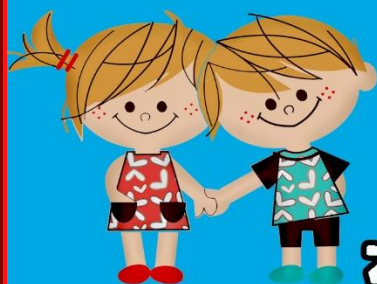




משרד החינוך
המנהל הפדגוגי
היחידה לתכניות משלימות למידה
האגף לחינוך קדם יסודי

תכנית העשרה חינוכית ניצנים בגני הילדים

החברים החדשים שלי



תשרי תשפ"ג אוקטובר 2022

הקדמה

תכנית ההעשרה שלפניכם מיועדת להפעלה במסגרת צהרונים ניצנים בגני הילדים התכנית כוללת מערכי פעילויות יומיים הכוללים פעילות לפתיחת היום, פעילות העשרה חינוכית ופעילות לסיום היום. סדר היום בצהרון יוצר אווירה של יציבות ושגרה התורמות לתחושות הביטחון והמוגנות של הילדים.

בתכנית נעסוק בעידוד החברויות בין הילדים, במציאת הייחוד של כל אחד מהילדים ובמציאת המשותף ביניהם, נעסוק בפעילויות התורמות לחוסן האישי של הילדים ונשתף אותם בפעילויות חברתיות מגוונות.

הנושא המרכזי של התכנית בחודש אוקטובר הינו

"החברים החדשים שלי"

ובמהלך כל אחד מימי הפעילות נעסוק בנושא חברות, בחירה אישית ואחריות הדדית.

ידע

תכנית זו מכוונת להעשרת עולם הידע של הילדים. הילדים יחשפו לסיפורים על סוגי חברויות, על ערך עצמי הילדים יכירו דרכים מגוונות לפיתוח קשרים חברתיים חדשים ולטיפול קשרים קיימים. הילדים יכירו וישמו רגשות הבאים לידי ביטוי בתוך מערכות היחסים עם חבריהם לקבוצה.

מיומנויות

תוך כדי השתתפות בפעילויות השונות ישתפו הילדים פעולה עם חברים, יחלקו ביניהם תפקידים ואחריות, ישתתפו ביצירה משותפת ויהיו שותפים לפיתוח הדימיון דרך ניהול שיח ושיתוף הדדי. הילדים יעשו שימוש בשפה למטרות תקשורת ולמידה ויקבלו כלים לפיתוח היכולת לגילוי יוזמה אישית. הילדים ישתפו ברגשות בדרכים מגוונות.

ערכים

הילדים יכירו בחשיבות הקשר בין אדם לחברו, אחריות הדדית, שיתוף פעולה, כבוד הדדי, התנהלות מכבדת כלפי אחרים, הקשבה וסובלנות.

הפרוייקט מבוצע ע"י חברת אקסיומה עפ"י מכרז היקפים משנת 2019/15/5
הפרוייקט מבוצע עבור היחידה לתוכניות משלימות למידה, משרד החינוך
תוכן עיצוב גרפי: הגר אורן

שבוע ראשון

יום ה'	יום ד'	יום ג'	יום ב'	יום א'	
מה שמעת?	שמות לצלילי תופים	מי קורא לי בשמי?	הרקדן האוטומטי	יוגלה	מפגש פתיחה

ארוחת צוהריים

סיפור משחק	יצירה בעקבות שיר "שיר לאהבה"	שירים שנשארים "הנה מה טוב ומה נעים"	סיפור "האורן הבודד"	על חברים וחיובים	פעילות העשרה חינוכית
תערוכת "שיר לאהבה"	נוח תנוח	בקצב החברים	מי אני?	חישוקים שובבים	מפגש סיום



נושא החינוך הסביבתי חשוב לכולנו

ולכן נמליץ לנסות להשתמש ולנצל חומרים בשימוש חוזר כמה שניתן.

פעילות פתיחה- יוגלה

נפתח את השבוע במפגש של יוג'לה.



עזרים:

מחשב / רמקולים

פתיח יוג'לה

משטח פעילות נוח

מהלך הפעילות:

נשמיע את מוסיקת פתיח יוג'לה ונבקש מהילדים לשבת על הארץ ליד הכסאות. ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על מושב הכסא ואת הראש על הידיים. נבקש מהילדים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט).

ננחה את הילדים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים:

"שלוש" – ננחה את הילדים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות, כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה נספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" – עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהילדים לקחת נשימה עמוקה ולמתוח את שתי הידיים למעלה לצדי האוזניים ולספור לאט עד שתיים. כעת נבקש מהילדים להוריד את הידיים באיטיות ולקחת שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את הילדים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה, להושיט את שתי הידיים ו"לחבק" כל אחד את עצמו חיבוק חזק כאשר הגוף מוטה מעט לפנים.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נחלק את הילדים לקבוצות של 6 ונזמין אותם לשבת על הארץ כשהמובילים מחלקים לכל קבוצה מס' קלפים של תנוחות היוגה ומזמינים אותם לבצע יחדיו את התנועות.

נסיים את יוג'לה בישיבה מזרחית על הארץ, גב זקוף, עיניים עצומות וחמש נשימות עמוקות.

פעילות העשרה חינוכית- "על חברים וחיוכים"

מידע למובילים:

היום בפעילות נכין "פרצופים מסתובבים".
נבקש מהילדים להתחלק לזוגות ליצירה כדי שיוכלו לסייע אחד לשני ברעיונות.
נזמין את הילדים לשולחנות לשבת בזוגות.

מצורף קישור ליצירה בפינטרסט להתרשמותכם.



עזרים:

כוסות נייר בהירות חלקות - 2 כוסות לכל ילד

ניתן להשתמש גם בגלילי נייר טואלט

עפרונות

מספריים

סכין חיתוך לשימוש המובילים בלבד

טושים

מהלך הפעילות:

כל ילד מקבל 2 כוסות נייר חד פעמיות.
נחל בציור בעזרת עיפרון, עיגול על כוס אחת שיסמן את מיקום הפנים.
בעזרת מספריים (או עזרת המובילים עם סכין חיתוך)
יחתכו הילדים את העיגול שישאר חור.
בעזרת טושים יציירו הילדים את המסגרת של הפנים ויוסיפו שיער, אוזניים, צוואר בגדים וכו'.
כעת נכניס לתוך הכוס הזו כוס נוספת.
בעזרת טושים דקים יציירו הילדים פרצופים שונים בעיגול החתוך.
בכל פעם יסובבו מעט את הכוס ויציירו פרצוף נוסף.
מי רוצה "לשתות" פרצוף?



פעילות סיום- חישוקים שובבים

עזרים:

3 חישוקים בינוניים

3 חוטים באורך 2.5 מטר כל חוט קשורים לחישוקים

מהלך הפעילות:

נזמין לפי התור בכל פעם שישה ילדים.

שלושה ילדים מושכים את החישוקים בעזרת החוט ושלושה ילדים הולכים בצעדים קטנים בתוך החישוקים. מטרתם להצליח להשאיר בתוך החישוק בלי לדרוך עליו ובלי ליפול החוצה.

בכל תור נזמין משתתפים נוספים.

פעילות פתיחה - הרקדן האוטומטי

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור - השיר "הרקדן האוטומטי"

מילים: מירית שם אור לחן: צביקה פיק ז"ל

מהלך הפעילות:

נפתח את הפעילות כשאנו משמיעים את תחילתו של השיר הרקדן האוטומטי ניתן לספר לילדים על המוסיקאי צביקה פיק שהלחין המון שירים שמחים וקצביים. נזמין את הילדים לעמוד במעגל רחב ידיים ונשמיע את השיר ברקע. כל הילדים רוקדים ביחד כאשר שומרים על מבנה המעגל. נערוך את בדיקת הנוכחות כשכל ילד/ה שקראנו בשמם (רק אם מעוניינים) מוזמנים למרכז המעגל ולרקוד ריקוד חופשי.

פעילות העשרה חינוכית- "האורן הבודד"

כתב: יהודה פרדיס / אייר: אביאל בסיל / ספריית פיג'מה



תקציר הסיפור: (מתוך ספריית פיג'מה)

על הר קירח ניצב אחד בודד. האורן מנסה להזמין אליו חברים: שמש, ענן, רוח וציפורים, אבל אף אחד לא רוצה להישאר על ההר השומם. רק הילדים מבטיחים להגיע בט"ו בשבט ולשתול חברים, עצים, למען האורן הבודד. "כן, הזמן כבר לא רחוק, שוב הכול יהיה ירוק."

עזרים:

הספר "האורן הבודד"

קישור לסיפור – "האורן הבודד"

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש כשאנו מראים לילדים את כריכת הספר. נבקש מהם לציין אילו דמויות הם רואים באיורים שעל הכריכה ונשאל על מי לדעתם מסופר בסיפור. נאמר להם את שמו של הספר ונשאל על מה הם חושבים שהסיפור מספר על פי שמו.

נקריא / נשמיע לילדים את הסיפור (מצב' קישור לסיפור בעזרים) פעם אחת ובתום הסיפור נשוחח עם הילדים.

האם גם אתם, כמו האורן, מרגישים לפעמים שאתם לבד?
האם ראיתם פעם ילד או ילדה שנראו לכם קצת בודדים?
תוכלו לשוחח על התחושה הזאת של "להיות לבד"
ועל מה שאפשר לעשות כשאנחנו – או מי שבסביבתנו – מרגישים כך.

נספר לילדים בכמה מילים על עץ האורן. "אורן ירושלים", מין עץ האורן הגדל בישראל, נפוץ באזור הכרמל והרי יהודה. עם התחדשות היישוב, החלו לטעת בארץ יערות אורן נרחבים. עץ האורן מכיל שרף ובאביב הוא פורח באצטרובלים צפופים.

ניתן לשוחח עם הילדים על מה יקרה לאחר שיצמחו העצים ויהיו ליער?
האם הם יהיו חברים של האורן? האם יגיעו עוד חברים לבקר?
ומה יעשו הילדים ביער החדש?





פעילות סיום - מי אני?

עזרים:

אביזרים ותחפושות שיש בזהרון

מהלך הפעילות:

בעקבות הסיפור נשחק משחק.

בסיבוב הראשון נזמין ילדים המעוניינים לתת רמזים במילים מי הם?

מי אני? האם אני רוח נושבת? גשם מטפטף? ואולי ארנבת שמקפצת?

בסיבוב השני נזמין ילדים שמעוניינים להציג בפנטומימה דמות מהסיפור

ושאר חברי הצהרון ינסו לנחש מי הדמות.

פעילות פתיחה- מי קורא לי בשמי?

מהלך הפעילות:

המובילים מדגימים לילדים את המשחק ומתחילים ראשונים.

המובילים קוראים את הדיקלום בקול: (בחרים שם של ילדה או ילד)

ניתן להשתמש ברשימת השמות ולסמן את נוכחות הילדים.

המובילים: "היי דני,"

הילד שקראו בשמו עונה: "מי קורא לי בשמי?"

המובילים: "היי דני"

הילד: "זה קולה של אימי" (אפשר גם לומר פעמיים "מי קורא לי בשמי")

המובילים: "רוצים אותך בטלפון"

הילד: "אם זה לא..... (הילד בוחר שם של ילד/ה אחרים) הראל זה לא בא בחשבון"

המובילים: "היי הראל".....

וכך הלאה עד שעוברים על כל הילדים.

פעילות העשרה חינוכית- שירים שנשארים

הנה מה טוב ומה נעים / מילים: מתוך תהילים לחן: עממי

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר – "הנה מה טוב ומה נעים"

מהלך הפעילות:

נפתח את הפעילות כשהמובילים בוחרים ילד שמעוניין לבחור ילד או ילדה רק בראש בלי לגלות מי הוא, והוא צריך לתאר אותו לילדים האחרים בצורה חיובית! (הקפידו שלא יהיו הקנטות סביב התיאור החיצוני או האישיותי במשחק הזה, אלא לעודד את הילדים לתאר את תכונותיו החיוביות של הילד המדובר, את כישוריו ועוד). התיאור ממשיך עד שמגלים מי זה. משחק המעודד גיבוש, העמקת חברויות, כושר ביטוי ותחושת שייכות.

נקריא לילדים את מילות השיר

השיר מספר בעצם במשפט אחד על ההדדיות, החברות, על הקשר בין אנשים.

נעבור עם הילדים על מילות השיר, ניתן לבקש מהילדים לנסות ולהסביר מה הם מבינים מהשיר.

מה משמעות המילה אחים? האם מתכוונים רק לאחים שלנו?
מה משמעות המילה "שָׁבֵת", למה מתכוונים?
נשמיע את השיר שוב ונשיר יחדיו.

הִנֵּה מָה טוֹב וּמָה נָעִים

שָׁבֵת אֲחִים גַּם יָחַד

הִנֵּה מָה טוֹב וּמָה נָעִים

שָׁבֵת אֲחִים גַּם יָחַד



פעילות סיום - בקצב החברים



עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור - מוסיקה קצבית

מהלך הפעילות:

נזמין את הילדים להתחלק לזוגות לפי הדרכת המובילים.
(ניתן להשתמש בפעילות זו לחבר בין ילדים שלא נמצאים/משחקים ביחד בדרך כלל)

הזמינו ילדים לפי תאורים שונים:

צבעי פרטי לבוש
למי שיש חולצה אדומה יחפש בן/בת זוג שיש להם צבע אדום בחולצה.
למי שיש תלתלים לחפש בן/בת זוג עם תלתלים.

ניתן להזמין ילדים שאוהבים לצייר / כדורגל / לשחות וכדומה (תחומי עניין שונים)
להזמין ילדים שהם יודעים שיש להם תחום עניין דומה או קשור בצורה כלשהי.
הזמינו את הזוגות לשבת בישיבה מזרחית על הארץ במרחב, הפעילות בזוגות אחד מול השני.

התחילו בטיפוף אחיד וקצבי עם שתי הידיים על הברכיים, כשכולם מצטרפים,
ניתן לשים ברקע מוסיקה קצבית ולשנות את תנועות הטיפוף על חלקי הגוף השונים.



פעילות פתיחה - שמות לצליל תופים

עזרים:

מוסיקה קצבית לבחירתכם

מהלך הפעילות:

במפגש פתיחה זה תוכלו לבחור בין לקרוא שמות לפני תחילת הפעילות או בסופה בשילוב המוסיקה נזמין את הילדים להתחלק לזוגות לפי בחירתם.

לאחר שהתחלקתם לזוגות נזמין את הילדים לשבת בישיבה מזרחית על הארץ במרחב הפעילות בזוגות אחד מול השני התחילו בתיפוף אחיד וקצבי עם שתי הידיים על הברכיים, כשכולם מצטרפים ניתן לשים ברקע מוסיקה קצבית ולשנות את תנועות התיפוף על חלקי הגוף השונים ניתן להשתמש בקצב לקריאת שמות כאשר הילדים ממשיכים לתופף וילד/ה שקראו את שמם מרים ידיים.



פעילות העשרה חינוכית - "שיר לאהבה"

יצירה בהשראת שיר

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר - "שיר לאהבה"

מילים: איילת ציוני וגילי ליבר לחן: גילי ליבר

בסיס ליצירה לכל ילד – דפי בריסטול / קרטון ביצוע / או לחלופין ניתן ורצוי להשתמש בחומרים ממוחזרים כגון קופסאות קורנפלקס, מכסה של קופסת נעליים או קופסאות קרטון שטוחות. וחומרי יצירה מגוונים שיש בזהרון: טושים, פלסטלינה, מנקי מקטרות, דבק סטיק, מדבקות, עפרונות ציור, צבעי פנדה ועוד.

מהלך הפעילות:

נשמיע לילדים את השיר פעם אחת. נבקש מהילדים להקשיב למילות השיר, לנסות ולהבין על מה ועל מי מסופר בשיר. נודא כי הילדים מבינים את מילות השיר. נשאל אותם, אם היו צריכים לצייר את השיר, מה מתוך השיר היו בוחרים לצייר. לאחר ששוחחנו והקשבנו לשיר נזמין את הילדים לשבת סביב השולחנות כשבמרכזם חומרי היצירה והציור השונים. נשמיע את השיר שוב ונזמין את הילדים ליצור ציור/ יצירה בהשראת ההקשבה ל"שיר לאהבה". המובילים מוזמנים לעבור בין הילדים ולרשום על דף A4 את ההסבר ליצירה שלהם.

פעילות סיום - נוח תנוח

עזרים:

כדור משחק (בערך בגודל כדורגל – רצוי כדור קל)

מהלך הפעילות:

נזמין את הילדים לשבת במעגל, להושיט ידיים לפנים מתוחות לגמרי. המובילים יניחו כדור על זרועותיו המתוחות של ילד שיתחיל את הסבב (הוא לא יאחז בכדור אלא הכדור מונח על זרועותיו המושטות). הילדים צריכים להשאיר את הידיים יציבות ואת הרווח ביניהן קבוע כדי שהכדור לא יפול ביניהן או יתגלגל קדימה. אין לאחוז בכדור בעזרת כפות הידיים לאורך כל המשחק. כל הילדים צריכים להעביר את הכדור לזרועותיו של הילדים שלימינם מבלי לאחוז בו ומבלי שיפול אל הארץ.

מעודד שיתוף פעולה, ריכוז ורגישות לזולת.



פעילות פתיחה - מה שמעת?

מהלך הפעילות:

נזמין את הילדים לשבת במעגל.

המובילים יבחרו מילה הקשורה בחברות ויאמרו אותה בשקט לילד שיושב מימינם והוא יאמר אותה בשקט לחברו שיושב לידו וכן הלאה, עד שכל הילדים ילחשו בסבב האחד לשני. הילד האחרון יתבקש לומר מהי המילה ששמע. בסבב הבא נבחר את אחד הילדים שיבחר מילה חדשה הקשורה בחברות וילחש לחבר היושב לידו.

נעודד את הילדים להעביר את המילה בזריזות ובשקט.



פעילות העשרה חינוכית - סיפור משחק

הסיפור המוסיקלי: "פטר והזאב" מאת סרגיי פרוקופיב

הכנה מראש – אביזרים לשחקנים כמפורט בעזרים.

מומלץ למובילים להקשיב לסיפור לפני העברת הפעילות.

מידע למובילים:

הסיפור "פטר והזאב" נכתב ע"י סרגיי פרוקופיב, מלחין רוסי בשנת 1936 (לפני 85 שנים) עפ"י אגדת עם. הוא כתב את הסיפור כיצירה מוסיקלית, כאשר כל דמות בסיפור מיוצגת ע"י כלי נגינה. היום נאזין ליצירה המוסיקלית ונציג תוך כדי האזנה את הסיפור. המובילים ינחו את הילדים במהלך ההצגה על פי הסיפור המסופר.

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לסיפור המוסיקלי פטר והזאב

אביזרים לשחקנים:

הציפור - כתר בריסטול עם נוצות

הברווז - מטפחת משחק צהובה

החתול - קשת אוזני חתול (ניתן להכין לבד מסרט לשיער ושתי אוזניים גזורות מלבד שחור)

סבא - כובע קסקט

הזאב - קשת אוזניים חומות

פטר - כובע טמבל ושלייקס

הציידים - סרטי קרפ חומים קשורים על המצח

(ניתן לבחור יותר משני ציידים על מנת לשתף יותר ילדים)

על מנת לשתף יותר ילדים ניתן להוסיף אביזרים שונים לבעלי חיים ולצרף אותם לסיפור.



מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש ונספר לילדים על המלחין סָרְגֵי פְּרוֹקוֹפִיב (כמפורט במידע למובילים) ונציג בפניהם את הדמויות המשתתפות ביצירה המוסיקלית "פטר והזאב" נספר כי כל דמות בסיפור מיוצגת ע"י כלי נגינה שונה.

נזמין ילדים המעוניינים להשתתף בהצגה.
נשאל מי מעוניין/נת להיות הציפור וניתן להם את פריט הלבוש המתאים להם והם ישובו למקומם. וכך הלאה עד שנבחר את כל המשתתפים.
נספר לילדים כי בהמשך ההצגה נבחר דמויות נוספות.

נשמיע את היצירה - בכל פעם שמציגים דמות ואת כלי הנגינה שלה – הזמינו את הילד/ה שזהו תפקידם לעשות סיבוב במרחב להציג את עצמם בפני הקהל ולשוב למקום.

הסיפור מסופר בצורה נעימה המאפשר את הזמנת הדמויות.
באם יש צורך המובילים יעצרו את הסיפור לרגע וינחו את הילדים מה להציג.

לקראת הסוף כאשר מגיעים לתהלוכת הניצחון – עיצרו את הסיפור והזמינו את חיות היער השונות (ילדים נוספים) להצטרף לתהלוכה.

נסכם בשיח עם הילדים: כיצד הרגשתם
במהלך ההקשבה והצפייה בסיפור.
האם בסיפור "פטר והזאב" עוזרים האחד לשני?
אם כן, ספרו לנו מי וכיצד.



פעילות סיום - תערוכת "שיר לאהבה"

נסיים את היום כשאנו עורכים תערוכה של היצירות שהכינו הילדים.
נערוך מספר שולחנות ונכסה במפות חד פעמיות ונציג את היצירות כשלצידן דפי ההסבר לגבי כל יצירה.
עודדו את הילדים להציג את היצירות בפני בני המשפחה שמגיעים לגן ולספר על השיר, היצירה והמסר.

שבוע שני

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	
יוגלה זוגות	קבלו בבקשה	פִּיף וְכִיף	הרוח נושבת קרירה	על חושים	מפגש פתיחה

ארוחת צוהריים

פעילות העשרה חינוכית	מי זה שם אלי מציץ?	ידי החברות	שירים שנשארים "כובע" "קסמים"	סיפור "על רגל אחת"	פונפונים נודדים
מפגש סיום	מסירות עם חברים וחברות	לטוס אלעל	קווים וצלילים	תופסים דגים	קופצים רוקדים



פעילות פתיחה - יוגלה זוגות



עזרים:

מחשב / רמקולים

פתיח יוגלה

מוסיקת רקע לפעילות

מהלך הפעילות:

נכבה את האור בצהרון, נשמיע את מוסיקת פתיח יוגלה ונזמין את הילדים לשבת על הארץ בזוגות. ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על החזה. נבקש מהילדים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט).

ננחה את הילדים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים: **"שלוש"** - ננחה את הילדים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות, כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה נספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" - עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהילדים לקחת נשימה עמוקה ולמתוח את שתי הידיים קדימה ולאחוז בידי החבר שמולם ולספור לאט עד שתיים. כעת נבקש מהילדים להוריד את הידיים באיטיות ולקחת שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את הילדים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה, להושיט את שתי הידיים קדימה שוב, להחזיק בידי החבר לא לעזוב את הידיים ובכל פעם ילד אחר מושך מעט והשני מתכופף קימה ואז מתחלפים. הכל באיטיות רבה.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נזמין את הילדים למתוח את שתי הרגליים קדימה ולגעת בכפות הרגליים של החבר כאשר אנו מנסים לפתוח את הרגלים לפישוק מבלי לעזוב את רגלי החבר (לפשק את הרגליים בתאום עם החבר שמולי ושוב לסגור וכך חוזר חלילה מספר פעמים).

נזמין את הילדים לחזור לישיבה מזרחית ולהזכיר להמשיך ולנשום ולשמור על איזון הגוף, להשתדל להשאר עם עיניים עצומות ולדמיון שהראש שלנו נוגע בשמיים (זקיפות)

בקול רך ונעים המובילים יכולים להקריא את שמות הילדים ולבצע את בדיקת הנוכחות. נבקש מכל זוג ילדים שנקרא בשם לעמוד, לגעת עם אצבעות הידיים בכפות הרגליים ולהשאר כפופים כמה שניות ולהתיישב בחזרה במקומות. לאחר שסיימנו את קריאת שמות כל הילדים וכולם ישובים על הכסאות, נזמין את הילדים למתוח את שתי הידיים אל מעל הראש ולנשום חמש נשימות עמוקות.

פעילות העשרה חינוכית- מי זה שם אלי מציץ?

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור – "חבר בתוך ראי"

מילים ולחן: דתיה בן דור

מהלך הפעילות:

הילדים מתחלקים לזוגות ויושבים זה מול זה, ילד אחד הוא "החבר" והילד השני הוא "המראה" המעתיקה באופן מדויק את תנועות החבר. מתחילים בהרמת כף יד מול כף יד. הילד בתפקיד "החבר" מתחיל ראשון ובן זוגו בתפקיד "המראה" מחקה את תנועותיו. ממשיכים בתנועות מגוונות, למשל: מרימים ומורידים באיטיות את כף היד. יש להקפיד על קצב אחיד וקשר עין. מזיזים את היד בצורה מעגלית. שומרים על קצב אחיד וקשר עין. מביעים רגש באמצעות הבעת פנים (הבעה שמחה/ עצובה/ מצחיקה) ומתחלפים בתפקידים.

נשאל את הילדים כיצד הרגישו במהלך המשחק?
איזה פרצוף הם הכי אוהבים לעשות?
מה קורה לפנים כאשר אנו מביעים כעס? (גבות מכווצות, פה סגור)
מה קורה לפנים שלנו כאשר אנו מחייכים ושמחים? (חיך, עיניים פקוחות)
האם כשאתם מתבוננים על חבר שמשחק איתכם אתם מצליחים להבין מה הוא מרגיש דרך הבעות הפנים שלו? (ניתן להזמין את הילדים להתבונן אחד בפני השני ולנסות לנחש את הרגשתו)
האם אתם יכולים לדעת איך מרגיש אדם לפי תמונה שלו?

לסיום – המובילים ישמיעו את השיר "חבר בתוך ראי" נקשיב למילים פעם אחת

(המילים "אומרות" את התנועות ואתם מוזמנים להמציא תנועות נוספות)

ובפעם השנייה נעמוד בזוגות אחד מול השני

ונבצע את תנועות השיר ביחד.

פעילות סיום - מסירות עם חברים וחברות

עזרים:

כדור / כרית קטנה

מהלך הפעילות:

נשחק את משחק המסירות .

נזמין את הילדים לשבת במעגל, נשתמש בכדור או בכרית קטנה.

מחליטים על נושא מסוים. למשל: הפכים, תכונות אופי.

אחד הילדים זורק את הכרית לעבר ילד אחר ובו בזמן אומר בקול מלה שיש לה מילה הפוכה למשל: "אמת", על התופס לקרוא מיד "שקר".

מיד לאחר שקיבל את הכדור עליו לזרוק את הכדור אל משחק אחר ולומר מילה חדשה, למשל: "בהיר", על המקבל לומר "כהה" וכך הלאה.

נעזור לילדים ברמזים אם יש צורך על מנת לחשוב על הפכים.

ניתן לשחק גם עם מספרים עוקבים. למשל: אני מסרתי לך את המספר 20, אתה צריך לומר את המספר הבא אחריו.

הפכים לדוגמה:

חם-קר, גדול-קטן, גיבור-פחדן, גבוה-נמוך, ילד-ילדה, עצוב-שמח, זוכר-שוכח, ביחד-לבד, רעב-שבע, חכם-טיפשי, באמצע-בצד, קיץ-חורף, עצלן-חרוץ, מתוק-חמוץ.

פעילות פתיחה - קבלו בבקשה...

מהלך הפעילות:

היום נפתח את המפגש כשאנו מזמינים את הילדים להיות שותפים לבדיקת הנוכחות בצורה ייחודית. נזמין את הילדים להציג חברה או חברה שהם בוחרים, כאילו שהם קוראים ברמקול. כאשר נציג את שם החברה/ה נסיף להם כינוי, מקצוע, שם תואר וכדומה.

לדוגמה: תמר לוחמת האש, תמר לוחמת האש מתבקשת להגיע לתחנת הכיבוי. מתן אלוף השחייה, מתן אלוף השחייה מחכים לך בבריכה.

נתחיל בהדגמת המובילים:

דר' עמית, דר' עמית נא לגשת לחדר המיון. ייתכן שהילדים יצטרכו עוד עזרה ודוגמות בחיפוש שמות תואר נוספים, כווננו אותם בעדינות וברגישות ועודדו מילים מפרגנות ותומכות. ניתן להנחות את הילדים לחפש תכונות טובות אצל החברים. כך נעבור את כולם כאשר המובילים מנחים את הילדים לא להציג את אותם הילדים פעמיים. בזמן המשחק המובילים מוזמנים לערוך את בדיקת הנוכחות.



פעילות העשרה חינוכית - ידי החברות

עזרים:

דפי בריסטול A4 / משטח קשיח מחומרים ממוחזרים

מדבקות

דבק סטיק

טושים / צבעי פנדה / צבעי עיפרון

מבחר חומרי יצירה שיש בצהרון (פייטים, פונפונים, מנקי מקטרות וכדומה)

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש כשאנו מבקשים מהילדים להתבונן על כף היד שלהם – נשאל מה הם רואים.

נבקש מהילדים להשוות את כף היד שלהם עם חברים היושבים לצידם.

האם כף היד שלנו זהה? האם היא דומה?

מה דומה ומה שונה? (מס' האצבעות, מבנה הציפורן, צבע היד, הקווים שמצויירים בחלק הפנימי)

נסכם את השיחה שכל אחד מאיתנו אחר ומיוחד.

היום כל ילד יכין לעצמו את כף היד המיוחדת שלו, החומרים שהוא בוחר, הצבעים שהוא אוהב ועוד.

נעודד את הילדים ליצור כף יד ייחודית שלא דומה לאף אחת אחרת.

ננחה את הילדים לצייר את קווי המתאר של כף היד שלהם על הבריסטול

(ניתן לסייע לפי הצורך)

נזמין את הילדים לקשט את כף היד בעזרת מבחר חומרי היצירה

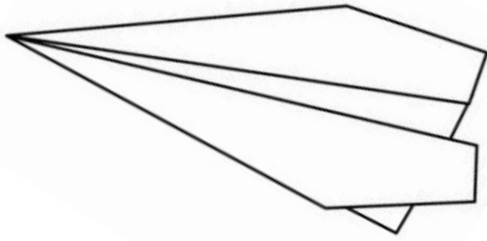
המובילים יגזרו מניירות A4 רצועות ויסייעו לילדים לחבר את הרצועה

מאחורי כף היד בשני הצדדים באמצעות שדכן, כך יוכלו הילדים "להלביש" את כף היד

על היד שלהם ולהציג איתה.

אם נותר זמן ניתן להזמין את הילדים להציג את "כף" היד שלהם ולספר במה היא מיוחדת.

פעילות סיום- לטוס אל על



עזרים:

דפי A4 לבנים (כמספר הילדים)
ניתן גם להשתמש בדפי מגזינים ממוחזרים
והמטוס שלנו גם יצא ציבעוני.

מהלך הפעילות:

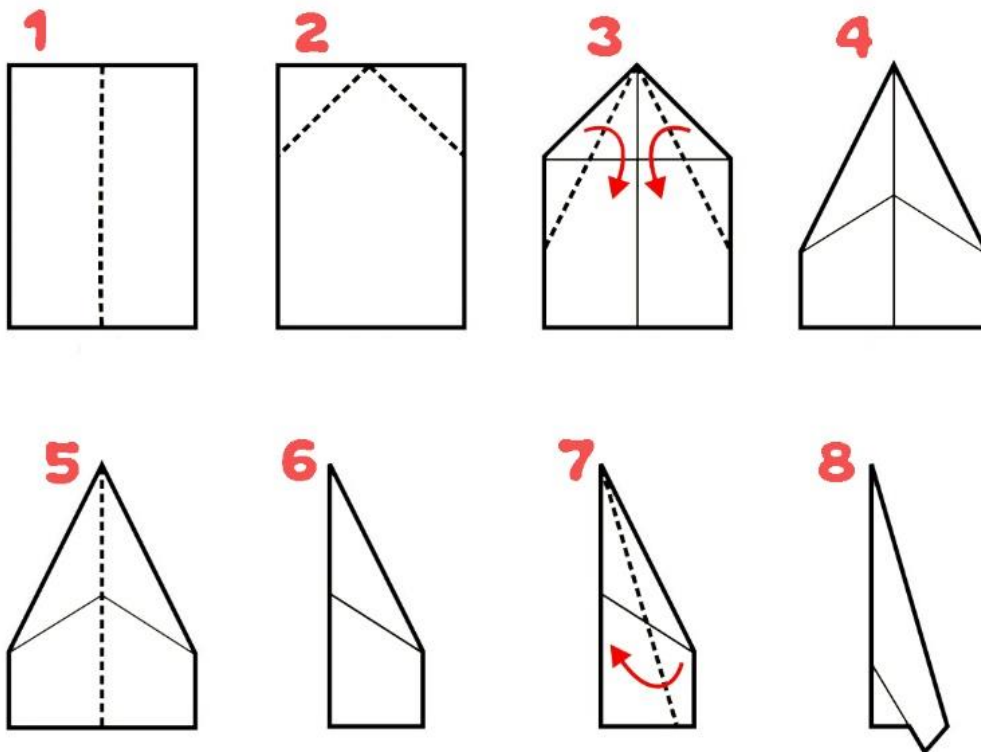
נסיים את היום ביצירת מטוס מקיפולי נייר מהירים.
ניתן לערוך את הפעילות במרחב או בחצר הצהרון.

נחלק לכל ילד דף נייר וננחה אותם כיצד להכין את המטוס. (העזרו בדוגמה)

לאחר שהמטוס שלנו מוכן ניתן לילדים משימות שונות:

להטיס את המטוס שלנו הכי גבוה
להטיס את המטוס שלנו הכי רחוק
להטיס את המטוס שלנו הכי מהר

ומשימות נוספות ככל העולה על דעתכם.



פעילות פתיחה - "כִּיף וְכִיף"

מהלך הפעילות:

נזמין את הילדים לעמוד במעגל.

נתחיל את המשחק כאשר אנו "מעבירים" מחיאות כף במעגל לכל הילדים.

לאחר שכל הילדים הבינו את המשימה כעת נסביר כי עכשיו נעביר את המחיאה

למי שאנחנו רוצים במעגל.

המובילים יתחילו במחיאת כף לכיוונו של ילד אחד, מקבל "המחיאה" מעביר אותה הלאה

על ידי מחיאת כף לכיוונו של ילד אחר. אסור להחזיר מחיאת כף לזה שמסר לך אותה.

ניתן לאתגר את הילדים בהוראה לומר את שם המקבל בטרם מחיאת הכף.

אין מנצחים, כולם נהנים.



פעילות העשרה חינוכית- שירים שנשארים

כובע קסמים מילים: לאה גולדברג לחן: רמי קליינשטיין

עזרים:

כובע רחב שוליים
(ניתן לקשט אותו בצורה ייחודית על מנת שיראה קסום ומיוחד יותר)
מחשב / רמקולים

קישור – מוסיקה קצבית לריקוד חופשי

קישור לשיר – כובע קסמים

מילות השיר

מהלך הפעילות:

נקריא לילדים את מילות השיר ונשמיע אותו לפחות פעמיים.
נלמד את מילות השיר ונשיר ביחד.
המובילים ישירו בכל פעם שורה והילדים יחזרו אחריהם, נשיר את השיר מספר פעמים עד שנדע את המילים.

נשאל את הילדים מספר שאלות ובבקש מהם לשתף כיצד הרגישו כשהקשיבו למילות השיר.

האם כובע הקסמים הוא אמיתי?
האם באמת אפשר לבקש ממנו משאלות?
ואם לא, כיצד נשיג מה שאנחנו רוצים?

נעשה סבב בין החברים ונקש מי שמעוניין לשתף במשאלות שלו.
לאחר שהקשבנו לכל הילדים נשאל האם אפשר לסייע לחברה/ה בהגשמת המשאלות ואם כן כיצד.

נסכם את השיח באמירה כי בעזרת כוח הרצון שלנו, המחשבה, הכישרון וההתמדה
אנו יכולים להשיג מה שאנחנו רוצים ולהיות מי שאנחנו בוחרים.

באם נותר זמן, נשחק במשחק כובע הקסמים.

השמיעו את המוסיקה הקצבית והזמינו את הילדים לרקוד במרחב
המובילים יניחו בכל פעם את הכובע על ילד/ה שונים וכל הילדים ירקדו כמו הילד/ה עם הכובע.

כובע קסמים

מילים: לאה גולדברג לחן רמי קליינשטיין

הנה בלבי בקשה שניה:
 "כובע היה לאניה!"
 מיד הוא קופץ מראשי לים
 ואני מפליגה בו בכל העולם,
 לאיים רחוקים, לארץ זרה,
 נוסעת הלך ובחזרה,
 ורואה ערים והרבה אנשים,
 פרסים והודים וכישים,
 ואיש לא יבין, ואיש לא ידע,
 כי נוסעת בים ילדה לבדה.

ואם יהיה לי בים עצוב,
 אומר לו: "כובע, הפיתה שוב!"
 ואבוא לביתי. ומכל המדינות
 לכל חברי אביא מתנות.
 ומסביבי ישובו חברים
 ואני אספר להם ספורים,
 ואיש לא יעז להגיד לי עכשו:
 "שוב היא בודה ספורי קזב!"

כל הימים, כל הימים...
 ואבא לא עוד יגער במלים:
 "אל תתערבי בשיחת הגדולים!"
 וכשאדבר יקשיבו כלם,
 כי אני הגדולה בכל העולם.

כל הימים, כל הימים...

כל הימים, כל הימים
 חולמת אני על כובע קסמים.
 כובע קטן, מקשט נוצה,
 העושה כל מה שאני רוצה.

אחבש אותו ואמר, למשל:
 "כובע, עשה שאני אגדל!"
 והנה מיד הנני עולה,
 וגופי מתמתח ואני גדולה,
 ואין כמוני בכל העולם;
 כי אני גדולה וגבוהה מכלם.
 והכל מסתכלים ביראה וכבוד,
 כי הרי אני גדולה עד מאוד.

ואמא בערב כבר לא תאמר:
 "לכי לישון כבר מאחר!"
 ואבא לא עוד יגער במלים:
 "אל תתערבי בשיחת הגדולים!"
 וכשאדבר יקשיבו כלם,
 כי אני הגדולה בכל העולם.
 כל הימים, כל הימים...



פעילות סיום - קווים וצלילים

מהלך הפעילות:

המובילים יזמינו את הילדים המעוניינים לפי תור, הילד הנבחר יזמזם מנגינה שתזכיר לחברים שיר מוכר.
על הילדים לנסות ולנחש לאיזה שיר התכוון.
ניתן לחלק את הילדים לארבע קבוצות ולערוך את המשחק כתחרות קבוצתית.
כל נציג מקבוצה שמזהה את השיר זוכה עבור קבוצתו בעשר נקודות.
ניתן להמשיך ולשיר את השירים להנאתכם.
משחק מהנה התורם לגיבוש וקירבה בין הילדים.

פעילות פתיחה- הרוח נושבת קרירה

מהלך הפעילות:

הילדים יושבים במעגל על הכסאות.
המובילים יכריזו "הרוח נושבת ומעיפה את כל מי שמרגיש שמח"
כל הילדים שמרגישים שמחים קמים ומחליפים כיסא.
הרוח נושבת ומעיפה את כל מי שרוצה להכיר חבר חדש
אפשרו גם לילדים להכריז לפי התור – משפטים לדוגמה:
" הרוח נושבת ומעיפה את כל הילדים שנועלים סנדלים"
"הרוח נושבת ומעיפה את כל הילדים שלובשים חולצה בצבע..."
"הרוח נושבת אל כל מי שיש לו כלב/ה בבית"
"הרוח נושבת אל כל מי שיש לו חתול/ה בבית"
הרוח נושבת אל כל מי שאוהב שוקולד וכך הלאה"

פעילות העשרה חינוכית - "על רגל אחת"

כתבה: רינת פרימו / איירה: יעל אלברט / ספריית פיג'מה



תקציר הסיפור: (מתוך ספריית פיג'מה)

לילי מנסה לשבור שיא בעמידה על רגל אחת, אבל הלל מפיל אותה בלי כוונה ורוצה גם הוא לשבור שיא בעמידה על רגל אחת. בדרך הם מגלים שעם קצת עזרה מחברים השיא קרוב מתמיד. לילי, למשל, מגלה שהניסיון לשבור שיא בעמידה על רגל אחת קל יותר בשניים, וכשהלל מצטרף אליה הוא עוזר לה להרחיב את ההתנסות שלה, להעמיק את האתגר, להצליח ולשמוח במשחק כי בשניים קל יותר.

עזרים:

הספר "על רגל אחת"

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור לסיפור "על רגל אחת"

להשראה – הסרטון "יוצרים ופועלים במסלול תנועה"

תרגילי יוגה לילדים לשמירה על שיווי משקל

"שומרים על שיווי משקל" עם שרית אייל

מהלך הפעילות:

דרך הסיפור "על רגל אחת" נעודד את שיתופי הפעולה בין הילדים ונראה כיצד בשניים אפשר להצליח הרבה יותר.

נראה לילדים את כריכת הספר ונבקש מהם לנסות לשער מה עושה הילדה שעל הכריכה, מה "הסיפור" שלה?

נבקש מהילדים לנסות ולתת שם לסיפור ולהסביר את בחירתם.

נקריא / נשמיע לילדים את הסיפור.

בעקבות הסיפור ניתן לשוחח עם הילדים בעזרת שאלות אלה:

מה עשתה לילי כדי להצליח לעמוד על רגל אחת ?
מדוע לילי לא רצתה שהלל ינסה לעמוד על רגל אחת ?
איך לילי הצליחה לבסוף לעמוד על רגל אחת?
מה עשו כל הילדים בסוף הסיפור?
איך הם הצליחו לעשות זאת ?
מה זה "יחד"?
אילו דברים אתם יכולים לעשות לבד
ואילו דברים כדאי לעשות יחד ?
האם קרה לכם שחבר או חברה עזרו לכם ?



נסיים בהתנסות בשמירה על שיווי משקל ולתרגל אותו עם החברים.

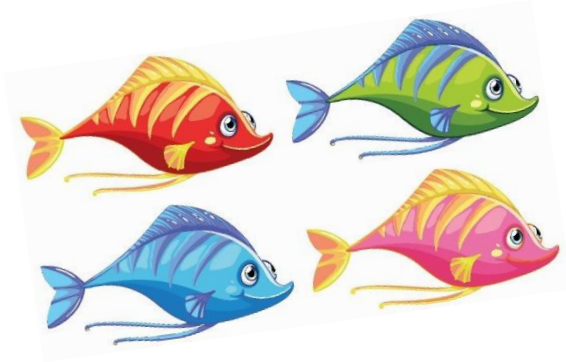
למשל: עמידה על רגל אחת, ללכת עם כרית/ספר על הראש לשיווי משקל.

לצעוד במדויק על קו מצוייר / מודבק על הארץ ועוד.

פעילות סיום - "תופסת דגים"

עזרים:

אטבים כמספר הילדים
מטפחות משחק כמספר הילדים / סרטי קרפ צבעוניים



מהלך הפעילות:

נחלק לילדים את האטבים והמטפחות / הסרטים וננחה אותם לחבר את הסרטים בעזרת האטבים אל החלק האחורי של הבגדים בגובה המתניים.
נבקש מהילדים לסייע אחד לשני ובמידת הצורך המובילים יעזרו גם כן.

המשחק תופסת דגים מאד משעשע וניתן לשחק אותו גם במרחב
אך עדיף אם זה אפשרי בחצר הצהרון.

המשימה, ברגע הינתן האות עליהם לרוץ ולתפוס כמה שיותר "זנבות סנפירים" של דגים.
הילדים שיצליחו להשאר עם ה"חכה" מחוברת אליהם הם המנצחים.

פעילות פתיחה- שם ותנועה

מהלך הפעילות:

נזמין את הילדים לעמוד יחדיו במעגל.

נבקש מכל ילד בתורו לומר את שמו תוך כדי תנועה מסוימת
כאשר כל הקבוצה צריכה לחזור אחריו
(לומר את השם ולחזור על התנועה)

המובילים ידגו לילדים: "שמי הוא..." תוך כדי תנועת גוף שאתם בוחרים
נבקש מהילדים לחזור על שמכם ועל התנועה שעשיתם.
נחזור על המשימה עם כל הילדים.

פעילות העשרה חינוכית - פונפונים נודדים

עזרים:



כפפת ניילון שקופה לכל ילד
חבילה גדולה של פונפונים קטנים צבעוניים (חמישה צבעים)
שדכן

מהלך הפעילות:

בפעילות זו בנוסף להנאה וליצירה שתצא לנו בסוף, נפתח גם את היכולות הסנסו- מוטוריות. המובילים יניחו על השולחנות קערות עם מבחר פונפונים צבעוניים קטנים ויחלקו לכל ילד כפפת ניילון שקופה. נזמין את הילדים לקחת חופן (או שניים) פונפונים מהקערה ולהכניס לתוך הכפפה. (מובילים – שימו לב כי יש לכל ילד מספיק פונפונים כדי לבצע את הפעילות ולהכין את "יד הפונפונים". – כמחצית מהכפפה. כעת נסייע אם יש צורך לילדים לקפל את הפתח של הכפפה קיפול קטן ונהדק בעזרת שדכן שהכפפה לא תיפתח. ניתן להשמיע מוסיקה שקטה ברקע ולהזמין את הילדים לסדר את הפונפונים לפי צבעים לתוך האצבעות.

לבוגרים יותר – ניתן להתחלק לזוגות, לערבב את הצבעים ולערוך תחרות בזוגות מי מסדר ראשון.



פעילות סיום - קופצים רוקדים

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור - השיר "כל הילדים קופצים רוקדים"

מילים: אברהם טל ורואי לוי לחן: רואי לוי

מהלך הפעילות:

משימה ראשונה:

נחלק את הילדים לזוגות. כל זוג חברים ישבו על הארץ כשהגב שלהם צמוד זה לזה.

כשהמובילים נותנים את האות עליהם להתרומם למצב עמידה בלי עזרת הידיים

(רק בעזרת תמיכה אחד בשני בעזרת הגב בלבד)

משימה מעט מאתגרת אך מפתחת קשב והתחשבות בזולת.

משימה שנייה:

הזוגות יפנו פנים אל פנים וישבו ישיבה מזרחית האחד מול השני,

הנחו את הילדים לתת שתי ידיים אחד לשני ובלי לגעת ברצפה ובלי לעזוב ידיים,

עליהם לקום לעמידה כאשר הם עוזרים אחד לשני מבלי ליפול.

ניתן להוסיף משימות משותפות נוספות כראות עיניכם.

נזמין את הילדים לשוב למקומות.

נשאל את הילדים כיצד הם הרגישו במהלך המשחק?

אילו מהמשימות היו יותר קשות ואילו יותר קלות?

האם זה נעים כשמישהו שאנחנו מכירים עוזר לנו?

נסיים את הפעילות כשאנו מזמינים את הילדים אל מרכז הרחבה

נשמיע להם את השיר "כל הילדים קופצים רוקדים"

ונאתגר אותם לא להפסיק לקפוץ ולרקוד מתחילת השיר ועד סופו.

