



幼儿园特色活动课程



中班(上)

幼



儿

手

指

操



朝華出版社

Y E N I R S H U Z H I G A O

幼儿园特色活动课程

幼 手 操

儿 指

中班(上)



主 编：孙 平
副主编：吴雪松 李 鑫
 赵玉娟 林玉敏
 杨秀梅
编 委：张志茹 刘艳民
 周 敏 王 辉
 高 鹏

朝华出版社 长春出版社

朝华出版社依法对本书享有专有出版权。任何未经许可的复制、摹仿及盗版、盗印构成对出版者的侵权行为，吉林衡丰律师事务所及田太原律师(办公电话：0431-5602423)受出版方全权委托将依法追究其法律责任。

举报电话：0431-5638500

传 真：0431-5676990



幼儿手指操
中班(上)

小班(上)

小班(下)

中班(下)

大班(上)

大班(下)

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园手指操. 幼儿园中班. 上: 幼儿园特色活动课程 / 《幼儿园手指操: 幼儿园特色活动课程》编写组编. 北京: 朝华出版社, 2005.1

全国幼儿园统编教材

ISBN 7-5054-1138-1

I. 幼… II. 幼… III. 活动课程—学前教育—教材 IV. G613.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第139189号

主 编 孙 平

副 主 编 吴雪松 赵玉娟等

策划编辑 田 辉 王景伟 张宏宇

责任编辑 张宏宇

责任印制 赵 岭

封面设计 于 青

出版发行 朝华出版社

地 址 北京市车公庄西路35号 邮政编码 100044

电 话 (010) 68433188 (总编室)

(010) 68413840 68433213 (发行部)

传 真 (010) 88415258 (发行部)

设计制作 长春大阁视听文化艺术传播有限责任公司

电 话 (0431) 5638500

印 刷 长春宏迪彩印

经 销 全国新华书店

开 本 787×1092毫米 1/16 字 数 115千字

印 张 3.5

版 次 2005年8月第1版 第一次印刷

书 号 ISBN 7-5054-1138-1/G·0711

定 价 12.00元(配光盘)

ISBN 7-5054-1138-1



9 787505 411388

01 >



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。



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。

序

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

- | | | | |
|--------------|----|----------------|----|
| (理发.....) | 1 | (大公鸡.....) | 22 |
| (快乐的一家.....) | 3 | (彩色的雨点.....) | 24 |
| (好朋友.....) | 5 | (数九歌.....) | 26 |
| (数数歌.....) | 7 | (鹅大哥.....) | 29 |
| (月亮.....) | 9 | (大家来学五线谱.....) | 33 |
| (球操.....) | 11 | (会变的画.....) | 38 |
| (小猴真可笑.....) | 14 | (老山羊理发.....) | 41 |
| (大象盖房子.....) | 16 | (叭叭和哩哩.....) | 44 |
| (小红帽.....) | 19 | (笑豁嘴巴.....) | 48 |

理·发



风阿姨本领大，专给大树来理发，
春天剪短发，剪出许多嫩芽芽，
夏天留浓发，郁郁葱葱美如画，
秋天染金发，随风飞舞飘洒洒，
冬天剃光头，吹来白雪做假发。

（指导教师：王凤敏）



1 风阿姨本领大，



双手手掌相对由上向下作波浪状，然后双手握拳伸出拇指相对，再向前伸出。

专给大树来理发， 2



1. 双手前伸数指。
2. 手指交指动两下。
3. 最后双手食指、中指成剪刀状向两边剪三下。

3 春天剪短发



双手手腕交叉轮指，然后双手交指动三下。

4 剪出许多嫩芽芽



1. 双手握拳伸出食指、中指剪两下。
2. 双手在脸侧轮指。
3. 双手相对做腕花动作。

5 夏天留浓发



双手指尖相对平伸于额前，然后双手手指立在头两侧，手心相对，由上向下手指抖动。

6 郁郁葱葱美如画



双手交指动四下，然后手心向里分指在眼前拉开。

7 秋天染金发



双手交叉在脸侧数指，然后握拳两次。

8 随风飞舞飘洒洒



双手做腕花两次，然后手指伸直，拇指相对手指抖动。

9 冬天剃光头



1. 双手交叉握肩。
- 2,3. 双手做剪刀状，然后双手交指握住。

10 吹来白雪做假发



双手在脸两侧平伸数指，然后双手分指在头上向下点动。

快乐的一家

青蛙打鼓，咕呱咕呱。
小鸭唱歌，呷呷呷呷。
柳树指挥，沙沙沙沙。
鱼儿跳舞，荡起浪花。
门前池塘，快乐的一家。

(指导教师:张 燕)



1 青蛙打鼓



双手中指捏于食指上，拇指打开相对做青蛙跳动作，然后双手握拳上下做打鼓的动作。

咕呱咕呱 2



双手立起放在嘴边做叫的动作。

3 小鸭唱歌



双手一上一下叠放在嘴前，然后双手做一张一合的动作。

呷呷呷呷 4



双手放在脸的两侧点头四次。

5 柳树指挥



双手手指伸直，拇指相对形成立掌状。

沙沙沙沙 6



左手在下，右手在上，先握拳再伸直，然后上下交替一次。

7 鱼儿跳舞



左手放在嘴前，右手放在身后当鱼尾做鱼游的动作。

荡起浪花 8



双手手腕相对，手指微屈抖动。

9 门前池塘



双手手指合并，指尖相接。

快乐的一家 10



双手从头上打开，交叉放在自己的肩膀上。



1 → ○ → 5 → ○ → ○ → 10

↓ ↓ ↓ ↓ ↓

○ → ○ → ○ → ○

← ← ← ←

↓ ↓ ↓ ↓ ↓

20 ← ○ ← 15 ← ○ ← ○

[提示] 先让孩子看懂题意，弄清要求，再按1~20数的顺序填空，可以用给出的五个数检验它们的相邻数是否正确。

好朋友



月亮走，我也走，
月亮是我好朋友，
好朋友，难分手，
回回送到家门口。
我请月亮屋里坐，
月亮笑笑不开口，
我都上床睡觉了，
它在窗口不肯走。

（指导教师：齐毓娟）



1 月亮走



双手握拳食指和拇指伸出，然后手掌相对，手指分开。

我也走 2



双肘平端，左手手掌伸平，手心向下，右手的中指和食指交替在左手臂上走。

3 月亮是我好朋友，



双手手掌朝脸部伸平，然后手心相贴，双手旋转。

好朋友 4



双手握拳相碰两次。

5 难分手，



双手手指伸平指尖相对，然后双手由拇指开始，依次向里收拢。

回回送到家门口 6

1.2. 双手五指相对交叉，手心向外转到向里。
3.4. 双手手掌向下，手指交叉相握两次。



7 我请月亮屋里坐，



双手手心相对手掌伸直，然后旋转手掌相握。

月亮笑笑不开口 8



双手在脸两侧相对，手指弯曲。

9 我都上床睡觉了，



右手斜着向上伸直，左手和右手合掌，放在右耳边。

它在窗口不肯走 10



双手手掌相对，指尖相连，然后双手手指反交叉并勾住。

数 数 歌



山上一只虎，林中一只鹿，
路边一只猪，草里一只兔，
洞中一只鼠，大家数一数，
一二三四五，虎鹿猪兔鼠。



(指导教师:张 颖)

1 山上一只虎



1. 双手在胸前交叉，伸直然后握拳，交替做两次。
2. 双手做老虎的样子放在脸两侧。

林中一只鹿



1. 双肘端平手掌伸直，手心向下，上下交替两次。
2. 双手拇指和小指伸直，其他手指握住，放在头上扮成小鹿的模样。

3 路边一只猪



1. 双手五指相对，手心相贴两次。
2. 双手拇指和食指相捏，放在眼前。

草里一只兔



1. 双手手指交叉，再竖掌五指分开合上两次，然后双手伸出食指和中指举在头上做小兔的样子。

5 洞中一只鼠



1. 双手握拳，拇指和食指弯曲相对。
2. 左手手掌伸平，右手握拳拇指伸出放在左手掌上。

大家数一数 6



双手握空拳，然后手指依次弹出。

7 一二三四五



双手手指分别伸出五指数指。

虎鹿猪兔鼠 8



分别做虎、鹿、猪、兔、鼠的形态特征动作。

一枕黄粱

传说唐朝有个读书人名叫卢生，进京赶考，在旅店里遇见一个道士，他请道士教他得到荣华富贵的方法。道士叫他在一个青瓷枕头上睡觉。当时店主正为他们做米饭。卢生进入了梦乡，梦见他当了大官，娶了个漂亮妻子，有五个儿子，十个孙子，活了八十岁，享尽了荣华富贵。当他醒来的时候，店主的小米饭还没煮熟呢，梦中的一切不过是一场空。

[释义] “黄粱”就是小米，“枕”指睡觉。“一枕黄粱”指不能实现的梦想。

——出自〔唐〕沈既济《枕中记》



月 亮



清清的月儿蓝蓝的天，
亮亮的月亮挂上面。
初三、初四像只船，
十五十六像圆盘。
太阳休息它起床，
东山升起落西山。
我愿化作明空月，
遍洒光辉在人间。

(指导教师: 李晓影)



1 清清的月儿蓝蓝的天

1. 双手十指张开从头上抖动着下来。
2. 双手交叉轮指, 最后伸直。



2 亮亮的月亮挂上面



- 1, 2. 双手用力屈伸两次。
3. 双手手腕相对, 五指向外张开放在头上。

3 初三、初四像只船



1. 双手各伸出三只手指。
2. 双手各伸出四只手指。
3. 双手手背相对, 伸直拇指、小指相顶。

为什么天空是蔚蓝色的



为什么晴朗的天空总是蔚蓝色的,而且越晴朗,蓝得越澄澈呢?原来地球表面包围着一层空气,空气中含有许多微小的尘埃、冰晶、水滴等。当阳光通过空气时,波长较长的红、橙、黄色光透射力较大,它们透过大气中的微粒射向地面;而波长较短的紫、蓝、靛等色光,很容易被悬浮在空气中的微粒向四面八方散射开来,使天空呈现蔚蓝色。



4 十五十六像圆盘。



1. 2. 3. 双手握拳, 伸出五根手指, 然后做六的形状。
4. 双手握拳, 食指和拇指伸直, 然后合拢成圆形。

太阳休息它起床 5

1. 双手交叉, 手心朝外, 轮指。
2. 双手合起放在腮边。
3. 十指张开交叉上升再落下。



6 东山升起落西山。



1. 右手叉腰, 左手放胸前由拇指开始轮指。
2. 动作相反。

我愿化作明月 7

1. 双手握拳伸出小指。
2. 双手十指张开, 手臂侧伸出去。
3. 双手手腕相对, 五指并拢向外张开放在头上。



8 遍洒光辉在人间。



1. 双手十指张开从头上抖动下来。
2. 3. 双手十指用力屈张两下。
4. 双手交叉在胸前, 手心朝外, 十指抖动。