

נספח 1 ריכוז מטרות והתנהגויות מצופות לפי רצף גילים

תנועה בסביבה הפיסית והחברתית – גן טרום חובה

תחום	דוגמאות להתנהגויות מצופות
שכלול תנועות בסיסיות	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מוסיפים לרפרטואר התנועות שלהם תנועות בסיסיות חדשות מהדרגה הראשונה.
ביסוס הערכה עצמית ליכולת התנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מחקים תנועות של אחרים; ✓ מדגימים תנועה ללא חשש כשמתבקשים; ✓ מתנסים מדי פעם בתרגול תנועה כדי לשפרה; ✓ מתנסים בכל המתקנים העומדים לרשותם בחצר הגן.
גילוי אחריות לבטיחותם ולבטיחות אחרים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מחכים בתור לפי סדר שנקבע בידי מבוגר; ✓ בוחרים מקום לאיצפוף לתנועה; ✓ נוחתים נחיתה רכה; ✓ מגיעים להבנה עם ילדים אחרים על שימוש במתקנים, מפנים מקום לאחרים במתקן מבוקש לאחר שפעלו בו, ומבקשים מאחרים לפנות להם מקום לאחר שחיכו.
החיבור של תנועה להמללה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מבצעים הנחיה מוכרת הניתנת פעם אחת כלשונה (ללא חזרות); ✓ נותנים לעמית הוראה לבצע לתנועה פשוטה (כמו: "הרם יד"; "קפוץ"; "תפוס את הכדור") ומבצעים הוראה ששמעו מעמית; ✓ מבצעים תנועה ומתארים אותה במילים.
שילוב במשחק קבוצתי-תנועתי	<ul style="list-style-type: none"> ✓ משחקים ברציפות עם בן זוג; ✓ משחקים ב"משחקי מעגל" וב"משחקים בתפזורת"; ✓ שומרים על חוקי המשחק במשחק שיש בו שני חוקים לפחות; ✓ מובילים חבר בלי לגעת בחפצים ובילדים אחרים, תוך התאמה למהירות שבה החבר יכול לשתף פעולה; ✓ מתאימים את עצמם לאופי התנועה של המוביל ולמהירותה במשחק "מוביל מובל".
שכלול היכולת לרקוד ריקודים מובנים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מתנועעים בחופשיות לצלילי מנגינה; ✓ רוקדים לצלילי מנגינה מוכרת תוך שמירה על קצב המנגינה; ✓ מחקים את תנועות המבוגר, תוך שמירה על קצב המנגינה; ✓ רוקדים תוך התייחסות למלל שבשיר; ✓ חוזרים על ריקוד משחק בכוחות עצמם, ללא הדגמה של מבוגר.

תנועה בסביבה הפיסית והחברתית – גן חובה

מטרה	דוגמאות להתנהגויות מצופות
שכלול תנועות בסיסיות	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מתנסים בתנועות הבסיסיות מהדרגה הראשונה של כל עשר התנועות הבסיסיות; ✓ מבצעים בביטחון וברצף תנועות בסיסיות מהדרגה הראשונה על פי הוראה; ✓ מוסיפים ספונטנית לרפרטואר הפעילות העצמאית תנועות בסיסיות מהדרגה השנייה; ✓ מעבירים תנועות שלמדו בפעילות מוזכרת לפעילות עצמאית.
ביסוס הערכה עצמית ליכולת התנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מציעים רעיונות לתנועות ומדגימים אותם; ✓ מתארים תנועה, מבצעים אותה ומעריכים את ההתאמה בין התיאור לביצוע; ✓ ממצים את האפשרויות שהמתקנים העומדים לרשותם בחצר הגן מציעים (למשל, יטפסו בסולם עד לשלב האחרון; ילכו לאורך כל המנהרה).
גילוי אחריות לבטיחותם ולבטיחות אחרים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מחכים בתור גם במצבים שאין בהם התערבות מבוגר; ✓ במצב של צפיפות, מתאימים אליו את קצב התנועה ואת עוצמתה; ✓ נוחתים נחיתה רכה מגובה – על כריות כף הרגל, בברכיים כפופות ובגוף לפני. אם משטח הנחיתה רך (חול או מזרן) ימשיכו את הנחיתה בגלגול (בתנאי שיש משטח רך ובטיחותי); ✓ במפגש ראשון עם סביבה חדשה, בוחרים בפעילות מוכרת ובטוחה. לאחר מכן מעלים את דרגת הקושי בהדרגה בהתאם לתוצאות ההתנסות הקודמת; ✓ דנים על בטיחות בזמן תכנון מילולי של פעילות.
החיבור של תנועה להמללה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ משתמשים בכ־40 מילים מאוצר המילים הרשומות בנספח 3 באופן זה: ילד מדגים לילד אחר מילה באמצעות תנועה; הילד מזהה את המילה על פי התנועה; ✓ משוחחים על התנסות בתנועה; ✓ מבצעים כלשונה הוראה חדשה הניתנת פעם אחת (ללא חזרות); ✓ נותנים הוראה מורכבת לעמית ועליו לבצע אותה; ✓ מבצעים במדויק הוראה מורכבת של עמית.
שילוב במשחק קבוצתי-תנועתי	<ul style="list-style-type: none"> ✓ משחקים ברציפות בכל גודל קבוצה; ✓ משתלבים במשחקים בטור ובשורה; ✓ שומרים על חוקי המשחק, במשחק שיש בו לפחות שלושה חוקים; ✓ משתפים פעולה במשחק הדורש שיתוף פעולה, כמו בניית מגדל ביחד; ✓ עוזרים לבן זוג בזמן משחק בזוגות או במשחק בקבוצה; ✓ מחקים חבר במדויק; ✓ מפעילים שיקול דעת במהלך משחק ומספרים אותו לאחרים (למשל "עליתי על הכיסא כדי לא להפריע ל...").
שכלול היכולת לרקוד ריקודים מובנים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ רוקדים כמה ריקודים מובנים (ארבעה עד שישה ריקודים); ✓ רוקדים עם חבר, תוך תיאום תנועות. נעזרים בהמללה כדי להיזכר בריקודים ולתאם תנועות; ✓ ממציאים צעדים למנגינה מוכרת.

תנועה בסביבה הפיסית והחברתית – כיתה א'

מטרה	דוגמאות להתנהגויות מצופות
שכלול תנועות בסיסיות	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מבצעים חלק גדול מהתנועות הבסיסיות מהדרגה השנייה מבין עשר התנועות הבסיסיות; ✓ מבצעים תנועות בסיסיות מהדרגה השנייה לפי הוראה בביטחון וברצף; ✓ מוסיפים בקביעות לפעילות העצמאית תנועות בסיסיות מהדרגה השלישית.
ביסוס הערכה עצמית ליכולת התנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מציעים פתרונות לבעיות הקשורות להתנסות בתנועה; ✓ נזכרים בתנועה שביצעו בעבר, מתארים אותה, מבצעים אותה מחדש, מסבירים את ההבדל בין הביצועים אז ועכשיו; ✓ מתכננים תנועה חדשה על סמך תנועה שביצעו בעבר; ✓ מציינים אתגר בתחום התנועה שעדיין לא הצליחו לבצע, מתכננים דרכים להתקדם לקראת השגתו, ומתנסים בהן.
גילוי אחריות לבטיחותם ולבטיחות אחרים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מארגנים תור הוגן; ✓ נוחתים מניתורים שונים בכיוונים שונים ותמיד בנחיתה רכה. נוחתים על כריות כף הרגל ומתגלגלים בכיוון שנקבע בזמן הנחיתה לצורך העברת המשקל; ✓ בוחרים בפעילות המותאמת ליכולתם האישית בכל סביבה; ✓ מסירים מכשולים העלולים לפגוע בבטיחות המתנועעים.
החיבור של תנועה להמללה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ משתמשים בכ־60 מילים מאוצר המילים הרשומות בנספח 3 באופן זה: נותנים הנחיות תוך שימוש במילים המתאימות ביותר; ✓ מסבירים קושי בביצוע תנועה תוך שימוש במילים המתאימות ביותר; ✓ מתארים במילים מתאימות תנועה שמבצע חבר; ✓ מקשיבים לרצף של שלוש הוראות פשוטות לפחות, הניתנות פעם אחת (ללא חזרות) ומבצעים אותן לפי הסדר ובמדויק; ✓ מתארים רצף של שלוש תנועות לפחות, באופן שמישהו שלא ראה אותן יוכל לבצען, כולל המעברים ביניהן; ✓ מבצעים במדויק רצף תנועות לפי תיאור מילולי שניתן.
שילוב במשחק קבוצתי-תנועתי	<ul style="list-style-type: none"> ✓ יוזמים רעיונות חדשים במהלך משחק משותף עם חברים; ✓ שומרים על חוקי המשחק, במשחק שיש בו לפחות חמישה משתתפים; ✓ יוזמים עזרה במהלך משחק תנועתי בקבוצה כדי לאפשר משחק יעיל ומהנה; ✓ מתכננים מהלכים של משחק לפני התחלת המשחק בפועל.
שכלול היכולת לרקוד ריקודים מובנים	<ul style="list-style-type: none"> ✓ נותנים הוראות לצעדות ריקוד באופן שהילדים האחרים בקבוצה מבינים; ✓ רוקדים שמונה ריקודים מובנים; ✓ מצליחים לרקוד אותם עצמאית בהתאם למוסיקה בלי תמיכה של הנחיה או הדגמה; ✓ רוקדים בקבוצה של ארבעה ילדים; ✓ ללא עזרת מבוגר, תוך תיאום תנועות; ✓ ממציאים עם בן זוג ריקוד חדש למנגינה מוכרת.

חינוך לתנועה – גן טרום חובה

דוגמאות להתנהגויות מצופות	מטרה
<ul style="list-style-type: none"> ✓ נוגעים באיבר ומציינים את שמו תוך חיקוי של מבוגר; ✓ מבצעים תנועה ומציינים את שמה: להרים, להוריד, לכפוף ולפשוט; ✓ מחקים תנועה או תנוחה של הגוף על פי תמונה או על פי דוגמה של אחר; ✓ עוברים ב"מנהרה" (העשויה ממפגש רגליים של כיסאות) בלי לגעת בדפנות; ✓ מזהים באמצעות מישוש חפץ שנצפה קודם; ✓ פועלים בישיבה במקום אחד בעיניים עצומות (רצוי קשורות במטפחת) כ־20 שניות עם חפץ; ✓ מעריכים איזה חפץ כבד יותר או קל יותר מבין כמה צמדי חפצים. 	<p>ביסוס הידע והמודעות לגוף ולתנועה</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ נעים בישיבה ובעמידה בתוך חישוק המסמן מרחב אישי, בלי לצאת ממנו; ✓ מבצעים הוראות לתנועה ביחס לחפצים כמו: לנוע בתוך חפצים וביניהם, על חפצים, מעליהם, מתחת להם ומסביבם; ✓ מבצעים כראוי הוראות של מבוגר ביחס לכיוונים כמו: לרוץ קדימה, לקפוץ לצדדים, ללכת לאחור, להרים ידיים למעלה ולהורידן למטה; ✓ פועלים בכל רמות הגובה במרחב הכללי (זחילה וגלגולים ברמה הנמוכה; הליכה, קפיצות ועלייה על מתקנים נמוכים ברמה הבינונית; טיפוס לראש הסולם ברמה הגבוהה); ✓ מציבים חץ לכיוון מסוים ומתקדמים בכיוון החץ. 	<p>שכלול ההתמצאות במרחב</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ נשמעים להוראה "עצור!" הניתנת במהלך ריצה ועוצרים עצירה מוחלטת; ✓ זורקים שקית שעועית לגובה וקולטים אותה (הקליטה אינה עצירה מוחלטת של תנועת השקית, התנועה כלפי מטה ממשיכה להתקיים); ✓ קולעים כדור לחישוק המונח על הרצפה משלוש עמדות מוצא שונות; ✓ הולכים על ספסל קדימה; ✓ זורקים שקית שעועית למרחקים שונים, כאשר המרחק נקבע מראש בידי הילד. 	<p>שכלול ויסות הכוח</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ עוברים בפתאומיות מ"לאט" ל"מהר" ולהפך; ✓ מתקדמים תוך התאמת התנועה לקצב מוכתב. 	<p>שכלול ההתייחסות לזמן</p>

חינוך לתנועה – גן חובה

מטרה	דוגמאות להתנהגויות מצופות
ביסוס הידע והמודעות לגוף ולתנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מבצעים תנועה באיבר אחד: מציינים את שם האיבר וומה התנועה שבוצעה; ✓ יוצרים בגוף צורות גיאומטריות שצוירו על דף; ✓ מציינים שמות של איברים זוגיים ומניעים אותם ביחד ובנפרד; ✓ נעים במרחב החדר, שבו נעים ילדים אחרים ומפוזרים בו רהיטים, בלי לגעת בחפצים או בילדים; ✓ פועלים בעמידה במקום אחד בעיניים עצומות (רצוי קשורות במטפחת) כ־20 שניות עם חפץ; ✓ מסדרים ברצף 5 חפצים נתונים, ממשקל קל למשקל כבד.
שכלול ההתמצאות במרחב	<ul style="list-style-type: none"> ✓ נעים בישיבה ובעמידה במרחב האישי בלי לשנות את מקום הבסיס; ✓ בוחרים חפץ ופועלים מעליו, מתחתיו ומסביבו; ✓ בוחרים חפץ אחר ופועלים באמצעותו באותה הדרך שפעלו בחפץ הקודם; ✓ בוחרים בחפץ ומתנועעים ביחס אליו לפי הוראות של המחנך (ראו נספח 3); ✓ מבצעים כראוי הוראות של מבוגר ביחס לכיוונים כלליים כמו: לנוע לכיוון הדלת, לכיוון החלון, לכיוון הסולם וכדומה; ✓ בוחרים מסלול על הרצפה ומתקדמים עליו בארבע דרכים שונות; ✓ מציבים חצים לארבעה כיוונים שונים לפחות, מתקדמים בכל אחד מהכיוונים ומציינים את כיוון ההתקדמות: "לכיוון הדלת"; "לכיוון החלון" וכדומה.
שכלול ויסות הכוח	<ul style="list-style-type: none"> ✓ רצים אחרי בן זוג המוביל את ההתקדמות במרחק קבוע. המוביל משנה כיוונים, משנה את קצב התקדמות ואף עוצר בפתאומיות; ✓ זורקים ותופסים שקית שעועית ממרחק של לפחות שלושה מטרים. בזריקה מכוונים אל ידי התופס; ✓ קולעים כדור לקופסת קרטון המונחת על כיסא; ✓ הולכים על ספסל קדימה, אחורה ולכל אחד מהצדדים. הליכה מדודה (לא איטית ולא מהירה), בלי ליפול; ✓ זורקים לסירוגין שני חפצים בעלי משקל שונה – למרחקים קרוב, בינוני ורחוק (הילד מכריז לאן רוצה להגיע ומגיע בקירוב).
שכלול ההתייחסות לזמן	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מתקדמים תוך מעבר מ"לאט" ל"מהר" ולהפך בלי לעצור את התנועה; ✓ מכתיבים לעצמם קצב, מתקדמים תוך שמירה עליו, ומשנים אותו בלי לעצור; ✓ קופצים מעל חבל מתנדנד בלי לגעת בחבל; ✓ בורחים, ברגע האחרון, מכדור מתגלגל.

חינוך לתנועה – כיתה א'

מטרה	דוגמאות להתנהגויות מצופות
ביסוס הידע והמודעות לגוף ולתנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מבצעים תנועה מורכבת ומציינים את שמות המפרקים והתנועות שהתנועה המורכבת כללה; ✓ מציינים על דף כל צורה גיאומטרית שבוצעה בתנועה. זוכרים לפחות ארבע צורות ומבצעים אותן ברצף; ✓ מגדירים את ההבדלים במילים ובתנועה בין: גב לגו; בין כף רגל לכף יד; בין מפרק הכתף למפרק הירך; ✓ מתנועים, תוך התקדמות במשך כ־30 שניות בעיניים עצומות (רצוי קשורות במטפחת); ✓ מסדרים ברצף חמישה חפצים שנבחרו באופן עצמאי מתוך החפצים שבחדר לפי משקלם מהמשקל קל אל המשקל כבד.
שכלול ההתמצאות במרחב	<ul style="list-style-type: none"> ✓ בוחרים שלושה בסיסים, כל אחד ברמת גובה שונה. מתנועים בכל הכיוונים בלי לצאת מהבסיס; ✓ בוחרים בחפץ נייד ומתנועים ביחס אליו בשמונה יחסים שונים, תוך ציון היחס המבוצע; ✓ מבצעים הוראות של מחנך המשלבות במרחב הכללי ובמרחב האישי, למשל לנוע הצידה לכיוון הדלת; לנוע לאחור לכיוון החלון; ✓ בוחרים במסלול על הרצפה, מתארים אותו ומתקדמים בו בכל רמות הגובה של המרחב האישי, בכל הכיוונים. ✓ מבצעים שלושה מסלולים שונים באופיים; ✓ מציבים מסלול של חיצים: מתקדמים לפי כיווני החיצים. מציינים במלל את הכיוון בכל פעם שהוא משתנה.
שכלול ויסות הכוח	<ul style="list-style-type: none"> ✓ עוברים בשכיבה: מכיווץ למתיחה, מכיווץ להרפיה וממתיחה להרפיה – בכל מצב מכריזים מהו; ✓ זורקים ותופסים שקית שעועית ממרחק של שלושה מטרים לפחות. בזריקה מכוונים אל התופס. בתפיסה מקפידים על קליטת השקית בכפות ידיים מופנות לפנים; ✓ קולעים כדור למטרה מעל גובה העיניים (רצוי סל מותאם לילדים); ✓ הולכים על קורה צרה (עד 10 ס"מ רוחב) ונמוכה בלי ליפול. הליכה מדודה (לא איטית ולא מהירה), במבט לפנים; ✓ מפילים לפחות שלושה בקבוקים בחמישה ניסיונות של גלגול כדור לעבר מקבץ בקבוקים ממרחק של חמישה מטרים לפחות
שכלול ההתייחסות לזמן	<ul style="list-style-type: none"> ✓ מתנועים תוך מעבר הדרגתי מ"לאט" ל"מהר" ולהפך. כל זאת בלי לעצור את התנועה; ✓ מתאימים תנועה לבן זוג המכתיב את הקצב ואת שינויי הקצב; ✓ קופצים בדלגית.
שכלול שטף התנועה	<ul style="list-style-type: none"> ✓ בוחרים נושא ומבצעים מגוון תנועות המתאימות לנושא; ✓ חוזרים על רצף תנועה עם חפץ פעמים רבות עד שאפשר לבצעו ללא כל עצירה; ✓ מבצעים לפחות שבע תנועות שונות ברצף עם חפץ שבחרו לעצמם – כל תנועה נובעת מתנועה קודמת.

חינוך לשלומות – גן טרום חובה

דוגמאות להתנהגויות מצופות	מטרה
	הכרת מושגים ועקרונות של תנועה
✓ משנים תנוחות גם בזמן ריכוז במשימה, למשל בזמן ישיבה מול הטלוויזיה או מול המחשב.	התנסות בהרגלי יציבה מאוזנים
	התנסות בפעילות גופנית המעמיסה את משקל הגוף על העצמות

חינוך לשלומות – גן חובה

דוגמאות להתנהגויות מצופות	מטרה
<ul style="list-style-type: none"> ✓ מצביעים על מיקום העצמות, המפרקים, השרירים, מדגימים: - פעילות של דופק; - הפעלת כוח; - הפעלת גמישות; - שאיפה ונשיפה; - הרפיה. 	הכרת מושגים ועקרונות של תנועה
<ul style="list-style-type: none"> ✓ מארגנים את הסביבה לפי צורכי היציבה הייחודית לכל ילד: משתמשים בכרית בזמן ישיבה על הרצפה; בוחרים כיסא מתאים; בוחרים שולחן וכיסא המותאמים בגובהם ומעמידים אותם במרחק המתאים לפעולה הנעשית; מטים את מסך המחשב כך שלא יצטרכו לאמץ את הצוואר; נעזרים בחברים להרמת משא כבד. 	התנסות בהרגלי יציבה מאוזנים
<ul style="list-style-type: none"> ✓ מקדישים לפחות חלק מזמן הפעילות בחצר לפעילות גופנית מאומצת; ✓ בוחרים זמן מנוחה לפחות פעם ביום; ✓ מספרים לגנות על הפעלת כוח מגוונת שביצעו בגן או בשעות אחר הצהריים. 	התנסות בפעילות גופנית המעמיסה את משקל הגוף על העצמות

חינוך לשלומות – כיתה א'

דוגמאות להתנהגויות מצופות	מטרה
<ul style="list-style-type: none"> ✓ מאתרים דופק, מצביעים על מקום הלב והריאות; ✓ מציינים שמות של שישה מפרקים מרכזיים, מצביעים על מיקומם, ומדגימים את היקף התנועה שלהם; ✓ מדגימים ומסבירים בתנועה: <ul style="list-style-type: none"> מהו כוח; מהי גמישות; כיצד פועל שריר; מתי מזיעים; כיצד מרפים (הרפיה). 	<p>הכרת מושגים ועקרונות של תנועה</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ מסבירים ומדגימים יציבה נכונה ואת אופן ארגון הסביבה: <ul style="list-style-type: none"> בשכיבה; בישיבה על הרצפה; בקימה משכיבה לישיבה; בישיבה על כסא; בישיבה ליד שולחן או מול מחשב; בעמידה; בהרמת חפץ והעברתו ממקום למקום; ✓ מבצעים הוראות לשינוי בתנועה: <ul style="list-style-type: none"> למשל, מורידים מתח בכתפיים, מרימים חפץ באמצעות כיפוף עמוק של הברכיים ולא באמצעות כיפוף הגו. 	<p>התנסות בהרגלי יציבה מאוזנים</p>
<ul style="list-style-type: none"> ✓ פועלים בכל יום בזמנם החופשי לפחות 10 דקות בפעילות המעמיסה משקל על עצמות הגוף; ✓ בוחרים זמן ומקום למנוחה ומסבירים את חשיבותה; ✓ מקדישים בכל יום זמן אחר הצהריים לפעילות גופנית שיש בה הפעלת כוח מגוונת; ✓ במשך שבוע, מנהלים יומן העוקב אחר הפעילות הגופנית היום-יומית. 	<p>התנסות בפעילות גופנית המעמיסה את משקל הגוף על העצמות</p>

נספח 2

דוגמאות לטופסי מעקב אחר התנהגות הילדים במהלך תנועה

הטפסים המוצעים בנספח זה מתאימים לצפייה ממוקדת בילדים בשגרת סדר היום בגן. איסוף המידע, תיעודו וניתוחו באמצעים אלה, מאפשרים לגנת ולמורה לחינוך גופני בגן להגדיר את המאפיינים והצרכים של הילדים הייחודיים שבגנם. בעזרת הגדרת המאפיינים והצרכים אפשר לתכנן מהלכי הוראה-למידה שיקדמו כל ילד וילדה בגן מנקודת המוצא האישית שכל אחד מהם נמצא בה.

הטפסים מיועדים למעקב אחר ילדים לפחות פעמיים בשנה. ההתנהגויות המצוינות בטופס הן דוגמאות מתוך הטבלאות שבחלק הראשון. אפשר לבחור התנהגויות אחרות בהתאם ללמידה בגן ולתנאים הפיסיים בו:

- (1) טופסי מיפוי אישי – גן טרום-חובה;
- (2) טופס מיפוי אישי – גן חובה;
- (3) טופס לצפייה פתוחה בתנועות הבסיסיות – לגני טרום-חובה וחובה

(1) טופס מיפוי אישי – גן טרום־חובה

שם הילד: _____

תיאור סיטואציה או הערה	תיאור סיטואציה או הערה	ההתנהגויות המצופות
		<p>תנועות בסיסיות:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מנתר; - עובר מהליכה לריצה ומריצה להליכה; - מתגלגל; - עוצר תנועה ושוהה כ"פסל", בלי לזוז; - מטפס על סולם; - שוהה תוך היתלות ונוחת ברכות; - מתנסה בכדור ספוג: זורק, תופס, חובט; - בועט בכדור; - קולע כדור למטרה; - מבצע תנועות נוספות מדרגה ראשונה - נוסף (פרט): _____.
		<p>הערכה עצמית את יכולת התנועה:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מחקה תנועות של אחרים; - מדגים תנועה לאחרים; - מתנסה בכל המתקנים העומדים לרשותו בחצר הגן; - נוסף (פרט): _____.
		<p>אחריות הילדים לבטיחותם ולבטיחות האחרים:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מחכה בסבלנות לתורו; - נוחת נחיתה רכה; - מגיע להבנה עם ילדים אחרים בעניין השימוש במתקנים; - נוסף (פרט): _____.
		<p>תנועה והמללה:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מבצע הנחיה מוכרת, כלשונה; - מבצע תנועה ומתאר אותה במילים; - נותן לעמית הוראה לתנועה פשוטה; - מבצע הוראה שהתקבלה מעמית; - נוסף (פרט): _____.
		<p>משחק:</p> <ul style="list-style-type: none"> - משחק משחק עם בן זוג; - משחק משחק בקבוצה; - שומר על חוקי המשחק במשחק שיש בו שני חוקים; - נוסף (פרט): _____.
		<p>ריקוד:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מתאים תנועה למנגינה נתונה; - מחקה תנועה תוך שמירה על הקצב המנגינה; - פועל על פי ההוראות המילוליות שבשיר; - חוזר עצמאית על ריקוד משחק. - נוסף (פרט): _____.

מסקנות בדבר צרכי הילד ותכנון פעילויות בהמשך:

(2) טופס מיפוי אישי – גן חובה

שם הילד: _____

תיאור סיטואציה או הערה	תיאור סיטואציה או הערה	ההתנהגויות המצופות
		<p>תנועות בסיסיות:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מדלג ומנתר ברצף; - מתקדם על מסלול המורכב מחפצים נייחים ומחפצים ניידים; - מתחמק ותופס במשחק תופסת; - מתגלגל מעמדות מוצא שונות; - הולך על קורה לפנים, לאחור ולצדדים; - מטפס על סולם ויורד ממנו; - מתנסה בכדור גומי: מוסר לחבר ותופס; - בועט למטרה; - קולע למטרה בשתי ידיים; - מבצע תנועות נוספות מדרגה שנייה; - נוסף (פרט): _____.
		<p>הערכה עצמית של יכולת התנועה:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מציע רעיונות לתנועות ומדגימם; - מתאר תנועה, מבצע אותה ומסביר את ההתאמה בין התיאור לבין הביצוע; - משתמש במגוון תנועות ומנצל את אפשרויות השימוש במתקנים; - נוסף (פרט): _____.
		<p>אחריות הילדים לבטיחותם ולבטיחות האחרים:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מתייחס לאחרים ומחכה בסבלנות לתורו; - במצב של צפיפות, מתאים את קצב התנועה ואת עוצמתה לתנאים; - נוחת ברכות; - מצטרף למתקן רק כשיש בו מקום פנוי; - פועל במתקנים בדרגת קושי המתאימה ליכולתו, מבלי להסתכן; - נוסף (פרט): _____.
		<p>תנועה והמללה:</p> <ul style="list-style-type: none"> - מדגים בתנועה מונחים שנלמדו; - מבצע הוראה חדשה הניתנת פעם אחת (ללא חזרות); - נותן הוראה לעמית תוך שימוש נכון במונחים; - מבצע במדויק הוראה שקיבל מעמית; - נוסף (פרט): _____.
		<p>משחק:</p> <ul style="list-style-type: none"> - משתתף במגוון משחקי תנועה בגן; - שומר על חוקי המשחק, במשחק בן ארבעה חוקים; - משתף פעולה במשחק שיתופי עם בן זוג ובקבוצה; - פועל במדויק במשחקים של חיקוי תנועה; - מסביר שיקול דעת הקשור במשחק; - נוסף (פרט): _____.
		<p>ריקוד:</p> <ul style="list-style-type: none"> - זוכר בעצמו ריקודים שנלמדו; - מתאם תנועה עם עמית תוך ריקוד; - ממציא צעדים למנגינה מוכרת; - נוסף (פרט): _____.

מסקנות בדבר צרכי הילד ותכנון פעילויות בהמשך:

(3) טופס לצפייה פתוחה בתנועות הבסיסיות

שם הילד: _____

תצפית 1

תאריך: _____

תיאור הפעילות החופשית בחצר:

מסקנות בדבר צרכי הילד ותכנון פעילויות בהמשך:

תצפית 2

תאריך: _____

תיאור הפעילות החופשית בחצר:

התקדמות ביחס לתצפית קודמת:

מסקנות בדבר צרכי הילד ותכנון פעילויות בהמשך:

נספח 3 אוצר מילים הקשור לתנועה

רשימה זו היא אוצר מושגים ופעלים שבהם משתמשים בפעילות מודרכת בתנועה, בשיעורי החינוך הגופני ובזמן פעילות גופנית חופשית. מומלץ שהילדים ידעו את אוצר המושגים והפעלים האלה עד סוף כיתה ב'.

רמת הידיעה הנדרשת:

- א. ביצוע נכון של הוראה הכוללת את המושג או הפועל;
- ב. הנחיית עמיתים תוך שימוש נכון במושג או בפועל;
- ג. הסבר המושגים והפעלים במילים ובתנועה;
- ד. שילוב המושגים בשיח היומיומי בתנועה.

שמות איברי הגוף

ראש – קודקוד, מצח, עיניים, אוזניים, אף, לחיים, פה, שפתיים, לשון, סנטר
עורף, צוואר;
גו, גב, בטן, עמוד שדרה, אגן, מותניים, חזה, צלעות, שכמות, כתפיים;
ידיים – זרוע, מרפק, אמה, שורש כף היד, כף יד, גב כף היד;
אצבעות – זרת, קמיצה, אמה, אצבע מורה, אגודל;
רגליים – ירך, ברך, שוק, קרסול, כף רגל, עקב, שקע כף הרגל, כריות, בהונות.

מושגי מרחב

מרחב אישי, מרחב כללי;
רמות גובה של התנועה: נמוך, בינוני, גבוה;
מסלולים: מסלול סגור, מסלול פתוח;
מסלולים: עגול, ישר, מפותל, זיגזג.

כיוונים במרחב

ביחס לעמדת המוצא של הגוף (כיוונים סובייקטיביים):
קדימה, אחורה, לפני, לאחור;

הצדה (ימין, שמאל – שימוש ראשוני)
מעלה, למעלה; מטה, למטה;

ביחס למציאות (כיוונים אובייקטיביים):
לכיוון התקרה, לכיוון הרצפה, לכיוון הדלת, לכיוון החלון (או לכיוון כל חפץ אחר הקבוע במרחב);
דרום, צפון, מזרח, מערב (שימוש ראשוני).

מושגי יחס במרחב

על, מעל, מתחת;

מאונך ל... מאוזן ל...;
הפוך מ...;
גדול מ... קטן מ...;
לפני, מאחורי, לצדי;
בתוך, מחוץ, בין, מסביב;
גבוה מ... נמוך מ...;
בתחתית של...;
הפוך מ...;
יחד עם, לחוד;
קרוב ל... רחוק מ... ליד... צמוד ל...;
רחב מ... צר מ...;
בזה אחר זה, בטור, בשורה;
לאורך ה... לרוחב ה...;
מלפנים, מאחור, מהצד;
צפוף, מרווח;
גדול מ... קטן מ...

מושגי כוח

דחיפה, משיכה;
כוחות משותפים;
כוח מתפרץ, כוח מתון, השקעת כוח לאורך זמן;
קשה, רך;
שחרור, הרפיה, רגיעה.

מושגי יחס בכוח

חזק מ... חלש מ... מחלש לחזק, מחזק לחלש;
כבד מ... קל מ...;
מנוגד ל... פועל עם...;

מושגי זמן

שנייה, דקה, שעה, יום, לילה, יממה;
לאט, מהר;

מושגי יחס בזמן

לאט מ... מהר מ...;
להאט, להאיץ;
לפני, אחרי;
מוקדם, מאוחר;
להתאים קצב;
צפוי, מפתיע;

מושגי יחס – שטף

קטוע, רצוף;
פתאומי, צפוי.

פעולות של הגוף במרחב האישי

כפיפה, פשיטה (יישור), קירוב והרחקה;
סיבוב, גלגול;
עמידה: עמידה זקופה, עמידת ארבע, עמידת שש;
ישיבה: ישיבה זקופה, ישיבה מזרחית, ישיבה שלמה, ישיבה צדית, ישיבת "כף רגל לכף רגל";
שכיבה: שכיבת פרקדן, שכיבת אפיים, שכיבה על הצד;
צורה סימטרית, צורה אסימטרית.

פעולות התקדמות, שינויי מקום במרחב

זחילה, הליכה, ריצה, ניתור, נחיתה, דילוג, דהרה;
רדיפה, בריחה, התחמקות;
התקדמות, טיפוס, החלקה.

פעולות עם חפץ

לזרוק, לתפוס, לאסוף, לבעוט, לכדרר, להקפיץ, להעיף, לחבוט, לגלגל.

פעולות עם אחרים

לתאם, לחקות, לאחוז, לגעת, לעזור, להיעזר, לסייע;
לשתף פעולה;
להוביל, לאפשר, למנוע;
להסביר, להקשיב;
לצפות ב..., להדגים ל...;
לוותר, להתחשב, לעמוד על שלך;
תלוי, עצמאי;
ליטול אחריות, להטיל אחריות.

פעולות חשיבה

לדמיין, לדמות;
לאסוף מידע, לארגן מידע;
לקבל החלטה, לבחור;
להשוות, למיין;
להסיק מסקנה;
לפתור בעיה;
לתכנן.

מושגי שלומות

יציבה;
נשימה: שאיפה, נשיפה;
מפרקים: מפרק הירך, מפרק הכתף, מפרק הברך, מפרק כף הרגל, מפרק המרפק, מפרק
כף היד;
עצם: חוליות, שוק ושוקית, ירך, אגן, שכמות, זרוע, אמה.
שריר, לב, ריאות;
מוח;
מאמץ, עומס;
זיעה;
גמישות;
כוח.

קווים מנחים לשיתוף פעולה בין הגנת לבין המורה לחינוך גופני

הגנת שהיא מנהלת הגן המכירה את הילדים בצורה הטובה ביותר. המורה לחינוך גופני הוא איש מקצוע המגיע לשעות מוגדרות, ותומתו היא בעיקר בידע החינוך הגופני לגיל הרך. הילדים זקוקים לפעילות גופנית יום-יומית ולכן, שיתוף פעולה של הגנת, כמנהלת הגן וכמי שמכירה את הילדים, עם מורה לחינוך גופני, הבקיא בחינוך גופני, עשוי להניב פעילות גופנית יום-יומית משמעותית להתפתחות הילדים ולשלומותם. במסמך זה מוצעות דרכים לשיתוף פעולה ולחלוקת תפקידים.

הצבת בסיס לתקשורת

1. מפגש לפני תחילת שנת הלימודים כדי לתאם, לתכנן ולדון במשותף עם הגנת במטרות וביעדים המשותפים ועל דרכים מרכזיות להשגתם;
2. בירור משותף ויצירת הסכמות כלפי השתלבותה של הגנת במהלך המפגשים;
3. בניית מערכת פגישות קבועה מראש פעם אחת בחודשיים (כ-5 מפגשים בשנה) לפחות. נושאי הדיון במפגשים אלה: תכנית ההוראה – בנייתה, הערכתה, שינויה בהתאם לצורך וסיכום השגת היעדים שהוצבו בה; העברת מידע על הילדים, הנחוץ לשיפור ההוראה והגדרת המידע שיש להעביר להורים ביחס להישגי הלמידה של ילדיהם; בניית יחידות הוראה משולבות וחלוקת תפקידים להוראתן;
4. קביעת דרכי תקשורת קבועות להעברת מידע שוטף (טלפון, דואר אלקטרוני וכדומה).

אחריות המורה לחינוך גופני

1. לבקר בגן לפני תחילת שנת הלימודים כדי להכיר את הגנת, לצפות בילדים בזמן פעילות ולהכיר את התנאים הפיסיים המשפיעים על הפעילות הגופנית;
2. להציע תכנית הוראה שנתית המבוססת על הצבת יעדים ולהציע דרכים למעקב אחר השגתם. תכנית ההוראה מותאמת לגן ייחודי ולקבוצת ילדים ייחודית על בסיס "תכנית הלימודים לחינוך גופני בגיל הרך" של משרד החינוך. לאחר כתיבת גרסה ראשונה של תכנית הוראה, המורה לחינוך גופני יציג אותה בפני גנת ויקבל אישור להתאמתה לגן;
3. בתוך תכנית ההוראה להציע יעדים שהמורה והגנת יפעלו במשותף להשגתם;
4. לתכנן בשיתוף עם הגנת פעילויות לקידום היעדים אלה;
5. לפעול לפי תכנית ההוראה ולעקוב אחר השגת היעדים. במקרה של שינוי, יש להתייעץ עם הגנת ולקבל את הסכמתה לשינוי;
6. להגיע לשיעורי החינוך הגופני לפחות עשר דקות לפני שעת התחלתם. זמן זה נועד לחוש את קצב החיים בגן וכדי לוודא שהתנאים הפיסיים בטיחותיים ומתאימים להוראה, כדי לארגן את הסביבה ללימודים ובמידת הצורך כדי להכין אביזרים לשיעור. לפעול עם הילדים ברצף, 30 דקות לכל קבוצה. כמו כן, יש לפנות לפחות עשר דקות לאחר השיעורים כדי להשאיר זמן לשוחח עם ילד או עם קבוצת ילדים, כדי לשוחח עם הגנת או עם מבוגרים אחרים בגן;
7. בתום הוראת יחידה, על המורה לחינוך גופני לדווח לגנת על הנלמד ועל תוצאות המעקב אחרי השגת היעדים;

8. להכין בשיתוף עם הגננת דברי הסבר על תכנית ההוראה להורים. התכנית, שתוגש להורים בידי הגננת, צריכה לאפשר להם להבין מה הילדים לומדים בחינוך גופני ומהי תרומתם של היעדים שנבחרו לילדים ולאיכות החיים בגן;
9. להשתמש במידע שמתקבל ממעקב הגננת אחר תנועתם של הילדים, כמשוב לעבודתו. על המורה לחינוך גופני להשתמש במשוב זה: כבסיס לשינויים בתכנון במהלך השנה; כבסיס לתכנון בשנה הבאה; כנתונים לדיווח לגננת על הלמידה של כל ילד ובמיוחד של ילדים מתקשים.

אחריות הגננת

1. ליצור אוירה נעימה ותומכת שתסייע למורה לחינוך גופני להשתלב כחלק מצוות הגן. לערוך לו היכרות עם חברי הצוות בגן ולהפגישו עם ההורים;
2. לחלק את הילדים לקבוצות עבודה, מתוך הקשבה לתפיסתו המקצועית של המורה לחינוך גופני, תוך שיתופו בשיקולים לחלוקה;
3. לנהל את מערכת השיעורים של הקבוצות, כך שכל ילד יקבל שיעורי חינוך גופני בשוויוניות;
4. לנהל את הכניסה לשיעורי החינוך הגופני ואת החלפת הקבוצות;
5. לדאוג לכל ילד לתג שעליו שמו, ולדאוג לחברו לדש הבגד לפני התחלת שיעורי החינוך הגופני, עד שהמורה ילמד את שמות כל הילדים בגן;
6. להקצות את המקום המתאים והבטוח ביותר לשיעורי החינוך הגופני, לבחור מקום קבוע, גדול ככל האפשר ופנוי ממכשולים;
7. לאפשר למורה לחינוך גופני ללמד ברצף, ללא גירויים חיצוניים, ללא הפרעות של ילדים שאינם משתתפים בשיעור;
8. לקרוא את ההצעה לתכנית ההוראה שהמורה לחינוך גופני מציג בתחילת השנה, לשוחח עליה מתוך הכרת הילדים והצרכים של הגן;
9. לחשוב על אפשרויותיה לשתף פעולה עם המורה לחינוך גופני, בהתאם להשכלתה בתחום זה;
10. לצפות בילדים בזמן הפעילות הגופנית בשיעורי חינוך גופני ובזמן פעילותם החופשית בחצר. לנצל את הצפייה למעקב אחר הלמידה המוטורית של הילדים. להראות למורה לחינוך גופני את ממצאי התצפיות ולנתח את משמעותם להוראת החינוך הגופני ביחד עם המורה לחינוך גופני. אם יתגלה ממצא המצביע על למידה מוטורית מוגבלת, לבקש תיאור מצב מהמורה לחינוך גופני ולהעביר לגורמים מוסמכים (פסיכולוג, הורים וכיוצא באלה);
11. להשתלב בהוראת החינוך הגופני בנושאים שבאחריותה;
12. לחזור עם הילדים על התנסות, משחקים וריקודים שנלמדו בשיעורי חינוך גופני בתיאום עם המורה לחינוך גופני.

נספח 5

רשימת מתקנים ואביזרים המתאימים לפעילות בגיל הרך

מבוסס על חוזר המנכ"ל סב/6 (ב), י"ט בשבט התשס"ב; 1 בפברואר 2002:
בטיחות בשיעורי החינוך הגופני בבתי הספר ובגני הילדים, בעמ' 113-130, גני ילדים,
בעמ' 154-159, 772-767 ועל הנחיות מכון התקנים הישראלי בנושא מתקני חצר

ציוד מומלץ לשיעורי תנועה

- ארגזים לקפיצה (באולם ספורט);
- דלגיות באורך 80-100 ס"מ;
- חבלים לטיפוס (באולם הספורט או בחצר);
- טבעות גומי או טבעות כותנה (בקוטר 50-60 ס"מ);
- חישוקים;
- טרמפולינה קטנה;
- כדורים בגדלים שונים ולהם מרקמים שונים (למשל כדורי ספוג, גומי, בד, קלקל וכדומה);
- מחבטים וכדורים;
- ספסלים שוודיים;
- סקוטר;
- סולמת
- סולמות צמודים לקיר (באולם הספורט);
- סולמות מקובעים לרצפה (בחצר) או ניידים (באולם הספורט או בחצר);
- מזרונים אישיים (דקים);
- קורות לשיווי-משקל;
- רשמקול.

ציוד ומתקנים לחצר

- חבלים לטיפוס ולנדנוד;
- חביות;
- מגלשה;
- מנהרה;
- מדרגות;
- מתקנים לטיפוס ולהתלות;
- מתקני קליעה למטרה (למשל באולינג, קליעה לסל);
- נדנדות;
- "נחום תקום";
- סבבת;
- סקוטר;
- צמיגים בגדלים שונים;
- קורות לשיווי-משקל;
- שק אגרוף;
- תלת-אופן, דר-אופן.

אביזרים מומלצים לשעורי חינוך גופני

- ארגזים;
- בדים בעוביים שונים, בצבעים שונים ובגדלים שונים;
- בקבוקי פלסטיק בגדלים שונים;
- בלונים;
- גלילים מקרטון קשיח, או מפלסטיק;
- גומי ארוך (5-6 מטרים);
- גומיות קצרות (90-100 ס"מ);
- גירים צבעוניים בעוביים שונים;
- דבקיות בצבעים, בצורות ובגדלים שונים;
- טבעות גומי (בקוטר 50-60 ס"מ), מומלץ שיהיו עשויים מכותנה;
- חומרים מהטבע (למשל אצטרובלים);
- חרוזים גדולים;
- חצים מחומרים שונים;
- 3-4 חבלים ארוכים (באורך של כ-5 מטרים כל אחד);
- כלי הקשה;
- צורות גזורות של כפות ידיים וכפות רגליים עשויות מסול;
- כיסאות;
- כריות קטנות ודקות;
- מקלות עגולים (בקוטר של מקל מטאטא ובאורך של 40-50 ס"מ);
- מכלי פלסטיק, מכלי קש;
- מפיות נייר;
- מטפחות דקות ועבות;
- נייר עיתון, נייר מחוברות, או נייר גלי;
- סלסילות;
- ספוגים;
- סחבות;
- סדין;
- פקקים בגדלים שונים;
- פומפונים;
- קופסאות פח בגדלים שונים (למשל של קפה נמס, של מזון לתינוקות וכדומה) יש להקפיד שלא יהיו בהן קצוות חדים;
- קוביות בגדלים שונים עשויות מעץ או מפלסטיק קשיח;
- רשתות להשחלה, שחוריהן בגדלים שונים;
- רצועות בד באורכים, ברחבים, במרקמים ובצבעים שונים;
- שקיות בגודל של 15×15 ס"מ ממולאות בקטניות או בפתיתי פלסטיק;
- שרוכים;
- שאריות של שקיות ניילון;
- שקים.

ספרות עזר להוראת חינוך גופני בגיל הרך

רשימת ספרים זו באה לסייע לגננת ולמורה לחינוך גופני למצוא ביתר קלות ספרים המתאימים ליעדי התכנית, ומציעים רעיונות פרקטיים לעבודה. את הספרים ברשימה אפשר לשאול בספריות של המכללות המכשירות מורים לחינוך גופני.

אהרוני ר' (2003), **יוגה לי ולך ולגיל הרך**, הוצאת נאורה.

אפשר להשיג: בחנויות הספרים.

התוכן בקווים כלליים: בספר מוצגים תרגילי יוגה קלסיים המתאימים לילדים. לצד ההדגמות רשומות הוראות מפורטות על אופי ביצוע התרגילים ועל התועלת שבהם.

אלון ד' (1998), **תנועה וחפץ, החפץ – כלי עזר לחינוך האדם**, הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל, מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט.

אפשר להשיג: בסמינר הקיבוצים.

התוכן בקווים כלליים: בספר זה באה לידי ביטוי ההנחה הבסיסית שהכול הוא אחד, שהאדם וגופו הם הרמוניה. ביסודו של הספר מונחת הגישה, שאפשר לגשר בין השיטות השונות בחינוך הגופני ולהגיע להבנת האדם כשלמות וכאישיות הרמונית. דרך טיפוח הפרט ופיתוח תכונותיו האישיות הייחודיות ובאמצעות המגוון הרב של החפצים והאביזרים השונים ניטיב להבין גישה זו ולהרחיב את התייחסותנו החיובית לסביבה ולזולת. הספר כולל את הפרקים הבאים: מבוא תאורטי, פיתוח מודעות עצמית באמצעות חפצים, החפץ ככלי טיפולי, פיתוח כושר הדמיון, היצירה והמשחק באמצעות תנועה ושימוש בחפצים שונים.

בילטון ה' (2002), **המשחק בחוץ בגיל הרך**, הוצאת אח.

אפשר להשיג: בחנויות הספרים ובהוצאת אח.

התוכן בקווים כלליים: הצגת תהליכי ההתפתחות בהתייחסות לחצר כחלק מהחיים בגן; עקרונות לארגון המשחק בחוץ ודוגמאות ליישום.

ברלין א', כלב נ' (1988), **ילדי ואני – משחקי תנועה הורים וילדים**, הוצאת רשפים.

אפשר להשיג: בחנויות של רשת סטימצקי.

התוכן בקווים כלליים: הסברים ופעילויות משותפות להורה ולילד עם מבחר אביזרים, פעילויות בלתי מורכבות, וסיפור או שיר בתנועה. הפעילויות עשויות להתבצע בכיתה כמו גם בבית.

גלאור י', שובל א' ולנצר ר' (1985), **דימוי גוף**, הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל, מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט.

אפשר להשיג: רק בספריות.

התוכן בקווים כלליים: הספר מחולק לשניים. החלק הראשון עוסק בתאוריה של דימוי הגוף, בחלק השני מוצגים התכנים המעשיים, הקרויים "התנסות בתנועה". אין חלוקה לגילים אך פעילויות רבות מתאימות לגיל הרך או שאפשר להתאימן אליו. ההתנסות

בתנועה כוללת: הכרת הגוף כמכלול; הכרת איברי הגוף, גילוי הגוף תוך חקירת התנועה, הגוף כנקודת מוצא להתמצאות.

גליוס ב' (1979), **יסודות בחינוך לתנועה**, הוצאת וינגייט.
אפשר להשיג: רק בספריות.

התוכן בקווים כלליים ספר מפורט ומורחב בנושאי החינוך לתנועה כולל מבוא עיוני על מבנה התנועות, תהליך התנועות וטבלת התנועות.
ספר חובה לעוסקים בחינוך לתנועה.

הנפורד ק' (2001), **חכמה בתנועה**, הוצאת נורד.
אפשר להשיג: בחנויות הספרים.

התוכן בקווים כלליים: מדוע למידה אינה מתרחשת במוחנו בלבד? תנועה ומשחקי מוח ללמידה. המוח, רשתות עצבים, מחקרים עדכניים ושלובים בהוראה יום-יומית.

הרפז ש' (1981), **יחדיו בתנועה**, הוצאת רשפים.
אפשר להשיג: רק בספריות.

התוכן בקווים כלליים: הספר כולל הצעות לפעילויות משותפות של הורים וילדיהם המאפשרים לתרגל מצבים של מגע בין הורה לילד, המחייבים יחסי הדדיות בסביבה מובנית, יחד עם למידת מיומנויות שונות הקשורות להורות יעילה.

ולטר ע' (2000), **חוויות למידה בתנועה**, הוצאת החברה למתנסים.
אפשר להשיג: בספריות

התוכן בקווים כלליים: פעילויות לפי קווי התפתחות מוטוריים.

זיפר ש' (תשנ"ג), **מתנועע ומשחק, שמח ולומד**, הוצאת מפעלים אוניברסיטאים.
אפשר להשיג: בספריות ואצל המחברת.

התוכן בקווים כלליים: הספר עוסק בנושאי התנועה, ממודעות לגוף בתנועה דרך מודעות לסביבה ועד לשיווי משקל, לזמן ולכוח – נושאי החינוך לתנועה, תוך מתן מבחר עצום של הפעלות ומשחקים.

יזדיעוגב א' (2005), **אני לא קלוץ, יש לי בעיות התפתחותיות בקאורדינציה**, הוצאת גבריאל.
אפשר להשיג: בספריות ובהוצאה לאור.

התוכן בקווים כלליים: תאוריה ומעשה בלמידה של ילדים בעלי לקויות קואורדינטיביות. הצעות לטיפול ורעיונות להפעלות. מקצועי ומעודכן.

כלב א' (1991), **תינוק גדל באהבה**, הוצאת יוסף שרברק בע"מ.
אפשר להשיג: בחנויות של רשת סטימצקי.

התוכן בקווים כלליים: הספר עוסק בתנועות התינוק ובדרך להדריכו ולכוונו. המבוא כולל מאמר העוסק בחשיבות התנועה. ולאחר מכן מפורטים עקרונות ורעיונות לפעילות.

לידור י', יזדיעוגב א' (1996), **התפתחות, ניתוח איכותי והעשרה של מיומנויות גופניות בסיסיות**, הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל – מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט.
אפשר להשיג: במכון וינגייט ובסמינר הקיבוצים.

התוכן בקווים כלליים: הספר עוסק בממדים המעשי והענייני של תהליכי ההתפתחות המוטורית-תנועתית של הילד. הספר מתאר תהליכי התפתחות של תנועות גופניות בסיסיות ומנתח איכותית תהליכים אלה. ארבעת הפרקים בספר עוסקים בהתפתחות תנועות גופניות בסיסיות ובניתוחן האיכותי, בשלבי ההתפתחות המוטורית ובעקרונות ליישום התנועות הבסיסיות.

ליפצין א' (1990), **הילד המשחק - משחקים לגיל הרך**, צ'ריקובר, מוציאים לאור בע"מ, בשיתוף עם הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל, מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט. **אפשר להשיג:** מכון וינגייט, סמינר הקיבוצים, אורי ליפצין.

התוכן בקווים כלליים: הספר עוסק בתרומת המשחק לגיל הרך ובא לסייע למורה לחינוך הגופני ולגננת בהוראת המשחקים לגילאי הגן. הספר מציע מגוון של משחקי תנועה תוך שימוש באביזרים כגון: בלונים, מטפחות, כדורים, כדורי ג'לינג, מצנח.

לנצר ר', שובל א' וגלאור י' (1980), **צא אל המרחב**, הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל, מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט. **אפשר להשיג:** רק בספריות.

התוכן בקווים כלליים: הספר מחולק לשניים. החלק הראשון עוסק בתאוריה של ההתמצאות במרחב מבחינה קוגניטיבית ורגשית. בחלק השני מוצגים התכנים המעשיים. אין חלוקה לפי גילים אך פעילויות רבות מתאימות לגיל הרך או ניתנות להתאמה אליו. ההתנסות בתנועה כוללת: התמצאות במרחב האישי והכללי; מסלולים במרחב; כיוונים במרחב; יחסים במרחב; מחד-ממד לתלת-ממד; הפרדת ממד הזמן מהמרחב.

נאמן נ', ברטל ל' (1978), **התנועה מודעות ויצירה**, ספריית הפועלים.

אפשר להשיג: בסמינר הקיבוצים ובחנויות הספרים.

התוכן בקווים כלליים: הספר מכיל דרכי עבודה שונות המתמקדות בטיפוח המודעות לגוף, תפיסה חושית ופיתוח הדמיון בעבודה עם ילדים ומבוגרים. בשמונת פרקי הספר אפשר למצוא חומר תאורטי וחומרים העוסקים בפיתוח נושאים לימודיים לגילאי 4-12 ומערכי שיעור לדוגמה.

עקביא מ' (1958), **אחת ! שתיים ! שלוש**, הוצאת "יזרעאל".

אפשר להשיג: רק בספריות.

התוכן בקווים כלליים: הספר כולל משחקים מקוריים ומעובדים. המשחקים המופיעים בספר נאמנים להשקפת עולמה החינוכית של המחברת, כי על המשחק לעודד את הילד ולזרז למאמצים חדשים ולא לדכאו וליאשו. המשחקים בספר מאורגנים לפי קטגוריות אחדות:

הראשונה, סוגים שונים בהתאם לגיל המשתתפים;

השנייה, משך זמן המשחק;

השלישית, מספר המשתתפים;

הרביעית, כלי המשחק (אביזרים שיש להשתמש בהם במשחק);

החמישית, מבנה היחידות המשחקיות (זוגות, קבוצות וכדומה);

השישית, התאמה למזג האוויר.

פרידמן א' ושובל א' (1990), **תנועה לעניין, פרויקט הרווחה – באר שבע. אפשר להשיג: בספריות בלבד.**

התוכן בקווים כלליים: הספר מכיל מבוא תאורטי קצר וכרטיסי שיעורים. הספר מיועד לגננות. לאורך כל התכנית יש עיסוק בשני נושאים מרכזיים: פיתוח דימוי גוף והרחבת עולם המושגים של הילדים. החלוקה לנושאים: הרגלים; תנועה-תפיסה; תנועה-מושגים; תנועה-רגשות; תנועה-חברה; תנועה-תרבות.

רכס א' (1998), **תנועה משכילה שלוש ארבע, הוצאת רכגולד. אפשר להשיג: אצל המוציא לאור.**

התוכן בקווים כלליים: הספר מתמקד בדרכים ליצירת סביבה חינוכית לילדים בגילאי 3-4 שתאפשר לילד לפתח את אהבת התנועה, הדימוי העצמי, חשיבה ועידוד הסקרנות. הספר עשיר במשימות חקר לילדים ומדריך מפורט לתכנית, תוך שימת דגש על פיתוח שליטת הילד בגופו. הספר כולל: מבוא ומדריך למורה או למחנך, תכנית עשירה ומגוונת הכוללת כרטיסיות פעילות ל-36 נושאים, תקנון התנהגות, משחקי ודגמים של חומרי למידה.

רצון מ' (2004), **התפתחות הילד בגיל הרך, הוצאת ברקאי ספרים וסמינר הקיבוצים. אפשר להשיג: סמינר הקיבוצים.**

התוכן בקווים כלליים: ספר זה הינו מהדורה חדשה ומורחבת של הספר "התפתחות מוטורית חושית ותהליכי למידה". הספר דן בתהליכים טבעיים של התפתחות תינוקות וילדים בגיל הרך, תהליכי אבחון וטיפול התפתחותי והדגמות של טיפול בתופעות: כגון סרבול מוטורי (DCD), חולשה בחגורת הכתפיים, קשיים באכילה ודיבור, קשיים בתפקודי הידיים ובתפקוד גרפי.

שובל א' (2006), **נעים ולומדים – תנועת הגוף ותרומתה ללמידה, הוצאת את. אפשר להשיג: בחנויות הספרים ובהוצאה לאור.**

התוכן בקווים כלליים: לספר ארבעה פרקים. הראשון עוסק בתרומה של התנועה ליחסים החברתיים; הפרק השני עוסק בתרומה של התנועה ללמידה העיונית; הפרק השלישי עוסק בשילוב התנועה בהוראה בגן ובבית הספר ובפרק הרביעי יש דוגמאות לחמש יחידות לימוד. כמו כן, הספר מכיל מילון מונחים הקשורים לתרומת התנועה ללמידה.

שובל א' ולנצר ר' (1987), **להיות בתנועה – חווית הזמן והבנייתו, ויסות כוח, השטף כבקה,**

הוצאת ספרים ע"ש עמנואל גיל, מכון וינגייט לחינוך גופני ולספורט. **אפשר להשיג: בספריות ובמכון וינגייט.**

התוכן בקווים כלליים: הספר כולל שלושה נושאים מתוך חינוך לתנועה. בכל נושא רקע תאורטי ורעיונות להתנסות מעשית. החלוקה לתת-נושאים בנושא הזמן: חלוקת הזמן, קצב התנועה, משך הזמן ובעת ובעונה אחת. חלוקת הנושאים בנושא הכוח: התוודעות לכובד הגוף, בלימת הכובד, העתקת הכובד, הרפיה ונשימה. חלוקת הנושאים בנושא השטף: מהפרט אל הכלל – צירופים, ומהכלל אל הפרט – חיבור תנועה. בסוף הספר יש תשובות לשאלות בקשר ל"חינוך לתנועה".

שובל א' ובן-ארי ר' (1989), **מעגלי תנועה**, הוצאת בר אילן, המכון לקידום האינטגרציה החברתית במערכת החינוך.

אפשר להשיג: במכון לקידום האינטגרציה החברתית במערכת החינוך – אוניברסיטת בר אילן.

התוכן בקווים כלליים: הספר מתמקד במרכיבי דמות הגוף. הספר הוא תכנית שנתית המיועדת לכיתה ב' ונוגע בתחומי לימוד שונים כמו: סימטריה, זוויות, חללים. הספר מכיל: מבוא תאורטי, עקרונות ביישום היסודות התאורטיים, דרכי התארגנות ויותר מ-70 שיעורים המאורגנים בשמונה יחידות הוראה. לכל יחידה מבוא ולכל שיעור מדריך למורה וכרטיסיה מתאימה לעבודה עצמאית של קבוצה קטנה שיתופית.

שובל א' (1991), **גוני ק.ש.ת. – קידום קריאה בקבוצות שיתופיות באמצעות תנועה**, הוצאת בר אילן, המכון לקידום האינטגרציה החברתית במערכת החינוך.

אפשר להשיג: במכון לקידום האינטגרציה החברתית במערכת החינוך – אוניברסיטת בר אילן.

התוכן בקווים כלליים: הספר הוא תכנית שנתית המיועדת לכיתה א' ובאה לסייע למורה בהוראת הקריאה. אפשר להשתמש ברעיונות רבים מתוכה כבר בגן הילדים. הספר כולל: מבוא תאורטי, עקרונות ביישום היסודות התאורטיים, דרכי התארגנות ויותר מ-60 שיעורים המאורגנים בשבע יחידות הוראה.

שקדי ח' (1999), **מחרוזת תנועה**, רכס הוצאה לאור.
שקדי ח' (2000), **עוד מחרוזת תנועה**, רכס הוצאה לאור.
אפשר להשיג: בהוצאה לאור.

התוכן בקווים כלליים: שני הספרים "מחרוזת תנועה" ו"עוד מחרוזת תנועה" הם תוכנית לימודים מפורטת לחינוך לתנועה בגיל הרך (גן, א', ב'), התוכנית מיועדת למורים לתנועה ולגננות. התוכנית יוצרת סביבה לימודית עשירה המאפשרת לממש את הפוטנציאל הפנימי של הילדים בתחומים המוטורי, הקוגניטיבי, הרגשי והחברתי. הספרים כוללים שבעה פרקים ראשיים הנחלקים לנושאים. כל נושא נחלק ליחידות שהן הצעות לפעילויות בנושא. כל יחידה נפתחת בשיר או בסיפור שהוא הגירוי וההכוון לפעילות.

נספח 7 מפתח מונחים

במפתח מונחים מצומצם זה מוצגים מונחים מרכזיים מתחום הידע של החינוך הגופני ומתחום הפדגוגיה הקשורה אליו.
בעזרת מפתח המונחים אפשר:
א. למצוא נושאים זהים שיש להם מטרות שונות;
ב. לחבר בין מטרות באופן המתאים למחנך ולצורכי הילדים;
ג. למצוא הגדרות של מושגים.

א

אוצר מילים/שמות

הגדרה: 162

8; 15; 27; 54; 56; 57; 60; 61; 82; 89; 92; 93; 97; 98; 99; 102; 104; 106; 136;
162 (נספח "אוצר מילים הקשור לתנועה")

איברי הגוף/איברים

הגדרה: 93

33; 34; 35; 38; 54; 57; 60; 68; 79; 82; 89; 93; 94; 95; 97; 102; 104; 106; 108; 113; 115;
116; 118; 120; 133; 137; 139; 143; 144; 145; 146; 162

איזון הגוף

הגדרה: 113

20; 27; 28; 33; 35; 52; 63; 79; 89; 96; 113; 114; 120; 125;
שיווי משקל (החוש המאפשר איזון של הגוף)

הגדרה: 96

7; 96; 98; 113; 115

אתגר

הגדרה: 44

12; 14; 19; 20; 41; 44; 46; 47; 63; 65; 66; 67; 72; 75; 83; 85; 97; 129

ב

בחירה (עצמאית בידי הלומד)/לבחור

הגדרה: 90

6; 7; 16; 19; 20; 27; 28; 31; 33; 41; 46; 47; 48; 50; 54; 55; 56; 65; 68; 69; 70; 80; 90; 92;
95; 96; 97; 102; 105; 109; 113; 115; 116; 117; 122; 124; 126; 129; 130; 131; 134; 137;
141; 143; 145; 137; 148

בטיחות

הגדרה: 18; 47

6; 10; 13; 14; 18; 19; 20; 21; 25; 26; 31; 32; 47; 51; 52; 53; 112

בלימה/לבלום

הגדרה: בלימת כובד הגוף: 89; 110
32; 48; 110; 111; 112; 144 (ראה נחיתה)
הגדרה: בלימת חפץ/חבר: 112
36; 67; 111; 112

בסיס (משען הגוף)

הגדרה: 115
7; 33; 42; 64; 101; 106; 107; 108; 109; 113; 115; 121; 140; 144

ג

גבול (במרחב, ביכולת, להתנהגות)

הגדרה: הקו שאין לעבור
15; 16; 21; 49; 67; 95; 99; 101

גלגול

הגדרה: גלגול הגוף: 32
גלגול הגוף: 27; 28; 31; 32; 33; 50; 52
גלגול/לגלגל חפץ: 51; 98; 120; 121

ד

דיוק תנועה

הגדרה: שליטה רבה בתנועה באופן שבו מתרחשת התנועה המצופה
27; 37; 79

קליעה למטרה

הגדרה: 37
27; 28; 37; 39; 52; 64; 92; 116; 120; 121

דימוי הגוף/דימוי תנועה/דימוי מנטלי/ידמו/לדמות/דמיון/לדמיין/דמיינו

הגדרה: 42; 92
6; 41; 42; 45; 46; 54; 65; 72; 76; 75; 92; 93; 94; 95; 108; 129; 130; 136; 141; 143

ה

הערכה/הישגים

הגדרה: 22
7; 11; 22; 23; 70; 89; 90 (של לומדים אחרים)

הערכה עצמית

הגדרה: 40
6; 26; 34; 40; 41; 42; 45; 65; 12; 25; 113

העתקת משקל/העברת משקל

הגדרה: 32
32; 33; 34; 115; 144

הרפיה

הגדרה: 109; 118; 135
147; 144; 139; 132-136; 129; 120; 119; 118; 109; 89; 45

התקדמות/מתקדם (במרחב)

הגדרה: 29
7; 27; 28; 29; 33; 34; 35; 36; 38; 39; 41; 52; 56; 67; 68; 70; 72; 79; 81; 101; 102; 104; 106;
107; 110; 113; 115; 118; 120; 121; 137; 146

ז

זיכרון/ להיזכר/ לשחזר/ שחזור (תנועה)

הגדרה: לחזור ולבצע את או לחזור ולחשוב על משהו שבוצע בעבר.
42; 45; 46; 54; 60; 79; 83; 85; 87; 92; 96; 104; 105; 139

זריקה / לזרוק (חפץ)

הגדרה: 36
28; 36; 98; 116; 120; 121; 122; 126

ח

חוש/ לחוש/ תחושה

הגדרה:
7; 89; 92; 93; 96; 98; 99; 108; 113; 125; 131; 139; 141; 147

חיקוי/ לחקות

הגדרה: ביצוע פעולה שאחרים מבצעים
12; 15; 29; 31; 42; 45; 48; 64; 79; 83; 95; 97; 110; 124; 126; 128

חפץ/ ציוד

הגדרה: דומם שניתן לנייד אותו בעזרת תנועה ולהשתמש בו לצורך תנועה.
33; 35; 36; 37; 38; 48; 51; 57; 63; 67-72; 76; 77; 89; 94; 95; 97; 99; 101; 102; 103; 104;
105; 106; 107; 109; 110; 111; 112; 113; 115; 116; 117; 121; 122; 124; 125; 126; 129;
133; 136; 137; 141; 143; 167 (נספח "רשימת מתקנים ואביזרים מתאימים לפעילות בגיל
הרך")

חבל: 19; 33; 34; 39; 70; 99; 108; 125; 126; 127

כדור: 12; 27; 28; 30; 31; 32; 35; 36; 37; 48; 55; 63; 64; 69; 76; 77; 97; 101; 108; 109;
112; 120; 121; 122; 125; 126; 127

כיסא: 14; 16; 33; 52; 76; 99; 103; 120; 121; 137; 140; 141; 143

כרית/ כריות: 40; 97; 120; 139; 143

ספסל: 16; 19; 29; 32; 33; 103; 104; 120; 129

שקית/ שקיות: 36; 37; 75; 76; 112; 120

חצר (הגן)

הגדרה: אזור פתוח המאפשר תנועה ומשחק.

10; 13; 14; 20; 21; 39; 41; 45; 47; 50; 52; 53; 62; 66; 81; 97; 106; 113; 129; 137; 144;
167; 148

חשיבה/לחשוב (של לומד על תנועה)

הגדרה: 90; מושג כללי המקשר בין מהלכים קוגניטיביים למהלכים מוטוריים

6; 46; 54; 57; 63; 75; 89; 90; 92; 99; 108; 129; 130

הבנה/להבין (של הילדים ביחס לתנועה): 6; 7; 59; 54; 62; 74; 80; 92; 96; 99; 110; 122;

128; 131

תכנון/לתכנן (של הילדים לפני תנועה): 41; 45; 46; 52; 56; 64; 65; 92; 95; 99; 100;

141

פתרון/פתרונות/לפתור (הילדים פותרים בעיות תנועה): 5; 61; 46; 54; 55; 58; 63; 90;

92; 108

י

יחסים/ להתייחס/התייחסות (במרחב)

הגדרה:

15; 16; 94; 99; 100; 101; 102; 103; 105; 106; 113

יציבה

הגדרה: 137

6; 25; 95; 99; 129; 130; 137; 138; 142; 143

יצירה/יצרו/ליצור (בתנועה)

הגדרה: תנועה כתוצאה של חשיבה ובחירה אישית

18; 90; 95; 54; 64

יתאר/לתאר/תאר (לומד בהקשר של תנועה)

הגדרה: 59

45; 46; 54; 59; 60; 61; 94; 98; 99; 106; 107; 135; 142; 143; 147

כ

כובד

הגדרה: 108;

32; 33; 50; 108; 109; 110; 111; 113; 115; 141; 144

מרכז הכובד

הגדרה: 115

89; 109; 110; 118

כוח/וויסות כוח/השקעת כוח (של הלומד)

הגדרה: 108;116;133

הגדרה: כוח חזק – כוח חלש: 115

הגדרה: כוח מתפרץ: 115

הגדרה: אומדן כוח: 116

6;25;31;34;35;37;38;47;49;50;51;57;62;63;70;71;146;79;80;87;89;90;91;
96;108;109;110;113;116;117;118;120;129;130;131;133;136;137;142;144;145;
146;147;148

כיוון/כיוונים (במרחב)

הגדרה: 102

29;30;31;37;38;50;53;64;69;75;79;80;82;83;87;89;94;100;102;106;107;112

כיוץ

הגדרה: 118

95;109;118;119;120;121;133;137

מ

מגע/יגעו/לגעת

הגדרה: 94;96

31;38;40;63;67;68;69;70;71;94;95;96;97;113;126;134;149

מהירות – לאט/מהר

הגדרה: 90

30;37;49;51;63;76;78;79;84;87;110;123;124;125;126;127;129

לאט/מהר(של הלומד או עבורו):

הגדרה: 90;114

59;114;122;123;126;127;131

האטה והאצה

הגדרה: 90

מודעות/מודע

הגדרה:

6;25;41;54;89;91;92;96;97;108;116;128;129;130;131;139

מוסיקה

הגדרה: 84;122

78;79;80;81;83;84;85;86;87;88;122;147

מחשב

הגדרה: כמשלים את לימודי התנועה

62;93;100;108;128;138;139;140;143;148

מילולי/במילים/המללה

הגדרה: 131 ;59 ;58 ;57 ;54

של מבוגר: 131 ;130 ;129 ;104 ;97 ;90 ;87 ;82 ;79 ;76 ;54 ;46 ;45

של לומד: 6 ;15 ;17 ;25 ;26 ;27 ;52 ;54 ;55 ;56 ;57 ;59 ;60 ;61 ;76 ;82 ;87 ;90 ;92 ;94

131 ;113 ;111 ;101 ;99

מסלול/מסלולים (במרחב)

הגדרה: 104

110 ;107 ;106 ;105 ;104 ;100 ;99 ;98 ;97 ;89 ;79 ;69 ;42 ;39 ;36 ;35 ;29 ;20 ;14

מפרק/מפרקים

הגדרה: 133

144 ;141 ;139 ;137 ;134 ;133 ;111 ;108 ;101 ;98 ;97 ;96 ;93 ;54 ;50

מרחב/התמצאות במרחב

הגדרה: מושג כללי – 89

הגדרה: מרחב אישי מרחב כללי – 101

110 ;100 ;99 ;91 ;90 ;16 ;15 ;14

התמצאות במרחב: 6 ;7 ;19 ;26 ;27 ;28 ;29 ;36 ;47 ;52 ;57 ;62 ;63 ;64 ;65 ;68 ;75 ;77

136 ;126 ;115 ;113 ;112 ;107 ;106 ;105 ;103 ;102 ;101 ;99 ;97 ;96 ;95 ;94 ;91 ;89 ;79

ארגון המרחב: 11 ;12 ;14 ;18 ;19 ;20 ;21 ;26 ;28 ;48 ;51 ;63 ;81 ;87

משוב

הגדרה: 17

76 ;59 ;54 ;37 ;17 ;15

משקל

הגדרה: כללי – 108

הגדרה: העתקת משקל – 115

הגדרה: העמסת משקל – 144 ;113

הגדרה: נשיאת משקל – 34

;129 ;128 ;125 ;121 ;120 ;116 ;115 ;113 ;112 ;111 ;109 ;108 ;97 ;79 ;53 ;34 ;32 ;31 ;28 ;25

148 ;146 ;145 ;144 ;143 ;141 ;140

משחק

הגדרה: כללי – 62

משחק חופשי/משחק מכוון – 65

;64 ;63 ;62 ;61 ;60 ;52 ;30 ;39 ;38 ;37 ;36 ;35 ;30 ;26 ;26 ;21 ;20 ;18 ;17 ;14 ;13 ;10 ;7 ;6

;127 ;121 ;120 ;112 ;106 ;97 ;82 ;78 ;77 ;76 ;75 ;75 ;74 ;73 ;72 ;71 ;70 ;69 ;68 ;67 ;66 ;65

145 ;140 ;139 ;129

מגרש משחקים: 54 ;45 ;41 ;39 ;10

מתקנים (בחצר)

הגדרה: מכשירים המותקנים בחצר לצורך תנועה ופעילות גופנית
8; 10; 12; 13; 14; 18; 19; 20; 21; 28; 32; 33; 42; 45; 46; 48; 50; 52; 53; 99; 103; 113; 120;
168

סולם: 19; 40; 45; 47

צמיג/צמיגים: 20; 37

קורה/קורות: 7; 20; 39; 42; 52; 59; 98; 114; 120; 121

נ

ניתור

הגדרה: 31

27; 28; 29; 31; 32; 50; 53; 66; 79; 109; 122; 125

נחיתה

הגדרה: 31

27; 28; 31; 32; 39; 48; 50; 51; 53; 123; 55; 79; 109; 111

נשימה

הגדרה: 134; 142

118; 119; 129; 130; 134; 136; 137; 139; 142

נשיפה/שאיפה

הגדרה: 134

37; 134; 134; 136; 81; 142

ס

סביבה

הגדרה: ארגון סביבה – 12; 47

הגדרה: סביבה משרה ביטחון – 18; 21

הגדרה: סביבה ללא סיכונים – 18

הגדרה: סביבה פיסית – 12; 26

הגדרה: סביבה חברתית – 15; 26

סביבה – לארגון; ליצור; להתאים; להשפיע

7; 10; 11; 12; 13; 14; 18; 21; 22; 24; 26; 27; 39; 47; 52; 53; 95; 137; 139; 140; 141; 143

סביבה – מידע על; תחושה של; שילוב תנועה; חשיפה ל; מפגש עם; הפרדה מ 5; 15; 6; 26

29; 40; 53; 96; 99; 124

ע

עמית/עמיתים/חבר/חברים/בן זוג/בני זוג

הגדרה: מישהו שמתקיימת איתו אינטראקציה במהלך למידה.

12; 16; 17; 20; 21; 28; 31; 33; 36; 37; 38; 40; 41; 42; 44; 45; 46; 47; 49; 51; 52; 53; 54

56; 58; 59; 60; 61; 130; 63; 65; 66; 67; 68; 69; 70; 71; 72; 73; 75; 76; 77; 78; 82; 83; 85

86; 87; 88; 89; 90; 93; 94; 95; 96; 97; 101; 102; 104; 105; 106; 110; 111; 115; 116; 117

118; 120; 126; 129; 136; 141; 143; 148

מתן/קבלת עזרה: 16; 49; 63; 64; 70; 72; 73; 76; 77; 137; 141
בלי לפגוע: 19; 21; 48; 51; 65
שיתוף פעולה: 6; 12; 30;
הגדרה: 72
129; 85; 79; 76; 73; 72; 70; 64; 63; 62
תיאום (עם אחרים): 58; 64; 68; 78; 87; 88; 102; 103; 104; 105; 110;

עקרונות הוראה/דרכים להשגת המטרה
הגדרה: האופן שבו התכנים מתממשים להשגת למידה
144; 137; 122; 108; 90; 89; 81; 65; 56; 47; 41; 28; 10; 8

עזירה/לעצור/עיכוב/לעכב (תנועה או פעולה)
הגדרה: 75
;143; 142; 136; 127; 126; 120; 110; 107; 90; 80; 79; 76; 75; 72; 68; 67; 63; 50; 36; 33; 32
145

ק

קבוצה

הגדרה: 15; 69
;74; 72; 71; 70; 69; 68; 67; 66; 63; 62; 61; 60; 54; 52; 45; 40; 36; 33; 30; 16; 15; 14; 10
127; 120; 116; 97; 88; 87; 86; 85; 83; 79; 78; 77; 76; 75

קצב/מקצב

הגדרה: קצב - מילה כללית המתארת מהירות או חלוקה בזמן
הגדרה: מקצב - 124
147; 134; 120; 108; 89; 59; 52; 31; 29; 15

ר

ריקוד/לרקוד

הגדרה: 78
145; 134; 127; 88; 87; 86; 85; 84; 83; 82; 81; 79; 78; 26; 25; 6

רמות גובה/רמת גובה/רמה גבוהה/בינונית/נמוכה

הגדרה: 103
140; 113; 107; 106; 104; 103; 68; 39; 33; 31; 28; 15; 14

רצף (תנועה והעמדת חפצים לתנועה)

הגדרה: סדרת תנועות המבוצעות זו אחר זו
127; 123; 121; 111; 105; 101; 97; 81; 79; 50; 33; 32; 31; 15; 14

ש

שיחה/לשוחח

הגדרה: 41

148 ;137 ;131 ;129 ;106 ;98 ;97 ;92 ;76 ;58 ;56 ;54 ;52 ;51 ;47 ;44 ;41 ;16 ;14

שרירים

הגדרה: 144 ;133

144 ;140 ;139 ;137 ;136 ;135 ;134 ;133 ;125 ;118 ;116 ;115 ;113 ;108 ;96 ;27 ;7

ת

תהליך (בהוראה ובלמידה)

הגדרה: 90

;141 ;131 ;129 ;96 ;95 ;90 ;71 ;65 ;64 ;62 ;59 ;56 ;55 ;54 ;47 ;27 ;25 ;22 ;17 ;16 ;8 ;6

תיאום/קואורדינציה

הגדרה: 113 ;108

142 ;108 ;88 ;87 ;84 ;79 ;62 ;29 ;7

תכנון (ההוראה של המורה) / יעדים (בתכנון ההוראה של המורה)

הגדרה: 11

144 ;130 ;129 ;89 ;82 ;66 ;41 ;26 ;23 ;22 ;21 ;17 ;14 ;13 ;12 ;11 ;7 ;5

תפיסה/לתפוס (חפץ)

הגדרה: 36

126 ;122 ;121 ;120 ;98 ;64 ;36 ;28

תפיסה/לתפוס (בחושים)

הגדרה: העיבוד הנעשה למידע המגיע מהחושים.

תפיסת המרחב

122 ;99 ;89 ;75

