种自然界物品。
2. 在休息的时候,挑选一块光滑的地面,将你搜集的所有自然界物品放在上面。
3. 让孩子们利用这些物品创造自己的虫虫。例如,他可能用树叶做身体,树枝做虫腿,种子做眼睛。
4. 让孩子给他制造的虫子起个名字。

### 下次

- 让孩子用纸和胶水将他制作的虫子变成永久的作品。
- 找一本讲述昆虫的书籍,让孩子认识自然界有多少种昆虫。



# 探寻大自然

## Nature Hunt

和孩子在户外的时候鼓励孩子在大自然中发现事物。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 铅笔,钢笔或其他做记号的东西
- 纸袋

### 做法

1. 想出十种能够在户外发现的东西,例如羽毛、松针、虫子、双色叶子、蜗牛、树皮和树枝等。
2. 将这些物品写在纸上。
3. 到户外和孩子一起寻找这些物品。
4. 看孩子能用多长时间找到这些物品。

### 下次

- 在两个袋子上列好清单,和孩子比赛,看谁最快地找到所有物品。
- 寻找一些垃圾而不是自然界的東西,为清洁周边环境做些事情。



# 社区寻物

## Neighborhood Hunt

看看你的孩子对周边环境的熟悉程度。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 读地图

### 材料

- 纸和铅笔

### 做法

1. 在社区周围散步。
2. 寻找新的、不同寻常和有意思的东西，例如鸟巢和树洞等。
3. 回家后问问孩子都看到了写什么。

### 下次

- 根据你发现的东西画一张地图，让孩子再去找一遍。



# 影子的形状

## Shadow Shapes

在影子消失前捕捉影子的形状。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 阳光
- 彩色粉笔
- 人行道

### 做法

1. 选择一个有阳光的日子,带着粉笔和孩子一起散步。
2. 站在人行道上,让太阳照出一个影子,可以是身体的影子,也可以是身体某一部位的影子,例如手或腿。
3. 让孩子用彩色粉笔将影子描下来。
4. 看看效果图,讨论一下还有没有其他诠释影子的方法。

### 下次

- 做一个有趣的姿态。例如,你假装扑向什么地方或跑步姿势。让孩子们画出影子的形状。然后让他发挥想像力,解释他画出的影子形状到底像什么。





# 辨认变形的东西

## Shape Shifting

让孩子想像他们看到的東西会变成什么样子。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 不需要任何材料

### 做法

1. 和孩子散步时要善于发现有趣的形状，例如树木、石头、花朵、篱笆和灯柱等。
2. 让孩子仔细观察这些东西，想像一下这些东西像什么，例如一棵老树可能像一位老人或一只怪兽；一块大石头可能像宇宙飞船。
3. 发现其他的东西，锻炼孩子的想像力。

### 下次

- 尽可能地使用形容词，例如，一棵树可能像“又高又瘦的士兵”。



# 触摸和描述

## Touch and Tell

让孩子触摸袋子里的东西,然后告诉你他摸到了什么。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 逆向思维
- 精细动作
- 理解力

### 材料

- 自然界中的东西,例如树叶、树枝、石头和死虫子
- 纸袋

### 做法

1. 从自然界中找一些东西放进纸袋里。
2. 让孩子闭上眼睛,然后给他一样东西。
3. 让他触摸这件东西,然后形容东西的特点。
4. 让他猜测是什么东西。

### 下次

- 换一批新的自然界里的东西。









第八章



**Play Time!**

**玩耍时间**

# 动物字母表

## Animal Alphabet

你的孩子可以将任何东西想像成一种动物,甚至一个字母。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 纸和铅笔或其他标记号的笔

### 做法

1. 拿出很多纸,一支铅笔或其他记号笔。
2. 在一张纸的中间画出一个大大的字母。
3. 让孩子将这个字母变成一个有趣的动物。
4. 在他画完后,让他告诉你这是什么动物。
5. 如果看上去不像他说的那种动物,那就再给这个动物起个名字。

### 下次

- 让你的孩子把数字变成动物,将线条连成风景画,将他的名字变成一只昆虫等。



# 卡片建筑

## Card Construction

让孩子用卡片搭建他想像的任何样子。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 创造力和想像力
- 精细动作

### 材料

- 剪刀
- 扑克牌或数字卡片

### 做法

1. 用剪子将卡片的两个长边两端各剪出 1/4 英寸的豁口，再从卡片一角向每个豁口的上端剪出半英寸长斜豁口。卡片的两个短边不做任何改动。
2. 用豁口将各个卡片连起来。
3. 将所有卡片都用完，孩子会对自己的创意很得意。
4. 当孩子用卡片搭建的东西完成后，让他告诉你他搭的是什么或起个名字。

### 下次

- 当搭建的东西倒塌后，换个方向重新组合。



# 疯狂玩偶

## Crazy Creatures

让孩子学会用日常用品制作玩偶。

### 价值观

- 表达感情

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 任何可以做玩偶的东西，例如袜子、小毛巾、泰迪熊、别针等等
- 标记号的东西、假眼睛，或者圆形彩色的贴纸

### 做法

1. 让孩子看看周围有什么可以做玩偶的东西。鼓励他们发挥创造力，例如废纸盒、洗碗布或塑料杯等。
2. 画上眼睛、嘴巴，也可以将假眼睛或贴纸装在做好的玩偶上。
3. 让孩子编一段两个玩偶之间发生的故事。

### 下次

- 让孩子创作一个木偶剧，让他们上台表演。



# 恐龙猫

Dinosaur Rex

让孩子自己做一只恐龙，让他想像一下如果恐龙活到现在，会是什么样子。

## 价值观

- 善动脑筋

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 纸和标记笔

## 做法

1. 让孩子想像新的恐龙形状。
2. 让他们画在纸上，然后为恐龙想像特殊技能，例如喷火、有两个脑袋等等。
3. 让孩子给恐龙起一个名字，要让名字中间带上恐龙的特点，例如会喷火的龙叫做“火龙”。

## 下次

- 让孩子画新的动物，可能是两种动物的组合，例如他可能将狗和猫、鸡和大象等画在一只动物身上，然后给这些动物起名，叫“狗猫”和“鸡象”等。



# 装饰设计

## Dress – Up Designers

这个游戏将给孩子改变东西外形的机会。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 在衣箱里或旧衣店里找一些旧衣服和装饰品

### 做法

1. 收集一些旧衣服和装饰品,例如裙子和上衣、短裤、手套和帽子等,还会有一些假珠宝、旧领带和围巾等。
2. 将衣服放在盒子上,让你的孩子选择其中一些进行不同的装扮。
3. 让孩子们搞一台自己的时装表演,或者设计一个需要改变装扮的舞台剧。

### 下次

- 搜集各种各样的旧衣服,例如消防队员的帽子、牛仔的围巾和船员的领带等,让孩子自己装扮成不同行业的人士。



# 焦点

## Focus

你的孩子能画出他通过一个管子窥视到的景象吗？

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 精细动作
- 理解力

### 材料

- 硬纸管
- 纸和笔

### 做法

1. 让孩子通过硬纸管看固定的景象。
2. 画下他看到的景象。
3. 画完后,让父母猜是什么东西。

### 下次

- 让孩子闭上眼睛,你将纸管固定在一个景物上,然后再让他看,让他画。在他画完后,让他猜猜是什么。





# 脚上的艺术

## Footsy Art

你的孩子能够只用脚就成为艺术家吗？

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 纸和笔
- 胶带

### 做法

1. 将一张大纸用胶带固定在地上。
2. 让孩子用脚夹住一只笔在纸上作画。
3. 孩子画完后，让父母猜猜是什么。

### 下次

- 在孩子的大脚趾上绑上一块海绵，沾上颜料作画；也可以用整只脚在纸上踩出各种形状。



# 你有多大

## How Old Are You

让别人猜年龄。

### 价值观

- 情感表达

### 技能

- 社会交往能力

### 材料

- 纸牌

### 做法

1. 将纸牌洗好后,让孩子从背面在纸牌中挑选两张。
2. 将纸牌翻过来,如果是 2 和 7,就是 27 岁;如果是 8 和 2,就是 82 岁。如果一张卡片是花色牌,就再选一张,直到有数字出现。
3. 然后,让孩子按照纸牌的年龄做动作或说话。

### 下次

- 用一些道具帮助孩子做这个游戏。
- 在做年龄游戏的基础上,可以让孩子确定性别,从花色牌确定性别。



# 施催眠术

Hypnotized

你的孩子曾被催眠过吗？让他感受一下什么叫“恍惚”。

## 价值观

- 团队精神

## 技能

- 创造力和想像力
- 遵循指导

## 材料

- 催眠用的东西，例如摇摆的手表和晃动的木棍

## 做法

1. 选择一个给孩子催眠的东西，向孩子解释你的做法。
2. 在他的眼前晃动那个东西，让他感到“恍惚”。他必须表现得像蛇神，说单调的话，眼睛向前向上看。
3. 让他在感觉“恍惚”的时候做一件事，例如放一张桌子、倒垃圾、刷牙或给你拿拖鞋等。
4. 他必须按你说的去做，但你不要把事情弄得太复杂或令人不快。这只是玩玩。

## 下次

- 让你的孩子给你做催眠。



# 音乐艺术

## Musical Art

你的孩子不必非要有音乐天分才能玩这个游戏，只要让孩子画出来他从音乐中听出什么就行了。

### 价值观

- 表达感情

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 各种音乐
- 纸和彩色标记笔

### 做法

1. 选择各式音乐。
2. 给孩子纸和彩色标记笔。
3. 让孩子画出从音乐中听到了什么。
4. 每隔几分钟换一种音乐，给孩子换一张纸，让他画出新的音乐感受。
5. 在他画完后，父母看看他的画是否同音乐相符。
6. 同孩子交流从音乐中听到了什么，为什么不同的音乐会让他画出不同的东西。



### 下次

- 不用录音机,而用广播中的音乐,让孩子随时画出他对音乐的感受。
- 在音乐变换的时候,让孩子用同一张纸但不同的标记笔画画。



# 不要偷看

## No Peeking

在没有人监督的情况,你的孩子怎样做好一件事情?

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 一项活动所需的東西,例如“乐高”玩具组或打扮一个布娃娃

### 做法

1. 为完成一项任务而将材料组合在一起。
2. 让孩子蒙上眼睛完成这项任务或活动。
3. 做完以后,让他睁开眼睛看他做的东西好不好。也许会发生很可笑的情况,记住一切都为了快乐,不要嘲笑孩子。

### 下次

- 让孩子用一只手或不用手完成同样的任务或活动。



# 个人餐具垫

## Personal placemats

让孩子用自己的艺术天分制作自己的餐具垫。

### 价值观

- 感情表达
- 家庭的重要性

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 纸板
- 手工材料,例如标记笔、蜡笔或指甲油
- 防水纸

### 做法

1. 将纸板和手工材料分别放好。
2. 让孩子想想创作一个什么题材的餐具垫,例如度假计划、假日风景、健康食品和动物等等。
3. 让他为家庭的每位成员制作一个餐具垫。
4. 把做好的餐具垫固定在防水纸上以长期保存。



### 下次

- 让孩子设计谜语或连点图，画在餐具垫上。家人在用这些餐具垫进餐时肯定会觉得很好玩。





# 改变规则

## Rule Reversal

改变一些熟悉游戏的规则以制造新的具有挑战性的乐趣。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 做游戏需要的东西,例如跳房子或打弹子

### 做法

1. 收集做游戏所需的材料。
2. 改变规则玩这些游戏,例如玩“跳房子”游戏时,试试从最后一个格子开始玩;在玩打弹子的时候,试试将一个弹球打入一个装满弹的浅洞里,看看能不能不把别的球弹出去。

### 下次

- 想出其他可以改变规则的游戏,例如从最后开始阅读一本书或从最后一道甜点开始吃西餐。



# 茶会

## Tea Party

组织一个传统茶会,同孩子一起喝茶聊天。

### 价值观

- 家庭的重要性

### 技能

- 语言和词汇
- 社会交往

### 材料

- 果茶、牛奶和蜂蜜
- 点心
- 漂亮的桌布和小桌子
- 茶具

### 做法

1. 让孩子帮助你做果茶,加热牛奶,并向牛奶中加入蜂蜜。
2. 和孩子一起做点心或到商店买些点心。
3. 在桌子上铺上漂亮的桌布,放好茶具。
4. 大家都穿上漂亮的衣服。
5. 同孩子就一些有趣的话题进行交流,同时品茶和吃点心。

### 下次

- 组织一次特殊的午餐或下午茶等活动。



# 脚趾的艺术

## Toe Art

你的孩子曾尝试用脚趾或手指作画吗？

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 精细动作
- 大动作

### 材料

- 蜡笔或标记笔
- 纸

### 做法

1. 脱掉鞋和袜子。
2. 在大脚趾和二脚趾间夹上蜡笔，家长也这样做。
3. 让孩子和家长用脚趾在纸上作画。
4. 做完后，孩子和家长相互辨认他们画的东西。

### 下次

- 蒙上双眼，用手画画。



# 真理或挑战

## Truth or Dare

你的孩子敢讲真话吗？勇于接受挑战吗？

### 价值观

- 道德和信仰

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 剪刀
- 纸和笔

### 做法

1. 将一大张纸剪成若干小方块。
2. 在方块的中间写上一个问题，例如“你曾经撒过谎吗？”；“你本周做过错事吗？”；“你最喜欢的演员是那位？”等等。
3. 在其他方块上，写上一些勇敢的行为，例如“在房顶上跳来跳去”；“翻跟头”等。
4. 让孩子轮流在这两组方块中进行选择。

### 下次

- 通过扔硬币决定是回答问题还是做勇敢的事情。



# 纱布的形状

## Yarn Shapes

你的孩子可以用笔画画,但他能用一块纱布作画吗?

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 干净的纱布

### 做法

1. 让孩子用纱布在桌子或地板上摆出动物和某种物体的形状。
2. 当他做完后,猜猜他做的是什么。
3. 家长用纱布作画,让孩子猜。

### 下次

- 用其他东西,例如豆子、磁片、麻布和羽毛等作画。



☆ ☆ ☆  
☆ 第九章 ☆  
Quiet Time!  
安静时间

# 身体符号

## Body Codes

你的孩子可能经常希望不用说话就传递给你一些信息，让你分享他的想法和感情，这个游戏的目的是从这种做法中寻找乐趣。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

- 沟通交流

### 材料

- 笔和纸

### 做法

1. 在安静的时候或周围有人的时候，让孩子写下他的想法或感觉，因为可能他不希望别人知道他当时的想法和感觉。例如“我已经厌倦”、“我饿了”，以及“我们走吧”等等。
2. 让他想想如何用身体语言表达他的想法和感觉。例如，如果他感觉厌倦了，他可以用一只手的手指敲打另一只手的手背。如果他想说“我饿了”，他可以用双手组成一个圆圈在肚子前比划。如果他想说“我们走吧”，他可以打两次响指。
3. 孩子和家长要记住每个姿势的含义。



### 下次

- 让孩子用面部表情表达他的感情,例如眨眼睛、做鬼脸、抿嘴唇和抬眉毛等。





# 你能读懂我吗

## Can You Read Me

当你的嘴唇在动但没有声音时，你的孩子能够理解你的意思吗？

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 沟通交流

### 材料

- 你的嘴巴

### 做法

1. 让孩子选择一个讨论的话题，例如他的一日计划、他喜欢做的事情、他爱吃的东西，以及他喜欢的电视节目等。
2. 只用嘴但不出声地说话，看看你们是否能相互理解对方的意思。
3. 如果在理解上有困难，就放慢速度，但不要夸大嘴巴的形状。可以重复多次。

### 下次

- 让孩子边用身体边动嘴巴但不出声地同你交流。



# 请用零钱

Change, Please

这次不让孩子数时间,而是数钱。

## 价值观

- 责任信

## 技能

- 数学
- 金钱的价值

## 材料

- 不同的硬币
- 装鸡蛋的盒子
- 钱币的包装材料

## 做法

1. 从衣兜、钱包或零钱夹中拿出一些零钱。
2. 让孩子用鸡蛋盒子将零钱分别放好,例如将一角和五角分开。
3. 让他数硬币,确定正确后,将硬币放在包装材料里。
4. 把硬币拿到银行兑换成纸币,算作孩子自己攒的钱。

## 下次

- 将纸币和硬币放在一起,让孩子找到正确的数字,兑换更大的纸币。



# 幻想日

Fantasy Day

如果孩子运用想像力,他可以有各种节日。

## 价值观

- 积极的态度

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 纸和笔

## 做法

1. 让孩子想像自己完美的一天。
2. 让他画下每个时间段要做的事情和要待的地方,越详细越好。
3. 将这张计划表保存几年,看看他的幻想有多少真正得到实现。



## 下次

- 让孩子写下一周内每天他想做的事情,帮他完成这些目标。



# 改变习惯

Habitudes

你的孩子愿意改变他的一些习惯吗？

价值观

· 自我意识

技能

· 逆向思维

材料

· 纸和笔

做法

1. 让孩子列一张表，写出他的好习惯，例如按时完成作业、自己收拾屋子和坚持饭前祈祷等等。
2. 让他列出自己的一些坏习惯，例如常常忘记刷牙，撞人后没有说“对不起”和乱扔衣服等等。
3. 让孩子选出一个坏习惯，用一周的时间将坏习惯改成好习惯。
4. 让他在周末的时候检查自己是否进步了，看看下周该怎么办。

下次

· 让孩子写下他一天里做的好事，看看他下一天能否做更多的好事。



# 手语

## Hand Talk

在玩这个游戏后,孩子的双手会越来越灵活。他不用学习哑语也能用手表达自己的想法和感情。

### 价值观

- 感情表达

### 技能

- 沟通交流
- 善动脑筋

### 材料

- 双手

### 做法

1. 让孩子想想他要说什么,例如那天发生的事情,或他明天的计划,以及有关他自己的新闻等等。
2. 让他尝试只用手表达他的意思。
3. 家长猜猜他说的是什么。
4. 家长用手语,让孩子猜。
5. 看看孩子和家长之间能否只用手语交流。

### 下次

- 从杂志中选择有趣的照片,用手语向孩子讲述照片上的事情,让孩子猜那是一张怎样的照片。
- 根据你们共同看过的电影或书本表演手语,猜猜是哪部电影或哪本书。



# 照相机一样的记忆

## Photographic Memory

你的孩子有照相机一样的记忆吗？看看他能记住多少东西。

### 价值观

- 成就感

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 杂志照片

### 做法

1. 找到一幅有趣的杂志照片。
2. 让孩子仔细看照片一分钟，然后讲述他记住的照片上的景象。
3. 拿走照片，就照片上的景象向孩子提问题。

### 下次

- 不再问孩子问题，而是让他写下他能记住的东西。



# 制作印章

Stamp It

有很多东西可以制成印章。

## 价值观

- 善动脑筋

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 纸 · 广告色和调色盘
- 可以用来制作印章的东西，例如线轴、胶卷盒、橡皮和水果等

## 做法

1. 给孩子几张纸、广告色和调色盘。
2. 搜集可以做印章的东西。
3. 让孩子用这些东西沾上调色盘中的广告色，然后印在纸上。
4. 看看孩子用每样东西能印出什么图案。

## 下次

- 让孩子用指尖沾颜料印在纸上。
- 让孩子用标记笔修饰他印出的图案。
- 让孩子将他的印章图案给朋友们看，让他们猜是什么东西做的图案。



# 贴纸留言

Stick' Em Up

用创造性的贴纸留言让每位家庭成员感到惊喜。

## 价值观

- 家庭的重要性

## 技能

- 交流沟通

## 材料

- 贴纸和铅笔

## 做法

1. 让孩子在贴纸上给每位家庭成员写一句创造性的话。例如“生日快乐”、“祝你上学第一天快乐”、“假日愉快”等。
2. 将这些贴纸贴到这些家庭成员能够看到的地方。

### 下次

- 将贴纸贴在意想不到的地方,例如浴室、衣柜和汽车里。
- 在每张贴纸上写一句话,最后连成一个故事。
- 在贴纸上写上线索,让家庭成员寻找某样东西。
- 在贴纸上画卡通形象,而不写字。





# 沿着线绳走

## String Along

让孩子沿着一根线绳走,看看线绳能将他引向哪里。

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 大动作
- 理解力

### 材料

- 一团线或纱

### 做法

1. 将一团线拉长,沿着整个房间或庭院走上一圈,在不同的地方多转几圈。
2. 将最后的线头处系上一个奖励品,例如书、准备做的游戏或糖果。
3. 把另外一端给孩子,让他沿着线绳走。
4. 让孩子用线绳做迷宫,家长走。

### 下次

- 用种子或石子做迷宫,让孩子沿着种子和石子找到终点。



# 小报新闻

Tabloid News

你的孩子可以用一张普通的旧报纸做出他自己的醒目的标题。你们可能会被他的想法逗乐。

## 价值观

- 交流沟通

## 技能

- 语言和词汇

## 材料

- 报纸 · 剪刀
- 大张纸 · 胶水或胶带

## 做法

1. 家长和孩子一起浏览报纸，找到有趣的标题，例如“狗咬人”、“孩子生在汽车里”或“美国人赢得最高奖”，将这些标题剪下来，放在一边。
2. 从报纸剪下有趣的照片，例如可爱的小狗、一个小人、一个婴儿、一辆车和吃馅饼比赛等。
3. 让孩子将标题和照片以有趣的方式配在一起，贴在报纸上。例如，在“狗咬人”的标题下，他可以将小人放在小狗嘴里；在“婴儿生在汽车里”的标题下，他可以将婴儿照片同汽车照片拼在一起；在“美国人赢得大奖”的标题下，他可以贴上吃馅饼比赛的照片。



下次

· 给每个标题和照片写一段有趣的故事。



# 非常高兴

Thanks a Lot

对写者和读者来说,写感谢信都是令人高兴的事情。

## 价值观

- 表达感情

## 技能

- 语言和词汇

## 材料

- 笔记卡片或纸
- 柠檬汁
- 牙签或非常精细的画笔

## 做法

1. 让孩子想想谁值得他写感谢信。
2. 让孩子用牙签或画笔沾柠檬汁写感谢信。
3. 用点亮的灯泡或熨斗烤信纸,信上的字迹能够显出来。

## 下次

- 让孩子自己制作写感谢信的形式,可以用印章。
- 用彩色笔和荧光笔等各种形式的笔写感谢信。



# 猜谜语

## The Riddler

你的孩子能问倒你吗？你能问倒孩子吗？

### 价值观

- 善动脑筋
- 幽默感
- 团队精神

### 技能

- 逆向思维
- 语言和词汇

### 材料

- 猜谜书

### 做法

1. 在图书馆或书店找猜谜书，或自己做一本。
2. 家长和孩子轮流给对方出谜语，让对方猜。
3. 如果需要，可以给对方提示。



### 下次

- 让孩子自己设计一些谜语，让家长猜。



# 真真假假

## True or False?

你的孩子能够告诉你什么是真的,什么是假的吗?

### 价值观

- 诚实

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 让孩子给你写下一些问题,例如今天你工作中发生了什么事情?你想在生日的时候要些什么东西?你喜欢的食物是什么?
2. 让他问你其中的一个问题。
3. 你给他提供三个答案,其中一个肯定是假的。
4. 让他找出假的答案,如果他第一次就猜出来了,他就赢得一分。
5. 你给他写出一些问题,让他给你记分。
6. 最后看看谁的分数多。

### 下次

- 不再给三个答案,只给一个答案用来分辨真假。



# 古怪词语

## Wacky Words

如果你将一个古怪词语用在句子里，你的孩子能理解吗？

### 价值观

- 幽默感

### 技能

- 创造力和想像力
- 语言和词汇

### 材料

- 纸和笔

### 做法

1. 你创造一些古怪词汇，写在纸上。
2. 将其中一个用在一个句子里，让孩子猜它的意思。如果没有猜出来，再想其他句子，也用上这个词。
3. 让孩子制造自己的古怪词语，家长或其他人猜。

### 下次

- 为家里的物品创造古怪名称。



# 联系是什么

What's the Connection

你的孩子能够在三个物品中找出内在联系吗？

## 价值观

- 坚定性

## 技能

- 分类
- 逆向思维

## 材料

- 纸和笔

## 做法

1. 家长写下三件有联系的物品或事情，例如做比萨饼要用的胡椒粉、奶酪和西红柿。
2. 让孩子找出它们之间的联系。
3. 可以给他线索。
4. 让他找出三件事物或物品，家长找出内在联系。

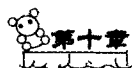
## 下次

- 选择两个物品，找出它们之间的三种联系。例如选择狗和鞋，他们之间的联系可以是“它们都是黑色的”、“它们都很软”，以及“它们都能发出声音”。









**Shopping Time!**

**购物时间**

# 做动作

## Act It Out

你的孩子会用身体语言代替嘴说话吗？

### 价值观

- 感情表达

### 技能

- 沟通交流

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 当你出外购物时，问孩子能够坚持多长时间不和你说话。
2. 让他用身体语言告诉你他想说的话。
3. 当他做完身体语言后，看看你是否能解释他的意思。
4. 仿照他的身体语言和他交流，看你们这样做能坚持多久。

### 下次

- 制定一个时间限制，看看你们是否能够在这一时间段内不说话地交流。



# 星外解释

## Alien Explanation

孩子能把我们星球上的世界介绍给星外来客吗？

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 沟通交流

### 材料

- 任何你们可能在商店看到的東西

### 做法

1. 假装你是星外来客，第一次访问地球。
2. 让地球上的孩子解释你看到的東西和怎样用这些東西。
3. 在你假装听不懂的时候，向他提问题，并同你的星球上的東西进行对比。
4. 让孩子假装星外来客，你来解释地球上的事情。

### 下次

- 让孩子讲述他们星球上的故事，看看他能否有创造性的叙述。



# 字母表搜寻

## Alphabet Hunt

在你们离开商店时,你的孩子能发现所有的字母吗?

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 语言和词汇

### 材料

- 商店里的标志和有包装的产品

### 做法

1. 让孩子在商店里发现 26 个字母。
2. 他开始必须发现一个带 A 的单词,然后发现一个带 B 的单词,依此类推,直到最后找到带 Z 的单词。

### 下次

- 这次不寻找单词,而是让孩子找数字。看看他能够发现多少连续数字,当然要从 1 开始。



# 检查零钱

## Check the Change

你的孩子能够确保你每次购物的价钱都是正确的。

### 价值观

- 金钱的价值

### 技能

- 数学

### 材料

- 购物水单
- 计算器(可要可不要)

### 做法

1. 当你拿到购物水单后，给孩子看看，让他计算每次的价钱以确保钱数准确。
2. 家长可以告诉孩子你交给收银员多少钱，他应该找给你多少钱。让孩子计算其中的差额。

### 下次

- 如果你买很多东西(例如在超市)，让孩子用计算器替你将所有商品的价格加起来，同收银员计算的价格进行对账。



# 比较购物

## Comparison Shopper

让孩子知道如何讨价还价。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 数学
- 金钱的价值

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 选择一种有很多品牌的商品，例如牛奶、黄油和香肠等。
2. 让孩子发现其中最便宜的一种。
3. 让他计算最便宜的同最贵的相比，节省了多少钱。
4. 谢谢他为你做的工作。

### 下次

- 选择一种用计量单位计价的 商品，例如每盎司奶酪多少钱，让孩子找到每盎司最便宜的那一种。



# 寻找食物

## Find the Food

在杂货店里,让孩子找各种各样的东西会有很多乐趣。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 当你在杂货店的每一排货架前走过时,让孩子选一些你指定的东西。但要记住,为了安全起见,必须让孩子在你的视线范围内。
2. 看看孩子能发现多少商品。

### 下次

- 让孩子找特定品牌的食物。
- 让他为晚餐找全每种食物。





# 捐赠篮

## Gift Basket

在出外购物前,列出一张购物清单。

### 价值观

- 帮助他人

### 技能

- 金钱的价值

### 材料

- 笔和纸
- 少量零钱

### 做法

1. 当你走进商店后,看看是否有给穷人准备的捐赠篮。  
例如有些杂货店会准备食品和玩具赠给穷人。
2. 当你外出购物时,让孩子挑选一些东西作为捐赠品,  
让孩子单独买这些东西,放在捐赠筐里。

### 下次

- 你的孩子可以想想其他一些帮助穷人的方法。



# 猜杂货店账单

## Guess the Grocery Bill

在排队等候交钱的时候，让孩子计算你们购买的商品的总价格。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 数学 · 记忆力

### 材料

- 杂货店手推车里的商品

### 做法

1. 在排队等候交钱出场，让孩子检查商品种类并计算价格。
- 2 如果他计算的价格同收银机计算的价格相差不过十美元时，给他一个奖励。
3. 如果他的价格同真正的总价相差不过五美元时，给他一个特别的礼物。

### 下次

- 给他多种选择，例如如果真正的账单是 98.03 美元，让他 在 84.55 美元、120.32 美元和 138.47 美元之间做出选择。
- 让孩子猜测每件单品的价格。



# 一美元能买多少东西

## How Much for One Dollar

这个游戏旨在让孩子了解一美元的价值。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 金钱的价值

### 材料

- 美元钞票或同等价值的零钱
- 纸和笔

### 做法

1. 让孩子猜他能用一美元买什么东西。让孩子列一个清单。
2. 给他一美元，让他在杂货店、糖果店或其他专业商店买东西。
3. 讨论一下什么他可以买，比较不同商店的同种商品的价格。
4. 让他想能够挣钱的办法，可以买更贵的东西。

### 下次

- 给孩子挣钱的机会，例如帮你做家务，让他买他想买的东西。
- 让孩子制订存钱的方案。



# 磁的引力

## Magnetic Attraction

给孩子一个磁铁,他总会有事干的。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 分类

### 材料

- 小块磁铁
- 商店里的东西

### 做法

1. 让孩子去商店的时候带上小块磁铁。
2. 在去商店的路上,让他猜什么东西能被磁铁吸住。
3. 如果他想不出来,让他在两个物品中选择,例如铅笔和钢笔、塑料架和铁架等。
4. 让他在商店里找到这些东西进行试验。
5. 让他寻找更多可以用磁铁吸住的东西。

### 下次

- 当你们回家后,让孩子猜家里什么东西能被吸住。
- 想想其他可以用磁铁就能带来乐趣的地方。



# 记忆力测试

## Memory Test

在外购物时，测试孩子的记忆力，看看他能否记住细节。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 记忆力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 如果在外购物，选择一些有趣的东西让孩子看一会儿。你可能选择一个人，一件产品或一场表演等。
2. 然后让他闭上眼睛，走开。
3. 问他几个问题，看看他对刚才的事务有多少记忆。例如“小熊的毛是什么颜色”，“布娃娃穿的是裤子还是裙子”等等。看看孩子能记住多少细节。

### 下次

- 同孩子换个角色，让孩子考考你。



# 对手

## Opposite Hand

让孩子的非主力手接受测试。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 如果你在外购物，让孩子用他的非主力手帮你拿东西、开门和交钱等。
2. 让他谈谈感受。

### 下次

- 让孩子同时用两只手干事。



# 用……可以做什么

What Can You Do with a...

你的孩子看到普通物品时,能讲出它的几种用途?

## 价值观

- 善动脑筋

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 普通物品,如一页纸、小盒子、一根线绳和木棍等
- 纸和笔

## 做法

1. 你们外出购物时,让孩子善于开发普通物品的新用途。
2. 给他纸和笔,让他记下这些用途。例如“一张纸可以叠成小飞机”等。

## 下次

- 让孩子想想还有哪些物品能变成另外一种样子。



# 当我长大时

When I Grow Up

当你们在商店里,想想如果在那里工作会是什么样?

## 价值观

- 尊重他人

## 技能

- 创造力和想像力
- 逆向思维

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 在商店里观察各种人,例如售货员、收银员和货物摆放人员等。
2. 让孩子想想如果他长大后干其中一项职业,他会怎么做。
3. 同孩子讨论每种工作的好处和坏处。

## 下次

- 鼓励孩子问问商店里的各种员工,他们做这份工作的感受是什么。







第  一章   
**Sick Time!**  
**生病的时间**

# A 代表什么

A is for. . .

孩子在生病的时候只能用眼睛、嘴巴和大脑做游戏。

## 价值观

- 坚定性

## 技能

- 语言和词汇

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 看看儿童床周围有没有以 A 打头的东西。例如苹果 (Apple)、飞机玩具 (Airplane) 等等。
2. 让孩子发现一些用 B 打头的东西，以此类推，按照字母表发现的词越多越好。
3. 如果需要，可以制订一个时间限制，如果谁在时间限制内完成任务就给谁一个奖励；还可以记分，最后得分高者为胜利者。

## 下次

- 在按字母表寻找单词时，可以将这些单词连成一个故事。



# 在海报纸上描写自己

## All About Me Poster

你的孩子会在海报纸上写些什么呢？

### 价值观

- 表达感情
- 自尊心

### 技能

- 分类

### 材料

- 孩子的照片 · 胶水或胶带 · 剪刀和标记笔

### 做法

1. 将孩子的照片用胶水或胶带粘在海报中间。
2. 让孩子用标记笔写下几个单词或画画描述自己。
3. 将海报挂在儿童房的墙上。



### 下次

- 让孩子写关于自己的日记。



# 扔豆子

## Bean Toss

别因为你的孩子的正在生病而认为他没力气扔豆子。

### 价值观

- 成就感

### 技能

- 精细动作

### 材料

- 托盘 · 豆子

### 做法

1. 将托盘固定在同躺在床上的孩子有一定距离的地方。
2. 让孩子尽力把豆子扔到盘子中央,给他记分。

### 下次

- 改变托盘的大小,可以更大,也可以更小。



# 商业疯狂

## Commercial Crazy

电视广告有创造性吗,还是没劲? 让孩子做出判断。

### 价值观

- 道德和信仰

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 电视广告

### 做法

1. 让生病的孩子看些电视节目,包括儿童节目和广告。
2. 同孩子讨论广告创意的好坏,是否会影响他挑选商品。
3. 让孩子想想如果他做同样商品的广告,会怎么办?

### 下次

- 可以测试孩子的记忆力,让他看完插在儿童节目的几个广告后给家长讲其中的内容。



# 创造假日

Create a Holiday

圣诞节、万圣节和国庆节……你们还可以创造自己的节日。

## 价值观

- 善动脑筋
- 计划性

## 技能

- 创造力和想像力

## 材料

- 年历

## 做法

1. 同孩子一起看年历。
2. 想想哪天可以作为你们的节日加以标注,例如上学的最后一天、社区活动日等。
3. 让孩子讲讲准备在节日期间做些什么。

## 下次

- 让孩子把家庭成员的一些重要日子,例如生日、结婚日等标注在年历上,可以作为节日的由头。



# 自找乐趣

## Felt Fun

让你的孩子用一些锡纸剪成各种各样的图案。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 剪刀
- 各种颜色的纸
- 烘烤锡纸

### 做法

1. 让孩子将烘烤锡纸剪成合适的大小。
2. 让孩子将各种颜色的纸剪成圆圈、方块、三角形、四方形和椭圆形等。
3. 将五颜六色的形状粘在烘烤锡纸上，做出各种图案，例如小房子、小镇风情等。

### 下次

- 从杂志中剪下图片，组成各种图案，并编故事。





# 手指脸

## Finger Faces

如果你有一双灵巧的手,你会在这个游戏中得到很多乐趣。

### 价值观

- 感情表达
- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 能够洗掉的标记
- 指尖
- 剪刀,小块布和胶带



### 做法

1. 用标记笔在孩子的手指指尖上画出各种表情的脸型图案。
2. 用小块布缠在孩子的手指上,增加色彩和形象感。
3. 让孩子用手指表演节目。

### 下次

- 将手套做出布偶,让孩子选择他喜欢的故事表演。



# 幸运与不幸

Fortunately/Unfortunately

事情会怎样发展,取决于你的态度。

## 价值观

- 积极的态度

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 让孩子想出一个话题,例如学校里的一天、生病了、得到一个惊喜等。
2. 让他开始用积极的言语讲述这些事情,例如我第一天上学非常兴奋。
3. 让他继续讲下去,但要说遇到的麻烦。例如,“在上学的路上,我被一根树桩绊倒了。”但最后结束时的故事应该是乐观的。

## 下次

- 家长和孩子轮流讲幸运与不幸运的事情。
- 让孩子讲最近的一次遭遇,但应该以乐观的态度看待这件事。



# 搜集杂志

## Magazine Scavenger Hunt

你的孩子可以不离开床就看到大量杂志。

### 价值观

- 确定目标

### 技能

- 分类

### 材料

- 纸和笔
- 杂志

### 做法

1. 让孩子列出一个他希望在杂志看到的有趣的内容。
2. 给他找一些杂志,确保有这些内容。
3. 让他自己在杂志中搜寻他想看的内容。
4. 最后看看用了多长时间找到这些内容。

### 下次

- 让孩子再列出包括其他内容的杂志清单。



# 做一顿饭

## Make a Meal

让孩子在床上做一顿丰盛的“晚餐”。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 分类
- 计划性

### 材料

- 食品杂志
- 剪刀
- 纸板
- 胶水或胶带

### 做法

1. 让孩子制订晚餐的食谱,也可以是早餐或午餐。
2. 找一些食品杂志,剪下一些食品照片。
3. 让他将这些照片贴在纸板上,这样就做成了。

### 下次

- 让孩子利用杂志上的照片做一个衣橱、玩具柜或卧室等。



# 镜中的想象

## Mirror Image

你的孩子能在镜子里看到些什么？

### 价值观

- 自尊心/自我意识
- 幽默感

### 技能

- 创造力和想像力
- 精细动作

### 材料

- 小镜子
- 可以涂掉颜色的标记笔

### 做法

1. 让孩子用标记笔在镜子上画出他的样子。
2. 然后对他的样子加以想像，例如画上一撇胡子、卷曲的头发和红鼻子等。
3. 擦掉一个，再画一个。

### 下次

- 给孩子大一点的金属勺，让孩子从中看到自己后再画。看看与镜子中的自己有什么不同。



# 共同作画

Share a Sketch

两个人一起画一张画,有什么感觉呢?

## 价值观

- 团队精神

## 技能

- 社会交往

## 材料

- 纸和标记笔

## 做法

1. 让孩子用标记笔在纸上画一条横线。
2. 家长给横线加上自己的标记。
3. 轮流和孩子在线上 and 线下的地方画。
4. 交流一下你们的想法。

## 下次

- 轮流画一个人、一个动物或一个物品,看看最后会出什么结果。



# 鞋带的艺术

## Shoelace Art

当孩子病情稍微好转后,可以玩这个游戏。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力
- 精细动作

### 材料

- 鞋带和运动鞋 · 尼龙粘条

### 做法

1. 让孩子躺在床上,重新装饰她的运动鞋和鞋带。
2. 让他用标记笔在鞋带和鞋上画各种图案,用尼龙粘条改变鞋的样子。
3. 当他完成后,他会发现一双全新的漂亮鞋。



### 下次

- 让孩子用同样的方法装饰他的枕头、T-恤和内衣等。



# 故事卡

## Story Cards

用一套卡片,讲述不同的故事。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 杂志照片
- 索引卡片
- 剪刀
- 胶水做法

### 做法

1. 从杂志上剪下一些有趣的照片。
2. 将这些照片粘在索引卡上。
3. 混合这些卡片,将它们正面朝下。
4. 让孩子选一张卡片,开始根据这张卡片上的内容编故事。
5. 家长和孩子轮流选卡片,编故事。

### 下次

- 在索引卡上写下故事大纲,而不再用照片。





# 带有或没有

With and Without

如果孩子不得不选择,他会怎样做?

## 价值观

- 感情表达
- 自力更生

## 技能

- 逆向思维

## 材料

- 纸和笔

## 做法

1. 让孩子写下十样他认为他生活中不可能不要的东西或事情。
2. 再写下十件他不希望没有但没有也能生活下去的东西或事情。
3. 最后写下十件他可以没有就能生活下去的东西或事情。
4. 让他讲讲他这样选择的理由。

## 下次

- 让孩子想想他最希望到哪里度假,分出前后,讲出理由。



# 盒子中的世界

## World in a Box

你的孩子能在一个盒子中创造自己的小世界吗？

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 鞋盒、纸板
- 杂志照片、贺卡、廉价的图画书
- 人物、动物、家具等的小模型
- 彩带、剪刀、胶水和胶带

### 做法

1. 让孩子选择一个主题布置他的小世界，例如丛林、农庄、太空或水下等等。
2. 用杂志上的照片装饰背景，贴在鞋盒的内壁上。
3. 将小人、小动物和小家具对折一下，有立体的感觉，然后将它们粘在鞋盒底部。
4. 用彩带挂起太阳、月亮和星星状的东西，在鞋盒的上方。
5. 当所有工作都完成后，让孩子讲讲他的故事。

### 下次

- 孩子在鱼缸或其他容器中创造一个小世界。







第十二章

# Waiting Time!

## 等待时间

# 事业

## Careers

鼓励孩子在扮演各种职业人物感受其中的快乐。

### 价值观

- 确定目标

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子想想他长大想干什么，例如医生、警察和作家等。
2. 让他扮演这些角色。
3. 家长猜这是什么职业。
4. 家长扮演某种职业角色，让孩子猜。

### 下次

- 扮演电影里的角色、特别事件中的人物，以及节日中的角色。



# 颜色餐

color Meal

你的孩子能用一种颜色做一顿饭吗？

价值观

- 善动脑筋

技能

- 分类

材料

- 不需要任何东西

做法

1. 让孩子选择一个颜色。
2. 看看这种颜色能够做多少食品，例如红色可以是西红柿、草莓和猪肉等。
3. 家长也这样做一遍，然后让孩子选择新的颜色。

下次

- 想想某种颜色在某类商品中都有什么东西，例如花、玩具、衣服和动物等等。



# 词汇游戏

## Daffynitions

让孩子从商品的名称上展开遐想。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 语言和词汇

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子注意有趣的商品名称，例如“妙脆角”和“黑妞”等。
2. 想想这些食品的名称是什么意思。
3. 让孩子在他的句子中用上这些词。
4. 看看一天之内他能在多少场合用这些词。



### 下次

- 家长给商品取名并定义,看看孩子能否猜出是什么商品。



# 目击者

## Eyewitness

孩子在描述一件事情时，鼓励他尽可能多地想起细节。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 记忆力
- 理解力

### 材料

- 不需要任何材料

### 做法

1. 当你在排队等候时，让孩子观察周围发生的事情，例如一个人在买东西，护士在叫病人等。
2. 当某件事情发生时，让孩子注意整个过程。
3. 问他有什么不懂的地方，可以提问题。
4. 看看孩子在描述这件事情时能记住多少细节。

### 下次

- 带孩子看戏剧时，让孩子仔细观察记忆，回家后回想戏剧内容。





# 糖果包

## Goody Bag

如果你带着一个装满让孩子感到惊喜的包，你的孩子可能会很乐意陪你排队等候。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力

### 材料

- 书包
- 各种孩子喜欢的东西，例如糖果、彩色纸、故事书和卡片等

### 做法

1. 在排队时，让孩子猜包里装的是什么。
2. 让他从包里拿出一样东西，随心所欲地玩。
3. 每次带不同的东西，总给孩子一种新鲜感。

### 下次

- 看看孩子能不能想出一种玩具的十种玩法。
- 让孩子建议你应该把什么东西放在书包里。



# 猜猜是谁?

## Guess Who

让孩子猜某位名人或熟悉的人,孩子可以随便提问20个关于此人的问题,看看能否根据回答的线索猜出此人是谁。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 分类

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 家长脑子里想出一些名人,例如“小甜甜”“布莱妮、超人或者熟人(如奶奶、姥姥或邮递员等)。人物可以是真实的,也可以是虚幻的。
2. 让孩子提出只要回答“是”或“不是”的问题,在猜出人名之前问题提得越少,得分就越高。例如:孩子可以问:“此人是男性吗?”“此人不到 21 岁吗?”“此人是真实存在的吗?”此人有名气吗?”
3. 当孩子认为他已经知道此人是谁时,他可以问:“此人是 × × × 吗?”
4. 记住孩子提了多少问题。如果他提了 20 个问题还是没有猜到这个人是谁,你可以考虑宣布答案。



### 下次

- 让孩子试着猜一件物品或一个地方。
- 如果孩子卡壳了,给他一个线索。但是每一个线索要扣掉一个提问。



# 配杂志

## Magazine Match

在等候室看杂志时,看看谁给杂志分类分得最快最多。

### 价值观

- 确定目标

### 技能

- 分类

### 材料

- 杂志

### 做法

1. 在等候室里找出一本杂志,或者自带杂志。
2. 让孩子给这些杂志分类,例如哪些是体育杂志,哪些是娱乐杂志。或者在杂志中选择能够区分出来的类别,如食品、服装、珠宝首饰、药品、汽车、糖果等。
3. 翻开杂志,找到选择的类别页,看看这一类别中有多少件物品。
4. 谁找到的东西最多算是谁赢。

### 下次

- 不仅仅限于某一个类别,可以将与该类别有关的任何东西包括在内。例如,如果是汽车类,可以包括轮胎、地图、道路、其他运输方式等等。



# 躲猫猫

——(将脸一隐一现逗小孩的游戏)

## Peek a Boo

你的孩子能够猜出他从小洞里看到的是什么呢?

### 价值观

- 好奇心

### 技能

- 理解力

### 材料

- 杂志

### 做法

1. 找一本旧杂志,你可以随便撕页。
2. 找到一张有趣的照片,不要让孩子看到。
3. 在这张照片的前页上抠一个小洞,将这页同照片页轻轻地粘在一起,让孩子只能通过小洞观看照片。
4. 在他看完后,让他猜测这张照片上的内容。
5. 孩子也可以这样考考你。

### 下次

- 如果你不希望将杂志抠一个洞,可以用一张纸这样做,然后覆盖在照片上。



# 编一个故事

## Pull Out a Story

你的孩子可能会随时有一个好主意,编出一个故事。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 创造力和想像力
- 语言和词汇

### 材料

- 身边的物品

### 做法

1. 让孩子选出附近一个他感兴趣的东西,例如购物车、霓虹灯或猫等。
2. 让他根据这个东西编一个故事。

### 下次

- 家长想出一个东西,让孩子编故事。



# 相同和不同

Same and Different

在两个物品中，孩子能发现多少相似之处，多少不同之处？

价值观

· 环保意识

技能

· 逆向思维

材料

· 各种各样的东西

做法

1. 在等待的时候，选择两样东西。
2. 让孩子仔细观察这两样东西后，说出它们的相似之处。
3. 再分析他们的不同之处。
4. 算算有多少相似之处和不同之处，哪个多，哪个少。



下次

· 选择三样东西进行比较。



# 故事寻找者

Story Seer

你的孩子能猜出故事书的下一页将发生什么事情吗？

## 价值观

- 团队精神

## 技能

- 语言和词汇

## 材料

- 图画书或故事书

## 做法

1. 选择一本孩子不太熟悉的图画书或故事书。
2. 一起阅读首页和看图片。
3. 让孩子猜测接下来发生的事情。
4. 继续阅读,看看孩子的预测是否正确。

## 下次

- 阅读一本书的前几页,让孩子猜测最后会发生什么事情。然后读最后几页,看看孩子猜的是否对。





# 猜测工厂

## Trip to the Factory

让孩子想像一个他从来没有去过的地方。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 附近的物品

### 做法

1. 让孩子选择附近的一个物品,例如电话、衣服、食品或玩具等。
2. 让孩子猜测制造这些产品的工厂是什么样子。
3. 让他告诉你他在“工厂”看到了什么。

### 下次

- 讨论另外一个有趣的地方。



# 告诉真实情况

Truth Be Told

你的孩子知道家庭和朋友的真实情况吗？

## 价值观

- 家庭的重要性

## 技能

- 理解力
- 社会交往

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 家长发表声明，例如“我最喜欢的颜色是红色”和“我希望去滑雪”等。
2. 让孩子想想哪些声明是真的，哪些是假的。
3. 告诉他答案和原因。
4. 让孩子也发表关于自己的声明，家长猜测，孩子解释。

## 下次

- 邀请家庭其他成员或孩子参加这个游戏。



# 孩子的观察

## What Can You Tell?

孩子在看到一个人的购物车里的东西后,能告诉你一些关于这个人的一些信息吗?

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 逆向思维
- 好奇心

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 当你和你的孩子在杂货店等候交钱时,让孩子观察其他人购物车中的东西。
2. 让他猜测这个人买这些东西准备干什么,也许是准备做一顿饭。
3. 让孩子猜猜这个人家里有多少成员及他们的年龄。

### 下次

- 告诉孩子你的看法及推断的理由。





# 能看到什么

What Do I See

你的孩子能看到你看到的東西嗎？

## 价值观

- 环保意识

## 技能

- 语言和词汇

## 材料

- 周围的東西

## 做法

1. 选择周围的一样東西。
2. 家长描述这件東西，让孩子猜你说的是什么。
3. 给他一些线索，直到他猜出来。
4. 家长和孩子轮流做这个游戏。

## 下次

- 描述一件不存在的物品，让孩子猜测。



# 问题在哪里

## What's Your Problem

让孩子明白人多智慧多的道理。

### 价值观

- 帮助他人

### 技能

- 解决问题

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 家长想出一个问题让孩子解决，例如“我不能完成工作”，或“我不知道做什么晚饭”等等。
2. 详细解释你的问题，告诉孩子什么事让你为难，你需要他的帮助吗？
3. 让他提供一些解决办法，看看哪个办法能够真正解决问题。

### 下次

- 一起想一些问题，看看你们能否一起解决。





第十三章  
Walking Time!  
走路时间



# 观察鸟类

## Bird Watching

孩子们都喜欢看天空中飞翔的小鸟，但可能不知道每种鸟的名字。

### 价值观

- 环保意识
- 尊重自然

### 技能

- 分类

### 材料

- 讲解鸟类知识的书
- 两只眼睛
- 笔记本和笔



### 做法

1. 从图书馆或书店找一本讲解鸟类知识的书。
2. 在和孩子散步时，和他一起观察鸟类。
3. 让他仔细观察停在枝头的鸟，根据书中的解释辨认这种鸟的名字。
4. 让孩子在笔记本上画这这种鸟，写上名字。
5. 下次看到不同类型的鸟，也这样做。

### 下次

- 可以选择其他动物进行观察，例如狗、马和牛等。



# 盲走

## Blind Walk

你的孩子对你的信任程度有多高？通过这个游戏可以看出。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 遵循指导

### 材料

- 眼罩

### 做法

1. 在一个安全的地方，给孩子带上眼罩。
2. 开始拿着他的手领他走，确保他已经完全相信你后放开他的手，只用口头指令引导他走路和上台阶。
3. 同他谈盲走的感受。

### 下次

- 在商场、杂货店和社区里进行盲走练习。



# 清洁小组

Cleanup Crew

和孩子一起清理社区附近的垃圾和杂物。

## 价值观

- 成就感
- 尊重自然

## 技能

- 循环使用

## 材料

- 袋子 · 海绵 · 肥皂和水

## 做法

1. 和孩子散步时，注意社区里哪些地方需要清理，例如公园座椅和栅栏等。
2. 让孩子想想怎样清理这些地方，然后确定一个清理日期。
3. 家长和孩子在确定的日期里带上所需材料清理不干净的地方。
4. 清理完成后，要给孩子口头或物质上的奖励，如果能够定期这样做更好。

## 下次

- 看看家里什么地方需要清理。



# 颜色符号

Color Coded

你的孩子能在他的眼皮底下找到彩虹的所有颜色吗？

价值观

- 环保意识

技能

- 分类

材料

- 纸和笔

做法

1. 让孩子在出门散步之前选择一种颜色，家长也一样。
2. 看看能发现多少东西是这种颜色，例如如果孩子选择红色，就会看到红色的花和瓢虫等。
3. 让他记下他的发现，看看他和家长谁发现的东西多。

下次

- 让孩子选择一种形状、一个数字或一个字母等。





六岁到十二岁

# 数东西

Count Down

让孩子记下散步沿途中看到的所有东西的数量。

价值观

· 环保意识

技能

· 数学

材料

· 不需要任何东西

做法

1. 开始散步时,想想你们希望看见什么东西,例如一棵橡树或一只蓝鸟等。
2. 在看到这件东西后,再想出两样想看到的東西。
3. 继续这样做,直到发现十样东西。

下次

· 按照字母从 A-Z 的顺序寻找东西。



# 你听到了吗

Did You Hear That

你的孩子能分辨出自然界中发出的各种声音吗？

价值观

· 环保意识

技能

· 理解力

材料

· 纸和笔

做法

1. 在散步的时候不时地同孩子停下脚步，聆听大自然发出的声音。
2. 看看孩子能否辨别出是什么动物或植物发生的声音，例如鸟鸣和树叶震动的声音。
3. 当散步结束时，看看孩子辨认出了几种声音。

下次

· 闭上眼睛辨认声源。



# 五种感觉

## Five Senses

让孩子用他的所有感觉器官探索大自然的奥秘。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 理解力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 让孩子在散步途中停下来，同他讨论五种感觉是什么，即看、听、闻、尝和摸。
2. 看看什么事情能够使他用上这五种感觉。



### 下次

- 家长和孩子感受同一件事情，然后交流体会。



# 小发明

## Gizmos

你的孩子能解释大自然中的一些古怪的事物吗？

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 逆向思维

### 材料

- 大自然中的非常见物

### 做法

1. 让孩子观察大自然中不常见的东西，例如一块形状奇特的石头和一种叫不上名字的植物等。
2. 让他试着解释自然界中的这些现象。他可能会说是自然的力量，也可能认为是外星人带来的。
3. 家人帮他解释这些现象或一起从书中找出答案。

### 下次

- 让孩子想想他能用这些奇特的东西做什么。
- 根据这些东西编写故事。





# 社区地图

## Neighborhood Map

在社区不同的地方散步,看看有什么新发现。

### 价值观

- 环保意识

### 技能

- 大动作
- 读地图的能力

### 材料

- 社区地图 · 纸和笔 · 标记笔或荧光笔

### 做法

1. 根据社区地图散步。
2. 在走过一个街区的时候,让孩子记下这里的特点;回家后标在地图上。
3. 每次散步记下一个地方的特点,看看每次你们能否有新发现。

### 下次

- 让孩子找一条没有在社区地图上标明的回家之路。





# 看形状

See a Shape

让孩子仔细观察他看到的某种东西的形状。

价值观

- 环保意识

技能

- 分类

材料

- 不需要任何东西

做法

1. 让孩子选择一种形状,例如圆圈、方块和三角形等。
2. 在散步时发现这种形状的东西。
- 3 当发现十个这种形状的东西,再选择另一种形状。

下次

- 让孩子根据某种形状的大小、颜色等特点进行分辨,例如大红圆圈和小绿三角形等。



# 指路

## Show the Way

让孩子在散步的时候使用手语标志。

### 价值观

- 团队精神

### 技能

- 遵循指导

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 在开始散步之前,让孩子制作一些手语标志,例如“停止”和“继续走”等。
2. 在散步途中,让孩子用这些标志。

### 下次

- 让孩子自己设计路线,不必告诉家长,然后用手语指引家长散步。



# 坚持就是胜利

## Steady Hands

孩子在走马路牙子的时候能一边走一边说，同时保持稳定吗？

### 价值观

- 坚定性

### 技能

- 协调性和平衡能力
- 精细动作 · 大动作

### 做法

1. 让孩子用一根木棍保持平衡。
2. 在孩子走马路牙子的时候，双手握住这根木棍，同时和你说话。
3. 看他能保持多长时间，当然是一次比一次长才好。

### 下次

- 让孩子闭上眼睛做这些事情。



# 时间旅行者

Time Traveler

你的孩子在不同年代的人讲述他的生活时会怎么说？

## 价值观

- 积极的态度

## 技能

- 沟通交流
- 逆向思维

## 材料

- 不需要任何东西

## 做法

1. 假设家长是一位古代的人，问孩子他们今天的生活是什么样子。
2. 如果孩子一时答不上来，就给他提示性问题，例如“你们现在最喜欢吃什么东西？”。

## 下次

- 让孩子假装生活在另外一个年代，让他想像并讲述那个年代的特点。



# 古怪的做法

## Wacky Walk

尽可能地想出非常古怪有趣的走路方法。

### 价值观

- 幽默感

### 技能

- 创造力和想像力
- 大动作

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 你们想出的走路方法可以是“猫步”、“鸽步”或瘸着一条腿走。
2. 让孩子每隔几分钟改变一种走路的方法。

### 下次

- 让孩子想出古怪的手臂动作配合脚上的动作。



# 倒退走

## Walk Backward

小孩子能够从倒着走中感受新的东西。

### 价值观

- 善动脑筋

### 技能

- 大动作
- 理解力

### 材料

- 不需要任何东西

### 做法

1. 选择一条安全的路径。
2. 让孩子倒着走,看看他能坚持多久。
3. 让孩子在倒着走时想出更多的走法。

### 下次

- 当你和孩子倒着走时,同时做其他事情,例如说颠倒话和倒着念英文字母等。







Fifty Things  
I Want My Son to Know

50件要让  
儿子知道的事



(美) 罗杰·卢夫 / 著  
Roger Rueff

中国青年出版社

定价: 16.80 元

在《50件要让儿子知道的事》中，著名剧作家罗杰·卢夫写下许多关于生命、爱、幸福、美德、灵魂、甚至上帝的深刻话语。本书是生命的实用指南。对孩子来说，它是值得多年珍藏的礼物；对积极生活的人来说，这是一份思想丰富的赠予。

全球销量超17册

# 7个杰出青少年的习惯

The HABITS  
of Highly Effective  
TEENS

——美国杰出少年训练计划

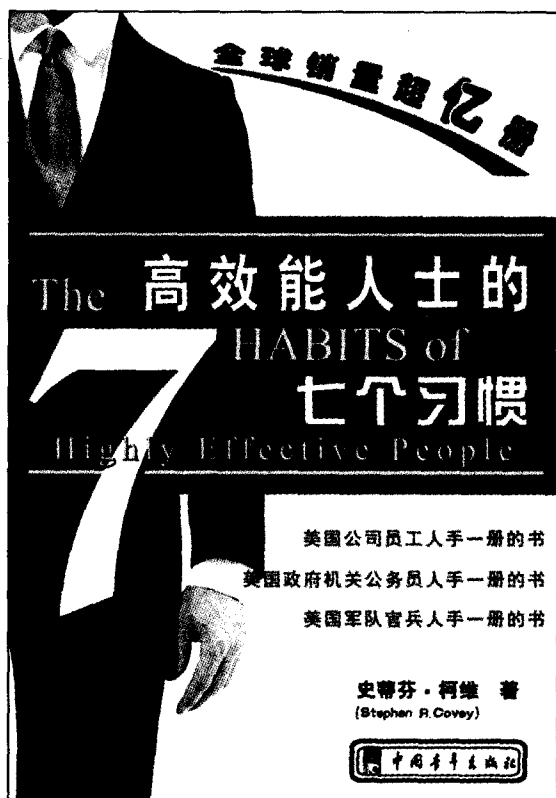
定价:19.90 元

美国的强大是从培养杰出高效青少年开始的。

本书是一个密集的训练计划,在美国青少年中最具影响力,它直接影响着美国青少年的素质。

· 书中充满聪明的点子、伟大的格言和令人惊异的人生经验,对于年轻人来说,这是一本不可或缺的好书;对于青少年的父母、老师以及足以影响青少年的任何一位成年人来说,本书也是必备读物。

· 谈到青少年的适应与成功,在美国本书是最重要的一本著作。



定价:19.00 元

- 这是一本在美国成年人中最具影响力的书
- 美国公司员工人手一册的书
- 美国政府机关公务员人手一册的书
- 美国军队官兵人手一册的书
- 它直接影响着美国人的素质



定价:19.00 元

美国人激发青少年多元智能的方法,这种崭新的“多元智能理论”正改变世界各地老师在教学的方法,为无数父母更完善地开发孩子的智能提供最新最有效的指导。



# 《使所有时间成为价值时间》 读者调查表

尊敬的读者，感谢您阅读本书，请把您的感受表达出来并寄给我们，您将成为中青文读者俱乐部成员之一。

1. 您获得本书的渠道：  
☐新华书店 ☐书亭(摊) ☐普通书店 ☐赠阅 ☐网上书店 ☐其他
2. 您通过何种渠道最早了解到本书：  
☐偶然场合 ☐经人介绍 ☐书店广告 ☐报刊 ☐电视
3. 您的阅读情况：  
☐全部 ☐大部分 ☐少部分 ☐某一章节
4. 您手上的《使所有时间成为价值时间》大致传阅人数为：  
☐1-2人 ☐3-5人 ☐5-10人 ☐10人以上
5. 除本书外，您经常阅读的图书：  
a. \_\_\_\_\_ b. \_\_\_\_\_ c. \_\_\_\_\_ d. \_\_\_\_\_
6. 您对本书的总体印象：  
☐优秀 ☐良好 ☐一般 ☐差
7. 您对本书的整体评价：  
a. 全书内容 ☐很好 ☐较好 ☐一般 ☐较差 ☐很差  
b. 部分章节 ☐很好 ☐较好 ☐一般 ☐较差 ☐很差  
c. 译文水平 ☐很好 ☐较好 ☐一般 ☐较差 ☐很差  
d. 装帧设计 ☐很好 ☐较好 ☐一般 ☐较差 ☐很差  
e. 印刷制作 ☐很好 ☐较好 ☐一般 ☐较差 ☐很差
8. 您对本书的观点是否赞成，为什么？您想对该书的作者、编者和其他读者说点什么？  
\_\_\_\_\_
9. 您以为本书的内容对您的生活、工作有多少直接的帮助？  
\_\_\_\_\_

本社将根据您以下地址寄送俱乐部成员手册。

姓 名 \_\_\_\_\_ 性别 \_\_\_\_\_ 年龄 \_\_\_\_\_ 文化程度 \_\_\_\_\_  
工作单位 \_\_\_\_\_ 邮编 \_\_\_\_\_  
职 务 \_\_\_\_\_ 电话 \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_  
通讯地址 \_\_\_\_\_ 邮编 \_\_\_\_\_

请将本调查表寄至：北京市东城区东四10条王家园10号

中国青年出版社北京中青文书刊发行中心

邮编：100027

E-mail: zqw5566@vip.sina.com

## 中青文读书奖

购买中青文发行的图书任意十二册,集齐十二枚中青文标识,就有机会参加中青文读书奖活动(每半年抽取一次)。

**特等奖:** 3名,国内著名景点五日住宿费用。

**一等奖:** 10名,掌上电脑一部。

**二等奖:** 20名,中青文发行的图书任意三本。

**纪念奖:** 凡集齐标识十二枚者,都可获得中青文最新发行的图书一本。

**联系方法:** 北京东四10条王家园10号中青文书友会  
**邮 编:** 100027

**E-mail:** zqw5566@vip.sina.com

**电 话:** 010-65516873/8035

**传 真:** 010-65516896

本活动的解释权属中青文书友会。



Anytime  
**Quality**  
Time

# 使所有时间 成为价值时间

**200**多种最棒的亲子活动

本书汇集了大量你可以同你的孩子在各种场合——例如汽车、厨房、浴室、卧室、庭院和商场等——一起进行的活动和游戏。也就是说，你可以随时随地寓教于乐，同他们交流感情！这些活动能够帮助你加强同孩子们的关系，同时教给他们一些你认为有用的价值观和如何做人的道理。这些价值观和技巧可能使他们将来的生活受益。

**彭妮·沃纳**著有 30 多种书籍，包括《宝贝聪明起点》、《宝贝玩与学》和《学前童玩与学》等。她曾获得特殊教育学硕士学位，目前在南加利福尼亚州圣拉蒙市的代阿布洛山谷学院教授儿童成长课程。她同丈夫及两个孩子住在该州丹维尔市。

ISBN 7-5006-5296-8



9 787500 652960 >

ISBN 7-5006-5296-8/G·1545

定价：19.90 元