



Harjoitus: Yhteinen leikkihetki

Tavoite:

Kutsut lapsen leikkiin kanssasi. Lisäät myönteistä vuorovaikutusta arkeen ja yhdessäoloon.

Ohje:

Lue erilaisista leikeistä. Pidä lapsesi kanssa yhteisiä leikkihetkiä päivittäin.

Valitse lapsesi ikään sopivia leikkejä. Voit myös käyttää eri ikäisille suunnattuja leikkejä. Isommatkin lapset nauttivat usein pienempien leikeistä.

Yksi leikki vie aikaa pari minuuttia. Halutessasi voit myös yhdistää useampia leikkejä, jolloin leikkihetki kestää pidempään.

Leikkejä eri ikävuosiin

0–6 kk

Helikopteri-leikki

Nosta vauva kainaloiden alta tukevalla otteella ilmaan. Lennätä vauvaa kuin helikopteria. Seuraa tarkasti, että vauva nauttii lennätyksestä. Jos vauvaa pelottaa, voit pitää häntä sylissä itseäsi vasten ja pyöriä ympäri hänen kanssaan.

Mieti, pitikö vauvasi leikistä. Mistä huomasit sen?

Masuleikki

Mene pitkällesi, ja ota vauva vatsasi päälle. Nosta vauvaa ylös ja alas käsilläsi. Pidä tukevasti kiinni kainaloiden alta. Hae katsekontaktia ja peilaa vauvan ilmeitä.

Laske lopuksi vauva takaisin vatsallesi. Pidä vauvasta kiinni, ja koita hytkyttää vatsaasi ylös ja alas niin, että vauva hytkyy mukana.

6–12kk

Pallon heitto

Heitelkää kevyttä palloa vauvan kanssa. Sisätiloissa on helpointa tehdä niin, että istut vastakkain vauvan kanssa ja omat jalkasi toimivat pelikentän aitoina. Aluksi palloa voi vierittää lattiaa pitkin.

Hyppyttely

Hyppyttele vauvaa sylissä ylös ja alas. Kokeile hyppyttää vähän nopeammin, hitaammin tai laulusi tahdissa. Miten laukkaisi heppa? Miten auto tai juna kulkisi? Mitä ääntä se pitäisi?



1-vuotiaat

Kiinniottaminen

Leiki kiinniottamista lapsen kanssa

- höyhenillä
- ilmapallolla
- pumpulipalloilla

Voit koittaa pitää höyhentä ilmassa ja puhallella sitä lapsen suuntaan niin, että hän saa sen helpommin napattua.

Kävelen, kävelen, stop

Liikkukaa yhdessä lapsen kanssa ehdottamallasi tavalla, kuten kävellen, juosten, hyppien tai kontaten. Voit lorutella tai laulaa liikkumistyyliä, esimerkiksi ”juoksen, juoksen, stop”.

Kun sanot stop, pysähdytte molemmat. Sitten jatkatte uudella tavalla ja jälleen stop-sana pysäyttää liikkeen.

2-vuotiaat

Tasapainoilu

Kasatkaa yhdessä tyynyjä päällekkäin. Auta sitten lasta kiipeämään kasan päälle.

Tavoitteena on ensin tasapainoilla kasan päällä. Sitten sinun antamastasi merkistä lapsi hyppää pois kasan päältä. Merkki voi olla esimerkiksi yksi-kaksi-kolme tai n-y-t-nyt. Pidä lasta käsistä kiinni.

Kasaa voi suurentaa ja pienentää lapsen taitojen mukaan.

Koriin heitto

Tähän leikkiin tarvitaan pieni pehmeä pallo, hernelpussi tai sanomalehdestä rypistetty pallo.

Harjoitelkaa ensin heittämistä yhdessä. Kun heittäminen alkaa sujua, siirtykää leikin seuraavaan vaiheeseen.

Tee käsistäsi ”kori”, ja pyydä lasta heittämään siihen.

Kun koriin heittäminen sujuu, voit pyytää lasta heittämään vasta sovitulla merkillä. Merkki voi olla sana, silmän vinkkaus, kielen näyttäminen tai muu ele.

3-vuotiaat

Rodeo

Kerro lapselle, että hän saa olla cowboy, jonka tehtävänä on pysyä hevosen selässä, vaikka hevonen vikuroisi. Mene lattialle ikään kuin olisit hevonen. Auta lasta kiipeämään selkääsi. Lapsi pitää kiinni vaatteistasi tai kietoo kädet ympärillesi.

Pidä leikki sopivan haasteellisena siten, että lapsi onnistuu juuri ja juuri pysymään selässäsi. Jos lapsi tipahtaa, leikkikää uudestaan. Takaa lapselle onnistuminen.



Liikennevalot

Tähän leikkiin tarvitaan jotakin vihreää ja punaista. Voit käyttää mitä tahansa sopivaa esinettä tai paperia, kunhan värit ovat vihreä ja punainen.

Asetu huoneessa kauemmaksi lapsesta. Kerro lapselle, että hän saa edetä sinua kohti aina, kun näytät vihreää valoa. Kun näytät punaista, tulee lapsen pysähtyä. Anna lapselle iso halaus, kun hän pääsee perille.

Etenkin alkuun sinun kannattaa olla hyvin selkeä valojen näyttämisessä ja auttaa myös sanallisesti: "stop", "saa tulla".

4-5-vuotiaat

Apinapuu

Seiso tukevasti jalat hieman harallaan. Jalkoja voi myös hieman koukistaa, koska se helpottaa kiipeämistä. Ojenna kätesi sivuille.

Ohjaa lasta kiipeämään sinua pitkin yläöksille eli käsillesi ja kiertämään puun ympäri. Voit olla tässä avuksi. Jos paikalla on toinen aikuinen, voi hän auttaa lasta.

Seuraa johtajaa

Tässä leikissä vaihdelkaa lapsen kanssa johtajan ja seuraajan rooleja. Sinun on hyvä aloittaa johtajana.

Asettukaa siten, että näette toisenne hyvin. Johtaja alkaa tehdä erilaisia liikkeitä tai askeleita, joita lapsi seuraa. Hetken päästä voi johtajaa vaihtaa.

Leikki soveltuu hyvin myös koko perheen leikiksi, sillä siihen mahtuu osallistumaan useampi aikuinen ja lapsi.