

Zabawy paluszkowe - 9 wyliczanek i wierszyków dla dzieci, które warto znać

2018-02-23 Anna Kuliberda



Autor: thinkstockphotos.com

Zabawy paluszkowe są uwielbiane przez małe dzieci, a na dodatek wspaniale wpływają na ich rozwój. Poznaj najlepsze przykłady wyliczanek i wierszyków dla dzieci. Czas spędzony na zabawach paluszkowych jest pełen radości!

Na czym polegają zabawy paluszkowe?

Zabawy paluszkowe to forma ruchowych zabaw z najmłodszymi dziećmi. Do zabawy wykorzystuje się głównie dłonie – swoje i [dziecka](#). Najważniejszy w tej aktywności jest dotyk. Bawiąc się w ten sposób, dotykamy rączek, twarzy, głowy dziecka. W parze z dotykiem idzie równocześnie dźwięk głosu, bo zabawom paluszkowym towarzyszy mówienie lub śpiewanie. Dla malucha to nie tylko atrakcyjna rozrywka, która go angażuje do udziału, ale również przyjemna bliskość.

Zalety zabaw paluszkowych

Zabawy paluszkowe mają dobroczynny wpływ na [rozwój dziecka](#). Doskonałą one czynności ruchowe malucha. Dzięki nim dzieci szybciej uczą się zręczności, refleksu, koncentracji i zwinności. Zabawy te to świetny sposób na ćwiczenie tzw. małej motoryki. Pozytywnie wpływają na [sprawność manualną dziecka](#).

Dzięki wierszykom i piosenkom wykorzystywanym do zabawy, [mowa dziecka](#) postępuje szybciej. Ważna jest również więź emocjonalna, jaka zacieśnia się między maluchem a dorosłym podczas spędzania czasu w ten sposób. Logopedzi zwracają ponadto uwagę na podstawy komunikowania się, jakich uczą te zabawy. To najlepszy wstęp do kolejnych ćwiczeń rozwojowych.

Dla kogo zabawy paluszkowe?

Zabawy paluszkowe to rozrywka dla każdego dziecka.

Można się w nie bawić nawet z [niemowlęciem](#). To nic, że na początku może być w tych zabawach biernym obserwatorem, ale powtarzalność czynności z pewnością wkrótce zachęci je do współuczestnictwa. Z wiekiem dzieci opanowują wierszyki i piosenki towarzyszące zabawom paluszkowym, dlatego z upływem czasu zabawa staje się jeszcze ciekawsza.

Możliwości zabaw paluszkowych jest dużo. Istnieje kilkadziesiąt rymowanek i piosenek, którymi można się w ten sposób bawić. Dobrze jest na początek tej przygody wybrać te najprostsze i najkrótsze (np. idzie rak nieborak, kokoszka kaszkę warzyła), które skupią uwagę niemowlęcia na niedługi czas, a z wiekiem dziecka proponować coraz bardziej zaawansowane wyliczanki, które będzie ono w stanie zapamiętać i zrozumieć.

Zobacz także:

[15 zabaw wspierających rozwój niemowlaka](#)

[Motoryka małej ręki, czyli ćwiczenia dłoni i paluszków](#)

[Co robić, by usprawnić rękę dziecka? \[3 porady\]](#)

Polecamy

materiał partnera

Miękkie zwierzątka – książeczka aktywizująca od Fisher-Price® to fascynująca przygoda sensoryczna dla Twojego dziecka. Mięciutka książeczka ma 5 stron



poświęconych zwierzątkom, na każdej z nich maluch znajdzie wspaniałą, rozwijającą zmysły zabawę. Będzie mógł godzinami bawić się tą mięciutką książeczką dzięki szeleszczącej stronie, dużemu

Autor: materiały prasowe

lusterku do odkrywania własnej buzi, listkowi „a kuku”, gryzaczce w kształcie koali i innym przyciągającym uwagę elementom. Książeczka może stać samodzielnie, gdy dziecko podpira się podczas zabawy na brzuszku. Milutki miś przyjaciel jest też doskonały do tulenia.

[Kup teraz](#)

Przykłady wyliczanek i wierszyków dla dzieci

1. Najprostsza wyliczanka

Idzie rak, nieborak (Palcami udajemy, że idziemy po ciebie dziecko)

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 (chwytny 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 czekały, 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! (tu potrzebne jest pokazywanie kominiarza na palcach).

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).