

活动音乐 Action Language Songs ©

Song (Note: Song number corresponds to place on CD)	Page Number
1. 摇摇头 Shake Your Head	2
3. 一步一步 Step By Step	5
5. 把手举起来 Raise Your Hands	7
7. 走和停 Stop and Go	10
9. 摸摸指指拍拍 Touch, Point and Pat	11
11. 请进 Come In, Please!	13
13. 咱们走 Let's Go!	15
15. 自行车 Ride a Bike	18
17. 你喜欢咱们作什么? What Should We Do?	20
19. 我回家 I'm Home!	22
21. 上下左右 Up, Down, Left, Right	24
23. 游泳 Swim in the Water	25
25. 滑旱冰 Roller Skate	28
27. 转一圈 Turn Around	30

摇摇头

歌词 Lyrics

wēi xiào, jǔshǒu, yáoyáo tóu
微笑, 举手, 摇摇头

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi xīgài
大家跟我一起, 咱们 拍拍 膝盖

pāi pāi xīgài, pāi pāi xīgài
拍拍 膝盖, 拍拍 膝盖

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi tuǐ
大家跟我一起, 咱们 拍拍 腿

pāi pāi tuǐ, pāi pāi tuǐ
拍拍 腿, 拍拍 腿

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi dùzi
大家跟我一起, 咱们 拍拍 肚子

pāi pāi dùzi, pāi pāi dùzi
拍拍 肚子, 拍拍 肚子

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen fēi yì fēi
大家跟我一起, 咱们 飞一飞

fēi yì fēi, fēi yì fēi
飞一飞, 飞一飞

wēi xiào, jǔshǒu, yáoyáo tóu
微笑, 举手, 摇摇头

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi jiānbǎng
大家跟我一起, 咱们 拍拍 肩膀

pāi pāi jiānbǎng, pāi pāi jiānbǎng
拍拍 肩膀, 拍拍 肩膀

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi pìgu
大家跟我一起, 咱们 拍拍 屁股

pāi pāi pìgu, pāi pāi pìgu
拍拍 屁股, 拍拍 屁股

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi bózi
大家跟我一起，咱们 拍拍脖子

pāi pāi bózi, pāi pāi bózi
拍拍脖子，拍拍脖子

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen zǒu yí bù
大家跟我一起，咱们 走一步

zǒu yí bù, zǒu yí bù
走一步，走一步

wēi xiào, jǔshǒu, yáoyáo tóu
微笑， 举手，摇摇头

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi bízi
大家跟我一起，咱们 拍拍鼻子

pāi pāi bízi, pāi pāi bízi
拍拍鼻子，拍拍鼻子

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi tóu
大家跟我一起，咱们 拍拍头

pāi pāi tóu, pāi pāi tóu
拍拍头，拍拍头

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen pāi pāi zuǐbā
大家跟我一起，咱们 拍拍嘴巴

pāi pāi zuǐbā, pāi pāi zuǐbā
拍拍嘴巴，拍拍嘴巴

dàjiā gēn wǒ yìqǐ, zánmen zǒu yí zǒu
大家跟我一起，咱们 走一走

zǒu yí zǒu, zǒu yí zǒu
走一走，走一走

生词 Vocabulary

微笑	wēi xiào	smile
举手	jǔshǒu	raise your hand(s)
摇	yáo	to shake
头	tóu	head
大家	dàjiā	everyone, everybody
跟	gēn	to go with, to follow
我	wǒ	I, me
一起	yìqǐ	together
咱们	zánmen	we (including the person spoken to)
拍	pāi	pat
膝盖	xīgài	knee
腿	tuǐ	leg
肚子	dùzi	belly, stomach
飞一飞	fēi yì fēi	to fly
肩膀	jiānbǎng	shoulder
屁股	pìgu	buttocks
脖子	bózi	neck
走一步	zǒu yí bù	take a step
鼻子	bízi	nose
嘴巴	zuǐbā	lips
走一走	zǒu yì zǒu	walk a little

一步一步

歌词 Lyrics

yī èr sān sì wǔ liù qī bā
一 二 三 四 五 六 七 八

yī bù yī bù wǒ zǒu dào nǐ nàr
一 步 一 步 我 走 到 你 那 儿

zánmen wǎng shàng
咱 们 往 上

zánmen wǎng xià
咱 们 往 下

zánmen wǎng zuǒ
咱 们 往 左

zánmen wǎng yòu
咱 们 往 右

yuándì pǎo
原 地 跑 (2x)

pǎobù
跑 步 (2x)

bèng bèng tiào (2x)
蹦 蹦 跳 (5x)

生词 Vocabulary

一	yī	one
二	èr	two
三	sān	three
四	sì	four
五	wǔ	five
六	liù	six

七	qī	seven
八	bā	eight
一步一步	yī bù yī bù	step by step
我	wǒ	I, me
走	zǒu	to walk, to go, to move
到	dào	to arrive
你	nǐ	you
那儿	nàr	there
咱们	zánmen	we, us (including the person spoken to)
往	wǎng	to go, towards, in the direction of
上	shàng	up
下	xià	down
左	zuǒ	left
右	yòu	right
原地	yuándì	in place
跑	pǎo	to run
跑步	pǎobù	to run, to march
蹦	bèng	to jump, to bounce or hop
跳	tiào	to jump, leap

把手举起来

歌词 Lyrics

bǎ shǒu jǔ qǐ lái
把手举起来

bǎ shǒu pāi yī pāi
把手拍一拍

dūn xià qù, zhàn qǐ lái
蹲下去，站起来

yáo yáo tóu, bǎi yī bǎi
摇摇头，摆一摆

(第一段)

tī tī tuǐ
踢踢腿

yī èr sān sì wǔ liù qī bā
一 二 三 四 五 六 七 八

fēi yī fēi
飞一飞

yī èr sān sì wǔ liù qī bā
一 二 三 四 五 六 七 八

(第二段)

bèng bèng tiào
蹦蹦跳

yī èr sān sì wǔ liù qī bā
一 二 三 四 五 六 七 八

yuán dì pǎo
原地跑

yī èr sān sì wǔ liù qī bā
一 二 三 四 五 六 七 八

生词 Vocabulary

把	bǎ	(a measure word) to hold/to contain/to grasp/to take hold of
手	shǒu	hand
举起来	jǔ qǐ lái	to hold up
拍一拍	pāi yī pāi	to clap
蹲下去	dūn xià qù	squat
站起来	zhàn qǐ lái	stand up
摇	yáo	shake
头	tóu	head
摆一摆	bǎi yī bǎi	sway, rock back and forth
踢	tī	kick
腿	tuǐ	leg
一	yī	one
二	èr	two
三	sān	three
四	sì	four
五	wǔ	five
六	liù	six
七	qī	seven
八	bā	eight
飞	fēi	to fly

蹦 bèng to jump, to bounce or hop

跳 tiào to jump, leap

原地 yuán dì in place

跑 pǎo run

摸摸指指拍拍

歌词 Lyrics

mōmō zhǐzhǐ pāi pāi, tóufa shuāi shuāi
摸摸 指指 拍拍, 头发 甩 甩

mōmō ěr duo, mōmō shǒu
摸摸 耳朵, 摸摸 手

mōmō bí zi mōmō tóu
摸摸 鼻子, 摸摸 头

mōmō zhǐzhǐ pāi pāi, tóufa shuāi shuāi
摸摸 指指 拍拍, 头发 甩 甩

zhǐzhǐ yǎnjīng, zhǐzhǐ zuǐ
指指 眼睛, 指指 嘴

zhǐzhǐ jiǎo, zhǐzhǐ tuǐ
指指 脚, 指指 腿

mōmō zhǐzhǐ pāi pāi, tóufa shuāi shuāi
摸摸 指指 拍拍, 头发 甩 甩

pāi pāi dùzi, pāi pāi gēbo
拍拍 肚子, 拍拍 胳膊

pāi pāi bózi, pāi pāi pìgu
拍拍 脖子, 拍拍 屁股

mōmō zhǐzhǐ pāi pāi, tóufa shuāi shuāi
摸摸 指指 拍拍, 头发 甩 甩

生词 Vocabulary

摸 mō to rub

指 zhǐ to point

拍 pāi to pat

头发 tóufa hair

甩	shuǎi	to fling
耳朵	ěrduo	ear
手	shǒu	hand
鼻子	bízi	nose
头	tóu	head
眼睛	yǎnjīng	eye, eyes
嘴	zuǐ	lip, lips
脚	jiǎo	foot
腿	tuǐ	leg
肚子	dùzi	belly, tummy, stomach
胳膊	gēbo	elbow
脖子	bózi	neck
屁股	pìgu	buttocks

请进

歌词 Lyrics

qǐng jìn, qǐng zuò, qǐng hē, qǐng chī
请进, 请坐, 请喝, 请吃

qǐng jìn – bú jìn, bú jìn
请进 – 不进, 不进 (3x)

qǐng jìn – xiè xie
请进 – 谢谢

qǐng jìn, qǐng zuò, qǐng hē, qǐng chī
请进, 请坐, 请喝, 请吃

qǐng zuò – bú zuò, bú zuò
请坐 – 不坐, 不坐 (3x)

qǐng zuò – xiè xie
请坐 – 谢谢

qǐng jìn, qǐng zuò, qǐng hē, qǐng chī
请进, 请坐, 请喝, 请吃

qǐng hē, – bù hē,, bù hē, (3x)
请喝 – 不喝, 不喝

qǐng hē, – xiè xie
请喝 – 谢谢

qǐng jìn, qǐng zuò, qǐng hē, qǐng chī
请进, 请坐, 请喝, 请吃

qǐng chī – bù chī, bù chī
请吃 – 不吃, 不吃 (3x)

qǐng chī – xiè xie
请吃 – 谢谢

qǐng jìn, qǐng zuò, qǐng hē, qǐng chī
请进, 请坐, 请喝, 请吃

生词 Vocabulary

请	qǐng	please
进	jìn	to go in, to enter
坐	zuò	sit
吃	chī	to eat
喝	hē	to drink
不	bù	no, not
谢谢	xièxie	thank you, thanks

咱们走

歌词 Lyrics

jiān bìng jiān
肩 并 肩

jiǎo duì jiǎo
脚 对 脚

tóu duì tóu
头 对 头

shǒu lā shǒu
手 拉 手

zánmen zǒu zǒu zǒu
咱们 走 走 走 (4x)

tíng
停

xīgài pèng xīgài
膝 盖 碰 膝 盖

pìgu dǐng pìgu
屁 股 顶 屁 股

bèi kào bèi
背 靠 背

tuǐ pèng tuǐ
腿 碰 腿

zánmen zǒu zǒu zǒu
咱们 走 走 走 (4x)

tíng
停

bèi pèng jiān
背 碰 肩

jiān pèng tóu
肩 碰 头

tóu pèng shǒu
头 碰 手

shǒu wǎn shǒu
手 挽 手

zánmen zǒu zǒu zǒu
咱们 走 走 走(4x)

tíng
停

生词 Vocabulary

肩	jiān	shoulder
并	bìng	together with, join
脚	jiǎo	foot
对	duì	to be opposite to, to pair, to face
头	tóu	head
手	shǒu	hand
拉	lā	to hold
咱们	zánmen	us
走	zǒu	go
膝盖	xīgài	knee
碰	pèng	bump
屁股	pìgu	buttocks
顶	dǐng	to butt

背	bèi	back
腿	tuǐ	leg
靠	kào	lean on
手挽手	shǒu wǎn shǒu	arm in arm

自行车

歌词 Lyrics

wǒ qí le qí le qí le qí le zìxíng chē – wǒ qí le qí le qí le qí le zìxíng chē
我骑了骑了骑了骑了自行车 – 我骑了骑了骑了骑了自行车

wǒ qí le qí le qí le qí le zìxíng chē – wǒ qí le qí le qí le qí le zìxíng chē
我骑了骑了骑了骑了自行车 – 我骑了骑了骑了骑了自行车

wǎng zuǒ – wǎng zuǒ, wǎng yòu – wǎng yòu
往左 – 往左, 往右 – 往右

wǎng zuǒ – wǎng zuǒ, wǎng yòu – wǎng yòu
往左 – 往左, 往右 – 往右

wǎng qián zuǒ, āi yā! lái chē! tíng!
往前走, 唉呀! 来车! 停!

bǎ suǒ dǎkāi
把锁打开

bǎ zhī jià zhīkāi
把支架支开

shàng chē zhǔn bèi
上车准备

dǎ xiǎng zhe líng, líng líng líng.....
打着铃, 铃铃铃。。。。。

生词 Vocabulary

我	wǒ	I, me
骑	qí	to ride (a bike)
自行车	zìxíng chē	bicycle
往	wǎng	to go (in the direction of), towards
左	zuǒ	left
右	yòu	right

往前	wǎng qián	to go forward
唉呀	āi yā	(an interjections to express surprise or shock)
来	lái	to come, to arrive
车	chē	car, vehicle
停	tíng	to stop
把	bǎ	to hold, to grasp
锁	suǒ	lock
打开	dǎkāi	open
支架	zhījià	kickstand
支开	zhīkāi	to put up (the kickstand)
上	shàng	to go into
准备	zhǔnbèi	to prepare
响	xiǎng	to ring
铃	líng	bell (also, the sound a bell makes)

你喜欢咱们作什么？

歌词 Lyrics

nǐ xǐhuān zánmen zuòshénme?
你喜欢 咱们 做作 什么? (2x)

wǒ xǐhuān zánmen sànbù
我喜欢 咱们 散步

hǎo, zánmen sànbù
好, 咱们 散步

sànbù
散步 (14x)

nǐ xǐhuān zánmen zuòshénme?
你喜欢 咱们 做 什么? (2x)

wǒ xǐhuān zánmen pǎobù
我喜欢 咱们 跑步

hǎo, zánmen pǎobù
好, 咱们 跑步

pǎobù
跑步 (14x)

nǐ xǐhuān zánmen zuòshénme?
你喜欢 咱们 做 什么? (2x)

wǒ xǐhuān zánmen tiàowǔ
我喜欢 咱们 跳舞

hǎo, zánmen tiàowǔ
好, 咱们 跳舞

tiàowǔ
跳舞(14x)

nǐ xǐhuān zánmen zuòshénme?
你喜欢 咱们 做 什么? (2x)

wǒ xǐhuān zánmen kāichē
我喜欢 咱们 开车

hǎo, zánmen kāichē

好, 咱们 开车

kāi chē
开车(14x)

生词 Vocabulary

你	nǐ	you
喜欢	xǐhuān	like
咱们	zánmen	we, us (including the person spoken to)
做	zuò	to do
什么	shénme	what?? (2x)
我	wǒ	I, me
散步	sàn bù	to take a walk
好	hǎo	okay, good
跑步	pǎobù	run
跳舞	tiàowǔ	dance
开车	kāi chē	to drive a car

我回家呀

歌词 Lyrics

wǒ huí jiā ya
我回家呀

yǒu rén zài jiā ma?
有人在家吗

wǒ huí jiā ya
我回家呀

méi rén zài jiā
没人在家

kāi mén, jìn mén, guān mén
开门, 进门, 关门

kāi dēng, tuō xié, jìn wū
开灯, 脱鞋, 进屋

xǐ shǒu, zuò fàn, chī fàn
洗手, 做饭, 吃饭

zuò xià, kàn shū, shuì jiào
坐下, 看书, 睡觉

生词 Vocabulary

我	wǒ	I, me
回家	huí jiā	come home, return home
呀	ya	(part of speech added to end of sentence for emphasis)
有	yǒu	to have
人	rén	people, person
在	zài	at, in
家	jiā	home

吗	ma	(added to end of sentence to make a question)
开门	kāi mén	open the door
进门	jìn	enter
关门	guān mén	close the door
开灯	kāi dēng	turn on the light
脱	tuō	take off
鞋	xié	shoe, shoes
进屋	jìn wū	enter the room
屋	wū	room
洗	xǐ	wash
手	shǒu	hand, hands
做饭	zuò fàn	cook
吃饭	chī fàn	eat
坐下	zuò xià	sit down
看书	kàn shū	read a book
睡觉	shuì jiào	sleep

上下左右

歌词 Lyrics

shàng xià zuǒ yòu
上 下 左 右

qián qián hòu hòu
前 前 后 后

zhōng
中

生词 Vocabulary

上	shàng	above, on, on top, to go up
下	xià	under, below, down, to go down
左	zuǒ	left
右	yòu	right
前	qián	before, in front
后	hòu	behind, in back
中	zhōng	middle, center

游泳

歌词 Lyrics

yóu yǒng
游 泳

zài shuǐ lǐ
在 水 里

xiàng yī tiáo yú
像 一 条 鱼

dài shàng yóu mào
戴 上 游 帽

dài shàng yóu yǒng jìng
戴 上 游 泳 镜

dà jiā dōu zhǔn bèi
大 家 都 准 备

wǒ men tiào jìn shuǐ
我 们 跳 进 水

yī èr sān, tiào
一 二 三, 跳

yóu guò qù
游 过 去

yóu huí lái
游 回 来

yóu de màn
游 得 慢

yóu de kuài
游 得 快

kuài kuài kuài kuài kuài kuài kuài kuài kuài
快 快 快 快 快 快 快 快 快

生词 Vocabulary

游泳	yóu yǒng	swim
在	zài	in, at
水	shuǐ	water
里	lǐ	in
像	xiàng	like or as
一	yī	one
条	tiáo	(a measure word)
鱼	yú	fish
戴上	dài shàng	put on
游帽	yóu mào	swimming cap
游泳镜	yóu yǒng jìng	swimming goggles
准备	zhǔn bèi	prepare, get ready
大家	dà jiā	everybody
都	dōu	all
我们	wǒmen	we
跳进	tiào jìn	jump in
二	èr	two
三	sān	three
跳	tiào	jump
过去	guò qù	to go over

回来	huí lái	to come back
得	de	(a sentence particle used after a verb to show effect / degree or possibility)
慢	màn	slow
快	kuài	fast, quick

滑旱冰

歌词 Lyrics

jīntiān zǎochén wǒ qǐlái
今天 早晨 我起来

huá hànbing qùle
滑旱冰 去了

māma shuō wǒ děi xiǎo xīn
妈妈 说 我得 小心

bú yào shuāi dǎo le
不要 摔 倒了

wǒ huá ya huá ya huá ya huá ya
我 滑呀 滑呀 滑呀 滑呀

huá dé yuè lái yuè kuài
滑得 越来 越 快

wǒ huá ya huá ya huá ya huá ya
我 滑呀 滑呀 滑呀 滑呀

méi zhùyì jiù shuāi dǎo le
没 注意就 摔 倒了

shuāi le yīgè dà pìdūnr
摔 了一个大屁蹲儿 (2x)

gēbo téng, xīgài téng
胳膊疼, 膝盖疼

tóu téng, pìgu téng
头疼, 屁股疼

méi guānxi
没关系!

生词 Vocabulary

今天	jīntiān	today
早晨	zǎochén	morning
我	wǒ	I, me
起来	qǐlái	get up
没关系	méi guānxi	it doesn't matter
滑旱冰	huá hànbing	to roller skate
去了	quòle	went
妈妈	māmā	mom
说	shuō	to say, to speak
得	déi	to need to, to have to, must
小心	xiǎo xīn	be careful
不要	bú yào	don't want, don't want to
摔倒了	shuāi dǎo le	fall down
滑	huá	to skate
呀	ya	(final part of an expression)
越来越快	yuè lái yuè kuài	faster and faster
没	méi	(negative prefix for verbs) have not/not
注意	zhùyì	to pay attention
就	jiù	at once/then/right away
摔了一个大屁蹲儿	shuāi le yīgè dà pìdūnr	fall on your butt

胳膊	gēbo	elbow, elbows
疼	téng	sore
膝盖	xīgài	knee, knees
头疼	tóu	head
屁股	pìgu	buttocks
没关系	méi guānxi	it doesn't matter

转一圈

歌词 Lyrics

zhuàn yī quān
转 一 圈

zhuàn, zhuàn yī quān
转 转 一 圈

wǎng qián zǒu
往 前 走

wǎng hòu tuì
往 后 退

zánmen kāishǐ huàng
咱 们 开 始 晃

nǐu nǐu pì gu
扭 扭 屁 股

huàng
晃

tī tī tuǐ
踢 踢 腿

huàng
晃

dǒu dǒu shǒu
抖 抖 手

huàng
晃

fēi yī fēi
飞 一 飞

生词 Vocabulary

转	zhuàn	turn around
一	yī	one
圈	quān	circle, loop
往	wǎng	move in the direction of
前	qián	forward
走	zǒu	go
后	hòu	behind
退	tuì	retreat, withdraw
咱们	zánmen	us
开始	kāishǐ	begin, start
晃	huàng	shake, sway
扭	nǐu	turn, wrench
屁股	pì gu	buttocks
踢	tī	kick
腿	tuǐ	leg
抖	dǒu	shake
手	shǒu	hands
飞	fēi	fly