



1

משחק ותנועה בבלונים

ציוד: בלונים - אחד לכל זוג, קלטת מוזיקה, רשם-קול (טייפ).

א. פתיחה

1. נועו יחד (הורה וילד) לקצב המוזיקה. כשהמוזיקה תיפסק ישכב אחד מכם על הגב ובן הזוג ישכב על הבטן (ללא דיבורים ובאחיזת יד אחת).
2. ריקוד הציפורים (עדי סולקין, הגיל הרך רוקד, חלק ב').

ב. פעילות בבלונים

1. לחלק לכל זוג בלון לא מנופח. בני הזוג ינפחו את הבלון.
2. מצאו מה תוכלו לעשות עם הבלון יחד, מבלי לפוצצו.
3. נועו עם הבלון בין אברי גוף שונים (הבלון בין שני בני הזוג).
4. נסו להתיישב ולקום יחד, כשהבלון ביניכם.
5. א. הדפו את הבלון לגובה לסירוגין (פעם ילד ופעם הורה).
ב. כנ"ל רק עם אצבע אחת.
ג. כנ"ל ממרחק. (זה לזה).
ד. הדפו את הבלון זה לזה באברי גוף שונים (אגרוף, מרפק, ראש וכו').
ה. הילד יהדוף את הבלון אל הרצפה לכוון ההורה. ההורה יקפוץ מעל הבלון.
6. בעטו בבלון כלפי מעלה רק עם הרגליים (פעם ילד ופעם הורה).
7. בישיבה:
א. העבירו את הבלון זה לזה בעזרת הרגליים.
ב. נשפו בבלון והעבירו אותו זה לזה בעזרת נשיפה.
ג. הבלון על אוזן של אחד מבני הזוג. המשתתף השני יגיד סוד / יקיש על הבלון.
ד. הביטו זה בזה דרך הבלון.
8. א. ההורים יושבים, הילדים ינועו עם הבלון בין הברכיים סביב ההורה או בין כל ההורים, ויתחלפו לסימן מוסכם (ילדים ישבו במקום, הורים ינועו).
(הבלון בין הברכיים: בקפיצות על הרגליים / בהתקדמות על האגן).
ב. ההורים יעמדו בפסוק רגליים והילדים יעיפו את הבלון בנשיפה בין הרגליים של כל ההורים.
9. ההורה יעמוד על הידיים והרגליים, והילד יעביר את הבלון דרך ה"גשרים" השונים של אברי הגוף (בנשיפה, עם הראש וכו').
10. א. **ברביעיות** (שני הורים ושני ילדים): ההורים יתנו יד אחת (זה מול זה), הילדים יהדפו ביניהם את הבלון מעל ידיהם של ההורים.
11. מעגלים קטנים (4-6 משתתפים) באחיזת ידיים. בעטו בבלונים בעזרת הרגליים.
12. כולם יהדפו את הבלונים של כולם למעלה (לגובה). להרים בלונים שנופלים ולהמשיך להדפם למעלה.
13. ההורים יעמדו במעגל ויתנו ידיים בגובה הכתפיים. כל ילד יעמוד בין שני הורים, מחוץ למעגל. הילדים יזרקו את הבלונים מעל הידיים, לתוך המעגלים, יעברו מתחת לידיים, וישתדלו לתפוס את הבלון לפני שיפול לרצפה.

14. ההורים יעמדו במעגל גדול (בפיסוק). הילדים יעמדו מאחורי ההורים. הבלונים במרכז המעגל. לסימן מוסכם ירוצו הילדים (או יקפצו על רגל אחת) סביב המעגל. ילד שיחזור להורה יעבור בין רגליו למרכז המעגל, יקח בלון ויתיישב מהר בחיקו של ההורה (ההורה יתיישב לאחר שילדו עבר בין רגליו).

ג. סיום

שבו במעגל.

אילו היה הבלון כדור פורח, לאן הייתם רוצים לעוף עמו?
תנו הזדמנות לכל משתתף לענות על שאלה זו.