



# הצעות לפעילויות עם פעוטות וילדים בגיל הרך במרחב המוגן ובבית בכלל

## לلمف باللغة العربية

הורים יקרים,

כולנו עומדים בפני מציאות מורכבת שנכפתה עלינו בימים אלו. על מנת לבנות חוסן ולנסות להקל ולהנעים את השהייה הממושכת בבית עם פעוטות וילדים בגיל הרך, קיבצנו עבורכם לקט של רעיונות לפעילות המתאים לכל הגילים. בבחירת הפעילות, מומלץ לתת את הדעת לשלב ההתפתחותי ולהעדפות של הפעוטות והילדים וכן לזמינות האביזרים/חומרים ומשחקים העומדים לרשותכם. בתקווה לימים טובים יותר ובשורות טובות לכולנו.

להמלצות  
כלליות

## יחד בבית !!

הכי הכי טוב יחד



יחד נהנה ונתנועע



יחד ניצור ונייצר



יחד נרגיע ונירגע



יחד נשחק ונחשוב





## המלצות כלליות:

- ❖ מומלץ לגלות רגישות למידת העניין של הפעוט/ילד בפעילות.
- ❖ יש להתאים את זמן ומשך הפעילות לשגרת היום של הילדים ע"פ גילם.
- ❖ כדאי לשוחח במהלך הפעילות עם הפעוט/ילד, לשיים ולהמשיג רגשות ופעולות.
- ❖ כדאי לייצר סביבה מרגיעה ונעימה.
- ❖ ליצור קרבה פיזית ע"פ צרכי והעדפות הילד/פעוט, ומתוך הקשבה לתגובותיו.
- ❖ שימו לב להיבטי בטיחות-אביזרים, סביבה ועוד.
- ❖ מומלץ לשתף את הילדים, בצורה מותאמת לגילם, בבחירת הפעילות, האביזרים והסביבה במידת האפשר.
- ❖ לחיזוק תחושת מסוגלות ושליטה, מומלץ לשתף את הילדיח רפוטילוויוח שמסייעות לבני הבית ולקהילה.



# הכי הכי טוב יחד



**מלאכות הבית** - עידוד ללקיחת אחריות על מגוון תפקידים בתחומים שונים. לדוגמה, מיון ותליית כביסה, ניגוב אבק, סידור חדרים, אפייה בבצק וכדומה.

**נתינה לאחר** - להכין ברכות, ציורים או חבילות ללוחמים שלנו, לשוחח בטלפון עם בני המשפחה, שכנים. ניתן להרחיב את המעגל ולתת גם לאנשים ערירים או נזקקים.

**חגיגת יום הולדת לבובה** - ניתן להכין יום הולדת לבובה אהובה, להכין הזמנות, כיבוד, מתנה, ציור.

**קריאת סיפורים** אהובים, שיחה על הסיפור, העלאת רגשות ועוד.

**במה פתוחה** - הצגה של מגוון כישורים של הפעוטות והילדים בשירה, ריקוד, משחק, קוסמות ועוד.

**שירים** - לשיר יחד שירים אהובים על המשפחה. ניתן לשלב שירי משחק, דקלומים, להמציא מילים חדשות למנגינות מוכרות, לשיר חזק, חלש, מהר, לזמזם ועוד.



# יחד נהנה ונתנועע



❶ **ים יבשה**- בוחרים בבית מה יהיה הים ומה היבשה, למשל: שטיח ורצפה, חישוק פנים וחוף וכד'. בוחרים משתתף שנותן הוראות וקופצים ע"פ הוראותיו, ים או יבשה. המטרה של המנחה לבלבל את המשתתפים.

❷ **תופסת זנבות**- כל אחד מהמשתתפים תולה מאחור על מכנסיו פיסת בד (מטפחת, עניבה וכד'), בוחרים משתתף שיהיה התופס אשר מטרתו לתלוש מהאחרים כמה שיותר "זנבות".

❸ **המלך אמר**- אחד המשתתפים הוא המלך, על כל המשתתפים לבצע כדבריו, רק כאשר נאמר "המלך אמר" יש לבצע. מטרת המלך לבלבל את המשתתפים.

❹ **תופסת צבעים**- התופס מכריז על צבע מסוים באוזני המשתתפים במשחק, על המשתתפים למהר ולגעת בחפץ/לבוש וכך הם מוגנים מתפיסה. מטרת התופס לתפוס משתתפים שלא הספיקו.

❺ **מסלולי תנועה**- ליצור מסלול מחפצים שונים. לדוגמה, גרביים, נעליים או עזרים נוספים. להמציא חוקים למסלול- לדלג, לקפוץ או להקיף את המכשולים השונים.

❻ **חיקוי חיות**- ניתן להשמיע נעימות, שירים או לשיר שירה קולית המזוהה עם בעלי חיים (לדוגמה, עכבר עכבר נוס נוס, רוץ בן סוסי, בוא אלי פרפר נחמד, מי כמונו הדובים, שלושה דגים יצאו לים וכו') ולבקש מהפעוטות והילדים לחקות בתנועה את הליכתם (לדוגמה, זחילה על הגחון כמו נחש, הליכה על ארבע כמו חתולה).



בחזרה  
לדף הבית



# יחד ניצור ונייצר



- ✓ **צביעה, דבקיות, גזירה או קריעת עיתונים** - ניתן ליצור יצירה משותפת של כל בני המשפחה. בגילים השונים
- ✓ **בנייה מקרטונים-ע"פ תחומי העניין של הילדים** - חללית, דינוזאור, רובוט, מגדל, ביתת, רכבת וכדומה.
- ✓ **השחלות** - ניתן להשחיל חומרים שונים בצורות שונות. לדוגמה, דסקיות/מקלות ארטיק לקופסה, חרוזים, פונפונים ועוד.
- ✓ **צבעי ידיים/קצף גילוח** - לאפשר לילדים לחקור ולהתנסות עם צבעי הידיים וקצף הגילוח על משטחים שונים.
- ✓ **משחק בבוץ/במים/פלסטלינה/בצק** - לאפשר לפעוטות וילדים לחקור, להתנסות, לבנות וליצור.
- ✓ **בישול ואפייה משותפים** - ניתן לתכנן תפריט, לאפשר לפעוטות וילדים לבחור את המאכלים האהובים עליהם להכין אותם במשותף.



בחזרה  
לדף הבית



# יחד נרגיע ונירגע



♥ **תרגילי כיווץ והרפיית שרירים בשילוב נשימות** - ניתן לסחוט

לימון, למעוך ספוג, ללוש פלסטלינה ועוד.

♥ **יוגה** - לתרגל תנוחות יוגה שונות. לדוגמה, תנוחת חתול או גמל.

♥ **תרגילי דימיון** - ניפוח בלון דימיוני, הרחת פרח וכיבוי נר דימיוני

לוויסות הנשימות. ניתן לתרגל את התרגילים באופן חזרתי על מנת

לתרגל נשימות.

♥ **תרגול נשימות בעזרת בועות סבון** - תרגול נשיפה והנאה במשחק.

♥ **תיבת תחושות** - להניח בתיבה חפצים במרקמים שונים: כדור

במרקמים שונים כמו כדור ספוג, כדור זיזים, מטפחות, מברשות,

סקוצ'ים ועוד.

♥ **ריקוד ותיפוף על הגוף לצלילי שירים שאוהבים** - ניתן להמציא

תנועות או מילים חדשות לשירים מוכרים.



# יחד נשחק ונחשוב



❖ **תיבות פעילות** - ליצור תיבות שונות עם תכונה אחת, לדוגמה, תיבת נושא: חיות, כלי מטבח, תחבורה או על פי גודל, צורה או צבע.

❖ **משחקי קופסה** - לוטו, זיכרון, חתחתול ועוד ע"פ העדפה והתאמה לכל ילד במשפחה.

❖ **משחקי הרכבה** - לגו, קוביות שונות, ניתן להוסיף אביזרים מהבית כגון קופסאות, חיות פלסטיק, בדים, חומרי טבע ועוד.

❖ **משחק תחפושות/תפקידים** - ניתן להתחפש לדמויות אהובות, להמציא סיפור, להמחזיז אותו ועוד ניתן לצלם ולשתף את המשפחה המורחבת.

❖ **מה חסר?** משחק עם חפצים שונים, אחד המשתתפים מסתתר, מחסירים חפץ ועליו לנחש מה חסר.

❖ **נחש מי?** מכינים כתר עם תמונה, אחד מהמשתתפים חובש כתר מבלי לדעת מה התמונה. עליו לגלות בעזרת שאלות את שאר המשתתפים. ניתן להחליף תמונות שונות

