

Pienestä  
nyytistä...



...uteliaaksi  
maailman-  
valloittajaksi



Opaslehtinen alle yksivuotiaan lapsen  
sensomotorisesta kehityksestä ja sen tukemisesta

## Käsikirjoitus:

Anna-Sofia Luhta, fysioterapian opiskelija AMK

Anniina Pajala, fysioterapian opiskelija AMK

## Sisällys:

* Lapsen sensomotorinen kehitys ja sen tukeminen .....	4
* Lapsi 0-3 kk: Sopeutuminen kohdun ulkopuoliseen maailmaan .....	5
* Lapsi 4-6 kk: Hallitumpien liikkeiden kehittyminen .....	8
* Lapsi 7-9 kk: Taistelu painovoimaa vastaan alkaa .....	11
* Lapsi 10-12 kk: Aktiivinen tutkija .....	13
* Lapsen kanssa .....	15
* Virikelelut .....	19
* Kantovälineet .....	21
* Lähteet .....	23

# Hyvät lapsen vanhemmat

Onnea uusille vanhemmille!

Yhdeksän kuukauden odotus on nyt päättynyt ja yhteinen arki pienen lapsen kanssa voi alkaa. Lapsenne kehittyy vuoden aikana pienestä, avuttomasta nyytistä uteliaaksi maailmanvalloittajaksi. Vanhempien on hyvä tuntea lapsen varhaiskehityksen pääpiirteet, jotta he voivat seurata lapsensa kehitystä ja olla siinä osallisena tukien ja kannustamien.

Tämän opaslehtisen tarkoituksena on lisätä vanhempien tietoa alle yksivuotiaan lapsen sensomotorisesta kehityksestä sekä antaa erilaisia keinoja lapsen monipuoliseen käsittelyyn ja aktivoimiseen sensomotorista kehitystä edistävällä tavalla.

Työssämme lapsen sensomotorisella kehityksellä tarkoitamme lapsen kokonaisvaltaista kehitystä, joka sisältää fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen kehityksen. Työmme painottuu kuitenkin enemmän lapsen liikunnalliseen kehitykseen ja sen tukemiseen.

# Lapsen sensomotorinen kehitys ja sen tukeminen

**Lapsi oppii ensimmäisenä elinvuotenaan enemmän kuin koskaan myöhemmin vastaavana ajanjaksona.** Jokaisen lapsen kehitys kulkee omaa yksilöllistä rataansa ja jonkin taidon myöhäinen oppiminen saattaa osoittautua täysin normaaliksi, lapsen yksilölliseen kehityskulkuun kuuluvaksi vaiheeksi. Yksittäisen lapsen kehitystä ei siis tulisi liikaa verrata muiden lasten kehitykseen.

**Lapsella on luontainen halu oppia uutta.** Lapsen tulee saada ympäristöstään riittävästi ärsykeitä, jotka motivoivat lasta liikkumaan ja oppimaan uutta. Lapsen tulee saada kokeilla, harjoitella, yrittää ja erehtyä, mutta niin että lapsi ei menetä itseluottamustaan ja kokeilunhaluaan. **Onnistumisen kokemukset ovat tärkeässä asemassa,** sillä ainoastaan niiden kautta lapsen motivaatio yrittämiseen säilyy. Kun lapsi kokee onnistuvansa, hän haluaa yrittää ja saavuttaa yhä enemmän ja hänen motivaationsa kasvaa. Lapsen geenien säätelemää kehityskulkua ei juurikaan voi ulkoisilla toimenpiteillä nopeuttaa, mutta puutteelliset ympäristötekijät saattavat sitä kuitenkin hidastaa.

**Lapsen sensomotorisen kehityksen tukeminen ei vaadi vanhemmilta erityistoimenpiteitä,** vaan se on osa lapsen normaalia, päivittäistä hoitoa. Se on lapsen nostamista ja kantamista, pukemista, vaipan vaihtamista sekä leikittämistä lapsen omaa aktiivisuutta tukien sekä lapsen monipuoliset asennot huomioiden.

# Lapsi 0-3 kk

## Sopeutuminen kohdun ulkopuo- liseen maailmaan

Jo vastasyntynyt lapsi kommunikoi omalla tavallaan. Juttele ja lauleskele lapsellesi, voit huomata kuinka hänen aktiivisuutensa lisääntyy. Pian lapsi oppii kommunikoimaan myös hymyllään ja ikäkauden lopulla lapsi jокелtee sinulle vastaukseksi.

Kuukauden ikäinen lapsi osaa kohdistaa katsettaan, mutta ei vielä tarkasti. Kolmen kuukauden ikäinen lapsi pystyy säilyttämään katsekontaktin pidempään ja seuraa esimerkiksi lelua katseellaan.

Lapsen kädet ovat ensimmäisen kuukauden ajan enimmäkseen nyrkissä ja tarttumisrefleksin avulla lapsi tarttuu kaikkeen, mikä koskettaa hänen kämmentään. Ikäkauden lopulla tahdonalainen tarttuminen alkaa kehittyä.

Lapsi tulee vähitellen tietoiseksi itsestään ja löytää ensimmäisenä kätensä.

### Selinmakuulla

- \* asento on vielä epävakaa ja liikkeet koko kehon käsittäviä massaliikkeitä
- \* pään hallinta kehittyy ja kolmen kuukauden iässä lapsi pystyy pitämään päänsä keskilinjassa kasvot ylöspäin



## Vatsamakuulla

- \* vastasyntynyt makaa kippurassa kädet ja jalat koukussa vatsan alla ja kääntää päänsä refleksin ansiosta sivulle
- \* vastasyntynyt ei viihdy vielä pitkiä aikoja kerrallaan
- \* käsien ja jalkojen liikuttelu on vapaampaa pään ja vartalon hallinnan kehittymisen myötä
- \* kolmen kuukauden ikäinen lapsi pystyy kohottamaan päätään ja tukeutumaan kyynärvarsiinsa



Vatsamakuu on tärkeää lapsen liikunnallisen kehityksen kannalta, sillä se vahvistaa lapsen lihaksistoa monipuolisesti.

Koska lapsia suositellaan nukuttamaan kyljellään tai selällään, olisi tärkeää, että lapsi saisi olla hereillä ollessaan mahdollisimman paljon vatsamakuulla.

## Vinkkejä lapsen totuttamiseen vatsamakuuasentoon

★ Voit totuttaa lapsesi vähitellen vatsamakuuasentoon pitämällä lasta vatsallaan pieniä hetkiä kerrallaan useasti päivän aikana

★ Voit harjoitella vatsamakuuasennon totuttamista pitämällä lasta ensin olkapäätäsi vasten. Tässä asennossa pään hallinnan harjoittelu on helpompaa, kun lapsen ei tarvitse ponnistella painovoimaa vastaan

★ Pyyherulla kainaloiden alla helpottaa pään kannattelua ja näin lapsi saa miellyttävämmän kokemuksen vatsalla olosta



## Lelut ja leikkiminen

- \* Ensimmäiseksi vastasyntynyt kiinnostuu ihmiskasvoista sekä pyöreistä muodoista, eikä vielä kaipaa leluja. Lämpimät värit, kuten oranssi ja punainen, ovat lapsen mieleen.
- \* 1 – 3 kuukauden ikäiselle sopivat esimerkiksi helistimet, joissa on kasvot, pahviset ja muoviset ensikirjat sekä leikkimatto.
- \* Leiki lattialla lapsen kanssa jutellen ja lauleskellen. Taivuttele ja ojentele lapsen käsiä ja jalkoja, ranteita ja nilkkoja.

## Yhteinen aika lapsen kanssa

- ★ Lapsi ei kaipaa ympärilleen suuria määriä leluja ja tavaroita. Tärkeintä on kiinnostuksesi lastasi kohtaan sekä yhdessä vietetty aika.
- ★ Lapsen kanssa leikkimisen tulisi tuottaa molemminpuolista iloa, niin lapselle kuin vanhemmallekin. Sinun ei siis tarvitse *opettaa* lastasi leikkiessäsi hänen kanssaan, vaan leikin tulisi olla mukavaa yhdessä puuhastelua.
- ★ Viihtyykö lapsesi kenties paljon sylissä ja seurailee sieltä käsin ihmisten puuhia ja maailman menoa? Jotkut lapset ovat temperamentiltaan rauhallisempia, eivätkä kaipaa jatkuvaa touhuamista.
- ★ Äidin ja isän tavat olla ja leikkiä lapsen kanssa voivat poiketa toisistaan. Kummankin tapa on yhtä hyvä, mikäli lapsi viihtyy ja nauttii yhdessäolosta. Ei siis ole yhtä ainoaa oikeaa tapaa olla lapsen kanssa, vaan on suotavaa että lapsi saa monipuolisia kokemuksia ollessaan erilaisten ihmisten kanssa.

## Lapsi 4-6 kk

# Hallitumpien liikkeiden kehittyminen

Lapsi jokeltelee ja ääntelyyn tulee uusia vivahteita, kielellä naksuttelua, huulilla päristelyä sekä ilon ja väsymyksen ääntelyä. Lapsi myös hymyilee peilikuvalleen, nauraa ja päästää kuuluvia riemunkiljahduksia.

Tässä iässä lapsi rakastaa keinuttelua ja nostelua. Näistä liikkeistä lapsi saa painovoima- ja liikeaistimuksia, jotka antavat lapselle paljon iloa ja tyydytystä.

Lapsen kädet ovat enimmäkseen avoinna ja hän tarttuu tietoisesti esineisiin. Ikäkauden lopulla tarttumisrefleksi on kokonaan kadonnut ja lapsi vaihtelee esinettä kädestä toiseen.

### Vatsamakuulla

- \* lapsi viihtyy pitempiä aikoja
- \* lapsen tasapaino paranee
- \* lapsi tukeutuu suoriin käsiinsä
- \* lapsi onnistuu kurkottamaan toisella kädellä kohti lelua



Lentokoneasennossa lapsi nostaa ylä- ja alaraajansa samanaikaisesti ilmaan. Näin lapsi kehittää selkäpuolen lihaksiaan monipuolisesti.





## Selinmakuulla

- \* asento muuttuu vakaammaksi, liikkeet monipuolistuvat ja tulevat hallitummiksi
- \* lapsi tuo jalat koukkuun vatsan päälle, yltää käsillään reisiin ja vähitellen varpasiin asti
- \* lapsi potkii molemmilla jaloillaan yhtä aikaa tai vuorotaisesti
- \* lapsi saattaa nostaa takapuolen irti alustasta silta-asentoon

## Kääntyminen

- \* tapahtuu ensin "vahingossa" esimerkiksi lapsen tutkiessa omia varpaitaan
- \* muuttuu vähitellen tahdonalaiseksi, kääntymisyriytykset lisääntyvät, vartalon kierto kehittyy ja ikäkauden lopulla useimmat lapset osaavat kääntyä selinmakuulta vatsalleen



## Istuminen

- \* onnistuu aluksi selkä pyöreänä, mutta lapsi tarvitsee tukea pysyäkseen pystyssä
- \* tuetta onnistuu noin 6 kk:n iässä ja vähitellen selän asento ojentuu



## Lelut ja leikkiminen

- \* Tämän ikäinen lapsi pitää eri materiaaleista tehdyistä ja erimuotoisista, värikkäistä leluista, käteen sopivista helistimistä ja renkaista sekä peileistä
- \* Lapsi nauttii kaikenlaisista peuhuleikeistä



Lapsen voi asettaa istumaan esimerkiksi syöttötuoliin n. 6-9 kk:n iässä, kun hän on saavuttanut riittävän istumatasapainon ja vakaan istumatasennon



## Lapsi 7-9 kk

# Taistelu painovoimaa vastaan alkaa

Tässä ikävaiheessa samanikäiset lapset voivat erota kehitystasoltaan hyvinkin paljon toisistaan. Jotkut lapset kävelevät jo kahdeksan kuukauden iässä, kun taas toisilla saattaa mennä vielä puoli vuotta kävelyn oppimiseen. Erot voivat johtua muun muassa yksilöiden erilaisesta motivaation tasosta, temperamentista sekä ympäristön tarjoamista mahdollisuuksista.

Lapsi tutkii esineitä viemällä niitä suuhunsa ja heiluttamalla niitä. Ikäkauden lopulla lapsi osaa irrottaa tietoisesti esineen kädestään ja alkaakin mielellään heitellä esineitä.

### Vatsamakuulla

- \* lapsi osaa kääntyä akselinsa ympäri
- \* lelyn kurkottelu onnistuu silmien korkeudelta



### Selinmakuulla

- \* lapsi tutustuu varpaisiinsa tuomalla niitä nyt myös suuhunsa
- \* lapsi on nyt oppinut kaikki tarvittavat taidot, eikä sen vuoksi viihdy enää pitkiä aikoja selällään

### Kääntyminen

- \* onnistuu nyt vatsamakuulta kylkimakuulle ja selinmakuulle
- \* mahdollistaa leikkimisen kylkiasennossa, jossa lapsi viihtyykin mielellään

## Istuminen

- \* onnistuu ilman tukea
- \* on niin kehittynyttä, että lapsi pystyy istuessaan käsittelemään leluja molemmin käsin menettämättä tasapainoaan

## Ryömiminen

- \* alkaa kehittyä
- \* tapahtuu aluksi vain käsin vetämällä ja myöhemmin myös jalat tulevat vuorotahtisesti liikkeeseen mukaan

## Konttaaminen

- \* saa alkusysäyksen, kun lapsi alkaa nousta suorien käsiensä ja polviensa varaan, konttausasentoon
- \* vuorotahtisesti onnistuu useimmilta lapsilta ikäkauden lopulla



Konttausvaihe on tärkeä, sillä konttaamisessa tapahtuva käsien ja jalkojen vuorotahtinen liike aktivoi oikean ja vasemman aivopuoliskon välisiä yhteyksiä. Kehon molempien puolien välinen yhteistyö on tärkeää myöhempien liikunnallisten ja kielellisten taitojen kehittymisen sekä hahmottamisen ja oppimisen kannalta.

## Lelut ja leikkiminen

- \* Lapsi leikkii mielellään tavallisilla muovisilla tai puisilla keittiövälineillä, liikutettavilla leluilla sekä erikokoisilla palloilla
- \* Asettele lelut lapsen käden ulottumattomiin, jotta lapsi rohkaistuisi itse liikkumaan leluja kohti
- \* Vierittele palloa lapsen kanssa
- \* Lapsi nauttii pihaleikeistä

Lapsi

10-12 kk

## Aktiivinen tutkija

Leikin kautta lapsi oppii asioiden merkityksiä ja siten kieli ja kommunikatio kehittyvät. Lapsi alkaa ymmärtää kieltoja ja kehotuksia, sekä esineiden nimiä ja niiden käyttötarkoituksia.

Tässä vaiheessa lapsi ymmärtää puhetta paremmin kuin mitä itse osaa ilmaista ja vuoden ikäinen lapsi saattaa osata sanoa muutaman sanan. Puhkeen kehitystä edesauttaa selittäminen, puhuminen ja lukeminen sekä esineiden nimeäminen.

Lelujen heittämisleikki on muuttunut antamis-ottamisleikiksi. Lapsi osaa ojentaa sinulle lelun, kun pyydät sitä. Lapsi alkaa myös matkia toisten lasten leikkejä.

### Istuminen

- \* on täysin kehittynyt ja lapsen voi turvallisesti jättää istumaan pitemmäksikin aikaa
- \* on nyt toiminnallinen leikkiasento ja lapsi siirtyy sujuvasti istuma-asennosta toiseen



### Seisominen

- \* tapahtuu aluksi tukea vasten, myöhemmin esimerkiksi karhunkäyntiasennon ja viimein toispolviseisannon kautta
- \* tuetta kehittyä lapsilla hyvin yksilöllisesti, mutta useimmat yksivuotiaat pystyvät seisomaan ilman tukea

## Käveleminen

- \* onnistuu aluksi tukea vasten ja ensiaskeleet voivat olla sivuaskelluksia
- \* tapahtuu aluksi leveällä tukipinnalla ja askeleet ovat haparoivia
- \* kehittyä harjoittelun myötä: tukipinta pienenee ja askel muuttuu vakaammaksi, vauhti kasvaa ja lapsi kykenee pysäyttämään liikkeen ja vaihtamaan suuntaa

Lapsen pystyasennon hallinta ja tasapaino kehittyvät, kun lapsi saa itse kokeilla ja harjoitella.



## Lelut ja leikkiminen

- \* Anna lapsen leikkiä syöttötuolissa pöydän ääressä. Näin lapsi saa tuen käsilleen ja pystyy harjoittelemaan sorminäppäryyttä
- \* Anna lapselle pieniä rasioita, joiden kannen voi nostaa pois
- \* Lapsi nauttii laululeikeistä ja musiikin tahtiin tanssimisesta
- \* Sopivia leluja ovat erilaiset soittimet, kuva- ja äänikirjat, rakenneltavat palikat sekä eläimet ja narusta vedettävät lelut

# Lapsen kanssa

Lapsen nostaminen ja aktiivinen avustaminen asennosta toiseen edesauttaa lapsen liikemallien oppimista ja tukee pään hallinnan kehittymistä.

Vanhempien varmat otteet ja tieto oikeanlaisista nostamis- ja kantamisasentoista vahvistavat vanhempien osaamisen tunnetta ja lisäävät lapsen turvallisuudentunnetta, luottamusta ja rauhallisuutta.

Vaihtele kantamisasentoja, jotta niska-hartiaseutusi välttyisi turhalta lihaskäynnitykseltä. Vaihtelevat kantamisasennot tukevat myös lapsesi kehitystä tasapuolisesti.

## Lapsen nostaminen

- ★ Nosta ja laske lapsi kyljen kautta, sillä silloin lapsi pystyy itse olemaan aktiivinen ja osallistumaan liikkeeseen
- ★ Kylkinosto vahvistaa lapsen kehontuntemusta sekä antaa lapselle liikekokemuksia kyljelle kääntymisestä.
- ★ Kylkinostossa päätä kannattelevat lihakset saavat enemmän harjoitusta, kun lapsen niskaa ei tarvitse erityisesti tukea.
- ★ Lapsi harjaantuu ja rohkaistuu vähitellen kannattelemaan itse päätään nostotilanteissa





Olkapäällä kannettaessa lapsi viihtyy parhaiten siten, että hänen molemmat kätensä ulottuvat kantajan olkapään ylitse, jolloin lapsi näkee omat kätensä ja hänen pään hallintansa kehittyy.



Tässä kantoasennossa lapsi voi seurata maailman menoa. Lapsi voi harjoitella käsien keskilinjaan tuomista, kun kädet ovat vapaina. Lapsi saa myös kokemuksia vartalon kiertoliikkeestä ja päätä kannattelevat sekä ylävartalon lihakset vahvistuvat.



Sylihoito antaa vanhemmalle ja lapselle mahdollisuuden olla kasvokkain. Lapselle vanhemman kasvot ja kasvojen ilmeet houkuttelevat vuorovaikutukseen.

Kosketus on luonnollinen osa lapsen perustarpeiden tyydyttämistä, joten lapsen jokapäiväisessä hoidossa sylihoito ja vauvahieronta ovat hyvänä tukena.

### Vinkkejä sylihoitoon

- ★ Hyräile ja juttele lapselle sylihoidon aikana. Se vahvistaa sinun ja lapsesi välistä kiintymyssuhdetta sekä edistää lapsen puheen kehitystä
- ★ Kanna lasta, pue ja vaihda vaippa sylissä. Näin lapsi saa erilaisia asento- ja liiketuntemuksia, mikä edelleen kehittää lapsen vartalonhallintaa
- ★ Ole kärsivällinen: odota lapsen omaa osallistumista liikkeisiin
- ★ Käytä rauhallisia ja laajoja otteita sylihoidon yhteydessä. Se luo lapselle turvallisuuden tunnetta sekä auttaa lasta hahmottamaan itseään suhteessa ympäristöön



## Ohjeita vaipan vaihtoon hoitopöydällä

- ★ Vältä nostamasta lapsen lantiota ylös molemmista jaloista yhtä aikaa
- ★ Ohjaa lapsen jalasta painonsiirtoa puolelta toiselle ja ujuta vaippa sivukautta lapsen takapuolen alle. Tällöin lapsi pystyy olemaan itse aktiivisesti mukana hoitotilanteessa ja lapsen vartalonhallinta kehittyy
- ★ Käytä painonsiirtoja myös pukemistilanteissa



## Vauvahieronta

- \* auttaa lapsen rentouttamisessa, lapsen kehontuntemuksen muodostumisessa sekä yleisen hyvän olon vahvistamisessa
- \* tehostaa lapsen verenkiertoa ja ruuansulatuselimistön toimintaa, vähentää stressiä ja parantaa unen laatua sekä vahvistaa lapsi-vanhempisidettä
- \* on hyvä keino totuttaa lapsi vatsamakuuasentoon
- \* tulisi toteuttaa lapsen ehdoilla ja lapsen reaktioita kuunnellen
- \* [www.youtube.com](http://www.youtube.com) sivustolta löytyy ideoita vauvahierontaan

# Virikelelut

Nykyisin on tarjolla erilaisia lasten virikeleluja ja välineitä helpottamaan vanhempien arkea. Näiden välineiden, kuten babysittereiden, kävelytelien ja hyppykiikkujen mainostetaan olevan suotuisia lapsen kehitykselle. Nämä välineet voivat olla hetkellisesti käytettynä hyvä apu lapsen hoidossa. Kuitenkin liiallisesti ja yksipuolisesti käytettynä ne voivat hidastaa lapsen liikkumisen kehitystä, sillä näissä välineissä lapsen oma aktiivisuus minimoidaan.

## Babysitteri ja turvakaukalo

- \* Babysitterissä ja turvakaukalossa istuessaan lapsi kehittää yksipuolisesti vatsanpuolen lihaksia. Vastaavasti selkäpuolen lihakset eivät saa mahdollisuutta kehittyä, jolloin vatsamakuulla viihtyminen saattaa vaikeutua.
- \* Turvakaukaloita käytetään nykyään paljon lapsen kantamiseen ja kuljettamiseen paikasta toiseen ja uusimmat kaukalot ovat suoraan yhdistettävissä lastenrattaisiin ilman lapsen poistamista välillä kaukalosta. Tällöin lapsi saattaa joutua istumaan pitkiäkin aikoja turvakaukalossa samassa asennossa.



## Taaperokäärri

- \* on hyvä apuväline kävelyn opettelussa
- \* tukee lapsen tasapainoa

## Kävelyteline

- \* saattaa hidastaa kävelyn kehittymistä
- \* tukee lapsen asentoa liikaa, jolloin lapsen pystyasennon hallinta ja tasapaino eivät pääse kehittymään
- \* saattaa vahvistaa lapsen varvastamista, mikäli kävelytelineen istuin on asetettu liian korkealle

## Hyppykiikku

- \* voi olla hetkellisesti käytettynä hauska leikkipaikka lapselle, mutta pitkäaikainen ja jatkuva hyppykiikussa hyppiminen saattaa pitkittää varvastamisvaihetta
- \* tulisi säätää tarpeeksi matalalle, jotta ponnistus lattiasta tapahtuisi koko jalkapohjalla. Näin alaraajojen liike on monipuolisempi



# Kantovälineet

Suomessa kantoliinujen ja kantoreppujen suosio on kasvussa. Erilaisia ja eri materiaaleista valmistettuja kantovälineitä on paljon ja helposti löydettävissä lastentarvikeliikkeistä.

Kantoväline on kuluttajaystävällinen, sillä se on edullinen ja saattaa tehdä monta muuta lastenhoitovälinettä, kuten hoitopöydän ja babysitterin tarpeettomiksi. Kantoväline on kantajalleen ergonominen säästämällä hartioita ja ranteita rasitukselta. Lisäksi se mahdollistaa kantajan molempien käsien käytön, samalla kun lapsi on tyytyväisenä kantajansa sylissä. Kantovälineet lisäävät myös vanhempien liikkumavapautta, sillä niissä lapsi kulkee mukana niin juhlissa kuin kauppareissuillakin.

## Kantoreppu

- \* Helppokäyttöinen kantoväline muun muassa sen valmiin muodon ja ergonomisuuden vuoksi
- \* Kantoreppun tulee mahdollistaa lapsen jalkojen riittävä koukkuasento ja selkäosan tulee ulottua riittävän ylös tukien lapsen päätä
- \* Kantoreppun tulee myös olla riittävän napakka ja kietoutua lapsen ympärille, niin että lapsi pystyy säilyttämään vakaan pystyasennon kannettaessa
- \* Kantoreppun tulee olla hyvin säädeltävissä lapsen kasvun ja kehityksen mukaisesti

## Kantoliina

- \* sopii käytettäväksi heti syntymän jälkeen niin kauan kuin lapsi ja vanhempi kokevat sen miellyttäväksi
- \* on monikäyttöinen, ja erilaiset kantoliinamallit ja sidontatekniikat mahdollistavat eri-ikäisille lapsille sopivat kantoasennot
- \* helpottaa lapsen nukahtamista vieraisissa paikoissa



Turvakehtosidonta soveltuu hyvin käytettäväksi vastasyntyneelle. Lisää tietoa kantoliinasta ja sidontatekniikoista: [www.kantoliinakanava.fi](http://www.kantoliinakanava.fi)

### Työssä käytettyjä lähteitä:

- \* Gallahue, D. L., Ozmun, J. C. & Goodway J. D. 2012. Understanding motor development: infants, children, adolescents, adults. 7. uud. p. New York: McGraw-Hill.
- \* Kirkilionis, E. 2003. Lapsi kaipaa kantamista. Suomentaja Sirpa Alkunen. Helsinki: Phasmascript.
- \* Rautaparta, M. 2003. Kantamisen kausi: aika raskaudesta sylihoitoon. Helsinki: Tammi.
- \* Salpa, P. 2010. Lapsen liikkumisen kehitys. Terveystieteitä (9), 22 – 23.
- \* Salpa, P. & Autti-Rämö I. 2010. Lapsen ensimmäinen vuosi: kehitys ei etene odotetusti, mitä tehdä? Helsinki: Tammi.
- \* Wegloop, M.V. & Spliid, L. 2008. Leikitä vauvaa: liikuntaleikkejä 0 - 12 kuukauden ikäisille. Helsinki: WSOY.

### Hyviä nettilähteitä:

- \* [http://pathways.org/images/random\\_pdfs/five\\_moves-one\\_pager\\_new\\_logo2.pdf](http://pathways.org/images/random_pdfs/five_moves-one_pager_new_logo2.pdf)
- \* [http://pathways.org/images/tummy\\_time\\_pdfs/Tummy\\_Time\\_5\\_page\\_r.pdf](http://pathways.org/images/tummy_time_pdfs/Tummy_Time_5_page_r.pdf)
- \* <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/002004.htm>
- \* [http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/fff12f2f773847ec78f428b2a67e098a/1340099462/application/pdf/11644168/JKK\\_Vuorovaikutus\\_TK\\_lyhyt\\_pieni.pdf](http://mll-fi-bin.directo.fi/@Bin/fff12f2f773847ec78f428b2a67e098a/1340099462/application/pdf/11644168/JKK_Vuorovaikutus_TK_lyhyt_pieni.pdf)



Yhteistyössä:

Seinäjoen terveyskeskus / Törnävän neuvola