



18 mánaðir – 2,5 ár

GIGNI

Heilsufrøði til børn og ung

KØBENHAVNS KOMMUNE

Børne- og Ungdomsforvaltningen

Tekningar

Annette Carlsen

Ment hava

Laura Marie Pedersen, fysioterapeutur

Claire Haigh Ludvigsen, ergoterapeutur

Prentumsiting

Sendistovan

2023

Indledning

Stimbra menning er eitt savn av rørlukortum, ment til Tidlig Indsats í Københavns Kommune 2018.

Tilfarið er gjørt sum partur av rørlusverkætlanini Børn og rørlumentan. Endamálið við tilfarinum er at geva íblástur til dagligt virksemi saman við tí lítla barninum.

Uppskotini til virksemið eru vald við tí í huga at stimbra barnsins grov- og finrørlur.

Umframt tað verður eisini vónað, at rørlumenningin verður stimbrað í samspæli millum barn og foreldur.

Tað eru vegleiðandi leiðreglur við virðing fyri tí, at børn mennast ymisluga.



TUMBLI- LEIKUR

Hoppa av einum skamli



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið hollar/stígur upp á og niður
av einum skamli, sum er 10-15 cm
høgur, við ella ikki við hjálp frá
einum vaksnum.

TIT KUNNU EISINI

Renna
Ganga á pútum
Snúðra ella dansa

TUMBLI- LEIKUR

Fíra eitt vaksið fólk



Barnið roynir at fíra eitt vaksið fólk við
at skumpa ella hála

18 mán.
– 2,5 ár

TUMBLI- LEIKUR

Bólta rút



Barnið byrjar at duga at bólta
rút við stuðli ella ongum stuðli

18 mán.
– 2,5 ár

SPÆLA BÓLT

Kasta bólt



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið kastar bólt

SPÆLA BÓLT

Taka ein stóran bólt/ballón



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið og tann vaksni spæla
taki-spæl við ballón

SPÆLA BÓLT

Sparka bólt



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið byrjar at sparka bólt

TIT KUNNU EISINI

Geva mammu og babba massasju við bólti

Kasta bóltin í eina spann

Kasta bóltar upp í loft

SPÆL VIÐ HONDUNUM

Tekna



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið krutlar

TIT KUNNU EISINI

Spæla við duplo
Spæla við fæli- og peikibókum
Stakka og fíra torn við kubbum

SPÆL VIÐ HONDUNUM

Trillibør



Tann vaksni hjálpir barninum at
ganga trillibør. Halt um knø og
skinnabein

18 mán.
– 2,5 ár

SPÆL VIÐ HONDUNUM

Skrúva lok av og á



Barnið kann skrúva stór lok
av og á

18 mán.
– 2,5 ár

SJÁLV-HJÁLP

Ganga á trappum



18 mán.
- 2,5 ár

Barnið gongur upp og niður
trappur við stuðli frá einum
vaksnum

TIT KUNNU EISINI

Lata barnið sjálfv grulva upp
á stólin ella sofuna

Lata barnið venja seg at eta sjálfv við gaffli

Lata barnið turka sær um munnin

SJÁLVHJÁLP

At lata seg í og úr



18 mán.
- 2,5 ár

Barnið er við til at lata seg
í og úr

SJÁLVHJÁLP

Vaska sær um hendurnar



18 mán.
- 2,5 ár

Barnið vaskar sær sjálfv
um hendurnar

SPÆL UTTANDURA

Reiggja



18 mán.
– 2,5 ár

Barnið situr í reiggjuni.
Tann vaksni skumpar undir
ella snúðrar reiggjuna.

SPÆL UTTANDURA

Gakk og renn



18 mán.
– 2,5 ár

SPÆL UTTANDURA

Hoppa í hyljum



18 mán.
– 2,5 ár

TIT KUNNU EISINI

Spæla við sand og vatn
Klintra
Spæla á spæliplássi

VIÐMÉRKINGAR



KØBENHAVNS KOMMUNE
Børne- og Ungdomsforvaltningen

