

Massageprogram til dagpleje og daginstitution

Aldersgruppe	Aktiviteter
Vuggestue og dagpleje	
2-3-årige	Gennemgang af program <i>Klap-selv-massage</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>Lille Peter Edderkop</i> <i>Bilvask, to og to eller tre og tre</i> Afslapning: ligge under et tæppe, imens der fortælles en historie med afslappende musik i baggrunden.
2-3-årige	Gennemgang af program <i>Etagevask</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>Dyrepasseren: tilpasset de små</i> <i>Pizzabageren: tilpasset de små</i> <i>Afspænding med tørklæder</i>
Børnehave	
4-årige	Gennemgang af program <i>Klap-selv-massage</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>Urtehaven</i> <i>Burgerbaren</i> <i>Spaghetti</i>
4-5-årige	Gennemgang af program <i>Hjemmebag</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>Dyrepasseren</i> <i>Klappemassage</i> <i>Karkluden</i>
5-6-årige	Gennemgang af program <i>Berøring af egen og en andens arm</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>En dag ved åen</i> <i>Boldmassage</i> <i>Slap af</i>
3-6-årige	Gennemgang af program <i>Klap-selv-massage</i> Gennemgang af regler: spørg om lov, hensyn, stop op, tak <i>Pandekager</i> <i>Madpakken, to og to</i> <i>Karkluden</i>