

QR-koodirata perheille - itsetunnon vahvistamista tunnetaitotehtävien kautta

Tämän qr-koodiradan tehtävät on tehty perheille tarkoitettua tapahtumaa varten. Rata koostuu 8 tehtävästä, jotka sijoitetaan päiväkodin pihalle. Vanhempia pyydetään lataamaan sovelluskaupasta puhelimiinsa qr-koodilukija (maksuton). Qr-koodien alta löytyvät tehtävät liittyvät itsetunnon vahvistamiseen, vahvuuksien tunnistamiseen, positiiviseen tapaan huomata oma lapsi ja perheiden rohkaisemiseen avoimeen keskustelukulttuuriin.

Tässä lyhyesti kerrottuna, millaiset tehtävät näiden qr-koodien takaa löytyy:

1. Tehtävässä keskustellaan tunteista, nimetään niitä ja otetaan sama ilme kuin kuvissa. Tehtävän kuvat on otettu papunetistä.
2. Tehtävässä sovelletaan rikkinäinen puhelin leikkiä ja kerrotaan ihania asioita perheenjäsenistä. Tehtävän kuva on otettu papunetistä.
3. Tehtävässä leikitään karpänen ja leijona -leikkiä, jossa mennään kokonaisvaltaisesti äänen, ilmeiden ja kehon avulla kuvattuihin tunnetiloihin. Tehtävän kuvat on otettu papunetistä.
4. Tehtävässä opetellaan huomaamaan hyviä asioita ja kuvaillaan ohjeiden mukaan perheenjäseniä. Tehtävän kuva on otettu papunetistä.
5. Tehtävässä opetellaan sanoittamaan perheenjäsenten vahvuuksia ja taitoja. Tehtävän kuvat on otettu papunetistä.
6. Tehtävässä vanhempi tekee satuhieronnan lapsen selkään. Tehtävän liitteenä on valmis satuhierontatarina. Tehtävän kuva on otettu papunetistä. Satuhieronnan kuva on lapsen piirros.
7. Tehtävä on kaksiosainen. Tehtävässä 7.1. Keskustellaan perheen kesken kuvien riitatilanteista. Tehtävän kuvat ovat kaveritaitokorteista. Korteilla on kopiointilupa ja ne löytyvät lapsen mieli –kirjasta s. 110-111.
1. Tehtävässä 7.2. Luetaan ääneen tehtävässä olevat kauniit ja tärkeät ajatukset. Nämä kortit on tulostettavissa maksutta mieli ry:n sivuilta: [kuule ja näe minut | mieli suomen mielenterveys ry](#)
8. Tehtävässä keskustellaan oman perheen kanssa, miltä qr-koodiradan tehtävien tekeminen tuntui. Apuna on tunnekuvia. Tunne kuvat on otettu papunetistä.

Qr-koodirata on ideoitu Nättinummen päiväkodissa. Satuhierontatarinan ja siihen piirretyn kuvan ovat tehneet päiväkodin esiopetusryhmä Kenguruiden lapset. Tehtävien julkiseen esittämiseen on pyydetty lupa niin henkilökunnalta kuin lapsilta.