

TOIMINTAVINKKEJÄ 0-3kk

- Anna vauvan maata lattialla tai kuivalla pihamaalla puhtaan peiton tai maton päällä, missä hänen kädet ja jalat voivat liikkua vapaasti. Anna lapsen tutkia käsiään ja paljaita varpaitaan.
- Hiero vauvaa kylvyn jälkeen. Lämpimässä huoneessa sivele vauvaöljyllä vauvan käsivarsia ja jalkoja ylhäältä alaspäin. Käännä vatsalleen ja hiero selkää pehmein sivelyin. Kääri vauva ennen pukemista pyyhkeeseen lämmittelemään.

TOIMINTAVINKKEJÄ 3-6kk

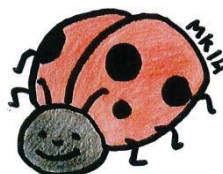
- Tässä vaiheessa on tärkeää innostaa lasta käyttämään kehon keskilinjaansa. Lelun voi esim. asettaa niin, että lapsen kädet hakeutuvat automaattisesti keskelle.
- Vatsallaan makaaminen on edelleen hyväksi, sillä lapsi tarvitsee vahvan selän ja käsivarret oppiakseen istumaan ja konttaamaan.

TOIMINTAVINKKEJÄ 6-9kk

- On tärkeää harjoitella niitä kehonosia, joita tarvitaan istumisessa sekä konttaamisessa, eli selkää, niskaa, käsivarsia ja jalkoja. Vielä senkin jälkeen, kun lapsi on oppinut istumaan, hänelle on hyväksi olla paljon vatsallaan. Tässä asennossa hän alkaa myös harjoitella konttausliikkeitä. Laita leluja lapsen ympärille juuri ja juuri käden ulottuville, se rohkaisee lasta ryömimään leluja kohti.
- Kontatessa kädet ja jalat tekevät ristikkäisliikettä, mikä kehittää tehokkaasti aivopuoliskojen yhteistyötä. Lisäksi kaikki leikit, joissa käsiä ja jalkoja siirretään ristiin ovat suureksi hyödyksi.
- Hienomotoriikan kehittymisen myötä, kuten pinsettioitteen oppiminen, lapsi tarvitsee runsaasti toimintaa käsilleen. Anna lapsen syödä itse esim. sormiruokaa ja harjoitella käsien tarkkaa koordinaatiota. Istuminen syöttötuolissa vapauttaa myös kädet toimintaan ja antaa käsivarsille tukea, jotta käsillä tutkiminen mahdollistuu.
- Istumaharjoittelua voi alkaa tehdä esim. laittamalla lapsi lyhyitä aikoja istumaan tyynyjen ympäröimänä.

TOIMINTAVINKKEJÄ 9-12kk

- Huolehdi siitä, että kodissa on tukevia ja turvallisia huonekaluja, joista lapsi saa tukea noustessaan seisomaan ja kävellessään. Myös omat rattaat ovat sopiva tuki kävelyharjoituksissa.
- Opetta lasta laskeutumaan turvallisesti alas sohvalta, eli auta häntä liukumaan vatsallaan jalat ja peppu edellä.
- Anna lapsen leikkiä pienillä rasiolla, joiden kannen voi nostaa pois tai kääntää auki. Leikki on vielä hausempaa, jos rasiasta löytyy jotain syötävää, kuten rusinoita tai hedelmäpaloja.
- Anna lapsen istua ja leikkiä kylpyammeessa. Pidä lasta kuitenkin koko ajan silmällä. Älä jätä lasta yksin.



LEIKKEJÄ 0-3kk

- Lentokone
 - o Asetu selinmakuulle polvet pystyssä, sääret vaakasuorassa. Nosta lapsi vatsalleen sääriesi päälle, pää itseesi päin. Pitele lapsesi käsistä tai olkapäistä. Keinuta sääriä ylös ja alas.
- Kukkuu-leikki varpaiden takaa

LEIKKEJÄ 3-6kk

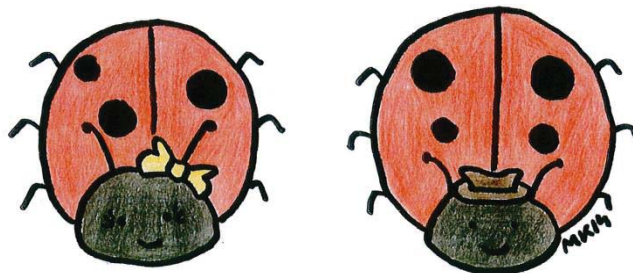
- Hieronta
 - o Hieronta on hyvä tehdä kylvyn jälkeen lämpimässä huoneessa esim. pyyhkeen päällä. Voit tipauttaa pari pisaraa vauvaöljyä kämmenellesi. Sivele ensin vauvan käsivarsia ja jalkoja ylhäältä alaspäin. Käännä vauva vatsalleen ja hiero selkää pehmein sivelyin. Kääri vauva lopuksi ennen pukemista pyyhkeeseen lämmittelemään.
- Saippuakuplashow

LEIKKEJÄ 6-9kk

- Ilmapalloleikki
- Vaarin keinu
 - o Pitele lasta rintakehän ympäriltä. Heiluta lapsi kaarella jalkojesi väliin ja taas ylös. Toista muutamia kertoja.

LEIKKEJÄ 9-12kk

- Vauvarodeo
 - o Laita rullalle kääritty suuri peitto lattialle. Nosta lapsi hajareisin rullan päälle. Tue lasta lantiosta ja pane lattialle rullan kummallekin puolelle leluja. Anna lapsen kurkotella niitä.
- Lelun piilotusleikki
 - o Piilota lelu ja anna lapsen nähdä minne piilotat sen ja anna lapsen etsiä se



LELUJA 0-3kk

- Helistimiä
- Leikkimatto
- Mobileita
- Pahvisia tai muovisia ensikirjoja

LELUJA 3-6kk

- Eri materiaaleista tehtyjä, erimuotoisia ja -värisiä leluja ja tavaroita.
- Renkaita ja erilaisia helistimiä, joihin on helppo tarttua
- Vauvapeili
- Nalleja ja muita pehmoleluja
- lapsen ympärille juuri ja juuri käden ulottuville, se rohkaisee lasta ryömimään leluja kohti.
- Kontatessa kädet ja jalat tekevät ristikkäisliikettä, mikä kehittää tehokkaasti aivopuoliskojen yhteistyötä. Lisäksi kaikki leikit, joissa käsiä ja jalkoja siirretään ristiin ovat suureksi hyödyksi.
- Hienomotoriikan kehittymisen myötä, kuten pinsettioitteen oppiminen, lapsi tarvitsee runsaasti toimintaa käsilleen. Anna lapsen syödä itse esim. sormiruokaa ja harjoitella käsien tarkkaa koordinaatiota. Istuminen syöttötuolissa vapauttaa myös kädet toimintaan ja antaa käsivarsille tukea, jotta käsillä tutkiminen mahdollistuu.
- Istumaharjoittelua voi alkaa tehdä esim. laittamalla lapsi lyhyitä aikoja istumaan tyynyjen ympäröimänä.

LELUJA 6-9kk

- Keittövälineitä, kuten puisia kauhoja ja vispilöitä, pieniä muovikuppeja yms.
- Helistimiä, hakka
- Leluja, joiden pinnassa on reikiä ja syvennyksiä tutkittavaksi
- Palloja - pieniä ja isoja
- Pyörällisiä tai muuten liikuteltavia leluja
- Anna lapsen leikkiä pienillä rasioilla, joiden kannen voi nostaa pois tai kääntää auki. Leikki on vielä hauskeempaa, jos rasiasta löytyy jotain syötävää, kuten rusinoita tai hedelmäpaloja.
- Anna lapsen istua ja leikkiä kylpyammeessa. Pidä lasta kuitenkin koko ajan silmällä. Älä jätä lasta yksin.

LELUJA 9-12kk

- Musiikkia, soittimia
- Palikoita
- Nuppipalapelejä
- Kylpyleluja ja veneitä
- Rengaspyramidi
- Kannellisia rasioita
- Työntökärryt
- Muotolaatikko

