

shou zhi yao

手指谣



真果果主编

动作歌



中国人口出版社
China Population Publishing House
全国百佳出版单位

手指谣

真果果主编



中国人口出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

手指谣 / 真果果主编. — 北京 : 中国人口出版社,
2012.6

(动作游戏)

ISBN 978-7-5101-1241-6

I. ①手… II. ①真… 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 (2012) 第088158号



手指谣
真果果 主编

出版发行 中国人口出版社
印 刷 北京卡乐富印刷有限公司
开 本 889毫米×1194毫米 1/20
印 张 8
版 次 2012年6月第1版
印 次 2012年6月第1次印刷
书 号 ISBN 978-7-5101-1241-6
定 价 50.00元 (全5册)

社 长 陶庆军
网 址 www.rkcbs.net
电子信箱 rkcbs@126.com
电 话 (010) 83534662
传 真 (010) 83519401
地 址 北京市西城区广安门南街80号中加大厦
邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



十个手指头



一个手指点点点。

① 伸出食指做点的动作。



两个手指敲敲敲。

② 食指和中指反过来，用指关节敲，像敲门一样。



三个手指捏捏捏。

③ 拇指、食指和中指捏在一起。



四个手指挠挠挠。

④ 除去大拇指以外的四个手指做挠的动作。



五个手指拍拍拍。

⑤ 一只手做拍球的动作。



十个手指爬爬爬。

⑥ 两只手做爬的动作。

数数歌



一小棍，敲敲敲。

① 食指做敲打状。



二剪刀，剪剪剪。

② 食指和中指做剪刀状。



三叉子，叉叉叉。

③ 食指、中指和无名指做叉子状。



四板凳，啪啪啪。

④ 拇指弯曲，四指并拢，轻打。



五手指，抓抓抓。

⑤ 五指分开，做抓的动作。



六电话，喂喂喂。

⑥ 拇指和小指伸开做打电话状。



七镊子，夹夹夹。

⑦ 拇指、食指、中指捏一起。



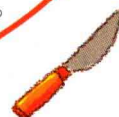
八手枪，啪啪啪。

⑧ 拇指，食指做手枪射击状。



九钩子，钩钩钩。

⑨ 食指弯曲做钩状。



十小刀，切切切。

⑩ 双手食指搭在一起做切菜状。

眼睛鼻子嘴



小手拍拍拍，



① 拍手。

手指伸出来。



② 伸出食指。

眼睛在哪里？



③ 食指做出勾的动作。

眼睛在这里。



④ 指眼睛。

鼻子在哪里？



⑤ 食指做出勾的动作。

鼻子在这里。



⑥ 指鼻子。

嘴巴在哪里？



⑦ 食指做出勾的动作。

嘴巴在这里。



⑧ 指嘴巴。

对了，对了，都对了。



⑨ 拍手。

石头剪刀布



左手石头，右手石头，胖嘟嘟，胖嘟嘟。



① 左手握拳，右手握拳，两个拳头贴紧两边的小脸蛋。

左手剪刀，右手剪刀，小白兔，小白兔。



② 左手剪刀状，右手剪刀状，两手举到头上，做小白兔状。

左手布，右手布，小螃蟹，小螃蟹。



③ 左手张开，右手张开，两手大拇指靠一起，另外的四个指头稍稍弯曲一下。

左手石头，右手剪刀，小蜗牛，小蜗牛。



④ 左手石头状，右手剪刀状，石头放在剪刀上面，做小蜗牛状。

睡觉啦

小宝宝，睡觉啦。
呼呼呼，睡着了。
睡醒了，笑一笑。



老大睡了，



① 手心向上，拇指弯曲。

老二睡了，



② 食指弯曲。

老三睡了，



③ 中指弯曲。

老四睡了，



④ 无名指弯曲。

老五睡了，



⑤ 小拇指弯曲。

大家都睡了。



⑥ 两手心转向下方，做揉眼睛的动作。

老五醒了，



⑦ 小指伸直。

老四醒了，



⑧ 无名指伸直。

老三醒了，



⑨ 中指伸直。

老二醒了，



⑩ 食指伸直。

老大醒了，



⑪ 拇指伸直。

大家都醒了。



⑫ 两手相互拍。

包饺子

帮妈妈，包饺子，
和和面，擀擀皮，
放上馅，包一包，
包好了，妈妈吃。



帮妈妈，包饺子，



① 伸出左手手掌。

擀擀皮儿，



② 右手在左手上做擀皮状。

放馅了，



③ 右手手指立起在左手手掌上抓挠，就像放馅的动作。

包个小饺子，



④ 说一个字，用右手食指依次点着左手的手指。

香喷喷的饺子给谁吃？



⑤ 用右手把左手指包起来，盖住。然后说给谁吃，就把饺子递到谁的嘴边。

我的身体



头



肩膀



膝盖



脚



眼睛



耳朵



鼻子



嘴