

东方沃野

蹦蹦跳跳



运动书

适合1~6岁



随书赠送
DVD

身体运动谣

霍思宇/文 吴迪/绘

1 有个小朋友，出门走一走



2 碰见大石头



跟爸爸妈妈
一起做吧!

3 摔个大跟头



江西高校出版社

身体运动谣

帮助时间开始
让我们一起念儿
歌，玩游戏，蹦蹦
跳跳动起来



◇ 江西高校出版社



蹦蹦跳跳 运动书

身体运动谣

策划编辑：甄 珍 石 颖

责任编辑：涂宜将

装帧设计：郭素卿

文 字：霍思宇

绘 画：麦麦饼

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：北京蓝图印刷有限公司

开 本：889mm×1194mm 1/20

印 张：3

版 次：2012年2月第1版

印 次：2012年2月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5493-0411-0

定 价：18.60元

赣版权登字-07-2011-254 版权所有 侵权必究

目录



6 拇指拇指在哪里

8 小鸡和小鸭

10 小手爬呀爬



12 小蝴蝶

14 我会做

16 合拢放开

18 小猫和小狗

20 春天到



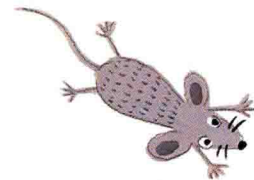
22 看我摸

24 秋风吹

26 我的身体

28 摸草地够天空





- 30 数星星
- 32 我本领多大
- 34 小动物走路
- 36 握紧拳头
- 38 我是小兵



- 40 做早操
- 42 飞呀飞
- 44 能干的小手
- 46 来来来
- 48 头发肩膀膝盖脚



- 50 小手变变变
- 52 分清左右
- 54 高高兴兴跳起来
- 56 摔跟头
- 58 小青蛙回家



身体运动谣

帮助时间开始
宝宝们一起念儿
歌，玩游戏，蹦蹦
跳跳动起来。



江西高校出版社



读儿歌、玩游戏，是亲子间最自然的互动方式。爸爸妈妈在其乐融融的亲子游戏中，可以真正参与进孩子成长的过程，注意到孩子点滴的进步，从孩子的回应中感受到无限的惊喜，而这些亲子互动的美好时光，终将成为彼此间最珍贵甜美的记忆。

怀着这样的美好愿望，我们邀请了东方爱婴的早教专家霍思宇编写了这套《蹦蹦跳跳运动书》（包括《动物模仿谣》《身体运动谣》《亲子游戏谣》）。丛书汇集了众多朗朗上口的儿歌，并辅以趣味十足的肢体游戏，让孩子在唱唱跳跳中健康快乐地成长，在有趣的游戏中自然而然地接受教育。书中图文并茂的动作插图和光盘中早教老师的全程示范，更增强了这套书的指导价值和实用性。此外，丛书中每首儿歌还配有专家建议和分龄提示，从而帮助父母依据自己孩子的实际发展状况，从中挑选最合适的儿歌进行身体游戏互动。

每个父母都希望孩子在充满爱的环境中健康成长。相信这套《蹦蹦跳跳运动书》，可以帮助父母充分体验亲子共读的乐趣，在与孩子游戏互动的过程中，和孩子建立深厚的情谊，见证孩子的每一步成长，并从中受益更多：

◆促进感觉统合及动作发展

趣味十足的肢体动作，可以调动孩子的全身运动，让孩子边念儿歌边享受肢体游戏的乐趣，从而提高孩子的模仿与认知能力，促进孩子的感统协调及动作发展，刺激孩子大脑的飞速发展。

◆刺激想象力与语言发展

富有节奏和韵律美的儿歌，在肢体动作的演绎中变得更加活泼生动，仿佛一场有趣的角色扮演游戏，也刺激了孩子想象力与早期语言能力的发展。





◆增进亲子关系，共享美好时光

您在书中既可以找到让孩子一个人玩的游戏，也可以找到全家人一起参与的游戏。通过这些简明实用、风格多样的小游戏，父母可以与孩子一起念一念、动一动，掌握亲子共玩的技巧，享受美好的亲子时光。还可以考验孩子的反应能力，培养孩子的团队合作意识。

亲子共读共玩建议

《蹦蹦跳跳运动书》共分三册：《亲子游戏谣》《动物模仿谣》《身体运动谣》，每册包含一张DVD光盘。您可以依照孩子的兴趣来决定如何使用与阅读，或是参考以下的阅读建议：

1. 熟悉儿歌，大声读一读！

您可以与孩子一起观赏书中淘气可爱的小娃娃图画，共读简短、押韵又充满童趣的儿歌，让孩子熟悉儿歌的内容，感受其中的韵律与童趣。

2. 随着儿歌，一起动一动！

您可以随孩子一起观看DVD演示光盘。《动物模仿谣》及《身体运动谣》的光盘中有早教老师的全程动作演示，《亲子游戏谣》光盘中则有两组快乐家庭的游戏表演。如果需要确认动作步骤的细节，还可以参考书中简单易学的分解动作图解及详细具体的动作说明。

3. 读专家建议，了解孩子发展需求，把握孩子的发展步调。

为了让父母更加了解孩子各个阶段不同的发展需求，书中每首儿歌均配有贴心的帮助建议，由早教专家解说不同动作会促进幼儿哪些领域的发展。帮助父母根据孩子的发展需求选择适合的儿歌游戏。

文字作者霍思宇简介

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。任职于北京市东方爱婴咨询有限公司，任北京区域经理、研发部经理。



目录



6 拇指拇指在哪里

8 小鸡和小鸭

10 小手爬呀爬



12 小蝴蝶

14 我会做

16 合拢放开

18 小猫和小狗

20 春天到



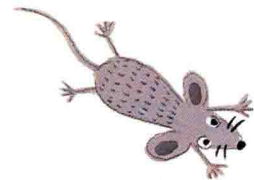
22 看我摸

24 秋风吹

26 我的身体

28 摸草地够天空





- 30** 数星星
- 32** 我本领多大
- 34** 小动物走路
- 36** 握紧拳头
- 38** 我是小兵



- 40** 做早操
- 42** 飞呀飞
- 44** 能干的小手
- 46** 来来来
- 48** 头发肩膀膝盖脚



- 50** 小手变变变
- 52** 分清左右
- 54** 高高兴兴跳起来
- 56** 摔跟头
- 58** 小青蛙回家





拇指拇指在哪里

大拇指，大拇指，你在哪里？
在这里，在这里，我在这里。



1 大拇指，大拇指



双手握拳，拳心相对，伸出大拇指，左右摇动手腕。

2 你在哪里



手部姿势不变，双手藏到背后，左右摇动身体。

3 在这里，在这里



手部姿势不变，伸出左手，手心朝内。伸出右手，手心朝内。

4 我在这里



两个大拇指同时做屈伸动作。



专家建议：

此游戏适合1岁以上宝宝，可以让宝宝学习手指名称并且提高宝宝的手指灵活性。家长可以根据宝宝的手部发展，变换伸出的手指，如食指、小拇指等，并要给予宝宝适当的帮助。



小鸡和小鸭

小鸡和小鸭，一起过家家，
小鸡叽叽叽，小鸭嘎嘎嘎。



1 小鸡和小鸭，一起过家家



双手放在胸前握拳，伸出拇指和食指碰在一起，拳心相对。上下转动手腕（模仿小鸡嘴巴）。



双手一上一下伸平叠放在胸前，上面手的手心反复拍打下面手的手背（模仿小鸭子嘴巴）。

2 小鸡叽叽叽



双手放在胸前握拳，伸出拇指和食指碰在一起，拳心相对。上下转动手腕（模仿小鸡嘴巴）。

3 小鸭嘎嘎嘎



双手一上一下伸平叠放在胸前，上面手的手心反复拍打下面手的手背（模仿小鸭嘴巴）。



专家建议：

此游戏适合1岁以上宝宝，可以促进宝宝的语言能力，发展宝宝手部小肌肉的灵活性，提高反应能力。家长可以适当帮助宝宝。



小手爬呀爬

爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到头顶上。
爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到肚子上。
爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到小脚上。
爬呀爬呀爬呀爬，一爬爬到屁股上。



1 爬呀爬呀爬呀爬，
一爬爬到头顶上

两只小手分别放在肚子两侧，手心朝内，所有手指抖动并沿着身体两侧爬到头顶上。



2 爬呀爬呀爬呀爬，
一爬爬到肚子上

两只小手放在头上，手心朝内，所有手指抖动并沿着身体两侧爬到肚子上。



3 爬呀爬呀爬呀爬，
一爬爬到小脚上



两只小手放在肚子上，手心朝内，所有手指抖动并沿着两条腿爬到小脚上。



4 爬呀爬呀爬呀爬，
一爬爬到屁股上

两只小手放在小脚上，手心朝内，所有手指抖动并沿着两条腿爬到屁股上。

专家建议：

此游戏适合**1岁以上**宝宝，可以促进宝宝的语言能力，发展宝宝手部小肌肉的灵活性，提高反应能力。家长可以适当帮助宝宝。



小蝴蝶

小蝴蝶，穿花衣，青草地上做游戏，
飞到东，飞到西，一飞飞进花丛里。

