**Zabawy paluszkowe w przedszkolu i w domu.**

Dzieci od najmłodszych lat interesują się swoim ciałem. Młodsze dzieci bardzo chętnie poznają swoje rączki i paluszki, śledzą wzrokiem ich ruch, wkładają do buzi. Starsze powtarzają pewne ruchy, łączą je w całość. To czego nauczą się, doświadczając i bawiąc się dłońmi, ułatwią im funkcjonowanie w późniejszym wieku dziecięcym oraz w wieku dorosłym. Sprawne ręce ułatwią dzieciom naukę ubierania się, manipulowania różnymi przedmiotami, pisania i rysowania. Dzieci potrzebują jednak do tego poznawania świata, towarzyszy zabaw, którzy będą im towarzyszyć w rozwoju. Takimi towarzyszami mogą być rodzice, dziadkowie, rodzeństwo.

Jedną z metod znaną od wielu lat, przekazywaną z pokolenia na pokolenie, są zabawy paluszkowe. Charakterystyczną cechą tych zabaw jest to, że dorośli wypowiadają daną rymowankę ilustrując ją za pomocą palców, czy rąk, a dzieci te ruchy powtarzają. Zabawy te przysparzają zarówno dzieciom jak i dorosłym wiele radości. Są bardzo przez nich lubiane. Podczas zabaw paluszkowych, dziecko poznaje różne rodzaje ruchów i możliwości ich łączenia. Opanowuje je bez większego wysiłku, dzięki wielokrotnemu powtarzaniu.

Jednym z celów zabaw paluszkowych jest nawiązanie bliskiego, fizycznego kontaktu dziecka z rodzicem oraz prowadzenie z nim dialogu. Pozytywny emocjonalny kontakt nawiązywany z osobą bawiącą się, korzystnie wpływa na ogólny rozwój dziecka. Poprzez zabawy paluszkowe dziecko uczy się słuchania treści wierszyków i historyjek, poznaje nowe słownictwo. W tym miejscu proponuję posłuchać rozmowy z logopedą i pedagogiem: <https://www.youtube.com/watch?v=1-7oKyZCQXQ&t=15s>. Rozwój zdolności motorycznych ma więc pozytywny wpływ na rozwój mowy, ćwiczenia rąk, ramion i palców. Dziecko przyswaja sobie umiejętność naśladowania, a tym samym usprawnia dłonie i palce, czyli podnosi swoją sprawność manualną. Natomiast śledząc ruchy rąk dorosłego ćwiczy percepcję wzrokową i koncentrację uwagi. Do pewnego stopnia mowa dzieci rozwija się pod wpływem impulsów pochodzących z ich ruchów palców.

Niewątpliwą zaletą tych zabaw jest to, że możemy bawić się nimi wszędzie, nie potrzeba specjalnego miejsca, aby je przeprowadzić. Dzięki temu mogą się okazać bardzo przydatne w podróży, w poczekalni u lekarza, czy też wszędzie tam, gdzie nie ma zabawek.

Jednak najważniejsze w wypadku zabaw paluszkowych jest to, że dzięki zabawnej formie wierszyków i prostej możliwości zilustrowania ich gestem, zarówno dzieciom, jak i dorosłym dostarczają wiele radości.

**Przykłady wyliczanek i wierszyków dla dzieci:**

1. Najprostsza wyliczanka

Idzie rak, nieborak (*Palcami udajemy, że idziemy po ciele dziecka)*  
Jak uszczypnie, będzie znak! (*na słowo „znak” łaskoczemy malucha).*

2. Wyliczanka z członkami rodziny

W tej wyliczance po kolei pokazujemy palce, każdy nasz palec obrazuje jednego członka rodziny. Zaczynamy od kciuka:  
Ten pierwszy to dziadziuś,  
A przy nim babunia.  
Największy to tatuś,  
A przy nim mamunia  
A to ja dziecinka mała,  
I oto moja rodzinka cała.

3. Klasyczna wyliczanka o sroczce

Trzymamy dłoń dziecka, by odkryte było jej wnętrze. Swoim palcem wskazującym delikatnie pukamy wewnątrz dłoni malucha i mówimy:  
Tu, tu sroczka kaszkę warzyła, dzieci swoje karmiła:  
Pierwszemu dała na miseczce, (*łapiemy mały paluszek dziecka)*drugiemu dała na łyżeczce*,(łapiemy drugi paluszek)*  
trzeciemu dała w garnuszku,(*łapiemy trzeci paluszek)*czwartemu dała w dzbanuszku, *(łapiemy za czwarty paluszek)*a piątemu nic nie dała (chwytamy kciuk dziecka)  
i frrrrrr… do lasu poleciała *(nagle zabieramy rękę i pokazujemy, jak odlatuje sroczka).*

4. Wyliczanka z partiami ciała

W tej wyliczance, dotykamy palcem poszczególnych części ciała dziecka, które opisujemy:  
Tu paluszek, tu paluszek *(dotykamy paluszków dziecka)*Kolorowy mam fartuszek *(pukamy delikatnie w brzuszek dziecka)*Tu jest rączka *(dotykamy rączek dziecka)*A tu druga  
A tu oczko do mnie mruga *(zakrywamy oczko dziecku)*Tu jest buzia *(dotykamy w okolice ust dziecka)*Tu ząbeczki (*odchylamy bródkę dziecka, by otworzyło buzię)*  
Tam wpadają cukiereczki.

5. Wyliczanka z pieskami

Wszystkie pieski spały *(zaciskamy maluchowi piąstki lub pokazujemy swoje)*Pierwszy obudził się ten mały *(otwieramy mały paluszek)*Mały obudził średniego, który spał obok niego *(otwieramy drugi paluszek).*Gdy średni już nie spał, to duży też przestał *(otwieramy trzeci palec).*Trzy pieski się bawiły, czwartego obudziły *(otwieramy czwarty paluszek).*Cztery pieski szczekały, piątemu spać nie dały *(otwieramy kciuk i machamy całą dłonią).*

6. Kosi, kosi łapci

Bierzemy w swoje dłonie rączki dziecka i delikatnie klaszczemy:  
Kosi, kosi łapci, pojedziem do babci.  
Babcia da nam mleczka a dziadek jajeczka.  
Kosi, kosi łapci pojedziem do babci,  
od babci do cioci, ciocia da łakoci.  
Kosi kosi łapci, pojedziem do babci,  
od babci do mamy, mama da śmietany.

7. Wyliczanka o kominiarzu

Idzie kominiarz po drabinie, fiku miku już w kominie!

8. Wyliczanka „palce do palców”

Gdy się rączki spotykają, *(dotykamy dłońmi rączek dziecka)*  
to od razu się witają. *(pocieramy, ściskamy, przybijamy piątkę, udajemy całusy)*Gdy się kciuki spotykają, *(dotykamy kciukami kciuki dziecka)*  
to od razu się witają.(*pocieramy, ściskamy, przybijamy piątkę, udajemy całusy)*  
Gdy się palce spotykają *(dotykamy palcami palców dziecka),*  
to od razu się witają *(pocieranie, ściskanie, przybicie piątki lub całus).*

9. Wyliczanka o samochodziku

Bierzemy w swoją dłoń rączkę dziecka:  
Auto do myjni przyjechało, bo się umyć ładnie chciało.  
Umyto:  
Pierwsze koło podstawowe *(głaszczemy mały palec),*Drugie koło podstawowe *(głaszczemy drugi palec),*Trzecie koło podstawowe *(głaszczemy trzeci palec),*Czwarte koło podstawowe *(głaszczemy czwarty palec),*Piąte koło zapasowe *(głaszczemy kciuk).*

Przedstawione wyżej wierszyki i wyliczanki to tylko kilka przykładów.

Inne propozycje znajdą państwo na:

* stronach www.:

<https://lovi.pl/porady/zdrowie-i-rozwoj/zabawy-paluszkowe-dla-dzieci---poznaj-przyklady-zabaw>;

<http://przedszkole3.hajnowka.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=206:zabawy-palu>

<https://zabawkiprogresywne.pl/content/6-motoryka-mala-zabawy-paluszkowe>

* w pozycjach książkowych tj. np.:

,,Całkiem nowe zabawy paluszkowe” - *Aneta Winczewska, Piotr Winczewski*

,,[Zabawy paluszkowe](https://aros.pl/ksiazka/zabawy-paluszkowe)” -  [Krzysztof Sąsiadek](https://aros.pl/autor/Krzysztof+S%B1siadek/0),

,,[Paluszkami tak i siak. Zabawy paluszkowe z wierszykami](https://aros.pl/ksiazka/paluszkami-tak-i-siak)” -  [Małgorzata Barańska](https://aros.pl/autor/Ma%B3gorzata+Bara%F1ska/0),

,,Pokazywane wierszyki i zabawy paluszkowe, czyli jak rozwijać mowę i sprawność manualną dziecka’’- [Koc Małgorzata](https://www.eduksiegarnia.pl/s/11206,koc-malgorzata)

,,Przytulanki czyli wierszyki na dziecięce masażyki” - Marta Bogdanowicz

Anna Jucha.