



CÁC TRÒ CHƠI LUYỆN TAY CHO TRẺ NHỎ

By [canthiepsom](#)

Một số bài tập luyện tay cho trẻ



Trò chơi: “Bàn tay của em”

Mục đích: **Bài tập luyện vận động từng ngón tay riêng lẻ, phối hợp** nhịp nhàng hai bàn tay với lời ca và nhịp nhạc. Luyện hành động xếp tương ứng 1 đối 1.

Cách chơi: Cách 1:

Cho trẻ vận động từng ngón tay của một bàn tay sau đó vận động nhịp nhàng hai bàn tay. Mỗi lời hát đi kèm với vận động của một ngón tay.

Cách 2:

Cho trẻ xếp tương ứng một đối một: mỗi ngón tay của bàn bên này với một ngón của bàn bên kia. Hai ngón cái chạm vào khi hát câu “đây là anh cả”. Hai ngón trỏ chạm vào nhau khi hát câu “anh hai chỉ đường”. Hai ngón giữa chạm vào nhau khi hát câu “anh ba cao nhất”. Hai ngón áp út chạm vào nhau khi



TRUNG TÂM GIÁO DỤC HÒA NHẬP TRẺ EM

hát câu “anh tư thấp hơn”. Hai ngón út chụm vào nhau khi hát câu “bé nhất út con”. Hai cánh tay vung rộng ra hai bên khi hát câu cuối.

Trò chơi “Cáo đi kiếm mồi”

Mục đích: **Luyện vận động của các ngón cầm bút, luyện âm “r”.**

Cách chơi: Ngón trỏ và ngón giữa bàn tay phải làm chân cáo, mu bàn tay trái làm con đường. Hai ngón tay chuyển động như bước đi. Vừa làm động tác vừa nói: “Con cáo đói, đi tìm mồi, nó rón rén, rón rén, rón rén...”

Trò chơi “Giấu tay”

Mục đích: **Luyện vận động của các ngón tay cầm bút. Phát triển khả năng giao tiếp.**

Cách chơi: Vừa làm động tác vừa đọc đồng dao (một bé trai đứng đối diện 1 bé gái)

Này cô bé, này cậu bé (chỉ tay về phía người đối diện)

Những ngón tay ở đâu rồi? (tay người này giấu trên vai người kia)

Chúng ngồi trên đồi cao lắm (những ngón tay gãi vào vai người đối diện)

Chúng ngắm mặt trời buổi chiều (2 bàn tay của hai bạn chơi vẫn tiếp tục gãi nhẹ vào vai nhau)

Oi là la ối là la (2 bàn tay của hai bạn chơi đập vài cái vào nhau).

Trò chơi “Ngón chân nhúc nhích”

Mục đích: **Phát triển các cơ nhỏ của bàn chân, bàn tay, phối hợp cử động tay và chân.**

Cách chơi: Vừa đọc đồng giao vừa làm động tác:

Một ngón chân nhúc nhích này (cầm ngón chân và lắc nhẹ theo nhịp thơ);

Hai ngón chân nhúc nhích này (cầm ngón chân nữa và lắc nhẹ theo nhịp thơ);

Ba ngón chân nhúc nhích khiến ta vui rồi (cầm ngón chân nữa và lắc nhẹ theo nhịp thơ);

Lần chơi lại thay ngón chân bằng ngón tay.

Trò chơi “Cua bò”

Mục đích: **Luyện vận động của các ngón tay trong cả hai bàn tay.**

Cách chơi: Ngồi tự do hoặc ngồi vòng tròn. Hai ngón cái móc vào nhau, những ngón còn lại xòe ra hai hướng như tám cái chân cua. Vừa đọc đồng giao vừa chuyển động cả hai bàn tay theo chiều dọc hoặc chiều ngang của mặt phẳng trước mặt. Các ngón tay làm chân cua phải co duỗi liên tục như cua đang bò.

Con cua tám cẳng hai càng,

Chẳng đi mà lại bò ngang cả ngày.



TRUNG TÂM GIÁO DỤC HÒA NHẬP TRẺ EM

Lúc đầu chuyển động của bàn tay chậm về sau đọc đồng dao nhanh hơn và chuyển động cũng nhanh hơn.

Trò chơi “Tay đâu”

Mục đích: Luyện vận động của các ngón tay cầm bút. Phát triển khả năng giao tiếp.

Cách chơi: Vừa làm động tác vừa đọc đồng dao (một bé trai đứng đối diện 1 bé gái)

Này cô bé, này cậu bé (chỉ tay về phía người đối diện)

Những ngón tay ở đâu rồi? (tay người này giấu trên vai người kia)

Chúng ngồi trên đồi cao lắm (những ngón tay gãi vào vai người đối diện)

Chúng ngắm mặt trời buổi chiều (2 bàn tay của hai bạn chơi vẫn tiếp tục gãi nhẹ vào vai nhau)

Oi là la ối là la (2 bàn tay của hai bạn chơi đập vài cái vào nhau).

Trò chơi “cắp cua”

Mục đích: **Luyện vận động các ngón tay**

Cách chơi: Đan các ngón tay lại với nhau, đưa 2 ngón trỏ ra, dùng 2 ngón trỏ để gấp viên sỏi bỏ vào rổ, ai gấp được nhiều sỏi hơn sẽ chiến thắng

Trò chơi “hoa nở hoa tàn”

Mục đích: **Luyện cơ bàn tay, cổ tay**

Cách chơi: Vừa nói vừa làm động tác theo: gieo hạt, gieo hạt (giả vờ dùng tay gieo hạt), hạt nảy mầm (chụm 2 bàn tay lại với nhau và khẽ rung rung nhẹ tay), hạt lớn lên thành cây (vẫn chụm 2 tay và đưa lên cao hơn), 1 nụ (chụm các ngón tay của 1 bàn tay lại và đưa ra), 2 nụ (chụm các ngón tay của bàn tay còn lại đưa ra), 1 hoa (xòe tay ra), 2 hoa (xòe tay còn lại ra), hoa đùng đùng trong gió (khẽ đưa nhẹ hai tay qua lại), gió thổi mạnh (đưa tay mạnh), hoa tàn (cụp 2 cổ tay xuống dưới)

Trò chơi “bánh ú bánh bèo bánh xèo”

Mục đích: **luyện vận động cơ tay, phát triển khả năng nhanh nhạy**

Cách chơi: Vừa nói vừa làm động tác, bánh ú (nhắm các ngón tay trên bàn tay lại với nhau), bánh bèo (chạm các ngón tay lại với nhau), bánh xèo (xòe rộng 2 bàn tay ra). Lúc đầu nói chậm, sau đó tăng tốc độ nói nhanh

Trò chơi “đi đứng ngồi nằm”

Mục đích: **Phát triển vận động 2 ngón tay trỏ và giữa, phát triển khả năng phản xạ nhanh**



TRUNG TÂM GIÁO DỤC HÒA NHẬP TRẺ EM

Cách chơi: Vừa nói vừa làm động tác, dùng 2 ngón tay trở và giữa. Đi (đưa 2 ngón trở và giữa ra chạm đầu 2 ngón tay xuống nền nhà, làm động tác đi đi), đứng (đứng 2 ngón tay lại), ngồi (gập 2 ngón tay lại), nằm (cho 2 ngón tay nằm xuống nền nhà)

Trò chơi “bắn bi”

Mục đích: **trò chơi luyện tay cầm bút cho bé**

Cách chơi: cho bé dùng ngón tay búng các viên bi để dúng vào nhau, hoặc cho bé búng các viên bi vào khung thành