

新版手指谣系列

认物手指谣

霍思宇/文
张辉/绘



随书附赠演示DVD

动动小手，玩出聪明的大脑！



江西高校出版社



新版手指谣系列

全3册



我非常喜欢这套书，它不仅能丰富幼儿园老师课上的活动内容，还能够丰富家庭生活中的游戏内容。家长可以和孩子一起看书，边朗读儿歌边玩手指游戏，享受其乐融融的亲子时光。

朗读儿歌可以培养幼儿的韵律感，激发幼儿对阅读、讲述和文字的兴趣；手指游戏可以活动幼儿的手部肌肉，发展手部精细动作，激发大脑潜能。爸爸妈妈快来吧，和孩子一起玩起来！

幼儿园园长 信林林

 **新浪亲子**
baby.sina.com.cn

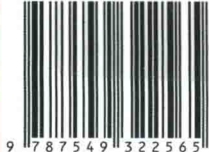
 **腾讯儿童**
KID.QQ.COM

ISBN 978-7-5493-2256-5

定价：19.80元

建议上架：低幼启蒙

ISBN 978-7-5493-2256-5



9 787549 322565 >

新版手指谣系列

认物手指谣

霍思宇/文 张辉/绘



江西高校出版社

图书在版编目(CIP)数据

认物手指谣/霍思宇编文;张辉绘.——南昌:江西高校出版社,
2013.12

(新版手指谣系列)

ISBN 978-7-5493-2256-5

I. ①认… II. ①霍… ②张… III. ①常识课—学前教育—教学参
考资料 IV. ①G613.3

中国版本图书馆CIP数据核字(2013)第311046号

新版手指谣系列·认物手指谣

策划编辑:冯 蕾

责任编辑:石 颖

责任美编:李真真

责任印制:张 明

文 字:霍思宇

绘 画:张 辉

出版发行:江西高校出版社

地 址:南昌市洪都北大道96号(330046)

电 话:(010)64461648

经 销:全国新华书店

印 刷:北京市雅迪彩色印刷有限公司

开 本:889mm×1194mm 1/20

印 张:3

版 次:2014年2月第1版

印 次:2014年2月第1次印刷

书 号:ISBN 978-7-5493-2256-5

定 价:19.80元

新版手指谣系列

认物手指谣

霍思宇/文 张辉/绘



江西高校出版社



给爸爸妈妈的话

手指谣是一种将儿歌、游戏相结合的语言活动，它深受小朋友的喜爱，同时也是幼儿园的经典游戏。这是因为手指谣对于2~6岁的幼儿来说有很多好处：手指的活动是大脑的体操，幼儿在活动手的同时锻炼了大脑，对语言、视觉、听觉、触觉等发展都有促进作用。

为此，我们邀请优秀的早教专家和插画师精心编创了这套书，以2~6岁幼儿为对象，根据他们在不同时期的不同发育特点，挑选了生动、童趣、活泼的儿歌，并设计了相关的手指游戏，希望每个孩子能在念、玩、笑的小游戏中增进双手的灵活与协调，训练大脑机能，有效地提高学习能力和智力发展水平。

本套书共分3册：

♥ 《**认物手指谣**》取材于幼儿日常生活中经常接触的事物，将其编成26首儿歌，让孩子在念儿歌、做手指游戏的过程中认物、认事。

♥ 《**益智手指谣**》选取25首益智儿歌，孩子可以通过手指谣更简单地学习和练习语言、数学、英语、动作等。

♥ 《**亲子手指谣**》选取26首可以亲子二人互动的手指游戏，让孩子在和家长愉快的亲子互动中锻炼手部、脑部发展，并培养亲密的亲子关系。



念儿歌，玩手指游戏，

您将和孩子念出快乐，玩出智慧！

快快开始吧！





熟悉儿歌，大声读一读！

在书中，我们将富有音乐节奏感的儿歌与生动活泼的图画结合，您可以与孩子一起边看书中稚趣可爱的图画，一边念诵儿歌。

随着儿歌，一起动一动！

书中有详细的动作图解及说明，同时我们还邀请了专业早教老师进行动作演示，您可以和孩子一起观看DVD光盘，让孩子边说儿歌边做动作，促进手脑协调。

从手指谣中学习知识。

《认物手指谣》带有一定的认知性；《益智手指谣》可以教会孩子在游戏中学习知识，有一定的益智性。您可以和孩子在游戏之余，给孩子仔细讲解儿歌内容，让孩子从儿歌中认知、益智，获得多方面发展。

读亲子提示，了解孩子发展特点和需求。

书中每首儿歌都配有贴心的亲子提示，由早教专家解说不同的手指谣会促进幼儿哪些领域的发展。让您了解、掌握每首儿歌对孩子身心发展的帮助。

灵活探索，做更有趣的活动。

书中的部分手指谣孩子可以换手做，也可以和您互换角色做，体验不同的感受；您还可以引导孩子改编儿歌、改编动作，启发孩子的创造潜能。

最后，要提醒您的是，只要孩子的发展状况允许，可以做书中不同年龄段的不同游戏，或者按照孩子的发展状况，灵活改动游戏。祝您和宝宝玩得愉快！

作者简介

霍思宇，学前教育专业研究生、国际认证PAT育婴导师，从事0~6岁学前教育指导工作十余年。具有蒙台梭利指导教师、奥尔夫音乐指导教师、亲子教师资格。具有中科院心理所“0~6岁婴幼儿发育测评与指导师”资格。曾任职于北京大学医学部福康人生儿童教育研究中心，任教学服务部主管；曾就职于东方爱婴咨询有限公司，任北京区域经理、研发部经理工作。现担任北京金色童年娃娃馆运营总监。

目 录

基本手部动作	6
小手了不起	8
含羞草	10
小鸡	12
小袋鼠	14
蜗牛	16
肉包子	18
小饭盒	20
冰糖葫芦	22
碰碰玩	24
小孔雀	26
瀑布	28
大象	30



小木桶	32
牵牛花	34
螃蟹	36
小乌龟	38
小狐狸	40
包饺子	42
拇指食指变变	44
瓜	46
谁来啦	48
点点窝窝	50
海底世界	52
蚕宝宝	54
五只小花猪	56
做蛋糕	58



基本手部动作



拍手

五指并拢手指伸平，双手掌心相对，对拍。



交叉拍手

五指并拢手指伸平，双手掌心交叉相对，拍手。



双手合拢

双手掌心相对，五指对齐，叠放在一起。



开花

双手手腕相对，五指向上自然弯曲，放在下巴下。



捧水

双手掌心向上，五指并拢，自然弯曲，双手小拇指挨在一起。



跳手

双手手指自然弯曲，像握住一个鸡蛋一样。指尖向下后快速向上弹起。



走指1

单手伸出食指和中指，在另一只手臂上交替爬走。



走指2

单手五指分开，指关节弯曲，手指在另一只手背上爬走。



手掌走指

左手伸平指尖向上。右手在左手手掌上由下向上走指。



手掌爬指

双手手腕相对，五指重复伸直、弯曲，手指背相碰，交替向上伸。



捏指1

大拇指和食指（或其他手指）对捏一下。



捏指2

大拇指与食指、中指、无名指、小拇指同时对捏一下。



抓手1

双手指尖对碰，向两侧移动同时大拇指与其他四指对捏。



抓手2

双手掌心向上，五指并拢自然弯曲，再还原。



鸭子嘴1

双手五指并拢，左手在下右手在上在手腕处叠放，上下做张合动作。



鸭子嘴2

双手手指伸平，大拇指与其他四个手指对捏。



小鸡手1

双手握拳，伸出食指和拇指对碰在一起。



小鸡手2

双手扣手，伸出食指和拇指对碰在一起。



扣手

双手掌心相对挨在一起，五指交叉弯曲。



右上扣手

双手手掌方向相反，右手在上，左手在下，双手指尖弯曲扣在一起。



左上扣手

双手手掌方向相反，左手在上，右手在下，双手指尖弯曲扣在一起。



剪刀手

伸出食指和中指，手指反复合拢、分开。



绕线

双手握拳一前一后放在胸前，一手不动另一手连续向外面转圈。



孔雀指

拇指食指指肚对捏，其他三指伸直分开。



两手交叉

双手五指分开伸直，手心向下指尖向上，手指交叉。



轮指

双手五指分开伸直，从小指开始快速收回五指至握拳。



勾指

左手一个手指弯曲勾住右手一个手指。



反勾手

双手手背相对，除拇指外的手指依次勾在一起。



弹指1

双手拇指依次和其余四指相碰再弹开。



弹指2

手握空拳，大拇指与其他四指同时伸开。



抖指

五个手指随意晃动，或者手腕晃动手指随着抖动。



内扇风

双手手掌伸平，掌心向内，做扇风动作。



下扇风

双手手掌伸平，掌心向下，做扇风动作。



交叉转手

双手五指并拢，虎口张开。大拇指相对，双手交替上下转动手腕。



搓拳

双手握拳，掌心相对，左右手交替前后搓。



搓掌

双手五指并拢，掌心相对，左右手交替前后搓手心。



小挽花

双手手腕相对，掌心向上，五指弯曲。双手同时逆时针旋转。



向内挽花

双手手腕相对，掌心向上，五指弯曲。双手同时向内旋转。





小手了不起

两只小手了不起，
做出许多好东西。
手心手背了不起，
一起工作和休息。





1

两只小手了不起，

(双手五指分开伸平，左右摇摆一次，再拍手两次。)



2

做出许多好东西。

(双手向内挽花2次。)



3-1



3-2



3-3



3-4

手心手背了不起，

(双手五指伸平掌心向上再向下，先拍手掌再拍手背。)



4-1



4-2

一起工作和休息。

(从大拇指到小拇指，双手指尖对碰。双手斜着握在一起。)

亲子提示：此游戏适合2岁以上的宝宝，可帮助宝宝认识自己的两只小手，并分清手心和手背。游戏的难点是动作2和3，此游戏可锻炼宝宝的腕关节，并能提高双手的协调性，促进宝宝大脑协调控制能力的发展。



含羞草

一棵含羞草，
真呀真胆小。
轻轻碰一碰，
它就弯下腰。



1

一棵含羞草，

(左手握拳，伸出小拇指。)



2

真呀真胆小。

(左手保持动作1，小拇指连续弯曲两次，伸直。)



3

轻轻碰一碰，

(左手保持动作1，右手用食指轻轻点左手小拇指指尖两次。)



4

它就弯下腰。

(左手保持动作1，小拇指慢慢弯曲，变成握拳。)

亲子提示：此游戏适合2岁以上的宝宝，帮助宝宝认知含羞草的特点。游戏的难点是动作2和4。此游戏可锻炼宝宝的手指分化能力，并促进宝宝大脑协调控制能力的发展。宝宝还可以换另一只手做。



小 鸡

小小蛋壳把门开，
一只小鸡露脑袋。
毛茸茸，胖乎乎，
叽叽叽叽钻出来。





小小蛋壳把门开，

(双手合掌手腕相对，双手渐渐分开，手腕不动，五指弯曲指尖相对，使双手呈圆形。)



一只小鸡露脑袋。

(双手握拳，两个大拇指相对。其他四指依次轮流打开。)



毛茸茸，胖乎乎，

(左手握拳，右手在左拳上由内向外抚摸一圈。右手握拳，左手在右拳上由内向外抚摸一圈。)



叽叽叽叽钻出来。

(双手握拳，伸出拇指食指对碰。向前摇动手腕两次，向上举起。)

亲子提示：此游戏适合3岁以上的宝宝，可让宝宝了解小鸡的出生过程。游戏的难点是动作2，此游戏可锻炼宝宝五指的灵活性和配合能力，促进宝宝左右脑协调控制能力的发展。