

YOUERSHOUZHIGAO

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



大班(下)

YOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAO

幼



儿

手

指

操

YOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAOYOUERSHOUZHIGAO



朝華出版社

幼儿园特色活动课程



华人幼儿教育

幼儿手指操

大班(下)



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
 刘 莉 高 鹏
 刘 芳

朝華出版社

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大原律师(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:0431-5638522

传 真:0431-5638500

吉发改价格联字 2005 394 号



幼儿手指操
大班(下)

小班(上)

小班(下)

中班(上)

中班(下)

大班(上)

图书在版编目(CIP)数据

幼儿手指操. 幼儿园大班. 下: 幼儿园特色活动课程 / 《幼儿手指操: 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139186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 2006年1月第2版 第二次印刷

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

013>



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。全国创编出儿歌、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



基 本 手 型



切指

一手手掌伸直，另一只手手掌伸直与之相切。



弹指

双手的拇指依次和其余四指相握并弹起。



分指 1

双手握拳，由小指开始逐个展开。



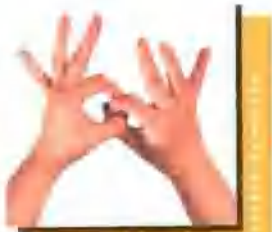
分指 2

五指并拢，手心向外，五指分开，手心转向里并拢后再分开。



分指 3

双手拇指，食指伸直。



勾指

双手拇指、食指相交成环状，其余手指依次做同样的动作。



峰指

双手手指伸直相碰，常代表“屋顶”、“山”。



扇指

双手五指并拢伸直，拇指相勾，其余手指扇动，常代表鸟的飞行动作。



爪指

手心向上，由拇指开始依次弯曲，成拳状，再由小指依次展开。



钳爪

五指集中成爪状，指尖相对，常代表“望远镜”、“眼镜”、“看”等。



交指 1

双手伸直，五指交叉。



交指 2

五指交叉，拇指和小指伸直相碰。



跳指

双手张开，五指伸直，拇指和食指相碰，常代表方形的东西，如“点心”、“照相机”等。



抓指

右手掌伸直，左手五指弯曲成拱形去抓右手手指，也可以换手做同样的动作。



碰指 1

双手食指伸出相碰。



碰指 2

双手拇指食指捏住并相碰，其余三指竖起，常代表“孔雀”、“小鸟”等。

基

本

手

型



立指

双手拇指伸出，常代表“好”、“数字一”、“小孩”等。



走指

一手食指、中指伸直，在另一手背上交替行走，常代表“走路”。



顶指 1

双手并拢弯曲，指尖相碰。



顶指 2

双手伸直，指尖相对，中间架空。



弯指 1

双手相握，手指弯曲。



弯指 2

双手拇指、食指相对弯曲，常代表圆形的东西，如“西瓜”、“镜子”、“太阳”等。



弯指 3

拇指小指伸出相碰，其余三指弯曲相碰。



弯指 4

双手由拇指开始依次向内弯曲收起，常代表数数，如“一、二、三、四、五”。



握指

双手握拳后并拢，拇指伸出弯曲，常代表“问好”。



扣指

双手伸直手指并拢，一手手心向下，另一手手心向上指尖相碰。



捏指

双手拇指依次和其它手指相捏成圆形。



叠指

双手食指、中指伸出，指尖相碰，其他手指相握。



轮指

从小指开始手指依次收起握拳。



手指轮弯

拇指、食指成心形，其他手指竖起相碰。



切掌

一手伸直，另一手伸直手掌相切，常代“切菜”等切的动作。



分掌

双手伸直相背，拇指相顶。

基 本 手 型



无掌

右手手掌伸直，左手握拳击右掌。



拍掌1

双手伸直，手掌互拍。



拍掌2

双手伸直，右手指尖碰左手掌。



反拍

右手手掌伸直，左手指尖碰右掌。



反叉

双手交叉，拇指伸出，其余手指相钩。



腕花

双手交叉，由拇指开始依次收起握拳。



碰掌

双手手腕相碰，五指抖动，常代表“花朵”、“柳树”等。



扭转

五指并拢伸出，弯成拱形，常代表“小鸭”、“鹅”、“往远处看”等动作。



反碰

双手手背相碰，指尖抖动。



指尖相对

双手手指伸直，指尖相对。



滚动弯曲

双手交叉，手腕上下运动。



拳掌

一手握拳，另一手掌伸直相碰。



推拳

双手推拳，放在头顶的两侧常代表“小熊”。



撞拳

双手握拳互相撞。



拍拳

一手伸直，另一只手握拳敲手掌。



弯曲成拳

双手伸出握拳。

目 录

- | | | | |
|---------|----|---------|----|
| 春姑娘 | 1 | 十二属相歌 | 29 |
| 小熊过桥 | 5 | 和尚挑水 | 32 |
| 小兔采药 | 9 | 小池塘 | 35 |
| 劳动最光荣 | 14 | 蓝猫淘气三千问 | 40 |
| 我心爱的小马车 | 17 | 搭桥 | 43 |
| 四季歌 | 20 | 云娃娃 | 46 |
| 八只小狗抬花轿 | 25 | 我是一个兵 | 48 |

春姑娘

小朋友，春天的种子是怎样发芽的？



喂，你怎么还没发芽，真急死人了。



我也没精打采的，真不知道是怎么回事。

为什么同样的种子发育会不一样呢？

这好办，让我们来做个实验吧！



请选择一些种子、黄豆、绿豆、玉米均可。



把种子放在盘子的湿纱布上，上面再盖上湿润的纱布，并设法保持湿润。

大家照着我们的样子做了吗？请把种子的发育情况写下来。

种子发育情况小记录
(请爸爸、妈妈帮你做)

chūn gū niang shuǐ lǎn jiào
春姑娘，睡懒觉；
dà dì mā ma zhēn xīn jiāo
大地妈妈真心焦。
fēng ā yī xiǎng de miào
风阿姨想得妙，
jiē kāi bèi er jiāng tā yáo
揭开被儿将它摇。
chūn gū niang gē gē xiào
春姑娘咯咯笑，
tiào xià chuáng lái wǎng wài pǎo
跳下床来往外跑。
pǎo dào xiǎo hé biān
跑到小河边，
hé shuǐ huā huā chàng gē yáo
河水哗哗唱歌谣；
pǎo dào xiǎo chí táng
跑到小池塘，
chí táng hé shuǐ huā huā xiǎng
池塘河水哗哗响。
chūn gū niang zhēn hài sǎo
春姑娘真害臊，
yào shì zǎo qǐ gāi duō hǎo
要是早起该多好，
yǎn quān yī hóng luò le lèi
眼圈一红落了泪，
lèi zhū dī dī wǎng xià diào
泪珠滴滴往下掉，
nóng mǐn bó bó hā hā xiào
农民伯伯哈哈笑。

(创编教师：李莉)

1 春姑娘，睡懒觉。



1. 左手拇指竖起，右手握左手拇指。反方向做一次。
2. 小指相勾，双手相背，拇指、食指、中指相扣，无名指成弯指。

2 大地妈妈真心焦。



1. 双手端平于胸前，右手手心朝上，左手手心朝下拍掌一次。
2. 双手拇指竖起弯指一次。
3. 五指交叉，拇指和小指伸直相碰。

3 风阿姨想得妙。



1. 轮指，先做左手后做右手。
2. 食指、中指相交，其余三指握紧。
3. 双手端平于胸前，手心朝下，指尖相对。

4 揭开被儿将它摇。



1. 双手互握。
2. 上下提腕。

◆ 全手招 想象工训物 ◆

画 太 阳

看看树的影子，想一想应该把太阳画在什么地方？然后说说每棵树的影子是什么时间出现的？



5 春姑娘咯咯笑，



1. 双手伸出食指弯两下。
2. 五指依次弹指。



跳下床来往外跑。 6



1. 左手端平于胸前，手心朝下，右手在下，指尖顶左手心。
2. 左右手交换动作做一次。
3. 拇指、食指相捏，其余三指翘起。

7 跑到小河边，



1. 双手端平在胸前，拍掌一次。
2. 3. 右手在下，左手在上，拇指指肚相碰，然后动作相反做一次。

8 河水哗哗唱歌谣；



双手手腕相对，五指弯曲，放于下颌。

跑到小池塘。 9



1. 双手端平在胸前，拍掌一次，然后反方向做一次。
2. 双手顶指做圆形。

10 池塘河水哗哗响。



双手手心朝外，指尖朝上，自上而下抖动数次。

春姑娘真害臊。 11



1. 双手竖起食指勾两下。
2. 双手手腕相对，五指弯曲，放于下颌。

要是早起该多好 12



1. 双手捏指相碰。
2. 拇指和小指顶指,其余手指握紧。
3. 双手手心相对,拍掌。
4. 双手互握放于胸前。

眼圈一红落了泪 13



1. 双手握空心拳,放在眼前。
2. 双手手心朝外,指尖朝上,自上而下抖动数次。

泪珠滴滴往下掉 14



双手手心朝内,指尖朝上,向外弹指。

农民伯伯哈哈笑 15



1. 双手交叉拍胸。
2. 双手手指交叉立于胸前抖动。

击手指 学古诗



惜时

sān yuè huā shì hǎo,
三月花事好,
wéi xué xū jí zǎo,
为学须及早。
huā kāi yǒu luò shí,
花开有落时,
rén shēng róng yì lǎo,
人生容易老。

[诗意] 三月时的花开得特别好,读书学习要赶早。盛开的鲜花也有凋谢的时候,如果不趁年轻的时候多读书学习,一晃人就会变老了。

小熊过桥

请小朋友
给这几个小熊
添上颜色吧!



xiǎo zhú qiáo yáo yáo yáo
小竹桥，摇摇摇，

yǒu zhī xiǎo xióng lái guò qiáo。
有只小熊来过桥。

lì bù wěn zhàn bù lǎo
立不稳，站不牢，

zǒu dào qiáo shàng xīn luàn tiào。
走到桥上心乱跳。

mā ma mā ma kuài lái ya
妈妈妈妈快来呀，

kuài bǎi xiǎo xióng bào guò qiáo。
快把小熊抱过桥。

hé li li yú tiào chū shuǐ
河里鲤鱼跳出水，

duì zhe xiǎo xióng gāo shēng jiào。
对着小熊高声叫。

xiǎo xióng xiǎo xióng bú yào pà
小熊小熊不要怕，

yǎn jīng xiàng zhe qián miàn qiào。
眼睛向着前面瞧。

yī èr sān zǒu guò qiáo
一、二、三，走过桥，

xiǎo xióng guò qiáo huí tóu xiào
小熊过桥回头笑，

lǐ yú lè de wěi ba yáo
鲤鱼乐得尾巴摇。



笨笨照相馆



(创编教师:王金玲)

1 小竹桥，摇摇摇。



1. 双手伸出食指和中指，指尖碰指，其他手指相握，前后各摇一下。
2. 然后指尖搭在一起，揉动手腕。

2 有只小熊来过桥。



1. 双手握拳伸拇指，并指尖相碰，然后放在头两边。
2. 握拳后从两边向中间边移边勾动小指。

3 立不稳，站不牢。



1. 双手食指和中指伸直，左右晃三下。
2. 再放于腿上摇三下。

4 走到桥上心乱跳。



1. 右手在左手小臂上做走指。
- 2、3. 然后拇指、食指伸出，并相碰成“心”形，指尖向下、向上各一下。

你知道吗

动物的睡相

(1)

狐狸是个狡猾的家伙，睡前总是把地面踏平，踩实，最后再左转几圈，右转几圈。



无论多狡猾的狐狸，它在睡前都显得十分乖巧。它把身体形成弓形，胡须碰着尾巴，在地上做伸展运动。



最后，狐狸把头扭向臀部，把尾巴盘在头部，遮在脸上，像猫一样蜷曲着，进入了梦乡。

妈妈妈妈快来呀 5



1. 拇指、小指碰指向前后各摇一下。
2. 拇指放于掌心扇动手指三下。

6 快把小熊抱过桥。



1. 伸拇指并其他手指握拳，拇指相绕。
2. 最后小臂交叉分指并抖动手指。

7 河里鲤鱼跳出水， 对着小熊高声叫。



1. 双手伸出食指、中指，指尖向下冲。然后向上做食指、中指顶指。

2. 双手从拇指开始至小指依次顶指。

小熊小熊不要怕， 8



1. 双手伸拇指放在头两侧，其他手指握拳，左右晃两下。
2. 分指晃两下。

9 眼睛向着前面瞧。



1. 双手成空心拳。
2. 双手食指指向前方。
3. 拇指、食指碰指，其他手指张开放在眼前。

动物的睡相

(2)

动物的睡姿还有很多，黑熊喜欢住树洞，豹常骑着树枝睡，四肢放松下垂。类人猿则每天在不同的树上为自己营造新窝。



动物的睡相

(3)



刺猬在睡眠的时候，也会团成一个小球，把尖尖的刺留在外面，以防敌人的袭击。



当刺猬醒了的时候，它就像一个会移动的仙人掌，它用刺当作餐具，到瓜地里去猎取食物。

一、二、三，走过桥 10



双手做一、二、三状，然后做走指。

11 小熊过桥回头笑



1. 双手握拳伸拇指，然后放在头两边。

2. 双手小指伸直相顶，其他手指握拳。

3. 左手小臂端平，右手小臂伸直并做轮指两次。

鲤鱼乐得尾巴摇 12

1. 双手食指、中指顶指，向下冲，然后向上。

2.3. 双手掌状相对，左右摇晃两下。

