



HIIRI

Tumbertök! Tämä on minun tapani tervehtiä.

Tulen kaukaa ja kohtasin monia vaaroja,
ennen kuin muutin turvaan Rauhametsään.

Matkani varrella opin, miten selviydytään vaikeista tilanteista
ja miten tärkeää on pyytää muilta apua.

Nyt haluan auttaa teitäkin
harjoittelemaan selviytymistaitoja!

KRIISIT JA SELVIYTYMINEN

- ✓ taito pyytää apua ja rohkeus puhua huolista
- ✓ taito löytää ja käyttää yksilöllisiä selviytymiskeinoja
- ✓ taito sietää epävarmuutta ja kohdata uusia tilanteita
- ✓ taito huomata hyvä

KESKUSTELUUN LASTEN KANSSA

- Millaisia erilaisia tapoja on tervehtiä? Miten sinä tervehdit muita?
- Onko sinun elämässäsi ollut jotain suuria muutoksia tai uusia asioita? Miten selvisit niistä?
- Mitä hyviä ja huonoja asioita muutoksissa on?
- Keneltä voi pyytää apua, jos jokin asia huolettaa?
- Onko sinulla jotain huolia, joista haluaisit puhua?
- Mitä sinä teet silloin, kun olet huolissasi tai sinua jännittää?

HIIRI-LAULU

Kuunnelkaa QR-koodin takaa löytyvä Hiiren laulu. Voitte myös soittaa ja laulaa mukana!



HARJOITUKSIA

VOIMAKIVI



Hiiri pitää taskussaan voimakiveä, jonka hän poimi mukaansa kotipihaltaan ennen lähtöä Rauhametsään. Hiiri pitää kiveä aina taskussaan ja uskoo että sen koskettaminen antaa hänelle voimia ja turvallisuutta. Etsikää metsästä nyt omat voimakivet! Esitelkää voimakivenne myös muille. Voitte myös pestä kivet ja maalata ne pulloväreillä.

ITSENÄISESTI TEHTÄVÄ HARJOITUS

TAVOITE: LÖYTÄÄ JA KÄYTTÄÄ OMIA SELVIYTYMISKEINOJA SOVELTUU KAIKENIKÄISILLE

JÄLKIÄ LUMESSA



Lähtekää metsään tutkimaan eläinten jälkiä lumessa. Miltä näyttävät esimerkiksi oravan tai rusakon jäljet? Mistä ne ovat tulleet ja mihin ne ovat menossa? Seuratkaa jälkiä ja ottakaa niistä kuvat, jotka voitte tulostaa esimerkiksi ryhmätilan seinälle.

YMPÄRISTÖN HAVAINNOINTI JA TUTKIMINEN

TAVOITE: ERI ELÄINTEN JÄLKIEN TUNNISTAMINEN SOVELTUU KAIKENIKÄISILLE

HUOLIEN MAALAUUS



Luovuus ja itsensä ilmaisu on yksi selviytymiskeinoista. Ottakaa siveltimet sekä vesi- tai peitevärit ulos ja maalatkaa huolet suurelle paperille tai talvella suoraan lumeen! Jos pihalla on asfalttia, myös katuliituja voi hyödyntää. Pyytäkää lapsia kertomaan teoksen aiheesta.

LUOVA HARJOITUS

TAVOITE: SELVIYTYMISKEINOIHIN TUTUSTUMINEN JA HUOLIEN PUHEEKSI OTTAMINEN SOVELTUU KAIKENIKÄISILLE

KARHU NUKKUU



Muodostetaan piiri, ja yksi leikkijöistä menee keskelle nukkuvaksi karhuksi. Muut kiertävät karhua laulaen: *karhu nukkuu, karhu nukkuu talvipesässänsä, ei ole vaaraa kellään, näin sitä leikitellään, karhu nukkuu, karhu nukkuu... eipäs nukukaan!* Karhu herää ja lähtee jahtaamaan muita leikkijöitä. Ensimmäisenä kiinnijäänyt on seuraava karhu.

YHTEINEN LIKUNNALLINEN LEIKKI

TAVOITE: UUSIEN TILANTEIDEN KOHTAAMINEN JA EPÄVARMUUDEN SIETÄMINEN SOVELTUU PARHAITEN YLI 2-VUOTIAILLE

HUOLIPUU



Jokainen etsii luonnossa oman puun, ja kertoo sille huolensa. Yleensä kun huolista puhuu ääneen, ne eivät tunnu enää niin raskailta, koska silloin niitä kannetaan yhdessä. Lopuksi puuta voi kiittää.

ITSENÄISESTI TEHTÄVÄ HARJOITUS

TAVOITE: HUOLISTA PUHUMINEN JA NIIDEN JAKAMINEN SOVELTUU PARHAITEN YLI 3-VUOTIAILLE

AUTTAMISHIPPA



Yksi tai kaksi leikkijöistä valitaan hipaksi. Kiinnijäädessä mennään istumaan maahan. Muut voivat pelastaa kiinnijääneen niin, että ottavat häntä käsistä kiinni ja auttavat häntä nousemaan ylös. Leikkiä voi vaikeuttaa niin, että auttajia tarvitaan kaksi yhden sijaan.

YHTEINEN LIKUNNALLINEN LEIKKI

TAVOITE: MUIDEN AUTTAMINEN JA AVUN PYYTÄMINEN SOVELTUU PARHAITEN YLI 3-VUOTIAILLE