

YOUERSHOUZHICAO



幼儿园特色活动课程



小班(上)

幼



儿

手

指

操



朝華出版社

幼儿园特色活动课程

幼 儿 手 指 操

小班(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

DUERSHOUZHIGAO

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



幼儿园手指操
小班(上)

小班(下)

中班(上)

中班(下)

大班(上)

大班(下)

图书在版编目(CIP)数据

幼儿园手指操. 幼儿园小班. 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139185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 长春大图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

(一粒谷	1	(小鸟	27
(风儿也想有个家	4	(八只老鼠抬花轿	29
(妈妈织毛衣	7	(好朋友	31
(五个手指头	10	(小燕	34
(小老鼠	12	(老鼠看电视	36
(我爱幼儿园	15	(祖国祖国我们爱你	38
(三只小猫	18	(小画家	41
(三条鱼	21	(五只小猪	44
(拇指歌	23	(数字歌	46
(小花猫	25	(打电话	48

一粒谷



一颗小谷粒儿，
没当一回事儿，
小兔一顺手儿，
把它扔进地儿。
谷粒生谷苗儿，
谷苗生谷穗儿，
谷穗磨小米儿，
小兔吃一顿儿。



(指导教师：卢 秀)

1 一颗小谷粒儿



1. 双手握拳伸出食指。
2. 伸出小指屈指两下。
3. 双手十指相捏再碰指成小谷粒。

没当一回事儿 2

双手竖起向内依次收指，然后向外依次打开。



小兔一顺手儿 3

1. 双手握拳伸出食指和中指放在头上。
2. 双手伸开, 拇指相对, 右手上左手下四指依次收拢。
3. 相反再做一次。



4 把它扔进地儿。



1. 双手张开伸直前伸。
2. 双手十指依次数指。
3. 双手胸前反掌。

谷粒生谷苗儿 5

1. 双手十指相捏顶指。
2. 双手做腕花前后动两下。
3. 双手在下颏处打开。



噢, 这就是谷子呀!



它们长大了, 结出果实, 就是我们吃的小米了!



小鸡回家

安全提示 绘画



天快要黑了，可是小鸡却找不到回家的路了，快点帮小鸡找一找，鸡妈妈一定很着急。

6 谷苗生谷穗儿。



1. 双手做腕花，手指点动，手指伸开前后动两下。
2. 双手交指，手指上下动四下。

7 谷穗磨小米儿。



1. 双手交指动两下。
- 2、3. 双手交叉握拳，手腕磨动两下，然后双手张开手指相对点动。

8 小兔吃一顿儿。



1. 双手伸出食指和中指伸在头上。
2. 双手拇指和食指碰指，从嘴前捏向两边。
3. 双手在头两侧伸出食指结束。

风儿也想有个家

小娃娃，有妈妈。
风儿也想有个家，
找小树，小树沙沙沙，
找小河，小河起浪花，
找小草，小草头低下……
找到了，找到了，
到处都是我的家。



(指导教师: 卢 秀)



1 小娃娃，有妈妈。



双手握拳伸出小指动三下，然后互握两下。



1. 左手托右手肘, 右手左右摆动。
2. 双手食指伸出在头两侧绕两下。
3. 双手在胸前顶指。

3 找小树



双手手掌合拢向前伸, 然后双手分指上举。

4 小树沙沙沙



双手向上举十指点动, 然后双手在头两侧弹张三下。

找小河 5



双手手掌合拢向前伸, 双手平伸向两边做波浪状。

谁和大家不一样



仔细看一看哪只小兔和别的小兔不一样, 把它指出来。



◆ 金手指 猜谜语 ◆

抓不住它的身影，
看不见它的影子，
小时摇动树枝，
大时推动房子。
(猜一自然现象)

6 小河起浪花



双手相背做腕花，然后翻转手指伸开前后交替动四下。

7 找小草



双手手掌合拢向前伸，双手交指向上动两下。

小草头低下…… 8



1. 双手交指动两下。
2. 双手向前伸出叠放。
3. 左手手指向下穿过，右手五指握住。

9 找到了，找到了



双手合掌放在右脸侧，再放左脸侧。

到处都是我的家。 10



1. 双手胸前交叉向上，从体侧打开同时手指点动。
2. 双手顶指成房形。

妈妈织毛衣



小猫睡了，小狗睡了，
妈妈没有睡，
妈妈在给我织毛衣。
小猫做梦了，小狗做梦了，
妈妈没做梦，
妈妈在给我织毛衣。
小猫睡醒了，小狗睡醒了，
妈妈却睡着了，
手里还拿着那件毛衣。



(指导教师: 李晓影)

1 小猫睡了



1.“小猫”：两手放嘴边，手心朝里，手指用力张开，向两侧拉两次。

2.“睡了”：双手合拢放在脸旁做睡觉状。

2 小狗睡了

2

1.“小狗”：双手握拳伸出拇指和小指。

2.“睡了”：双手合拢放在脸旁做睡觉状。



3 妈妈没有睡



- 1.“妈妈”：双手握拳伸出食指。
- 2.“没有睡”：双手十指张开，手心朝外，在脸两侧晃三下。

4 妈妈在给我织毛衣



- 1.“妈妈”：双手握拳伸出食指。
- 2.“在给我”：双手握拳伸出小指。
- 3.“织毛衣”：双手握拳伸出食指交替做织毛衣状。

5 小猫做梦了



- 1.“小猫”：两手放嘴边，手心朝里，手指用力张开，向两侧拉两次。
- 2、3.“做梦了”：双手用力握拳张开两次。

6 小狗做梦了



- 1.“小狗”：双手握拳伸出拇指和小指。
- 2、3.“做梦了”：双手用力握拳张开两次。

这些东西我不碰

↓ 小手福好习惯 ↓



不碰开水



不碰电源

7 妈妈没做梦。



- 1.“妈妈”：双手握拳伸出食指。
- 2.“没做梦”：双手十指张开，手心朝外，在脸两侧晃三下。

8 妈妈在给我织毛衣。



- 1.“妈妈”：双手握拳伸出食指。
- 2.“在给我”：双手握拳伸出小指。
- 3.“织毛衣”：双手握拳伸出食指交替做织毛衣状。

9 小猫睡醒了，小狗睡醒了。



- 1.“小猫”：双手放嘴边，手心朝里，手指用力张开，向两侧拉两次。
- 2.“睡醒了”：双手十指张开从胸前交叉到头顶下来，手指抖动。
- 3.“小狗”：双手握拳伸出拇指和小指。
- 4.“睡醒了”：双手十指张开从胸前交叉到头顶下来，手指抖动。

10 妈妈却睡着了。

- 1.“妈妈”：双手握拳伸出食指。
- 2.“睡着了”：双手合掌放在脸旁做睡觉状。



11 手里还拿着那件毛衣。



- 1.“手里还拿着”：两手捏指用力张握两次。
- 2.“那件毛衣”：双手交叉放在胸前，手心朝里，十指抖动。

五个手指头



五个小指头，
干活一起动。
手绢自己洗，
鞋带自己系，
自己穿的衣，
自己铺的被。
小小手儿，
最爱劳动。



(指导教师: 李晓影)

1 五个小指头



双手十指伸开,用力张合三次。

2 干活一起动



双手交指三次。

3 手绢自己洗



双手握拳互搓两次。

4 鞋带自己系



- 1.“鞋带”：双手相对，食指、拇指相碰两次，其余手指伸直。
- 2.“自己系”：双手交指两次。

5 自己穿的衣



双手握爪两次。

自己铺的被

6



双手张开十指手心朝下抖指。

7 小小手儿



双手先握空拳相顶，然后用力顶指，共做两次。

最爱劳动

8



双手握拳伸出拇指。

◆ 击手猜谜语 ◆



手套

兄弟十个肚里空，
有皮无骨爱过冬，
每逢雪落寒风起，
它便出来显神通。
(猜一日常用品)