



VIIKOT 22-24
Teema: Mielikuvitus

Mitä teema antaa lapsellesi

**Myönteisiä kokemuksia mielikuvituksensa avulla
Hieman hullunkurisia ja kivoja asioita kanssasi
Monipuolisia leikkejä mielikuvituksensa mukaan**

Viikko 22

Tällä viikolla
kuvitellaan ja seipitetään.



Viikon teksti

Pähkinän kirje aiheesta
Mielikuvitus

Viikon lukuvinkki:

Ennen näkymättömiä eläimiä
(Ulf Stark, Linda Bondestam),
Kastehelmi (Astrid Lindgren),
Tiitiäisen runokirja
(Kirsi Kunnas),
Kim ja pönttöhirviö
(Peppe Öhman).

Mielikuvitusmatka

Luette Pähkinän kirjeen
ja seipitätte itse tarinan.

Tarvitsette: Pähkinän kirjeen, taikahatun
(oma), Pähkinä-oravan.

Pimeydessä säkenöi

Leikitte ulkona.

Tarvitsette: riimikortit, sakset
heijastinnauhaa, heijastimia
ja taskulampun (omat).

Mustan kissan paksut posket

Leikitte muistileikkiä.

Tarvitsette: –

Lisäksi: Taikataikinahahmot

Luotte omia mielikuvitushahmoja
taikataikinasta.

Tarvitsette: taikataikinan aineksia (omianne), mahdollisesti vesivärejä ja pensselin.

Viikon liikuntavinkki:

Kuvitelkaa olevanne isoja gorilloja ja kokeilkaa gorillakyykkyä. Seiskää jalat lantion leveyden verran toisistaan erillään varpaat suoraan osoittaen, suoristakaa selkä ja nostakaa rintakehä ylös levittäen hartianne. Gorillat taivuttavat polvia siten, että heidän takapuolensa melkein koskettaa maata. Pysykää tässä asennossa kaksi sekuntia ja nouskaa sitten ylös ja seisakää suorassa. Toistakaa muutaman kerran. Pohdi lapsesi kanssa, missä osassa kehoa liike tuntuu.

Viikko 22 - päivä 1

Mielikuvitusmatka

Lukekaa Pähkinän kirje ja luokaa kertomus mielikuvitustanne käyttäen.

Tarvitsette

- ▶ Pähkinän kirjeen
- ▶ taikahatun (oma)
- ▶ Pähkinä-oravan.

Tehtävä:

- ▶ Lukekaa Pähkinän kirje ja jutelkaa lapsesi kanssa kysymysten pohjalta.
- ▶ Keksikää yhdessä mielikuvitusmatka.

Lapsi oppii

- ▶ käyttämään mielikuvitustaan
- ▶ kertomaan tarinan yhdessä
- ▶ että kaikki on mahdollista mielikuvitusmaailmassa.



Tee näin:

- ▶ Lukekaa Pähkinän kirje ääneen. Katsokaa myös viikkovihkon kuvaa ja keskustelkaa kirjeeseen liittyvien kysymysten pohjalta.
- ▶ Ajattele, miten onnekkaita olette, kun saatte lähteä yhdessä mielikuvitusmatkalle. Pähkinä haluaa myös tulla mukaan!
- ▶ Pohtikaa yhdessä lapsesi kanssa, mikä myssyistänne voisi olla taikahattu. Istukaa sitten mukavaan paikkaan yhdessä Pähkinän kanssa.
- ▶ Voit aloittaa kertomalla päässäsi olevasta taikahatusta ja aloittaa mielikuvitusmatkan. Sano esimerkiksi näin:
 - Olipa kerran..., jotka lähtivät matkalle Kuvitukselaan. Ennen matkan alkamista heidän piti...
- ▶ Anna sitten taikahattu lapsellesi. On hänen vuoronsa jatkaa kertomusta. Auta lastasi kertomuksessa eteenpäin.
- ▶ Kun lapsesi on vaikkapa kertonut, millä kuljitte, ehkä minne päädyitte, on Pähkinän vuoro käyttää taikahattua. Auttakaa Pähkinää yhdessä jatkamaan kertomusta Kuvitukselan-matkastanne. Miltä Kuvitukselassa näyttää? Kuka siellä asuu? Mitä siellä tapahtuu? Miten matkustatte takaisin kotiin? Jatkakaa niin kauan kuin se on hauskaa ja keksikää yhdessä tarinalle sopiva loppu.

Halutessanne voitte äänittää kertomanne puhelimella tai kirjoittaa sadun muistiin jälkikäteen. Soita tai lue mielikuvitusmatka koko perheelle tai ystäville.

Viikko 22 - päivä 2

Pimeydessä säkenöi

Leikkikää ja riimitelkää ulkona pimeässä.

Tarvitsette

- ▶ tekstikortit, joissa on riimejä
- ▶ heijastinlangan pätkiä
- ▶ sakset
- ▶ heijastimia tai heijastin nauhaa (omat)
- ▶ taskulampun (oma).

Tehtävä:

- ▶ Lähtekää yhdessä ulos heijastinjahtiin.

Lapsi oppii

- ▶ miten heijastimet toimivat
- ▶ kuuntelemaan, miltä sanat kuulostavat
- ▶ innostumaan leikistä kanssasi.

Halutessanne voitte leikkiä Riimipussia. Käytä kangaspussia tai myssyä. Pane siihen joitakin esineitä, kuten sukka, sipuli, päärynä, avain, lelueläin, pieni nukke ja lusikka. Anna lapsesi nostaa siitä yksi esine kerrallaan. Riimitelkää vuorotellen esineen nimellä, kuten sukka-kukka-rukka, sipuli-sopuli-hepuli. Pitäkää mielessä, että myös mitään tarkoittamattomat riimit ovat ihan yhtä hyviä, vaikkapa päärynä-väärinä, hattu-mattu-lattu. Riimitelkää niin kauan kuin se tuntuu hauskalta.

Tee näin:

- ▶ Voitte lähteä jahtiin pihalle, läheiseen metsään tai puistoon. Leikkaa ennen ulos menemistä irti tekstikortit, joissa on riimejä, ja valitse ne, mitä haluat käyttää. Kiinnitä heijastimet kortteihin. Voitte kullakin rastilla käyttää yhtä tai useaa korttia. Ripusta sekä kortti että heijastin (jos teillä on) kullekin rastille. Rastien on oltava sopivalla etäisyydellä toisistaan siten, että taskulampun valo riittää heijastimelta heijastimelle. Mahdollisuuksien mukaan voit ripustaa heijastimet etukäteen, jolloin jahdistat tulee lapsellesi jännittävämpää.
- ▶ Seiskää muutaman metrin päässä paikasta, josta jahti alkaa. Pääsette "maagiseen olotilaan" vaikkapa pyörimällä kolme kertaa ympäri.
- ▶ Valaiskaa sitten taskulampulla eri suuntiin ja siirtykää siihen suuntaan, jossa pimeydessä säkenöi.
- ▶ Lue kortin virke ja anna lapsesi riimitellä virkkeen lopussa. Jos lapsesi tarvitsee apua, maistelkaa ja riimitelkää sanoja yhdessä. Valaise myös kuvaa taskulampulla.
- ▶ Valaiskaa sitten tienne seuraavalle rastille. Voit luoda maagisen tunnelman jahdin aikana madaltamalla ääntäsi, puhumalla hieman salamyhkäisesti ja osallistumalla leikkiin itse innokkaasti. Se tarttuu lapseesi.
- ▶ Kun olette käyneet läpi kaikki säkenöivät riimitysrastit, lopettakaa leikki pyörimällä kolme kertaa ympäri eri suuntaan kuin alussa. Vilauksessa olette taas todellisuudessa.
- ▶ Pyytäkää toki mukaan muu perhe tai ystäviä pimeyden säkenöintiin!

Viikko 22 - päivä 3

Mustan kissan paksut posket

Leikkikää perinteisen loruvirkkeen innostamina.

Tarvitsette

- ▶ -

Tehtävä:

- ▶ Leikkikää muistileikkiä, ja keksikää mitä kissa mahtaa syödä.

Lapsi oppii

- ▶ uuden leikin
- ▶ hahmottamaan, muistamaan ja toistamaan
- ▶ uusia sanoja ja käsitteitä.

Halutessanne

voitte kokeilla myös muita kielivoimisteluvirkkeitä:

- Vesihissi sihihi hississä.
- Kokoa kokoon koko kokko.
- Mies Toijalasta toi jalasta Toijalasta.
- Yksikeskös yskiskelet?

Toistakaa kielivoimistelulauseita yksi kerrallaan niin monta kertaa kuin mahdollista.

Tee näin:

- ▶ Istahtakaa mukavasti johonkin ja kerro että leikitte leikin nimeltä Mustan kissan paksut posket. Voitte yhdessä ja vuorotellen yrittää sanoa nimen monta kertaa peräkkäin. Kimuranttia, mutta hauskaa, eikö vain?!
- ▶ Nyt voitte leikkiä leikin, jossa vuorotellen keksitte mitä kissa mahtaa syödä, kun posket ovat niin pulloollaan. Tässä leikissä kissa syö oikeastaan mitä vain, hassutelkaa ja antakaa mielikuvituksen lentää!
- ▶ Voit aloittaa leikin sanomalla ”Mustan kissan paksut posket ovat pullollaan ... silakoita!”
- ▶ Sen jälkeen on lapsesi vuoro. Hän saa toistaa sen minkä sinä sanoit, ja sitten lisätä vielä jotain muuta syötävää: ”Mustan kissan paksut posket ovat pullollaan silakoita ja ... vaahtokarkkeja!”
- ▶ Voitte vielä vuorotellen keksiä kaksi ”ruokaalajia” lisää, ja toistaa kaikki neljä peräkkäin, esimerkiksi: silakoita, vaahtokarkkeja, hiirenhäntiä, riisipuuroa.
- ▶ Jos leikkiminen on mielestänne hauskaa, aloittakaa sitten alusta, keksien neljää uutta ”kissanruokaa” vuorotellen.
- ▶ Tätä leikkiä on helppo leikkiä missä vain - autossa, ruokapöydässä, rannalla tai metsäretkellä.



Viikko 22 - lisäksi

Mielikuvitusshahmot

Luokaa omia mielikuvitusshahmoja taikataikinasta.

Tarvitsette

- ▶ taikataikinain aineksia (omat)
- ▶ vesivärit ja pensselin.

Tehtävä:

- ▶ Muovailkaa mielikuvitusshahmoja, joilla voitte leikkiä yhdessä.

Lapsi oppii

- ▶ noudattamaan ohjeita
- ▶ käyttämään hienomotoriikkaansa
- ▶ luomaan asioita oman mielensä mukaan.

Taikataikinain ainekset

- 2 dl vettä
- 1 ½ dl suolaa
- 4 dl jauhoja

Liuta suola lämpimään veteen. Lisää sitten jauhot ja sekoita notkeaksi taikinaksi. Taikinaa voi alkaa muovata. Lämmitä uuni 100 asteeseen. ”Paistakaa” hahmoja uunissa ainakin kaksi tuntia.

Anna niiden sitten kuivua huoneenlämmössä vuorokauden ajan. Jos hahmot ovat paksuja, kuivuminen voi kestää kauemmin.

Tee näin:

- ▶ Lue resepti lapsellesi.
- ▶ Anna lapsesi mitata ja sekoittaa taikataikina avullasi.
- ▶ Jakakaa taikina keskenänne. Suunnittele yhdessä, minkälaisia mielikuvitusolentoja teette.
- ▶ Voitte käyttää keittiövälineitä, kuten kaulinta, pöytäveistä, haarukkaa ja valkosipulinpuristinta (saatte hauskoja hiuskiehkuroita painamalla taikinain puristimen läpi).
- ▶ Voitte käyttää kokonaisia pippureita, rusinoita, riisinjyviä, nappeja, kuivattuja herneitä ja vastaavia silminä. Anna mielikuvituksen laukata!
- ▶ Kuivattakaa hahmot reseptin mukaan. Voitte sitten halutessanne maalata ne vesiväreillä.
- ▶ Kun hahmot ovat valmiita, voitte yhdessä keksiä niillä leikin. Asettakaa hahmot näkyvälle paikalle kotonanne.

Halutessanne voitte leikkiä Lattia on laavaa leikkiä. Kuvitelkaa, että olette leijuvia höyheniä, lentokone, pilviä, lintuja tai muuta vastaavaa. Liikukkaa huoneessa koskematta lattiaan. Kävelkää matolla, sohvalla, tuoleilla ja lattialle asetetuilla tyy-nyillä tai vetäkää itsenne pöydän yli. Voitte kuvitella, että lattia on vettä (jossa on krokotiileja), laavaa tai ilmaa. Lattiaan koskettavan on tehtävä liike (esimerkiksi hypittävä yhdellä jalalla muutaman kerran, taputettava käsiä tai taputettava käsillä polvia). Leikkikää niin kauan kuin se tuntuu hauskalta.

Viikko 23

Tällä viikolla lähdetään tavarajahtiin ja leikitään mielikuvitusleikkejä.



Viikon kirja

Avain hukassa
(Sanna Mander)

Viikon lukuvinkki:

Tatu ja Patu, kauhea Hirviö-hirviö ja muita outoja juttuja (Aino Havukainen, Sami Toivonen), Hassut hurjat hirviöt (Maurice Sendak), Perin erikoinen muna (Christel Rönns).

Tavara-lorujahti

Luette kirjan ja lähette aarrejahtiin Pähkinän ja muiden eläinten kanssa.

Tarvitsette: kirjan Avain hukassa, kuvaarkin, sakset, Pähkinä-oravan, sekä myssyn tai pussin (oma).

Luontoruudun mysteeri

Tutkitte ja pohditte, mitä viime kerran jälkeen on tapahtunut luontoruudussanne.

Tarvitsette: suurennuslasin, luontovihkonne, kynän, kiven (oma).

Peikkohulluttelu

Luotte lystikkäitä peikkoja.

Tarvitsette: kiven (jonka ”löydätte” luontoruudusta), liimaa ja lankaa, kangasta, nappeja tai muita pientarpeita (oma).

Lisäksi: Suuri koripallomatsi

Leikitte pallolla ulkona tai sisällä.

Tarvitsette: pallon ja lehden (omat).

Viikon liikuntavinkki:

Kaniinihyppy – kerro, että olette niityn yli kirmaavia kaniineja. Kyykistykaa, ponnistakaa jaloilla, hypätkää korkealle ja pitkälle, pankaa kädet ensin maahan tai lattialle tullessanne alas. Tämä voi olla vaikeaa. Monet lapset panevat kädet ja jalat samanaikaisesti lattialle. Saatte leikin vauhdikkaammaksi kuvittelemalla, että teitä jahtaa kettu.

Viikko 23 - päivä 1

Tavara-lorujahti

Valitkaa ja lukekaa loruja kuvakorttien innoittamina.

Kysymyksiä kirjasta:

- ▶ Keksi itse kysymyksiä valitsemanne runojen perusteella.
- ▶ Voit kysymysten avulla kiinnittää huomiota kuvien yksityiskohtiin tai uusiin sanoihin. Kuunnelkaa, maistelkaa niitä, ja selvitelkää mitä ne tarkoittavat.
- ▶ Huomioi lapsesi kiinnostuksen ja uteliaisuuden kohteet ja pohtikaa niitä yhdessä.

Tarvitsette

- ▶ Kirjan Avain hukassa
- ▶ paperiarkin, jossa kuvakortteja
- ▶ sakset
- ▶ pussin tai myssyn (oma)
- ▶ Pähkinä-oravan.

Tehtävä:

- ▶ Lukekaa yhdessä kirjan runoja kuvakortteja hyväksi käyttäen.

Tee näin:

- ▶ Istukaa mukavasti ja katselka kirjan kantta ja selaillkaa kirjaa. Muistelkaa yhdessä mistä kirja kertoo. Lue myös kirjan nimi ääneen.
- ▶ Aloittakaa sitten leikki leikkaamalla kuvakortit irti ja laittamalla ne pussiin, tai myssyyn. Leikkaamisen lomassa voit kertoa lapsellesi miten aiotte leikkiä kirjan kanssa:
- ▶ Nostakaa vuorotellen kuva pussista. Nimetkää kuva ja etsikää vastaava kuva kirjasta. Kun kuva löytyy luet sillä aukeamalla olevan runon ääneen.
- ▶ Jotkut kuvista ovat sellaisia että niitä löytyy monesta paikasta. Silloin lapsesi saa valita minkä aukeaman runon sinä luet. Pähkinä voi olla mukana vetämässä kuvia ja valitsemassa runoja!
- ▶ Toiset kuvista löytyvät ainoastaan yhdestä paikasta. Silloin tarvitsee olla tarkka! Auttakaa toisianne löytämään se.

Lapsi oppii

- ▶ tarkkaavaisuutta
- ▶ tekemään valintoja
- ▶ tekemään yhteistyötä kanssasi.

Viikko 23 - päivä 2

Luontoruudun mysteeri

Tutkikaa, mitä luontoruudulanne on tapahtunut viime kerran jälkeen, ja huomatkaa, mitä sinne on kätkeytynyt.

Tarvitsette

- ▶ suurennuslasin
- ▶ luontovihkonne ja kynän
- ▶ kiven (oma).

Tehtävä:

- ▶ Tutkikaa luontoruutua kaikilla aisteilla.
- ▶ Löytäkää peikkokivi ja pohtikaa peikkoa, joka on muuttunut kiveksi.

Lapsi oppii

- ▶ vertaamaan luonnossa tekemiään havaintoja
- ▶ huomioimaan aistimuksiaan ja kuvailemaan
- ▶ olemaan tarkkaavainen ja kuvittelemaan.

Halutessanne voitte lyhentää tätä osaa menemällä luontoruutuun etsimään kiveä. Kerro siinä tapauksessa matkalla luontoruutuun tarina kivettyneestä peikosta, joka tarvitsee apuunne tullakseen taas peikoksi.

Tee näin:

- ▶ Valitse ja ota mukaan kohtalaisen kokoinen kivi luontoruudulle ja piilota se sinne ilman, että lapsesi näkee sitä.
- ▶ Ottakaa mukaan luontoruudulla tarvittavat asiat. Kun olette perillä, kerro lapsellesi, että nyt keväällä teidän on tutkittava luontoruutua tarkasti kaikilla aisteilla.
- ▶ Pohtikaa yhdessä esimerkiksi näitä:
 - Miltä täällä haisee tai tuoksuu?
 - Miltä maa tuntuu? Onko se kylmä tai lämmin, pehmeä tai kova?
 - Jos ruudussa on lunta, miltä se tuntuu? Vetistä ja kylmää, kevyttä vai rakeista?
 - Mitä ääniä kuulette: tuulen, lintuja, liikennettä? Voitte sulkea silmät ja kuunnella.
 - Mitä värejä luonnossa näkyy? Mitä muuta näette?
- ▶ Merkitkää havaintonne vihkoon, piirtäkää tai kirjoittakaa. Jos mukanaan on puhelin, voitte myös ottaa valokuvia. Verratkaa havaintojanne nyt ja edellisellä kerralla. Pohtikaa, miksi ne ehkä ovat erilaisia.
- ▶ Kerro sitten lapsellesi, että nyt on oltava tarkkana, koska olet kuullut, että juuri teidän luontoruudussanne peikko on taiottu kiveksi! Voitte ehkä auttaa peikkoa löytämällä oikean kiven ja muuttamalla sen taas peikoksi! Anna lapsellesi johtolankoja kiven löytämiseksi.
- ▶ Kehitä tarinaa kiveksi muutetusta peikosta edelleen. Ottakaa kivi kotiin. Kerro lapsellesi, että yritätte murtaa loitsun jonakin toisena päivänä (seuraavassa puuhassa, Peikkohulluttelussa).

Halutessanne voitte yhdessä sisarusten tai kavereiden kanssa järjestää aarrejahdin ulkona tai sisällä. Piilota etukäteen jokin ”aarre” sopivaan paikkaan ja piirrä kartta, joka johdattaa aarteen luo. Aloittakaa aarteenetsintä katsomalla viikon kuvaa ja pohtikaa yhdessä, mistä kuvassa voisi olla kyse. Aarre voi olla jotain pientä syötävää, jokin mukava kokemus, tai pieni asia. Suunnitelkaa yhdessä, milloin ja miten käytätte aarteen.

Viikko 23 - päivä 3

Peikkohulluttelu

Suunnitelkaa ja askarrelkaa peikko.

Tarvitsette

- ▶ kiven (jonka löysitte luontoruudusta)
- ▶ liimaa
- ▶ kangaspaloja tai vanhaksi käyneitä vaatteita (omianne)
- ▶ lankaa, nappeja tai muita pikkuesineitä (omianne).

Tehtävä:

- ▶ Askarrelkaa peikko ja pohtikaa sitä.

Lapsi oppii

- ▶ kuvittelemaan ja suunnittelemaan
- ▶ toteuttamaan suunnitelmansa.

Tee näin:

- ▶ Ottakaa kivi esille ja tarkastelkaa sitä. Suunnitelkaa ja kuvitelkaa, miltä peikko on ehkä näyttänyt ennen kiveksi muuttumista. Minkälaiset jalat ja kädet sillä oli? Entä minkälaiset korvat ja nenä? Mitä käytätte hiuksina? Oliko peikko sittenkin kalju? Oliko peikolla isot vai pienet silmät? Miltä sen häntä näytti?
- ▶ Auta valitsemaan peikkoa varten tarvittavat asiat. Voitte käyttää askartelualustana sanomalehteä.
- ▶ Askarrellessanne voitte viitata siihen, mitä peikosta kerroitte kiven löytäessänne. Koettakaa keksiä, kuka peikon olisi ehkä noitunut, miksi ja mitä tapahtuu sitten, kun peikko on taas peikko.
- ▶ Kun olette valmiita, voitte sanoa: Hokkus pokkus filiokkus, olemme nyt kumonneet loitsun!



Viikko 23 - lisäksi

Suuri koripallomatsi

Korin heitto pallolla.

Tarvitsette

- ▶ pallon ja lehden (omat).

Tehtävä:

- ▶ Leikkikää olevanne koripallo-ottelussa ja heittäkää pallo ”koriin”.
- ▶ Tätä leikkiä on hyvä leikkiä ulkona.

Lapsi oppii

- ▶ harjoittamaan silmä-käsi-koordinaatiota
- ▶ kokemaan yhdessä onnistumisen ilon.

Halutessanne voitte leikkiä muita palloleikkejä. Voitte tähdätä esimerkiksi puunrunkoon, sanokoon tai hiekkalaatikkoon.

Tee näin:

- ▶ Ota pallo esille ja pane maahan sanomalehti, jolla seisotte palloa heittäessänne. Voitte pallon sijaan käyttää sukkanyyttiä tai tyynyä.
- ▶ Kysy lapseltasi, tietääkö hän, mitä koripallo on. Keskustelkaa kokemuksistanne.
- ▶ Kerro, että olette nyt suurella pelikentällä tärkeässä koripallo-ottelussa. Keksikää itse joukkueenne ja kilpailevan joukkueen nimi.
- ▶ Selitä, että sinä toimit korina pitämällä kätesi edessäsi suurena ympyränä. Lapsesi saa nyt yrittää heittää pallon koriin lehdeltä.
- ▶ Liiku kunkin heiton jälkeen hieman lehden ympäri, jotta lapsesi saa heittää useaan eri suuntaan. Voit myös vaihdella etäisyyttä lapseesi, jotta heitosta tulee sopivan vaativa. Anna lapsesi tuntea, että hän onnistuu! Päätäkää etukäteen, montako koria pelaatte, vaikkapa kuusi. Laske ääneen joka kerran lapsesi tehdesä korin.
- ▶ Kuvitelkaa yleisön riemu ja nostakaa itse kätenne ylös, huutakaa ”upeaa” ja kannustakaa itseänne. Kuvittele myös olevasi urheiluselostaja, joka selostaa ottelun tapahtumia.
- ▶ Kun olette saaneet sovitun määrän koreja, huutakaa ”Hieno, voitimme!” Kannustakaa toisianne ja heittäkää ”ylävitonen”.

Halutessanne voitte lukea lorun Pieni peikko ja liikkua sen tahtiin:

Olipa kerran peikko pieni (mittaa käsilläsi ”pieni”), joka asui tötterössä (tee käsilläsi V-muoto). Aina siihen kolkuttaessa (koputa kämmentä) hän hihkaisi ”töttöröö!” (Pidä kädet kasvojen edessä ja ota ne sitten pois ja hihkaise ”töttöröö!”) Voitte myös piirtää tai maalata kuvan peikosta ja lisätä sen FHille-kansioon.

Viikko 24

Tällä viikolla
kuunnellaan ja kuvitellaan.



Viikon kirja

Onnen kuplia
(Hanna Lundström
ja Maija Hurme)

Viikon luvuvinkki:

Mikko Mallikas ja Mulperi
(Gunilla Bergström),
Mörkyli (Julia Donaldson). Siri
ja erämaan kutsu
(Leea Simola),
Peiton alla
(Anssi Hurme, Maija Hurme).

Koivun salainen kieli

Luette runon ja luette koivun viestin.

Tarvitsette: kirjan Onnen kuplia, kuvan
viikkovihkossa, ja Pähkinä-oravan.

Pähkinän käpyreissu

Leikitte liikkumisleikkiä ulkona.

Tarvitsette: Pähkinä-oravan,
leikin selostuksen.

Pähkinän salainen kaveri

Askartelette Pähkinälle kaverin.

Tarvitsette: Pähkinä-oravan, paperia,
kynän, sakset, liimaa, huopakangasta,
neulan, lankaa, täytettä ja piippurasseja.

Lisäksi: Mielikuvitusmatka metsään

Teillä on rentouttava ja hieno
mielikuvitustuokio yhdessä.

Tarvitsette: matkapuhelimen tai
tietokoneen, mahdollisesti huovan
ja tyynyn (omat).

Viikon liikuntavinkki:

Puu-harjoitus. Kuvitelkaa miten puu kasvaa ja heiluu tuulessa. Kerro harjoituksen aikana eläytyen mitä tapahtuu, samalla kun näytät liikkeet. Käpertykää pieneksi palloksi, pienen pieneksi siemeneksi. Nouskaa hitaasti – puu kasvaa. Suoristakaa kädet – ne ovat puun oksat. Vaihtakaa paino yhdelle jalalle, tasapainottukaa ja ojentakaa toinen jalka suoraan sivulle. Aloittakaa alusta tasapainotellen toisella jalalla.

Viikko 24 - päivä 1

Koivun salainen kieli

Lukekaa runo ja selvittäkää sanoma.

Kysymyksiä kirjasta:

- ▶ Oletko nähnyt samanlaista puuta kuin runossa? Missä? Luuletko, että puulla on jo lehtiä oksillaan?
- ▶ Miltä luulet koivun tuohen tuntuvan käteen? Onko se sileä, karhea, pörröinen vai piikikäs?

Tarvitsette

- ▶ kirjan Onnen kuplia
- ▶ viikkovihkon sivun 14 kuvaa
- ▶ Pähkinä-oravan.

Tehtävä:

- ▶ Lukekaa kirjan runo ja pohtikaa lapsesi kanssa siihen liittyviä seikkoja. Auttakaa Pähkinää lukemaan salainen viesti.

Halutessanne voitte lukea runon Koivun salakirjoitus ja mennä ulos tunnustelemaan koivun runkoa. Miltä tuohi tuntuu? Kerro, että tunnet tuohessa ihan oikean viestin, joten asia on niin kuin kuvittelitte! Keksi ja kerro lapsellesi, mitä tuoheen on piilotettu.

Tee näin:

- ▶ Ottakaa kirja esille ja selatkaa runoon Koivun salakirjoitus. Istukaa mukavasti yhdessä lapsesi ja Pähkinän kanssa ja lukekaa runo hitaasti ja huolellisesti, ”maistelkaa” sanoja ja pohtikaa niiden merkitystä, esimerkiksi kaarna, läpikuultava, silkkinen, kolhu.
- ▶ Kerro, että Pähkinä on saanut Koivun tuohenpalasesta viestin, mutta hän ei osaa lukea sitä ja tarvitsee apuanne. Ota viikkovihkon sivun 14 kuva esille ja katsokaa sitä. Keksi itse, mitä siinä lukee, tai käytä seuraavaa tekstiä. Esitä lukevasi katsomalla kuvaa samalla, kun vilkuilet tekstiä.
 - Olen nyt odottanut kauan, niin kovin kauan. Oi milloin odotukseni päättyy? Odotan, että oksani vihertävät hienoina taas kerran. Syksyllä tuli myrsky ja kylmä, lehteni kellastuivat ja putosivat pois kovan tuulen tuiskeessa. Tuli talvi, tuli lumi ja tuli kylmä. Oksani peittyivät kimaltavilla lumikiteillä. Seisoin tässä mäessä ja katselin pulkkamäen lapsia. Se oli hauskaa! Nyt mäki on tyhjä ja lapset ja lumikiteet poissa! Koska tulee siis aurinko? Koska varteni lämpiää? Koska oksilleni saapuvat pikkulinnut visertäen istumaan? Koska heräävät hyönteiset tuoheni alta ja käyvät työn touhuun, kutittaen runkoani ihanasti? Kiitollisena avusta ja vastauksista, ystävällisin terveisin Koivu.
- ▶ Kun olet ”lukenut” viestin, pohtikaa yhdessä kevättä, kesää, syksyä ja talvea.
- ▶ Pohtikaa Koivun kysymyksiä, anna lapsesi kertoa ajatuksistaan. Mitä luulette Pähkinän vastaavan koivun kaikkiin kysymyksiin?

Lapsi oppii

- ▶ eläytymiskykyä
- ▶ vuodenaajoista
- ▶ uusia sanoja ja käsitteitä.

Viikko 24 - päivä 2

Pähkinän käpyreissu

Leikkikää liikkumisleikkiä yhdessä ulkona.

Tarvitsette

- ▶ Pähkinä-oravan
- ▶ liikkumisleikin ohjeet.

Tehtävä:

- ▶ Leikitte ja liikutte tutuiksi tulleiden hahmojen mukaan. Ottakaa myös Pähkinä mukaan!

Lapsi oppii

- ▶ kehontuntemusta
- ▶ liikkumisen iloa
- ▶ noudattamaan ohjeita ja olemaan aloitteellinen.

Halutessanne voitte leikkiä ”Nopeita tempauksia” Hoppa pä! hahmojen kanssa ulkona. Tehkää eri liikkeitä käskystä mahdollisimman nopeasti. Valitkaa eri paikkoja, jossa eri hahmojen liikkeitä tehdään. Esimerkiksi kukkapenkin äärellä komento on Holly = hyppää sammakkohyppyjä, portaiden juurella Bärtil = ristihyppy, keinuilla Pipsa = istu pepulla pitäen jalat ylhäällä. Rune = mene makuulle maahan, Kråk-Fia = tvistaa, Älgen = tömistele ja Isa = seiso yhdellä jalalla. Voitte myös panna Hoppa pä! kortit paikoille. Aloita sanomalla hahmon nimi. Sinä ja lapsesi juoksette sen luokse yhdessä ja teette liikkeen. Tämän jälkeen lapsesi saa sanoa, minkä hahmon luo juoksette. Voitte myös ottaa mukaan ystäviä tai koko perheen.

Tee näin:

- ▶ Menkää pihalle tai leikkipuistoon (leikkiä voi leikkiä myös sisällä). Kerro lapsellesi, että Pähkinä haluaa poimia kuusen käpyjä kanssanne. Lukekaa kappale kerrallaan ja tehkää liikkeet yhdessä. Anna lapsesi johtaa ja ”keksiä”, miten teidän tulee liikkua. Matki lastasi. Ole itse aktiivinen liikuntaleikissä. Tee liikkeet eläytyen. Tämä tarttuu myös lapseen, ja näin leikistä tulee teille molemmille hauska ja innostava.

Viikko 24 - päivä 3

Pähkinän salainen kaveri

Askarrelkaa Pähkinän salainen kaveri.

Tarvitsette

- ▶ Pähkinä-oravan
- ▶ sakset, liimaa
- ▶ paperia, kynän
- ▶ huopakangasta, täytettä, neulan ja lankaa
- ▶ piippurasseja.

Tehtävä:

- ▶ Kuvitelkaa, miltä Pähkinän salainen kaveri näyttää, ja askarrelkaa hänet.

Lapsi oppii

- ▶ suunnittelemaan ja tekemään omia ratkaisuja
- ▶ hahmottamaan oman mielikuvituksen pohjalta
- ▶ leikkaamaan ja ompelamaan.

Halutessanne voitte sulkea silmät ja piirtää. Tarvitsette paperia ja liituja. Sulkekaa silmät ja piirtäkää jokin eläin tai esine paperille. Kun kuva on valmis, avatkaa silmänne ja katsokaa, minkälainen vaikkapa kissasta tuli; onko häntä paikallaan? Entä missä ovat silmät? Kuvista tulee hullunkurisia ja mielikuvituksellisia! Lisää kuvat FHille-kansioon.

Tee näin:

- ▶ Kysy lapseltasi, onko hänellä salainen ystävä. Voitte myös pohtia, josko jollakulla tuntemallanne sellainen on. Kuuntele lastasi ja kerro myös itse tuntemistasi salaisista ystäväistä. Selitä sitten, että Pähkinällä on näkymätön ja salainen ystävä. Mutta nyt Pähkinä tarvitsee apua! Pähkinä haluaa nimittäin tehdä ystävästään näkyvän, jotta hän voi esitellä ystävänsä Pörrelle.
- ▶ Kysy Pähkinältä, miltä ystävä näyttää. "Kysykää" Pähkinältä kysymyksiä katsomalla häntä syväälle silmiin. "Kuunnelkaa" sitten tarkasti, mitä Pähkinä "vastaa".
- ▶ Voitte kysyä Pähkinältä, minkä muotoisen ystävä on, minkälaiset hänen korvansa ja silmänsä ovat, montako kättä ja jalkaa sekä varvasta ja sormea hänellä on jne. Kysykää yksi kysymys kerrallaan. Kun Pähkinä "vastaa", piirtäkää ystävää paperille. Piirtäkää isosti ja selvästi, jotta piirrosta voi käyttää mallina. Ota tarvittavat materiaalit esille. Taita kangas kahtia. Katsokaa piirrosta ja piirtäkää ystävän keho kankaalle. Auta lastasi leikkaamaan se irti.
- ▶ Pujota lanka neulaan. Kiinnittäkää kankaan palaset toisiinsa ompelemalla reunat. Voitte myös liimata ompelemisen sijaan. Jättäkää pieni aukko, josta panette täytteen sisään. Katsokaa piirrosta uudelleen ja askarrelkaa piipunrassien ja omien materiaalien avulla hahmo valmiiksi.
- ▶ Pohtikaa myös, miten Pörre ja Pähkinän salainen kaveri voisivat tavata!
- ▶ Halutessanne voitte jakaa toiminnan siten, että yhtenä päivänä piirrätte mallin ja jonain toisena ompellette kaverin.

Viikko 24 - lisäksi

Mielikuvitusmatka metsään

Rentoutukaa yhdessä ja kuunnelkaa, mitä öisessä metsässä voi tapahtua.

Tarvitsette

- ▶ mahdollisesti huovan ja tyynyn (omat).
- ▶ matkapuhelinta tai tietokoneetta (omaanne).

Tehtävä:

- ▶ Käykää yhdessä makuulle yhteistä rentoutushetkeä varten.
- ▶ Mene osoitteeseen [https://neuvokasperhe.fi/mindfulness-harjoitus-lapselle-ja-ai-kuiselle/](https://neuvokasperhe.fi/mindfulness-harjoitus-lapselle-ja-ai aikuiselle/).
- ▶ Valitse Rentoutus lapselle.



Tee näin:

- ▶ Kerro lapsellesi, että voitte nyt mielikuvituksessanne lähteä öiseen metsään.
- ▶ Maatkaa mukavasti pehmeällä matolla tai sohvalla, mahdollisesti tyyny pään alla ja peitto päällänne. Mikäli se tuntuu mukavalta, voitte sulkea silmät kuunnellessanne kertomusta.
- ▶ Soita ääniraita ja kuunnelkaa yhdessä. Voitte jälkepäin keskustella, miltä vartalossa tuntui maata ja kuunnella.

Lapsi oppii

- ▶ luomaan rauhallisia mielikuvia mielikuvitukseensa
- ▶ rauhoittamaan kehoaan
- ▶ nauttimaan mukavasta hetkestä yhdessä.

Halutessanne voitte kuunnella ääniraitaa myös ennen nukkumaanmenoa illalla. Kokeilkaa myös muita rentoutumisharjoituksia ja -tarinoita.



FHille perustuu Hippy International- ja Tanskan HippHopp esikouluohjelmiin
© Folkhälsan 2020
Kuvat: Terese Bast
Graafinen asu: Nanne Nylund/Byråldan
Paino: Waasa Graphics, Vaasa

 **folkhälsan**