



#### Oppaassa käytetyt lähteet:

- Alho, E. 2005. Vauvakuulta. Helsinki: WSOY.
- Autti-Rämö, I. & Salpa, P. 2010. Lapsen ensimmäinen vuosi, kehitys ei etene odotetusti - mitä tehdä? Helsinki: Tammi.
- Enqvist, S. 2017. Erään ensikodin päiväryhmätoiminta pienen lapsen kasvun erityisenä tukena. Erityispedagogiikan pro gradu. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Kasvatustieteiden laitos.
- Gallahue, D., Ozmun, J. & Goodway, J. 2012. Understanding motor development. 7th ed. New York, NY: McGraw-Hill.
- Hietala, M. 2014. Varhaislapsuuden motoristen toimintojen yhteys myöhemmin opittuihin motorisiin taitoihin. Liikuntapedagogiikan pro gradu. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto, Liikuntakasvatuksen laitos.
- Morris, D. 2008. Vauva. Helsinki: Kustannusyrhtiö Tammi.
- Mäkinen, A. 2009. Lapsen käsittely varhaisvaiheiden motorista kehitystä tukevana asiana. Teoksessa Armanto, A. & Koistinen, P. (toim.) Neuvolatyön käsikirja. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 223-225.
- Salpa, P. 2007. Lapsen liikunnan kehitys ensimmäinen ikävuosi. Helsinki: Tammi.



LAHDEN  
ENSI- JA TURVAKOTI RY

[www.lahdenensijaturvakoti.fi](http://www.lahdenensijaturvakoti.fi)



# VAUVAN MOTORISEN KEHITYKSEN TUKEMINEN



## Opas jokapäiväisiin tilanteisiin Ensikodin vanhemmille



LAHDEN  
ENSI- JA TURVAKOTI RY

## SISÄLTÖ:

VAUVAN NOSTAMINEN .....	4
VAIPAN- JA VAATTEIDEN VAIHTO .....	5
VAUVAN KANTAMINEN .....	6
IMETYS JA PULLORUOKINTA .....	8
RUOKAILU PERHEEN KANSSA .....	10
NUKUTTAMINEN .....	11
LATTIALLA OLO .....	12
KÄÄNTYMINEN .....	13
LATTIALLA VAUVAN KANSSA .....	14
Harakka huttua keittää .....	15
Oppaassa käytetyt lähteet: .....	16

## Oppaan tekijät:

Saija Kettunen, Marika Läyönen ja Hanna Tanskanen  
Lahden ammattikorkeakoulu

Valokuvaaja: Heidi Vanha-Honko

Lahden Ensikoti  
Mustamäenkatu 74  
15610 Lahti

2017



Lattia on hyvä paikka  
sinun ja vauvan yhteisiin  
leikkeihin ja lauluhetkiin.

## Harakka huttua keittää

Harakka huttua keittää,  
hännällensä hämmentää,  
pyrstöllänsä puistelee,  
nokallansa koittelee,  
paneee suolaa, paneee sokeria,  
antaa tälle,  
antaa tälle,  
antaa tälle,  
antaa tälle  
-tälle ei annakaan!  
*(suomalainen kansantuno)*

## LATTIALLA VAUVAN KANSSA

Lattialla voi vauvan kanssa viettää aikaa, leikkiä ja harjoitella kääntymistä.

Lattialla sinä voit olla vauvan kanssa ja antaa hänelle huomiota.

Turvallinen lattialla olo edellyttää vanhemman läsnäoloa.



Tuo lelu vauvan lähelle, jolloin vauva yrittää käsiään koskea leluun. Liikuttele lelua sivusuunnassa.

Tämä kehittää vauvaa ja auttaa esimerkiksi kääntymisessä.



Ole lattialla vauvan kanssa. Se vahvistaa sinun ja vauvan välistä vuorovaikutusta.

## JOHDANTO

**Tämä opas on sinulle**, joka haluat olla tukemassa lapsen motorista kehitystä arkipäivän toimissa.

Motorisella kehityksellä tarkoitetaan sitä, miten lapsesi toimintot ja liikkeet kehittyvät iän myötä. Esimerkiksi milloin ja missä vaiheessa hän oppii itse kääntymään selältä vatsalleen tai istumaan selkään suorassa.

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa sinulle neuvoja siitä, miten sinä voit tukea lapsesi motorista kehitystä päivittäisissä hoitotilanteissa. Et tarvitse erityisiä välineitä käyttääksesi opasta, sillä kaikki oppaassa olevat asiat tapahtuvat sinun ja vauvasi välillä.

Motorinen kehitys on jokaisella vauvalla omanlaisensa ja siihen vaikuttavat vauvan ominaisuuksien lisäksi vauvan ikä, perheen keskeinen vuorovaikutus ja vauvan kasvuympäristö.

Vauvan motorisen kehityksen tukeminen on tärkeää, jotta vauva kehittyisi ja kasvaa toivotulla tavalla ja oppii uusia asioita. Vauvan ja vanhemman välinen vuorovaikutus on tärkeää vauvan motorisen kehityksen tukemiseksi.

Toivomme oppaan helpottavan arkeasi ja antavan sinulle ohjeita vauvan kanssa toimimiseen.

**Iloista ja kehittävästä kasvusta yhdessä vauvan kanssa!**

## VAUVAN NOSTAMINEN

Nosta vauvaa kylkiasennossa, koska silloin

- niska pysyy tuettuna
- vauvan asento on rento



Laita kädet kuvan mukaan vauvan yläselän ja niskan alle. Jätä peukalot eteen.



Ota tukeva ote vauvasta ja käännä vauva kyljelleen.



Nosta vauvaa kylki edellä ylös alustasta ja käännä vauvan kasvot itseäsi päin. Tue vauvan niskaa sormilla.

## KÄÄNTYMINEN

Lattialla vauvan ja vanhemman on hyvä yhdessä opetella kääntymistä.

Aluksi vauva pyörittää kyljelleen ja kehittyessään kääntyy kokonaan ympäri.

Vauva voi tarvita kääntymisessä avustamista ja houkuttelua esimerkiksi lelun avulla.

Avusta kääntymistä vauvan lantiosta kiinni pitäen, rauhallisin ottein.



Kääntymisessä avustaminen



Kääntymisessä avustaminen

## LATTIALLA OLO

Pientä vauvaa on hyvä totutella lattialla oloon.

Vauvan on hyvä olla lattialla ohuen alustan päällä.

Tärkeää on, että vauva on lattialla selällään ja vatsallaan. Lattialla ollessa vauva käyttää tasaisesti lihaksiaan ja näin lihakset vahvistuvat esimerkiksi sylissä oloa paremmin.

Selällään ollessa vauva pääsee itse tutkimaan omaa kehoaan, esimerkiksi käsin koskettelemalla kasvojaan ja varpaitaan sekä viemään käsiään suuhun.



Selällään



Vatsallaan

## VAIPAN- JA VAATTEIDEN VAIHTO

Vaipanvaihdossa oikea tekniikka on nostaa vauvan peppua kädellä pepun alta ja samalla tuoda jalkoja kohti vatsaa. Huolehdi, ettet roikota vauvaa jaloista.

Vaatteiden vaihdossa hyödynnä kylkiasentoja.

Kun vauva on kyljellään, on hänelle helpompi pukea hihat tai lahkeet.

Kylkiasento myös aktivoi vauvaa ja opettaa kääntymiseen tarvittavia taitoja.



### Vaipanvaihto

Nosta vauvaa pepun alta. Voit toisella kädellä tuoda vauvan jalkoja kohti vatsaa. Laita vaippa vauvan pepun alle.



### Vaatteiden vaihto

Käännä vauvaa kyljeltä toiselle helpottaaksesi vaatteiden vaihtoa.

## VAUVAN KANTAMINEN

Kanna vauvaa vuorotellen molemmin puolin, koska silloin

- vauvan lihakset kehittyvät tasaisesti molemmin puolin
- vauvan tuntemus omasta kehosta kehittyy tasaisesti kummallekin puolelle



**Vauvan kantaminen makuuasennossa.** Laita kuvan mukaisesti toinen kätesi vauvan kainaloiden alta ja aseta toinen kätesi vauvan jalkojen välistä alavatsan alle.



## Vauvan kantaminen olkapäätä vasten

Tue toisella kädelläsi vauvan selkää ja niskaa. Kannattele toisella kädelläsi vauvaa peun alta.

## NUKUTTAMINEN

Nukuta vauva kylkiasennossa.

Kylkiasennossa voit tukea vauvaa vatsan ja selän puoliilta esi-merkiksi peiton avulla. Näin vauva pysyy kylkiasennossa, eikä pyörahdä vatsalleen tai selälleen.

Vuorottele nukutettavia puolia, kun nukutat vauvan kylkiasen-  
toon. Tämä auttaa vauvan lihaksia kehittymään tasapuolisesti.



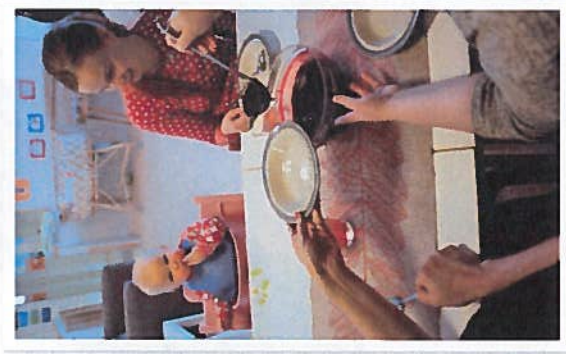
Kylkiasennossa nukkuminen

## RUOKAILU PERHEEN KANSSA

Vauva oppii istumaan tuen avulla noin 6 kuukauden iässä.

Vauvaa voi tukea syöttötuolissa istumiseen esimerkiksi pyyhkeen avulla.

Kun vauva pystyy istumaan tuen avulla, voi hänet ottaa mukaan perheen yhteisiin ruokailuihinkin ruokapöydän ääreen.



## Vauvan kantaminen pystyasennossa



Ota hyvä ja tukeva ote vauvan ylävartalosta ja jalkojen välistä. Tue vauvaa itseäsi vasten.



Ota kuvan mukainen, tukeva ote vauvan jalkojen välistä ja vastakkaisen puolen reidestä. Tue toisella kädelläsi vauvaa pepusta. Käännä vauvaa hie-  
man nojaamaan kättäsi ja  
vatsaasi vasten.

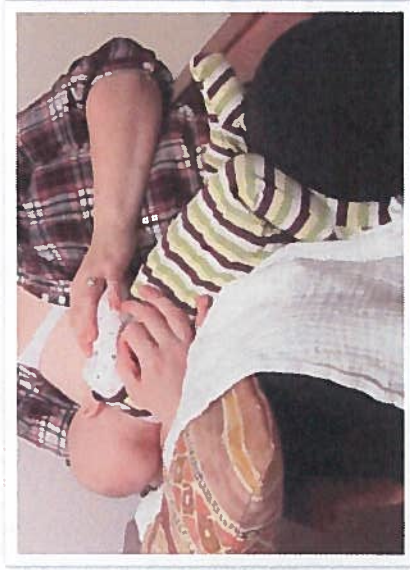
## IMETYS JA PULLORUOKINTA

Imetyksessä ja pulloruokinnassa on tärkeää syöttää vauvaa kummankin käden puolelta. Tällöin vauvan tuntemus omasta kehosta vahvistuu ja lihakset kehittyvät tasaisesti.

Syöttämisen aikana erityisen tärkeää on vuorovaikutus vauvan kanssa. Vanhemman tehtävä on luoda vauvalle miellyttävä ja rauhallinen ruokailuhetki. Se vahvistaa vauvan ja vanhemman välistä yhteyttä.

Imetyksessä täytyy huomioida, että vauva on täysin kään-tyneenä vanhemman päin, jotta imeminen on vauvalle hel-pompaa. Katso, että vauvan asento on suora.

Imetyksessä vanhempi tukee vauvaa selästä imettävän rinnan puoleisella kädellä.

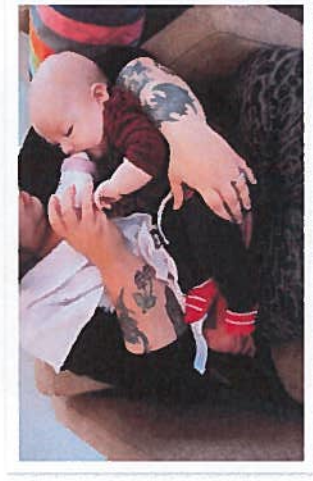


**Imetysasento istuen.** Vauvan vatsan tulee olla vanhemman vatsaa vasten, kasvot kohti rintaa.

Pulloruokinta tapahtuu aina sylissä. Yleisin on istuva asento, jossa vauva lepää vanhemman kättä ja vartaloa vasten. Katso, että vauvan pää on hiukan kallistuneena taaksepäin syöttämi-sen aikana.



Muista tarkistaa maidon lämpötila ennen syöttämisen aloittamista.



Tue vauva itseäsi vasten ja varmista vauvan pään hyvä asento.



Vuorovaikutus vauvan ja vanhemman välillä syöttämisen aikana on tärkeää.