

# OVERSHOUZHICAO

经吉林省幼儿教材审定委员会审定通过



## 幼儿园特色活动课程



中班(下)

幼



儿

手

指

操



朝華出版社

# 前言

近几年来,国外学者研究发现,经常活动手指,给细胞以直接刺激,对健脑十分有益。让孩子经常做手指活动,能激活大脑皮层的神经细胞,从而刺激大脑的发育,这已被越来越多的事实所证明,也被幼儿教师和家长广泛认同。

手指活动不仅能调动幼儿的听、说、想等各种感官,幼儿手部肌肉群得到发展,其他能力得到锻炼,而且手指活动能开发人的右脑,促进左右脑和谐发展,这已是不争的事实。抓住幼儿期生理发展迅速、可塑性强的特点,开展

手指活动是开发幼儿智力的重要途径。

手指活动不受时间、条件、年龄的限制,随时可以开展,教师可根据幼儿接受能力,教育内容的需要来选择相应的手指活动,使他们在轻松愉快的气氛中,由浅入深、循序渐进的学习过程中,手部肌肉得到锻炼,心灵得到培养,能力得到提高,智力得到开发。

随着手指活动的不断深入研究和发 展,在人的一生中,特别是幼儿时期开展手指活动对幼儿早期教育将起到不可估量的作用。幼儿口念儿歌,手做动作,脑想故事情节,在心情愉快的手指游戏中学到了知识。开展手指活动不仅能够有效地开发幼儿的脑功能,而且能够促进幼儿智力的发展。

吉林省蛟河市实验幼儿园近几年来通过积极开展手指活动的创编,开展幼儿右脑智力开发实验课题,收到了显著效果。全园创编出儿歌、音乐、轻器械、计算、表演等系列手指活动上千种,并在省内和地区得以推广应用。

值此这套丛书出版发行之际,对给予我们支持和帮助的各级领导、各界人士表示衷心的感谢!由于我们水平有限,整理和归纳的时间较短,肯定存在很多问题,恳请各位领导、专家、同仁提出宝贵意见。



# 序

这套幼儿园特色活动课程，是吉林省蛟河市实验幼儿园全体教师多年来苦心研究、不断探索创编出的一套系列手指趣味游戏活动，具有较高的推广价值。

手指活动与人脑的发育有着极为重要的密切关系，在做手指游戏活动时，大脑、眼、手同时协调运动、协调发展，对视觉、听觉、触觉、语言等功能的发展也有着极大的促进作用。长期坚持做手指运动能开发幼儿的大脑潜能，促进大脑与手指间的信息传递，锻炼幼儿手部肌肉群的发育。

这套幼儿手指特色活动课程，适合幼儿园各个年龄段幼儿，它的取材来源于幼儿生活，内容浅显易懂，语言流畅，生动有趣，情节稚气活泼，节奏明快，配上优美的音乐，美观的器械，适宜的手部动作图解，使幼儿在愉快的游戏中、朗朗的讲述中、趣味的翻阅中，随时随地学做，通过不断的做手指游戏活动，使幼儿的小手指更加灵活，触觉更加敏感，头脑更加聪明、更加富有创造性，思维也会更加开阔。同时，这套幼儿园特色活动课程教材，也适宜幼儿在家中与父母一同活动和游戏。

这套手指操基本手型图解，详细地介绍了各个手型的做法及意义。就像一部字典，可供大家查阅各种手型，了解其做法，方便大家学习手指操，并能运用这些手型创编出更多的手指操来。在手指操里，有些手型代表了一定的意义，如“扇指”常代表“老鹰”等。在基本手型图解里，对这些有特定意义的手型做了介绍，供大家借鉴。

手指操的手型是多种多样的，广大手指操爱好者可以充分发挥自己的想像力和创造力，创编出各种各样的手型，运用到手指操中，让手指操在我们的指尖跳起智慧的舞蹈。

# 说明



# 目 录

- |        |    |          |    |
|--------|----|----------|----|
| 大白鹅    | 1  | 木偶戏      | 31 |
| 淘气的小猫咪 | 4  | 小毛驴      | 34 |
| 乡下老鼠   | 6  | 小星星      | 36 |
| 春娃娃荡秋千 | 9  | 英语谜语     | 38 |
| 爱美的小花猫 | 11 | 我和哥哥手拉手  | 42 |
| 摇篮曲    | 15 | 点豆       | 44 |
| 数字歌    | 19 | 小良救羊     | 46 |
| 过桥     | 22 | 洋娃娃和小熊跳舞 | 48 |
| 上高楼    | 26 |          |    |

# 大白鹅



大白鹅，咯噶叫，  
走一步来摇一摇，  
看见小猪头一扭，  
看你一身黑毛毛，  
看见小鸭头一摇，  
看你个子矮又小，  
大白鹅，尾巴翘，  
人人笑它太骄傲。



(创编教师:王艳丽)

1 大白鹅，咯噶叫，



左手托在右肘下，右手臂伸直，握指两下。

走一步来摇一摇， 2



一手臂端平，另一手的食指和中指在手臂上走指。

### 3 看见小猪头一扭，



1. 两手拇指和食指碰指，放在眼前，其余三指弯指两下。
2. 双手交叉，做顶指状。

1. 一手掐腰，另一手食指向一边点。

2. 手心向里举过头顶，十指分开从上向下抖动落下。

3. 从食指开始逐个和拇指做套指。

### 看你一身黑毛毛，

### 4



1. 两手拇指和食指碰指，放在眼前，其余三指弯指两下。

2. 双手上下重叠，五指伸直开合两下。

3. 双手交叉，做顶指状。

### 5 看见小鸭头一摇，



### 古诗插 古诗诗

## 咏 鹅

唐·骆宾王

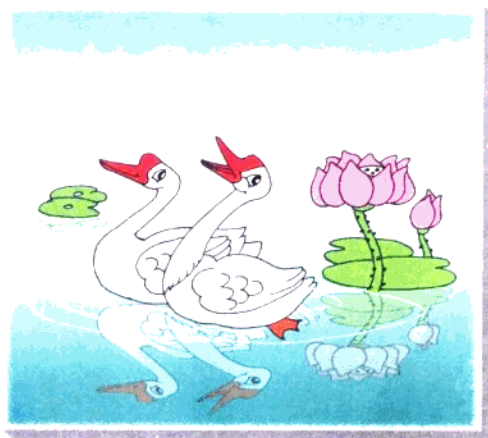
鹅，鹅，鹅，  
曲项向天歌。  
白毛浮绿水，  
红掌拨清波。

#### 要点：

学习这首古诗，使宝宝更热爱生活，了解鹅的生活习性。

#### 提示：

这首古诗描绘了鹅浮水的清新画面。让宝宝在优美的动作和美丽的色彩中理解吟诵。

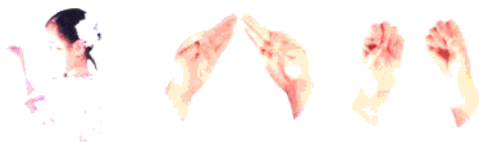


## 看你个子矮又小， 6

1. 一手掐腰，一手食指向一边点。
2. 双手握拳，小指伸出弯指三下。



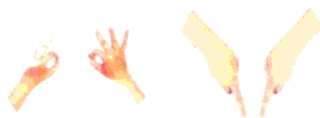
## 7 大白鹅，尾巴翘，



1. 左手托在右肘下，右手臂伸直，四指伸直并拢，拇指分开，手臂向前伸两下。
- 2.3 双手手心向内，五指伸直，从拇指开始轮指。

## 人人笑它太骄傲。 8

- 两手手心向外，从食指到小指逐个弹指，握拳，食指伸直向下结束。

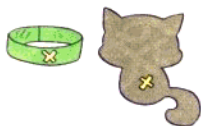


## 手指木偶



- 画一个大小的图案并剪下来。

- 用长条纸按手指的粗细粘合成一个纸环。



- 将纸环粘在图案背面。



- 套在手指上。



### 提示：

鼓励孩子制作不同的纸偶形象，并能随意编出有趣的小故事，边在手指上表演边讲故事。

### 要点：

制作指偶，培养孩子对制作活动的兴趣，并在制作的基础上创编小故事。

# 淘气的小猫咪

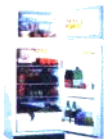
小猫咪，小猫咪，  
你要乖乖的，  
你不要打开那电冰箱，  
你如果打开了电冰箱，  
啊嚏，  
冷气冻得你要打喷嚏。



(创编教师:王艳丽)

## 百货商店

商店里正准备卖这些家用电器，把标签的序号填到相应的电器下面的括号里即可。



### 提示:

家长可把家里的电器制成汉字卡片,让孩子对照去贴。

### 要点:

通过游戏,既学会认字,又学会认识家用电器。



## 1 小猫咪，小猫咪，



双手手心向里，十指张开，往两边拉，向左右晃动头，头和手的方向一致。

## 你要乖乖的。 2



双手手心相对，从小指开始，逐个交指。

## 3 你不要打开那电冰箱，



1. 双手手心向外，十指张开，同时左右摆动。
2. 双手手心相对，然后搓手掌握指。
3. 双手的拇指、食指伸出，其中一手的拇指和另一手的食指相对，一手的食指和另一手的拇指相对。

## 4 你如果打开了电冰箱，



双手交替握掌四次。

## 啊嚏。 5



双手手心向外，十指张开，放在嘴边，头点一下。

## 6 冷气冻得你要打喷嚏。



1. 双手手心向外，十指张开，从头上抖动落下。
2. 双手互搭在肩上，头左右晃动。
3. 左手五指张开，放在嘴边，然后，右手五指张开，放在嘴边，头左右晃动。

# 乡下老鼠



有一只乡下老鼠，  
要到城里去，  
到车站也不知道，  
坐在哪里好。  
嘟一声吓了一跳，  
闭眼跳下去。  
一抬眼看看左右，  
正在车头里。



(创编教师:吴秋华)

故事大王讲故事

## 老鼠的故事

(1)



城里的老鼠想在乡下老鼠家住几天,并答应给乡下老鼠讲一讲城里的故事。乡下老鼠心想这也是一桩好事,便答应了。

## 1 有一只乡下老鼠，



1. 十指并拢，中指碰指一次。

2. 两手伸出食指数指一。

3. 食指碰指运动二次。

## 2 要到城里去，



两手握拳，食指伸直做绕指运动。

## 到车站也不知道， 3



1. 双手从小拇指开始轮指到握住。

2. 双手拇指碰指，其它手指做扇动手指运动。

## 4 坐在哪里好。

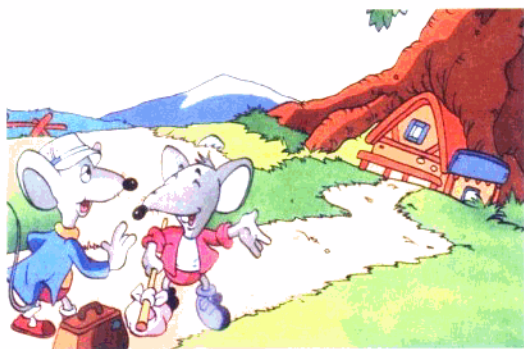


两手拇指上下相碰，然后上下做扇动手指运动。

# 老鼠的故事

(2)

乡下老鼠独自住在田边一棵大树的下面，城市老鼠高兴极了，他就喜欢这种田园生活。



## 5 嘟一声吓了一跳。



1. 两手相对食指和中指碰指,其它手指握住。
2. 右手掌立起,左握拳击掌一次。
3. 双手拇指和小指竖起,其它手指做屈指运动四次。

## 6 闭眼跳下去。



1. 双手相对手指捏拢。
2. 双手握掌二次。

## 7 一抬眼看看左右。



1. 两手并立,小指做屈指运动三次。
2. 双手互握拇指。

## 8 正在车头里。

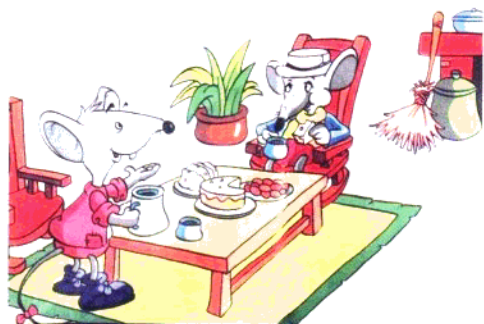


1. 双手做顶指运动二次。
2. 食指碰指背,其它手指碰指。

## 老鼠的故事

文/张其成

乡下老鼠格外地热情,总是把好东西先让给城里老鼠,他们相处得很融洽。



# 春风娃娃荡秋千



春风娃娃最爱玩，抓住柳丝荡秋千，  
荡来荡去心欢喜，变个魔术你看看，  
荡过来，小草绿，荡过去，叶舒展，  
荡得花朵纷纷开，荡得人人笑开颜。

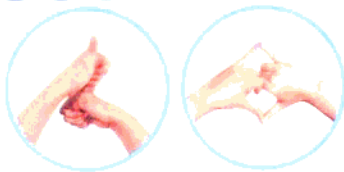
(创编教师：王艳丽)

## 1 春风娃娃最爱玩，



1. 双手五指并拢，竖直做波浪。
2. 双手手心相对并依次碰指。

## 抓住柳丝荡秋千， 2



1. “抓住柳丝”表现为双手交替握拇指。
2. “荡秋千”表现为双手拇指、小指碰指，其他手指相顶。

## 3 荡来荡去心欢喜，



双手手臂交叉提压手腕。

#### 4 变个魔术你看看，



1. “变个魔术”为双手握拳，食指伸直做绕食指运动，
2. “你”表现为双手食指向前指，
3. “看看”为拇指和食指成圆形，其他伸直放在眼前。

#### 5 荡过来，小草绿，



1. 双手五指交叉向左提腕。
2. “小草绿”表现为双手手心向上数指。

#### 6 荡过去，叶舒展，



1. 双手五指交叉向右提腕。
2. “叶舒展”表现为双手手心向下数指。

#### 7 荡得花朵纷纷开，



双手握拳相对，手指依次打开。

#### 8 荡得人人笑开颜。



1. 手腕交叉数指。
2. “笑开颜”表现为伸出食指，其他手指握拳指向脸部。

### 老鼠的趣事

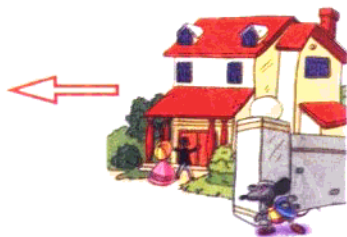
## 老鼠的故事

(1)



“哎，”乡下老鼠叹了一口气，“乡下就是太单调，每年除了到柿子园、葡萄园等地方玩，就再没什么意思了。”

城市很大，许多有钱人都自己住一栋楼，他们老鼠就住在大房子的墙洞里或地板底下。



# 爱 美 的 小 花 猫

小花猫，咪咪笑，  
拿面镜子仔细照，  
圆脸蛋，大眼睛，  
嘴边胡子往上翘，  
小老鼠，看见了，  
对着花猫大声叫，  
小花猫，喵喵喵，  
剪掉胡子你更俏，  
小花猫，不动脑，  
为俏忙把胡子绞，  
绞掉胡子再捉鼠，  
撞墙疼得喵喵叫。

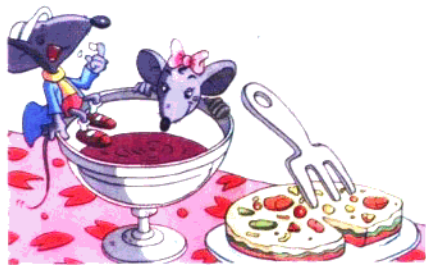


(创编教师:张艳菲)

◆ 故事大王 ◆ 讲故事 ◆

## 老鼠的故事

(5)



他们喝酒的杯子都是银制的，有时没人的时候，老鼠也会偷喝上几口。

## 小花猫，咪咪笑， 1

1.“小花猫”：五指打开在脸两侧。

2.3.“咪咪笑”：双手放在眼部，五指打开伸直，依次合拢。



## 2 拿面镜子仔细照，



1.右手伸直，并拢手心面向脸，然后再伸左手。

2.“仔细照”：面对双手点两次头。

## 圆脸蛋，大眼睛， 3



1.“圆脸蛋”：伸食指，在脸部画圆。

2.“大眼睛”：拇指、食指捏成圆，其他手指伸直放在眼睛上。

## 4 嘴边胡子往上翘，



1.双手的食指、拇指伸直，其它手指张开，左手的食指与右手的拇指相对，交叉反复做动作，

2.“翘”：双手食指伸直放在脸边。

## 老鼠的故事

(6)

他刚拿起一个杨梅塞进嘴里，门猛然被打开了，一群说说笑笑的人拥了进来。





## 小老鼠，看见了，5

1.“小老鼠”：双手拇指、食指、中指相对伸直，其它交叉弯曲，

2.3.“看见了”：拇指、食指成圆，其他伸直放在眼睛上，依次向食指并拢，反复做两遍。



## 6 对着花猫大声叫，



1. 双手相对依次手指交叉。

2.“大声叫”：两手五指张开放在脸两侧。

## 小花猫，喵喵喵，7



两手五指用力张开，在脸侧拉两下。

## 8 剪掉胡子你更俏，



拇指、食指、中指伸直，其它握拳，然后双手手指做交叉运动。

## 老鼠的故事

(7)

城里老鼠的爸爸在一次从橱柜里偷蛋糕的行动中，被一只猫残忍地咬死了。

