

## Käemängud

Iga rahva suulises pärandis võib leida lühivärsse, mida loetakse käeliigutuste saatel. Käte ja sõrmede liigutused, mida saadavad lühivärsid, mõjuvad soodsalt laste arengule. Eriti positiivselt mõjutavad käemängud laste kõne arengut. Olen töötanud kõneravi vajavate laste rühmas kaheksa aastat. Aastate vältel olen püüdnud leida erinevaid meetodeid, mis teeksid rõõmu lastele, pakuks vaheldust õpetajale ning eelkõige oleks abiks kõne arendamisel. Viimas-tel aastatel olen püüdnud käemänge kasutada sihipäraselt ja pidevalt. Lastele nad meeldivad ja olen arvamusel, et neist on kõne arendamisel ka abi olnud. Käemängude kohta on materjali ilmunud küllaltki tagasihoidlikult. See on tinginud vajaduse luua ise luuletusi ja riime, mida käe-liigutustega saata. Käe- ja rütmiliste liigutuste tegemine ärritab peaaegu kõnekeskusi ja kutsub esile kõnetsoonide kooskõlastatud tegevuse järsu tugevnemise, mis lõppkokkuvõttes stimuleerib kõnearengut.

Käemängud on huvitavad ja vaheldust pakkuvad mängud. On ju mäng lapse elu põhisisu ning kõige tähtsam ja lapsele kõige loomulikum viis end väljendada. Oskus mängida on lapsepõlve tähtsaim ja olulisem arengunäitaja. Mängimine on tegevus mille järgi laps tükka maailma mõistma õpib. Käemänge mängides omandab laps uut ja kinnistab õpitud. Käemängude kasutamine õppe- kasvatustöös muudab tegevused mitmekesisemaks, huvitavamaks ja lastele kergemini arusaadavamaks. Käemängud annavad võimaluse erinevaid aineid omavahel tervikuks siduda ning seega ka vaimseid võimeid paremini arendada.

Milleks on vaja käemänge

- \* käemängud loovad meeldiva emotsionaalse fooni, arendavad matkimise oskust, õpetavad kuulama ja mõistma kõne sisu, tõstavad lapse kõneaktiivsust.

- \*laps õpib oma tähelepanu kontsentreerima ja seda õigesti jaotama.

- \*kui laps sooritab harjutusi, neid lühikeste värsiridadega saates, siis muutub tema kõne selgemaks, rütmilisemaks ja tugevneb kontroll sooritatavate harjutuste üle.

- \*areneb lapse mälu. Laps õpib meelde jätma käte asendeid ja liigutuste järjekorda.

- \*areneb ettekujutusvõime ja fantaasia.

- \*sõrmed muutuvad harjutamise tulemusel tugevamaks, liikuvateks ja paindlikeks, see aga kergendab hiljem kirjutama õppimist.

Käemängude jaotus:

Kõik harjutused on jagatud kolme gruppi.

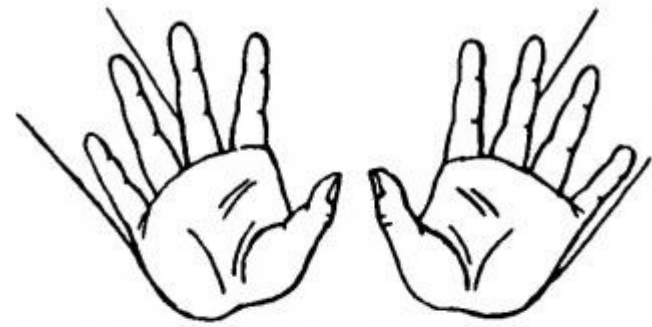
Harjutused randmetele

- \* arendavad jäljendamisoskust,

- \* on küllaltki lihtsad ja ei vaja peeni diferentseeritud liigutusi

- \* õpetavad pingutama ja lõdvestama lihaseid

- \* õpetavad ümberlülituma ühelt liigutuselt teisele  
Harjutused sõrmedele ( staatilised ja dünaamilised)

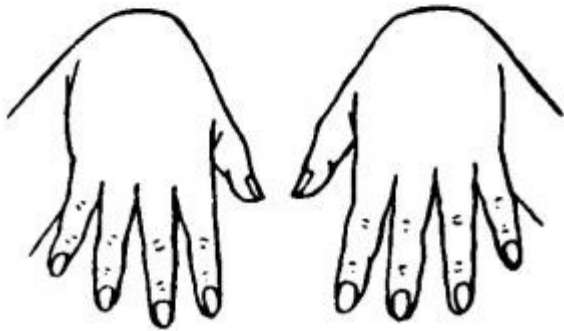


\* arendavad liigutuste täpset koordinatsiooni

\* õpetavad sõrmi kõverdama ja sirutama

\* õpetavad pöialt sõrmedele vastandama  
Kombineeritud harjutused (kasutatakse nii randmeid kui sõrmi)

\* täiendavad varem õpitud oskusi kõrgemal tasemel

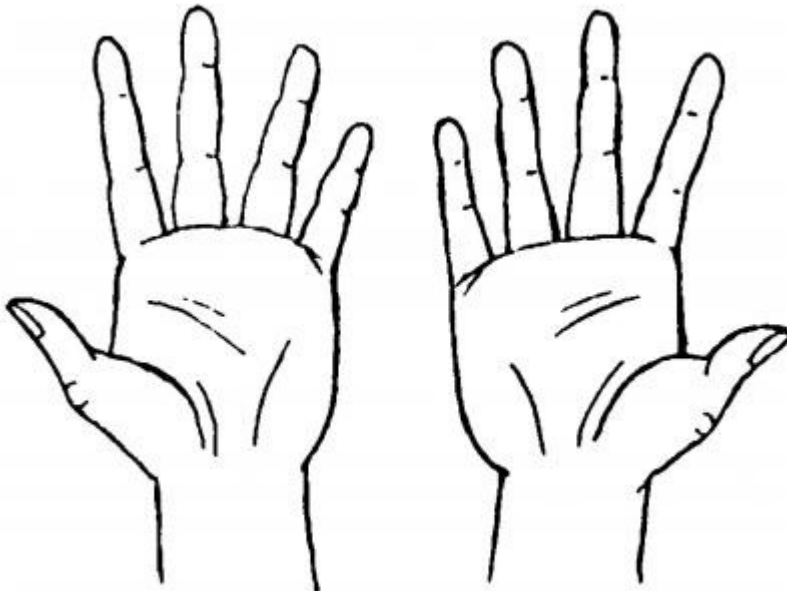


\*võimaldavad kaasata harjutuste sooritamisesse kogu keha

Kuidas õpetada last mängima

Kõigepealt tehakse kõiki harjutusi aeglaselt. Tuleb jälgida, et laps hoiaks käsi või sõrmi õigesti ja lülituks õigesti ühelt liigutuselt teisele. Vajaduse korral abistage last ja õpetage teda end ise teise käega abistama.

Harjutusi õpitakse enne ühe käega (kui ei ole ettenähtud mõlema käe osavõtt), seejärel teise käega ja siis mõlemaga üheaegselt.



Käemängud on kasulikud mitte ainult kõnehäiretega lastele vaid ka nendele lastele, kelle kõneareng toimub õigeaegselt. Igasugused harjutused on tulemuslikud ainult siis, kui neid sooritada regulaarselt.

Harjutused randmetele

Lipud

Käed on peopesadega pööratud väljapoole. Tõsta ja langetada käsi randmetest üheaegselt, saates liigutusi luuletusega.

Lipuga ma lehvitan

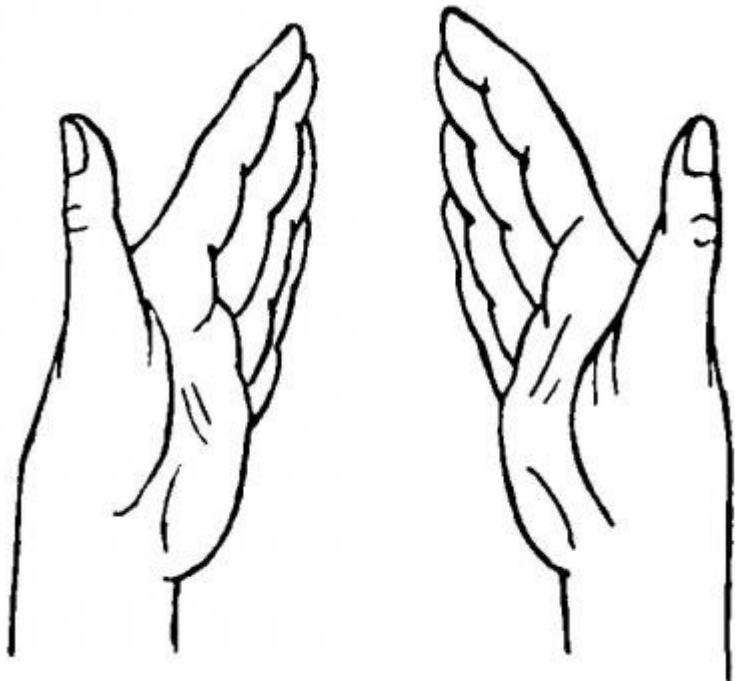
kõiki lapsi tervitan!

Lipuga ma lehvitan

kõiki lapsi rõõmustan.

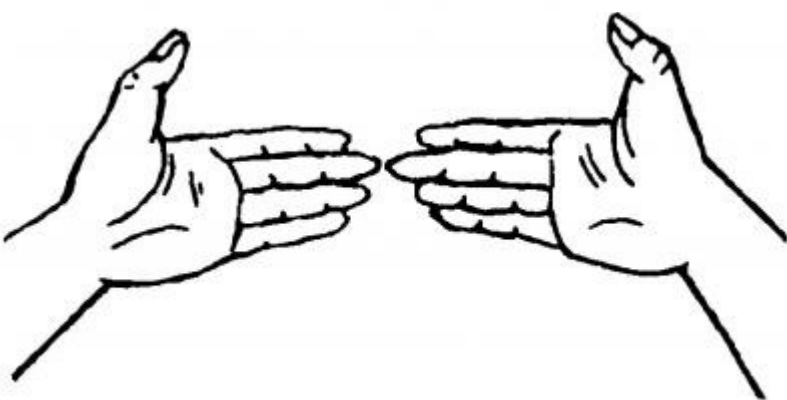
Puud

Käed on peopesadega pööratud enda poole, sõrmed laiali.  
Õues puhub sügistuul,



oksi kurjalt rapsib puul.  
(liigutada käsi randmetest ette ja taha)  
Kiigutab neid siia sinna,

lapsed ei saa õue minna.  
(liigutada käsi randmetest vasakule ja  
paremale)



Väravad

Peopesad on pööratud enda poole, põidlad püsti. Sõrmed on väljasirutatud.  
Kui ei ole kodus me,

väravad siis sulgeme.  
(lähteasend)

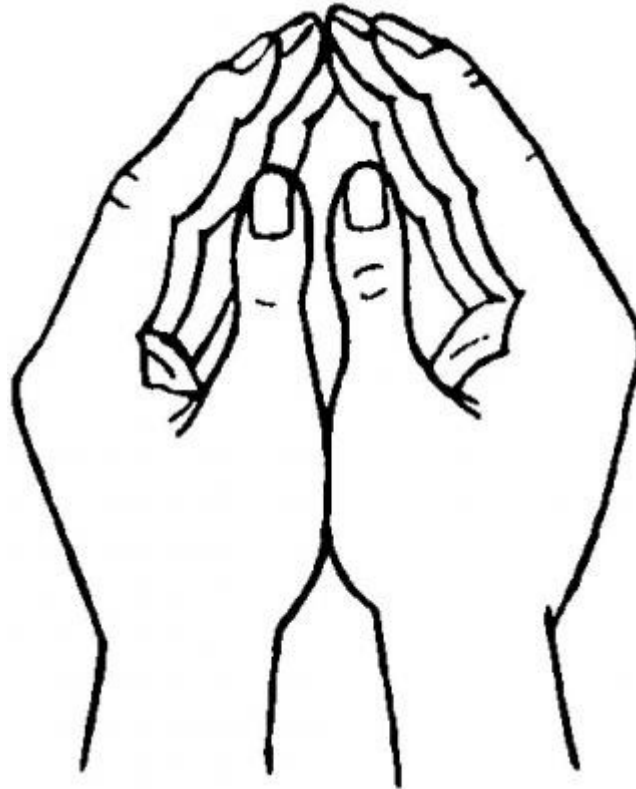
Koju tulles kohe me,

väravad kõik avame.  
(pöörame käed endast eemale)

Lilleke

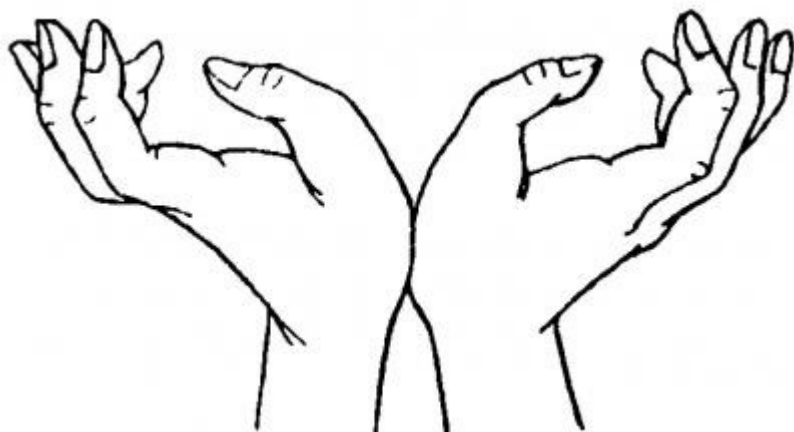
Peopesad on tõstetud ülesse, sõrmed moodustavad "lilleõie".

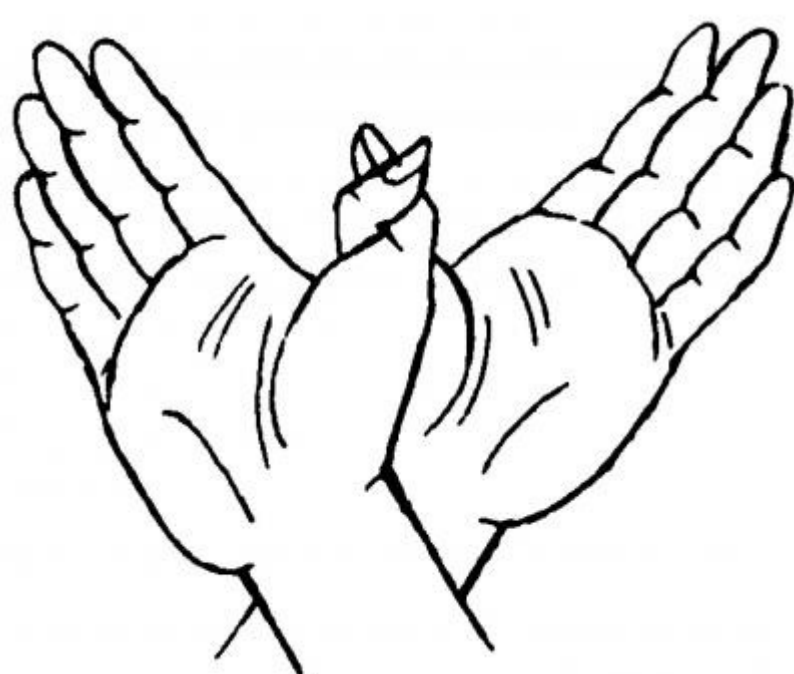
Hommikul päikene lillekest paitab,  
päevaks tal õie avada aitab.



(viime mõlema käe sõrmed üksteisest lahku)  
Õhtul kui päikene magama läeb,

läbi saab lillel õitsemissaeg.  
(viime sõrmed tagasi lähteasendisse)





Linnuke

Käed on pööratud peopesadega enda poole, pöidlal omavahel ühendatud- linnu pea.

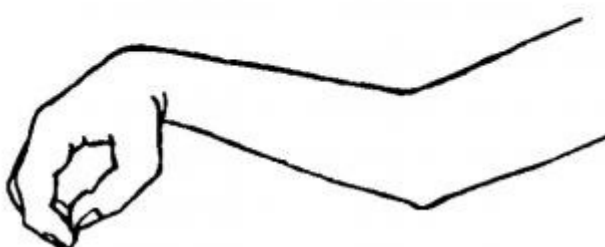
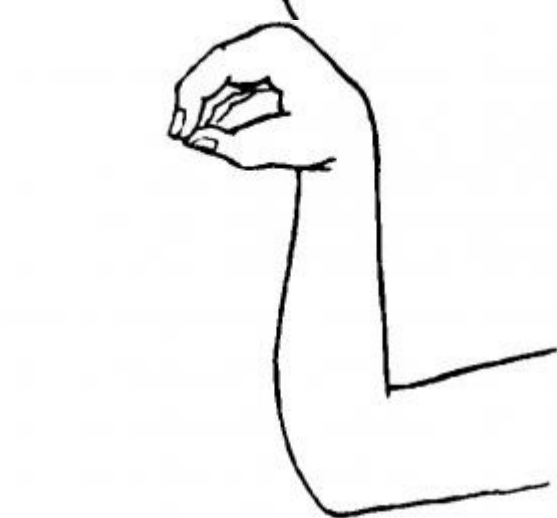
Ülejäänud sõrmed moodustavad linnu tiivad.

Lenda, lenda linnuke

lenda hästi kaugele.  
(lehvitada sõrmedest moodustatud "tiibadega")

Lenda, lenda linnuke,

otsi üles pesake.  
(suruda pöidlal vastu rinda)



Kana

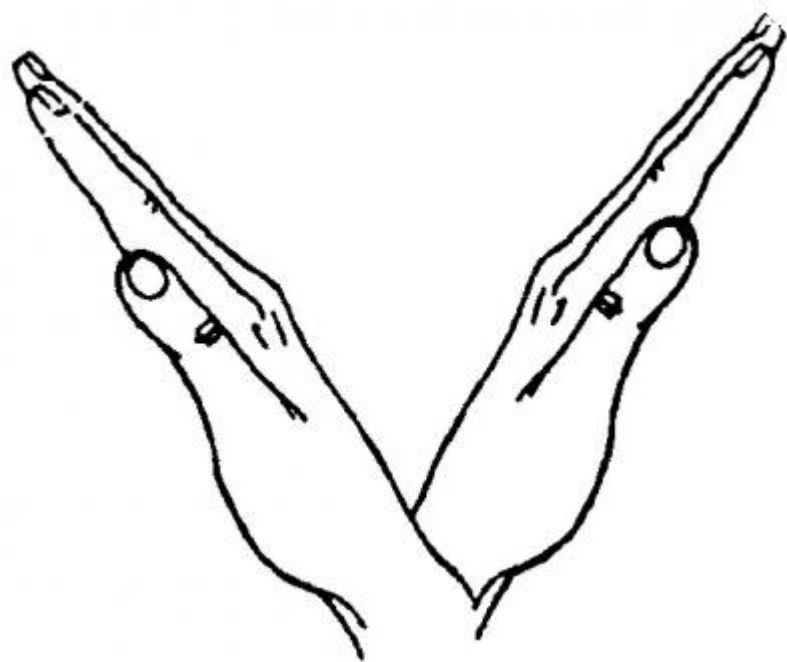
Käsi küünarnukist kõverdatud,  
sõrmed moodustavad noka.

Liigutada kätt randmest ette,  
paremale ja vasakule.

Kanakesel kõht on tühi,  
otsib õuelt viljateri.



Tera siit ja tera sealt,  
kõht saab täis ja tuju heaks.



### Kalake

Käed on enda ette sirutatud, peopesad koos.

Aeglaselt jõekene metsa all vuliseb,

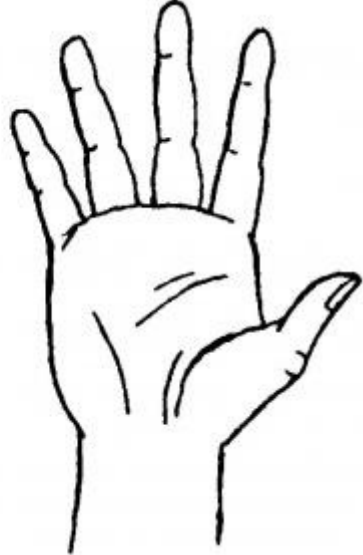
kalake mõnusalt lainetes sulistab.  
(liigutada peopesi aeglaselt üles ja alla)  
Pöörab end siia ja pöörab end sinna,

nii saab ta kiiresti edasi minna.  
(pöörata peopesi paremale ja vasakule, viies käsi aeglaselt endast eemale)

### Liblikas

Käed on asetatud teineteisega risti, Käelabad ja sõrmed moodustavad

liblika "tiivad". Liigutada käelabasid ja sõrmi aeglaselt üles ja alla.



Aasal, kus õitsemas tuhandeid lilli,  
liblikas aeglaselt lendab seal ringi.  
tiivad on väsinud, puhkama peab,  
õiele õrnalt end istuma seab.



#### Kookide küpsetamine

Käed on asetatud lauale, parema käe peopesa laua poole ja vasaku käe peopesa enda poole.

Keerata käsi nii, et peopesade asend vahetub - parema käe peopesa on nüüd enda poole ja vasaku käe peopesa laua poole.

Emma kooke küpsetab,

väga magusad on nad.

Üks kook sulle, teine mulle,

kolmanda saab väike Pille.

#### Peseme käsi

Hõõrume peopesi üksteise vastu.

Küll on hea soe vesi,



puhtaks meie  
käed pesi.

Raputame käsi  
Pritsin siia,  
pritsin sinna,

märjaks tegin  
oma rinna.

Kuivatame  
käsi.

Käterätiksöber

hea

kuivaks käed nüüd pühi sa.

Harjutused sõrmedele

Prillid

Moodustada pöidla ja nimetissõrme abil ring,

tõsta need silmade ette ja imiteerida prillidega vaatamist.

Mul on rõngad toredad,

nendest prillid teha saan.

Inimene

Nimetissõrm ja keskmine sõrm sirutada välja ja pöörata alla. Ülejäänud sõrmed on surutud peopesasse. Nimetissõrme ja keskmise sõrme abil imiteerida jalgade liikumist.

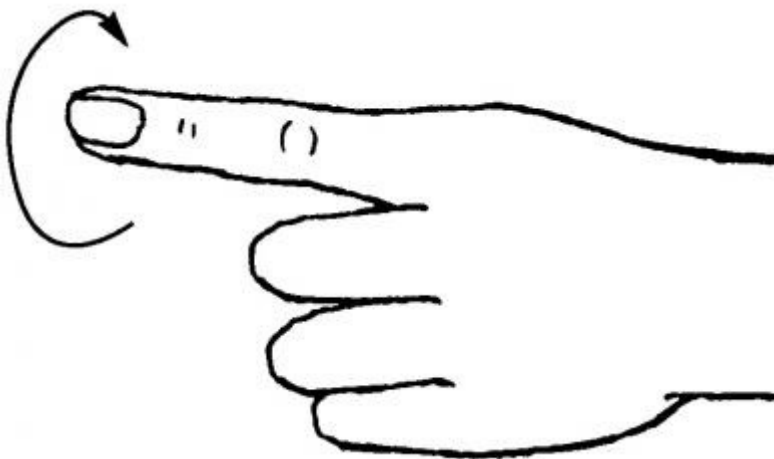
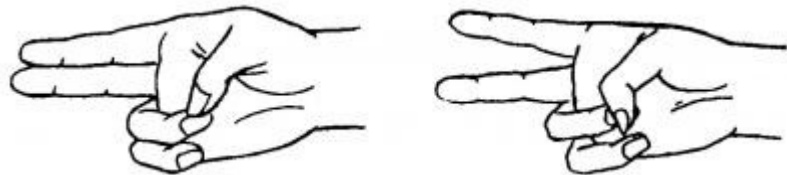
Üks-kaks! Üks - kaks!

jalutama läheb laps.

Üks - kaks! Üks - kaks!

ei tal lõppe iial jaks.

Sooritada harjutusi alguses parema käega, siis vasakuga ja hiljem mõlemaga korraga.



### Käärid

Pöial, väike sõrm ja nimetu sõrm on surutud vastu peopesa. Nimetissõrm ja keskmine sõrm on sirutatud ette. Imiteeritakse kääridega löikamist.

Alguses sooritatakse harjutust aeglaselt, hiljem kiirendatakse tempot. Jälgida, et sõrmed oleksid sirged!

### Mesilane

Sirutada välja nimetissõrm, teised sõrmed on surutud peopessa. Teha nimetissõrmega ringe. Sooritada harjutust alguses parema käega, siis vasaku käega ja lõpuks mõlema käega korraga.

Sum - sum, sum - sum mesimumm

laskub õie peale.

Sum -sum, sum - sum mesimumm

mett sealt korjab meile.

### Perekond

Sõrmed on surutud rusikasse. Sõrmed tulevad rusikast välja ühekaupa. Alustatakse pöidlast. See on minu vanaisa.

See on minu vanaema.

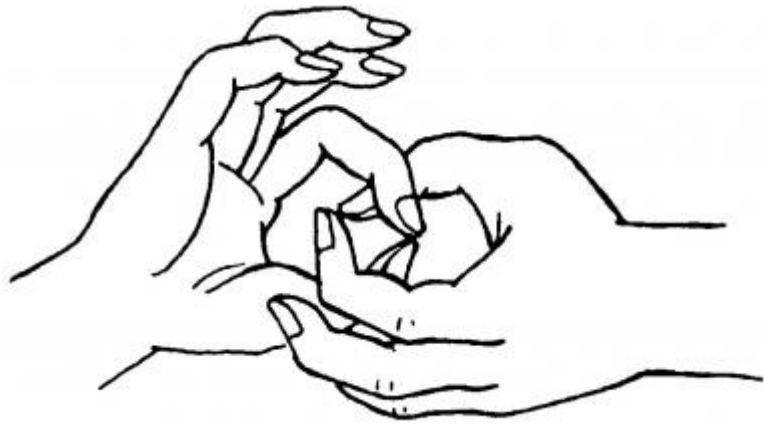
See on kallid isake.

See on armas emake.

See me väike pisipõnn.

Kõik me kokku perekond.

### Kassipojad



Parem käsi on pööratud peopesaga enda poole, sõrmed on väljasirutatud. Sõrmede painutamist alustatakse väikesest sõrmest. Mul on viis kassipoega.

Esimese nimi on Kiki,

teise nimi on Miki,

kolmanda nimi on Murr,

neljanda nimi on Nurr

viienda nimi on Miisu

tema on vallatu kiisu.

Mida tegi sõrmeke

Parem käsi on pööratud peopesaga enda poole. Sõrmed on sirutatud välja. Sõrmede painutamist alustatakse väikesest sõrmest.

See sõrm tahab magada,

see aga voodisse karata.

See sõrm alles sõi,

see sõrm magama jäi.

Tasa sõrmeke, kui sa kãrad

(pöõrdutakse põidla poole)

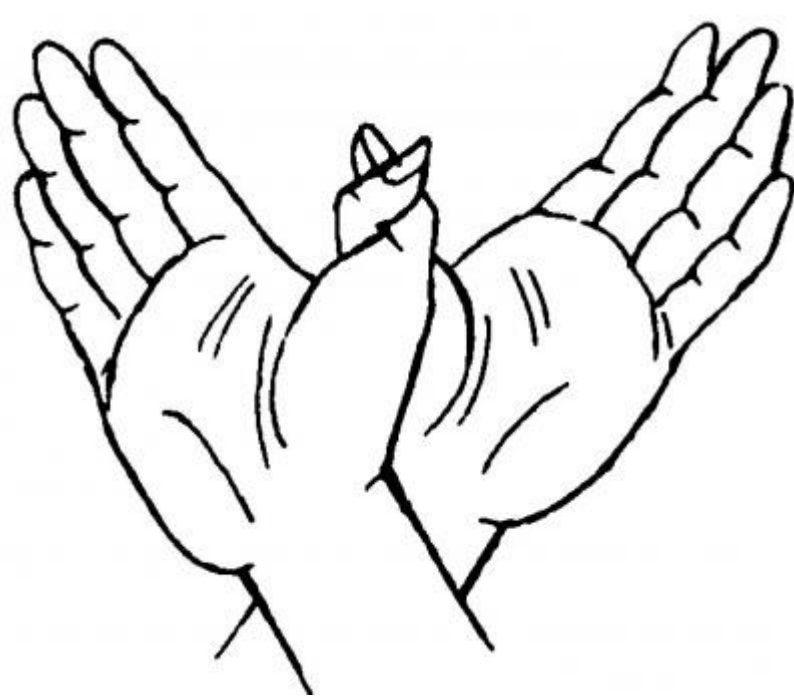
oma vennad õles ajad.

Sõrmed õrkasid hurraa!

(kõik sõrmed sirutatakse välja)

Kett

Õhendame omavahel põidla ja nimetissõrme ja moodustame nendest rõnga. Õksteise jãrel moodustame rõngad keskmise sõrme ja põidlaga, nimetu sõrme ja põidlaga, vãikese sõrme ja põidlaga. Kõik need rõngad õhendame parema kãe põidlast ja nimetissõrmest tehtud rõngaga.



Rõngad kõik me kokku seame,  
pika keti nendest teeme.

### Sõrmede teretamine

Parem käsi on pööratud peopesaga enda poole, sõrmed on sirutatud välja. Pöidla otsaga puudutatakse järgimööda kõiki teisi sõrmi. Hiljem tehakse seda sama vasaku käega ja siis mõlema käega korraga.

Tere sulle Nime-Mikk,

tere sulle Pikk-Peeter,

tervitan sind Meie-Mats,

kuidas elad Väike-Ats?

Viis sõrme

Parem käsi on pööratud peopesaga enda poole, sõrmed on sirutatud välja. Sõrmede painutamist alustatakse pöidlast.

Lapse käel on viis sõrme,

viis sõrme on lapse käel.

üks ja kaks ja kolm ja neli,

viies sõrm on väike sõrm.

### Kombineeritud harjutused

Rändlind

Linnuke kõrgel pilvedes lendab,

(moodustada risti asetatud põialdest linnu pea ja käelabast ning sõrmedest linnu tiivad, lehvitada nendega üles ja alla)

üle mere ja maa.

(teha mõlema käega lainetavaid liigutusi vaskult paremale)

Metsade kohal ta tagasi vaatab,

(mõlema käe peopesad on pööratud enda poole, sõrmed on väljasirutatu)

maha jäi kodune maa.

(tõsta küünarnukkidest kõverdatud käed pea kohale ja ühendada omavahel sõrmed)

Lumesadu

Taevast nüüd katavad tumedad pilved,

(ringikujulised liigutused kätega)

hakkab sadama lund.

(käed liiguvad üles ja alla, samal ajal võib ka liigutada sõrmi)

Keerlevad tuule käes lumehelbed,

(spiraalikujuulised liigutused mõlema käega ülevalt alla)

lumega kattunud maa.

(lainetavad liigutused vasakult paremale)

Rumal hani

... Minu väike hani

täna plehku pani.

(üks käsi ees, sõrmed nokaks koos)

Ujus ära kaugele,

teda kätte ei saa me.

(matkida ujumisliigutusi)

Tule koju rumal hani,

(teha parema käega kutsuvaid liigutusi)

toidu sulle valmis panin.



(liigutada kiiresti mõlema käe sõrmi- sõrmed puistavad teri)

Muidu tuleb kotkas,

(liigutada käsi üles ja alla)

oled tema nokas.

(ühendada omavahel põial ja nimetissõrm)

Pilvede tants

Üks pilveke, nii tilluke

(käed ülal, pihud kaares koos, vaade üles)

ja teine hästi suur.

(kätega suur ring pea kohal)

Neid siia-sinna pillutas

(käed ülal, lainetavad liigutused paremale ja vasakule)

täis lusti kevadtuul.

(väike hüpe kohal, käed üles laiali)

Ehitame maja

Ehitame suure maja,

(asetame käsi vaheldumisi üksteise peale)

katust peale oleks vaja.

(tõstame küünarnukkidest kõverdatud käed üles ja ühendame omavahel sõrmed)

Uksest sisse välja käin,

(sõrmeotsad vastakuti, põidlad püsti. Pöörame, käed endast eemale ja uuesti lähteasendisse tagasi)

aken vajalik veel näib.

(ühendame omavahel sõrmed, nii et moodustuks ruut)

Aga kuhu korsten käib?



(surume sõrmed rusikasse ja asetame rusikad üksteise peale)

Oktoober

Külm näksib lehti vahtrapuult,

(kikivarvul seistes näpitaakse kord ühe, kord teise käega ees ülalt alla)

neid keerleb, keerleb alla.

(kätega ees ülalt alla spiraalikujulised liigutused)

Vihm rabistab ja tõstab tuult,

(käed ees ülal, sõrmede rippes liigutamine ja käte paralleelsed lainetused ülal)

uks talvele on valla.

(käed laia kaarega eest kõrvale alla)

Hiired

Meil on majas palju hiiri.

(suruda mõlema käe keskmine sõrm ja nimetu sõrm vastu pöia, nimetissõrm ja väike sõrm on väljasirutatud - hiire kõrvad)

Nad kribivad - krabivad,

(trummeldada mõlema käe sõrmedega vastu lauda)

sibivad - sabivad.

(liikuda mõlema käe sõrmedega mööda lauda edai ja tagasi)

Hüppavad toolile,

(parema käe sõrmed on verikaalselt väljasirutatud, vasaku käe rusikas sõrmed suruda vastu parema käe peopesa - tool)

ronivad lauale.

(vasak käsi rusikas - laua jalad, parem käsi horisontaalselt väljasirutatud sõrmedega asetada selle peale)

Kassi meil siia oleks küll vaja,

hiired kõik minema ajaks me majast.

(käed suure kaarega alt eest kokku, tugev plaks)

Vihm

Taevas täis on musti pilvi,

(teha kätega suuri ringe pea kohal)

vaikselt vihma tibutab.

(toksida vaheldumisi vasaku ja parema käe nimetissõrmega lauale)

Tuul see rapsib pilve serva,

(käte liigutused üles ja alla)

vihm läeb aina valjemaks.

(kõigi sirgete sõrmedega toksida lauale)

Lapsed koju jooksevad,

(nimetissõrme ja keskmise sõrme abil liikumise matkimine)

sest, et vihma kardavad.

Auni Kajakas