Prstové hry

Než se dětské ručičky promění v ten nejuniverzálnější pracovní nástroj, musí prodělat dlouhou cestu. Krásné české slovo zručnost vystihuje nejen dovednost prstů a ruky, ale řadu dalších schopností, které s vývojem drobných svalů v ruce souvisí. Představuje větší koordinaci oka s pohybem, odráží úroveň řečových a tím také myšlenkových schopností. Ruka je mapou celého našeho organismu, prochází jí energetické toky a nervové dráhy. V prstech je nejvíce nervových zakončení jakožto čidel hmatu. Dosud sloužily dítěti jako hlavní pomocník v orientaci ve světě. Poznávalo jimi nejen své nejbližší okolí, ale hodnotilo pravdivost materiálů, teplotu vztahů a jistotu pevných hranic.

Dítě si s rukama umí hrát už od kolébky. Jistě rádo přistoupí i na hry, které zde nabízíme. Využíváme je k odpoutávání pozornosti od případných stresů, k příjemnému překlenutí nutných čekacích dob, nebo k soustředění a zklidnění. Zaměstnávání dětských prstů ve spojení s říkankou plní navíc nenásilně výukovou funkci. Pomáhá i jako rytmizující léčebný prostředek při lehkých dětských onemocněních. Především jsou hravě přirozenou prevencí řečových schopností a šetrnou korekcí vývojových vad. Vždy je však nutnou podmínkou, abychom dítě do nich nenutili, aby se zapojovalo spontánně, aby se radost z výkonu nestala předváděcím artiklem pro návštěvy.

Připomínáme možnost dalších her s rukou, které nemusí být přímo spojeny s říkankami a ovlivňují blahodárně dětskou fantazii. Jsou to různé hry v kruhu s podáváním přiměřeného předmětu (kaštan, jablíčko, kamínek,..). Nebo pohlížení skrze okénko z prstů na svět (oblaka, příroda, kamarádi..). Předškoláci si oblíbí prstové divadlo, na které jim ze starých rukavic, nebo z filcu vyrobíme jednoduché loutky. Mohou si tak opakovat známé pohádky, nebo vytvářet vlastní děj.Příliš neposedné děti uklidní manipulace s masážní kuličkou (kamínkem, hmatkou..) k potřebnému překlenutí delších statických momentů.

Na závěr ještě připomeňme blahodárnost používání voskových kubusů při dětském kreslení. Podporuje rovnoměrně rozvoj drobných svalů ruky, častou přeměnou polohy v ruce nenamáhá jen jednu skupinu svalů, jako při držení tužky. To je potřebné až pro školní věk.

Ve výběru vycházím jednak z tradičních her, zapsaných už v dobách národního obrození, z našich autorů, hlavně z nápadů, prověřených praxí v mateřských školách a při výchově vlastních dětí.

Hana Hajnová

Příklad:

Vrní, vrní kolovrátek	velké boční kruhy celými pažemi
zejtra bude velkej svátek	otáčení kolem osy těla
a pozejtří ještě větší	otáčení na druhou stranu
našim dětem metla svědčí	připažování s tlesknutím o stehna

Navíjím klubíčko nití,	pohyb navíjení - zápěstí
budu si kabátek šíti.	rozpažit - ramena
Navlékám, navlékám jehličku,	pohyb navlékání- zápěstí
potom si ušiju sukničku	zatočit se kolem své osy

* * *

Z Holandska

Stavím, stavím věž,	pěsti dávat na sebe až kam dosáhneme
po schodech tam běž.	(možno vylézt na židličku)
A v té věži visí zvonec,	spojené paže se kývají
jak zazvoní tak je konec.	rychle se dotknout dlaněmi o zem

* * *

Ene bene cukr kňoura	postupně se rukama dotýkat hlavy, ramen, kolen, nártů
Janta ranta pumpa ďoura	zrychlovat podle zdatnosti dětí
Hýky fíky tajtrlíky	předloktím zatočit jako mlýnem
Malec palec ven !	spojit malíky, palce, rychle rozpažit (také rozpočitadlo)

* * *

Prsty, prsty, prsty,	přikládat postupně prsty špičkami k sobě
mám vás všechny v hrsti!	nakonec stisknout v pěsti.

* * *

Byla jedna babka,	napodobit vázání šátku
prodávala jabka.	přendávání jablek do košíku
Za děravý groš	kolečko palcem a ukazovákem
prodala jich koš .	kolečko z paží

Na vysoké jedli	mávají prsty obou rukou v prostoru
dva holoubci sedli.	ruce přistanou na hlavě
Líbezně si povídali	z prstů obou rukou pohybující se zobáčky
pak se zase zvedli.	třepetající se prsty opisují křivky letu

* * *