

Zabawy doskonalące sprawność motoryki małej

dla dzieci w wieku przedszkolnym

Drodzy Rodzice,

Ruch to niezbędny element życia każdego człowieka. Najskuteczniejszym sposobem kształtowania umiejętności motorycznych jest działanie zgodne z indywidualnym rytmem rozwoju. Takie czynności jak dotykanie, chwytanie, podnoszenie, rzucanie, przekładanie, nakładanie czy wkładanie zaspokajają ciekawość poznawczą od najmłodszych lat, a jednocześnie są treningiem przygotowującym do opanowania różnorodnych sprawności i wykorzystywania ich w późniejszym życiu.

Rozwój małej motoryki można śledzić w wieku przedszkolnym w dwóch zakresach: samoobsługi oraz rysowania i pisania. Dzieci stają się coraz bardziej samodzielne w ubieraniu (w 4.-5. r.ż. ubierają się i rozbierają bez pomocy), załatwianiu potrzeb fizjologicznych (3. r.ż.) oraz jedzeniu (4.-6. r.ż., przy czym starsze posługują się sztućcami). Dzieci w 3. r.ż. rysują rozpoznawalne kształty, a starsze stosują schematy przedmiotów i człowieka oraz potrafią skomponować rysunek przedstawiający wiele obiektów.

W opracowanym materiale znajdują się propozycje zabaw, dzięki którym dzieci poprawią swoją sprawność manualną; wzbogacają słownictwo; doskonalą pamięć; pogłębiają więź emocjonalną między rodzicem, a dzieckiem; doskonalą poczucie rytmu; rozwijają wyobraźnię i kreatywność; pomagają się zrelaksować, skoncentrować na konkretnej czynności oraz doskonalą koordynację wzorkowo- ruchową i słuchowo-ruchową.

Zabawy rozwijające sprawność manualną powinny pojawiać się w domu i przedszkolu każdego dnia. Systematyczny trening paluszków połączony z ruchem całego ciała, to sprawdzony sposób na dobre przygotowanie dziecka do podjęcia nauki w szkole.

Drogie Dzieci zaproście teraz Rodziców do wspólnej zabawy.

Propozycja zabaw do przeprowadzenia w domu

I. Zabawy paluszkowe

Zabawy paluszkowe można wykonywać zarówno w pozycji siedzącej, jak i stojącej i niemal w każdym momencie. W zabawach z wykorzystaniem wierszyków istnieje prosta i intuicyjna zasada, polegająca na animowaniu tekstu wiersza za pomocą odpowiednich ruchów palców lub poprzez ekspresyjną recytację. W rymowankach, w których następuje wyliczanie, uczestnicy wskazują kolejne palce, rozpoczynając zwykle od kciuka.

Żółwik

Przebieg

To jest żółwik mały, *(dzieci pokazują pięść z wyciągniętym kciukiem)*

Ma dom doskonały. *(poruszają piąstką w lewo i w prawo)*

Mieszka w nim wygodnie, *(obracają pięść)*

Mieści się w nim cały. *(chowają kciuk)*

Gdy jest bardzo głodny, *(cmokają)*

Wychodzi z domu swego, *(wysuwają kciuk)*

Potem szybko wraca *(chowają kciuk)*

D domku wygodnego. *(obracają pięść)*

Zamek i pałac

Przebieg

Na wysokiej górze *(dzieci wyciągają rękę przed siebie, palce są zaciśnięte w piątkę)*

Stoi zamek mały. *(prostują palce, wyciągając je ku górze)*

Każdy chce w nich mieszkać *(obracają dłoń w jedną i drugą stronę)*

Bo jest piękny cały.

W każdej wieży zamku *(poruszają kolejnymi palcami)*

Rycerz w oknie stoi.

Ilu jest rycerzy?

Licz ze mną powoli *(dzieci dotykają kolejnych palców, licząc głośno)*

A na drugiej górze *(dzieci wyciągają rękę przed siebie, palce są zaciśnięte w piątkę)*

Stoi zamek mały. *(prostują palce, wyciągając je ku górze)*

Każdy chce w nich mieszkać *(obracają dłoń w jedną i drugą stronę)*

Bo jest piękny cały.

W każdej wieży zamku (*poruszają kolejnymi palcami*)

Księżniczka w oknie stoi.

Ile jest księżniczek?

Licz ze mną powoli. (*dzieci dotykają kolejnych palców, licząc głośno*)

Biedronka

Przebieg

Pogubiła swoje kropki biedroneczka mała. (*dzieci poruszają piąstką w prawo i lewo*)

Więc zabrała się do pracy i kropek szukała. (*poruszają piąstką, wykonując ruchy obrotowe*)

Pierwsza była w trawie (*wystawiają kolejne palce zaczynając od kciuka*)

Druga obok w stawie,

Trzecia wpadła do koszyka,

Czwarta siadła na patykach.

Piąta fruwa koło rzeczki.

I znalazły się kropeczki. (*poruszają wszystkimi palcami*).

Idą mrówki

Przebieg

Idą sobie mrówki dróżką,

Pierwsza mrówka tupie nóżką, (*uderzamy małym palcem o podłogę*)

Druga mrówka tupie nóżką, (*uderzamy palcem serdecznym o podłogę*)

Trzecia mrówka tupie nóżką, (*uderzamy palcem środkowym o podłogę*)

Czwarta mrówka tupie nóżką, (*uderzamy palcem wskazującym o podłogę*)

Potupały, potupały (*uderzamy czterema palcami o podłogę*)

I w mrowisku się schowały (*zamykamy palce w piątkę i kładziemy piątkę na podłodze*)

Auto

Przebieg

Auto do myjni przyjechało, (*wykonujemy ruch rotacyjny nadgarstka otwartą dłonią*)

Bo się umyć ładnie chciało.

Umyto:

Pierwsze koło podstawowe, (*dotykamy małego palca*)

Drugie koło podstawowe (*dotykamy serdecznego palca*)

Trzecie koło podstawowe (*dotykamy środkowego palca*)

Czwarte koło podstawowe (*dotykamy wskazującego palca*)

Piąte koło zapasowe (*dotykamy kciuka*)

Dwie ręce, dziesięć palców

Przebieg

Ja dziesięć palców mam, (*pokazujemy dłonie z wyprostowanymi palcami*)

Na pianinie gram. (*naśladujemy grę na pianinie*)

Ja dwie ręce mam, (*pokazujemy dłonie*)

Na bębenu gram. (*naśladujemy grę na bębenu*)

Pada deszczyk

Przebieg

Pada deszczyk, pada, pada, (*Uderzamy palcem o podłogę lub o stolik*)

coraz prędzej z nieba spada. (*Przebieramy wszystkimi palcami.*)

Jak z konewki woda leci, (*Uderzamy całymi dłońmi o podłogę.*)

A tu błyskawica świeci... (*Klaszczemy w dłonie nad głową.*)

Grzmot !!! (*uderzamy piąstkami o podłogę.*)

Ołówek

Cel: doskonalenie sprawności dłoni i palców

Pomoce: ołówek

Przebieg:

Trzymamy ołówek w powietrzu za jeden koniec piszącą ręką. Staramy się ruchami palców przesunąć ołówek tak, by chwycić za drugi koniec. W ten sam sposób wracamy do pierwotnej pozycji.

Naklejka

Cel: doskonalenie sprawności dłoni i palców

Pomoce: taśma klejąca/naklejka/ plaster

Przebieg:

Przyklejamy pasek taśmy klejącej do opuszka palca wskazującego tak, by mały kawałek taśmy wystawał. Kolejno próbujemy odkleić taśmę poszczególnymi palcami tej samej ręki, powtarzamy z drugą ręką.

Maszyna do pisania

Cel: doskonalenie sprawności ręki

Przebieg:

Kładziemy na stole obie dłonie i przedramiona, uderzamy o stół jak o klawisze, dość mocno, każdym palcem z osobna.

II. Zabawy z nakrętkami

Nakrętkowa orkiestra

Cel: doskonalenie poczucia rytmu

Pomoce: nakrętki

Przebieg:

Dzieci wybierają po dwie nakrętki. Uderzają nakrętkami o siebie, wystukując rytm ćwierćnutowy. Dzieci mogą także jednocześnie grać i recytować wiersz.

Na nakrętkach sobie gramy,
Bardzo głośno rytm stukamy.
Teraz cicho rytm stukamy,
Kiedy razem sobie gramy.

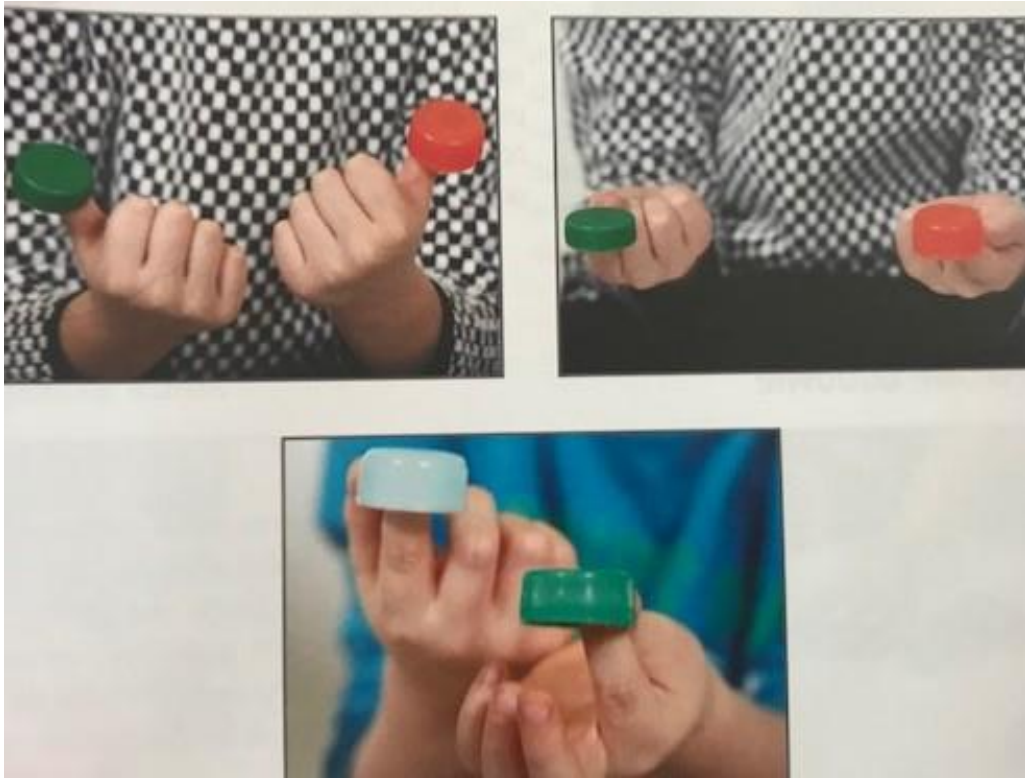
Czapeczki dla paluszków

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej

Pomoce: nakrętki

Przebieg:

Dzieci nakładają na palce nakrętki starają się utrzymać je przez chwilę.



Paluszki jeżdżą

Cel: doskonalenie poczucia rytmu oraz sprawności motoryki małej

Pomoce: nakrętki

Przebieg:

Dzieci siedzą na podłodze i kładą nakrętki przed sobą. Przy dowolnym podkładzie muzycznym „jeżdżą” palcami z nakrętkami kreślą dowolne wzory.



Kolorowe rytmy

Cel: doskonalenie poczucia rytmu, sprawności motoryki małej, koordynacji słuchowo-ruchowej

Pomoce: nakrętki

Przebieg:

Dzieci wybierają nakrętki i układają je w różnych konfiguracjach na podłodze. Następnie uderzają rytmicznie palcem nakrętki zgodnie z kolorem podanym przez osobę dorosłą.

Z kamienia na kamień

Cel: sprawności motoryki małej, koordynacji słuchowo-ruchowej

Pomoce: nakrętki

Przebieg:

Dzieci siedzą na podłodze i ustawiają przed sobą kilka nakrętek. Następnie „przeskakują” kolejno każdym palcem po kolorowych kamieniach, mówiąc głośno: hop.

III. Zabawy z klamerkami

Pstrykacze

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej

Pomoce: klamarki

Przebieg:

Dzieci chwytają palcami klamerki przy samej końcówce, a następnie pstrykają nimi przed siebie (można pstrykać na odległość kto dalej).

Uwaga!

Należy zwrócić uwagę na bezpieczeństwo dzieci!

Klamerki

Cel: doskonalenie pamięci i sprawności motoryki małej

Pomoce: klamerki

Przebieg:

Dorosły razem z dzieckiem mówi i jednocześnie wykonuje wypowiedziane czynności.

Klamerki chwytamy,

Trzymamy i puszczamy.

I znowu chwytamy,

Czasem też pstrykamy.

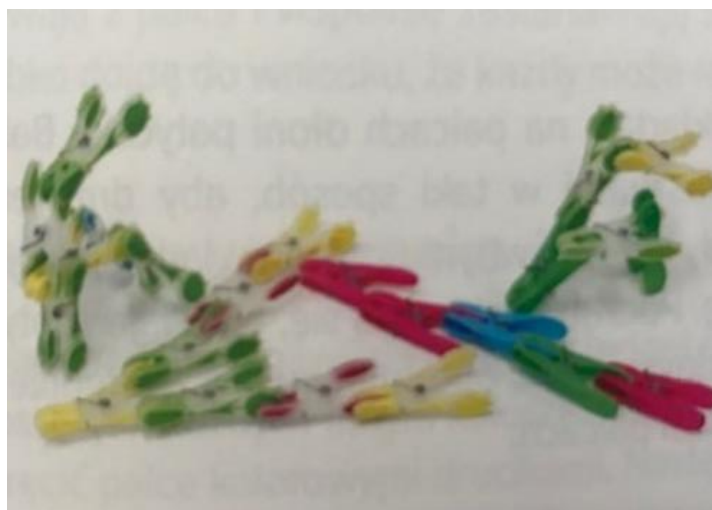
Klamerkowe dziwaki

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej, rozwijanie kreatywności i wyobraźni

Pomoce: klamerki

Przebieg:

Dzieci łączą ze sobą klamerki, tworząc zabawne kształty, np., zwierzaków.



Chwytacze kulek

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej

Pomoce: klamerki, pomponiki/ kulki z bibuły/ wata

Przebieg:

Dzieci używają klamerki jako narzędzia do chwytania pomponików, kulek z waty, bibuły.

Układają z nich kolekcje według kolorów lub tworzą rytmy.



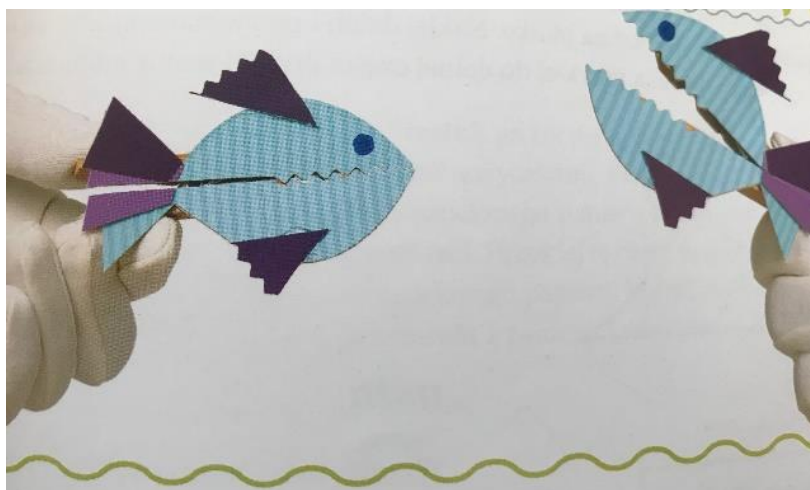
Klamerkowa rybka

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej, rozwijanie kreatywności i wyobraźni

Pomoce: Klamerka, papier, nożyczki, klej

Przebieg:

Z niebieskiego papieru wytnij rybkę. Przetnij ją na dwie części. Z innego koloru wytnij płetwy, ogon i przyklej je. Na jednej części namaluj oko. Gotowe części ryby przyklej do ruchomych połówek spinacza, tak aby do siebie pasowały.



Organizer

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej, rozwijanie kreatywności i wyobraźni

Pomoce: klamerki, papier-tektura, farby, pędzelek, nożyczki, klej

Przebieg:

Na tekturce narysuj duży krąg . Najlepiej odrysować go od miski. Wycinamy narysowane koło. Od mniejszej miski odrysowujemy okrąg wewnątrz wyciętego koła. Powinna powstać obręcz szerokości około 2 cm. Wycinamy nożyczkami środkowe koło i malujemy powstałą obręcz. Ozdabiamy spinacze według własnego pomysłu. Po wyschnięciu przyklejamy spinacze w równych odstępach tak, by część do chwytania znajdowała się na zewnątrz.



A może macie własną propozycję zabawy z wykorzystaniem klamerek? Jeśli tak zachęcam Was do podzielenia się ze mną taką zabawą. Opis zabawy i zdjęcie możecie przesłać na adres mailowy: agncup6873@edu.wroclaw.pl

IV. Inne zabawy

Paluszkowy obrazek - mieszalnik barw

Cel: doskonalenie sprawności motoryki małej, rozwijanie kreatywności i wyobraźni, utrwalenie nazw kolorów oraz sposobu powstawania barw pochodnych

Pomoce: farby, paleta/talerzyk, wilgotne chusteczki higieniczne, kartony.

Przebieg:

Uwaga! Wasze dłonie będą dzisiaj mieszalnikami. Włączamy maszynę! Do dzieła!

Dzieci wyciskają farby w barwach podstawowych (żółta, czerwona, niebieska) na talerzyk. Należy umoczyć w nich opuszki wybranych trzech palców. Każdy z nich trzeba przy tym włożyć do innego koloru. Po przyłożeniu palców do kartonu, na papierze powstają punkciki w jednym z trzech kolorów. Ich barwy można łączyć przez stawianie różnymi palcami plamek (jednej obok drugiej), np. czerwonych i żółtych. Dopiero, gdy popatrzymy na nie z pewnej odległości, wydają się one tworzyć pomarańczową całość. Na malowanych w ten sposób obrazach pojawiają się fantastyczne wzory i kombinacje kolorów powstałe w wyniku mieszania wielorakich barw.

Ile tu kolorów! Mieszalnik wykonał swoją pracę na szóstkę! Który z kolorów podoba Wam się najbardziej? Z Czym Wam się on kojarzy? Kiedy łatwiej tworzyło się nowe kolory: gdy farby były gęste czy nieco rozrzedzone?

V. Zabawy z masami plastycznymi

Cel: doskonalenie sprawności manualnych, koordynacji, koncentracji, rozwijanie wyobraźni

Ciecz nienewtonowska

Pomoce: mąka ziemniaczana (ilość dopasowana do naszych potrzeb), woda (najlepiej dwa razy mniej, niż mąki), opcjonalnie barwnik, miska

Przebieg:

Wsypcie mąkę do wody (nie odwrotnie!) i dodajcie barwnik (albo np. kolorowe kawałki krepy) - opcjonalnie, bez barwnika też będzie świetna zabawa.

Piankolina

Pomoce: pianka do golenia, mąka ziemniaczana, barwnik naturalny lub spożywczy, miska

Przebieg:

Do miski wyciskamy piankę do golenia. Dodajemy kilka kropli barwnika i mieszamy wszystko ze sobą. Dosypujemy do piany mąkę – zaczniemy od niewielkiej ilości, potem stopniowo dosypujemy jej więcej aż do momentu uzyskania masy, którą można kształtować.

Piasek księżycowy z mąki

Pomoce: mąka, olej lub oliwka, miska

Przebieg:

Do miski wysypujemy 8 szklanek mąki, dodajemy 2 szklanki oleju i mieszamy wszystko ze sobą. Możemy dodać barwnik lub skruszoną kredę.

Masa porcelanowa

Pomoce: mąka ziemniaczana, wikol, sok z cytryny, oliwka

Przebieg:

Do dużej miski wsypujemy mąkę ziemniaczaną, wlewamy klej wikol (tyle samo jednego i drugiego produktu), dodajemy dwie łyżki cytryny oraz dwie łyżki oliwki. Teraz wszystko razem mieszamy łyżką. Gdy ciasto zacznie się razem łączyć zagniatamy je dłońmi.

Opracowanie:

Agnieszka Cupiał-Jakubowska

nauczyciel wychowania przedszkolnego, oligofrenopedagog

Przedszkole nr 77 „Tęczowe Siódemki i Przedszkole nr 146 „Wyspa Dzieci”

Literatura:

B. Harwas-Napierała, J. Trempała „Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka rozwoju człowieka. Tom I”

K. Sąsiadek „Zabawy Paluszkowe”

A. Winczewska „Widzę, słyszę, czuję... Zabawy aktywizujące zmysły kilkulatków”
K. Piotrowska-Madej, A. Żychowicz „Smart Hand Model. Diagnoza i terapia ręki u dzieci”
M. Koc „Pokazywane wierszyki i zabawy paluszkowe czyli jak rozwijać mowę i sprawność manualną dziecka”
E. Kędzior „Akademia pomysłów. Zrób to sam”
J. Gózdź „Dzieci to lubią”

<https://mojedziecikreatywnie.pl/2018/02/masy-plastyczne-dla-dzieci-diy/>