

银川市第三幼儿园园本教材



幼儿园手指游戏集锦

促进 3~6 岁儿童身心健康发展的 100 个游戏

牛学玲 主编



教育部组织编写
人民教育出版社

责任编辑：吕棟 郝璐军

封面设计：晨皓



幼儿园手指游戏集锦

促进 3~6 岁儿童身心健康发展的 100 个游戏

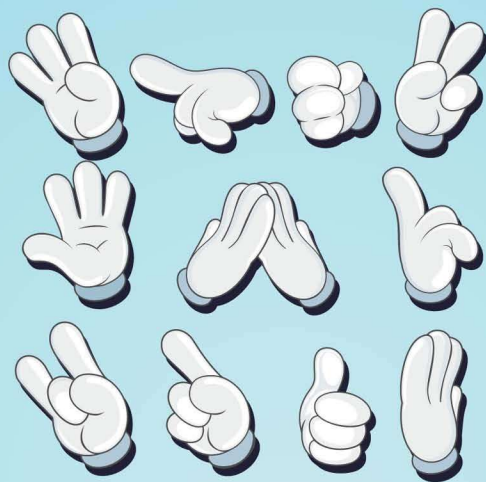
ISBN 978-7-227-05480-1



9 787227 054801 >

定价：RMB 28.00元

银川市第三幼儿园园本教材



幼儿园手指游戏集锦

促进 3~6 岁儿童身心健康发展的 100 个游戏

牛学玲 主编



黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园手指游戏集锦: 促进 3~6 岁儿童身心健康发展的 100 个
游戏 / 牛学玲主编. — 银川: 宁夏人民出版社, 2013.8

ISBN 978-7-227-05480-1

I. ①幼… II. ①牛… III. ①游戏课—学前教育—教学参考
资料 IV. ①G613.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 211658 号

幼儿园手指游戏集锦

——促进 3~6 岁儿童身心健康发展的 100 个游戏

牛学玲 主编

责任编辑 吕 隼 郝璐军

封面设计 晨 皓

责任印制 杨海军

黄河出版传媒集团
宁夏人民出版社 出版发行

地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦(750001)

网 址 <http://www.yrpubm.com>

网上书店 <http://www.hh-book.com>

电子信箱 renminshe@yrpubm.com

邮购电话 0951-5044614

经 销 全国新华书店

印刷装订 宁夏精捷彩色印务有限公司

印刷委托书号 (宁)0013953

开 本 880mm×1230mm 1/24

印 张 5.5

字 数 100 千

印 数 3000 册

版 次 2013 年 10 月第 1 版

印 次 2013 年 10 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-227-05480-1/G·812

定价 28.00 元

版权所有 侵权必究

幼儿园手指游戏集锦

——促进3~6岁儿童身心健康发展的100个游戏

编委会

主 编 牛学玲

副主编 白玉莲 郭玉兰 许春华 孙丽娟 裴红燕

编 者 (以姓氏笔画为序)

马莉峰 马晶晶 王 辉 王亚俐 王佳丽

王佳琳 尹桂芳 任 彬 孙海红 杨红梅

杨静忠 李 岚 李 岩 李 莉 李 媛

李小燕 李晓蕾 肖 佳 何 峰 张 楠

张 毅 张红梅 张丽英 张鸭鸭 张润先

张淑芳 周莉东 官铄雨 居俊娥 胡 静

赵 虹 赵 静 顾晶晶 顾新华 徐 华

高 敏 蒋燕飞 雷文慧

摄 影 文 俊

兒童的智慧
在手指尖上

蘇霍姆林斯基語

癸巳秋月王祝剛書



遊戲是兒童最
正當的行為

魯迅先生
癸巳中秋林
冠明書



创新思维
启迪智慧

马家平

2013.9.16

舞动手指编为孩子美好梦想。

刘丽杰 2013.9

把爱献出来

——银川三幼园丁之歌

文 新 词
邓 宁 东 曲

1=C $\frac{6}{8}$

5 5 6 5 3 | 5. 5. | 1 1 2 1 6 | 1. 1. |
 热情的双 手 温和的笑 脸
 爸爸的叮 哼 妈妈的挂 牵

5 5 6 1 5 | 6 5 4. | 1. 5 5 6 5 2 | 3. 3. :||
 普通的问 候
 祖国的嘱 托 美好的祝 愿

12. 5 5 6 5 23 | 1. 1. ||: 1 1 4 6 | 6. 6. |
 老师的心 愿 精 心 呵 护
 幸 福 花 儿

7 6 5 6 | 3. 3. | 6 6 5 6 | 4. 5 4 3 2. |
 阳光陪 伴 处 处 都 是 爱 的语 言
 开 满 心 田 祝 愿 宝 宝 健 康 平 安

1. 5 6 5 45 | 3. 3. :|| 2. 5 6 7 5 | 1. 1 3 |
 爱 的语 言 健 康 平 安 噢

1 7 1 6 3 | 1. 7 1 6. | 4 5 6 6. | 5. 2 4 3 3 |
 草 也 深 情 花 也 娇 艳 爱 在 身 边 好 梦 甜 甜 噢

1 7 1 6 3 | 1. 7 1 6. | 4 4 2 6. | 7 6 5 3 |
 草 也 深 情 花 也 娇 艳 你 我 把 爱 献 出 来 噢

1 7 1 6 3 | 2 1 7 6. | 4 2 4 56 | 6. 6. |
 草 也 深 情 花 也 娇 艳 快 乐 三 幼

7 6 5 2 | 1. 1. | 1 0 0 0 0 0 ||
 大 家 园

银川三幼宝宝歌

文 新 词
邓宁东 曲

1=C $\frac{2}{4}$

$\underline{5} \underline{5} \underline{6} \quad \underline{5} \underline{4} \quad | \quad \underline{3} \underline{4} \quad 5 \quad | \quad \underline{3} \underline{1} \quad \underline{2} \quad \underline{3} \quad | \quad 2 \quad - \quad | \quad \underline{5} \underline{5} \underline{6} \quad \underline{5} \underline{4} \quad | \quad \underline{3} \underline{4} \quad 5 \quad | \quad \underline{3} \underline{1} \quad \underline{2} \quad \underline{3} \quad | \quad 1 \quad - \quad |$
啦…… 啦…… 啦…… 啦……

$\underline{\dot{1}} \underline{\dot{5}} \underline{\dot{3}} \underline{\dot{6}} \quad | \quad 5 \quad - \quad | \quad \underline{4} \underline{5} \quad \underline{4} \underline{3} \quad | \quad 2 \quad - \quad | \quad \underline{2} \underline{2} \quad \underline{2} \underline{\dot{6}} \quad | \quad \underline{2} \underline{3} \quad 4 \quad | \quad \underline{5} \underline{5} \quad \underline{4} \underline{2} \quad | \quad 3 \quad - \quad |$
早晨空气 好 宝宝来做 操 一二三呀 三四五 看谁做得 好

$\underline{\dot{1}} \underline{\dot{5}} \underline{\dot{3}} \underline{\dot{6}} \quad | \quad 5 \quad - \quad | \quad \underline{4} \underline{5} \quad \underline{4} \underline{3} \quad | \quad 2 \quad - \quad | \quad 2 \quad 3 \quad | \quad \underline{4} \underline{6} \quad 5 \quad | \quad \underline{\dot{3}} \underline{\dot{5}} \quad \underline{\dot{6}} \underline{\dot{2}} \quad | \quad 1 \quad - \quad |$
快乐做游 戏 大家跳舞 蹈 老 师 像妈妈 细心又周 到

$\underline{X} \underline{X} \quad X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad X \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad \underline{X} \underline{X} \quad | \quad \underline{X} \underline{X} \quad X \quad |$
爱锻炼 爱微笑 我是阳光 好宝宝 身体好 学习好 我是三幼 好宝宝

$5. \quad \underline{5} \quad | \quad 4 \quad \underline{\underline{3. \quad 3}} \quad | \quad 2 \quad 3 \quad | \quad 1 \quad - \quad ||$
我 是 三 幼 的 好 宝 宝

前 言

我国第一部《幼儿教育词典》对手指游戏的定义是：一种配合儿歌或歌曲节奏进行的手指表演游戏。活动不受人数限制，不需要玩具，简便易行。手指游戏不仅有助于训练手指机能，促进大脑发育和智力发展，而且能结合游戏进行语言、常识、计算、音乐、道德教育。

在幼儿园的集体生活中，经常会出现一些短暂的衔接时段，如餐前、饭后、课间、休息时间、离园前等，需要教师和小朋友进行有效利用。为避免幼儿消极等待，可以由教师引导或由幼儿自发组织起来玩手指游戏。孩子们手做动作、口念儿歌、眼做协调，全身的能动系统被充分调动起来，注意力、记忆力、整体统合能力、节奏感和韵律感同时得到了训练。

在家中，茶余饭后，工作之余，家长有很多和孩子一起游戏的机会。由于不需要特别准备游戏材料，不受时间和空间的限制，手指游戏可以成为家庭亲子游戏的首选。和孩子一起玩的过程中不但能够有效拉近亲子间的距离，更有利于营造出温馨愉悦、平等和谐的家庭氛围。

《幼儿园管理条例》第十六条明确指出：“幼儿园应当以游戏为基本活动形式。”

在贯彻落实《幼儿园教育指导纲要（试行）》精神的过程中，银川市第三幼儿园在宁夏回族自治区教育厅教研室的引领下，开展了“把游戏还给孩子”的行动研究，进行了游戏专题的教学研究。在进行专题研究和实践的过程中，全园教

师结合开展手指游戏活动的实践经验，整理了100个有助于促进3~6岁儿童身心健康发展的手指游戏，目的在于为广大幼教工作者和家长提供一个能够拿来就用、参照进行游戏的工具手册。在编排整理的过程中，我们对每个游戏所适宜的幼儿年龄阶段、适宜的人数、游戏的目标进行了简要的说明，以方便读者有计划、有目的地选用。对于游戏的儿歌与玩法部分，本书只做了最基本、最简单的叙述和说明。如果读者在用、玩的过程中，熟练掌握了每个游戏的基本玩法之后，可以引导孩子一起对游戏语言及游戏动作进行创新与延伸，那也是令我们欣喜和期待的结果。为了使读者能够更加直观、快捷地理解手指游戏的玩法，我们还为书中手指游戏配上了适当的的游戏动作照片，对游戏中有明显特征的动作给予了图片提示，目的是给大家提供具体的动手操作的便利。

著名哲学家康德曾说“手是身体的大脑”，著名教育家苏霍姆林斯基也曾说过“儿童智慧在他的手指尖上”，对于婴幼儿来说，手指的活动就是大脑的体操。来吧，从这本书中选取几个适合您班上或者您家孩子年龄特点与发展需要的手指游戏，在恰当的时机和孩子一起玩玩，让我们的手心、手背、手指、手腕、指尖、指腹、手指关节等都灵活地舞动起来，相信在我们摆弄双手、念诵儿歌，做拍、伸、转、抖、摇、捶、钻、捏、握、勾、压、碰、切、剪等动作的过程中一定能够收获许多惊喜和快乐，在潜移默化中让我们的孩子得到多方面的促进和发展，为幼儿的终身发展打下坚实的基础。

编者

2013年5月

目 录

爸爸瞧妈妈看·····	牛学玲/1	合拢放开·····	蒋燕飞/17
五门开开全进来·····	郭玉兰/2	手指捣米·····	马晶晶/18
量词歌·····	何 峰/3	一家人·····	王佳丽/19
小蜜蜂·····	裴红燕/4	小手在哪里? ·····	居俊娥/20
手指亲亲·····	李 岚/5	五个宝宝一家人·····	王亚俐/21
宝贝手指谣·····	白玉莲/6	手指碰碰·····	马莉峰/22
小手拍一拍·····	李 岚/7	大家都睡了·····	雷文慧/23
找嘴巴·····	李 莉/8	你我来做好朋友·····	张 毅/24
手指唱大戏·····	赵 虹/9	番茄圆又大·····	顾新华/25
指鼻子·····	张淑芳/10	大拇指·····	肖 佳/26
小青蛙·····	李小燕/11	我是一个大苹果·····	顾晶晶/27
可爱的小动物·····	王 辉/12	小动物做游戏·····	赵 静/28
山上有个木头人·····	张丽英/13	好朋友·····	徐 华/29
毛毛雨·····	周莉东/14	找黄豆·····	官铎雨/30
手指做饭·····	张鸭鸭/15	手指打鼓·····	杨静忠/31
猫咪洗澡·····	王佳琳/16	十指谣·····	张润先/32

目 录

大鱼来·····	李晓蕾/34
小乌龟·····	胡 静/35
能干的小手指·····	杨红梅/36
手指歌·····	张 楠/37
我的一家人·····	高 敏/38
小熊做蛋糕·····	李 岩/39
苍蝇蚊子飞走了·····	李 媛/40
小猪爬山坡·····	孙海红/41
拍手操·····	牛学玲/42
织毛衣·····	白玉莲/43
风儿也想有个家·····	郭玉兰/44
包饺子·····	许春华/45
小熊·····	何 峰/46
小不点儿睡了·····	孙丽娟/47
我有一双小小手·····	李 莉/48
咕噜咕噜·····	张淑芳/49
大门开开·····	张丽英/50
鸭子·····	尹桂芳/51
信的旅行·····	李 岚/52
大萝卜头·····	任 彬/53

叠罗汉·····	李小燕/54
点豆花·····	白玉莲/55
大瀑布·····	王 辉/56
小手拍拍·····	周莉东/57
叮叮叮·····	张鸭鸭/58
乒板儿·····	蒋燕飞/59
白雪公主·····	马晶晶/60
大木桶·····	王佳玲/61
手指谣·····	马莉峰/62
黄老先生有块地·····	王亚俐/63
雪花·····	雷文慧/64
数鸭子·····	顾新华/66
三条鱼·····	张 毅/68
五根手指头·····	肖 佳/69
手指兄弟·····	顾晶晶/70
手指眼镜·····	徐 华/71
手指上课·····	赵 静/72
五只小虫·····	官铄雨/74
花园里百花开·····	杨静忠/75
石头剪刀布做什么? ·····	李晓蕾/76

目 录

大家一起吃·····	张润先/78
小桌子来画画·····	胡 静/79
扭扭操·····	杨红梅/80
土豆真好玩·····	裴红燕/81
小鸡吃米·····	张 楠/82
手指变变变·····	高 敏/83
手拉手·····	李 岩/84
两人拍手操·····	李 媛/85
手指大阅兵·····	孙海红/86
灵活的小手·····	赵 虹/87
五个娃娃来跳舞·····	王佳丽/88
金苹果，银苹果·····	居俊娥/89
五个小朋友·····	张淑芳/90
泥锅泥碗·····	张 毅/92

敲小鼓·····	牛学玲/93
噼噼啪啪·····	尹桂芳/94
悄悄话·····	白玉莲/96
吹泡泡·····	张淑芳/97
拍手歌·····	郭玉兰/98
学只小鸡叽叽叽·····	孙丽娟/100
小兔子盖新房·····	许春华/102
五指歌·····	孙丽娟/103
小动物爱清洁·····	李 岩/104
猴子荡秋千·····	赵 虹/106
手指宝宝来游戏·····	蒋燕飞/108
五只小鸭·····	马莉峰/110
会变的小手·····	张润先/112
猴子吃香蕉·····	赵 虹/114



爸爸瞧瞧妈妈看

整理者◎ 牛学玲

适宜年龄

3 ~ 4 岁

适宜人数

一人、多人或小组

游戏目标

在愉悦的游戏氛围中增进师生、亲子、伙伴间的感情

游戏准备

双手藏于身后，抬头挺胸，目视前方

儿歌与玩法

爸爸瞧瞧（左手从背后伸出，张开手指摆动），
妈妈看看（右手从背后伸出，张开手指摆动），
宝宝的小手真好看（双手一齐摇动）。
爸爸瞧瞧（闭合左手，藏到身后），
妈妈看看（闭合右手，藏到身后），
宝宝的小手不见了（双手都放在背后，摆动头部和身体）。
爸爸妈妈快来看（双手都放在背后，摆动头部和身体），
宝宝的小手又出现（双手从背后再拿出来，露出高兴的表情）！

