



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

משדרים רלוונטיים לימים אלו מתוך מערכת השידורים הלאומית

צוותים חינוכיים יקרים,

ערכנו עבורכם לקט משדרים רלוונטיים. המשדרים לשימושכם ולשימוש הורי הגן למען הילדים בימים אלו.

דגשים חשובים:

1. בחרו סרטון אחד ליום (אין לשלוח את הטבלה בשלמותה להורים) בהתאם להיכרותכם עם ילדי הגן ומשפחותיהם וברגישות מיוחדת למעגלי הפגיעה בימים אלו.
2. מומלץ לצפות בשידור בטרם שליחתו.
3. מומלץ לשלוח את הקישור כהזמנה לפעילות הפגה והקניית כישורי חיים עבור הילדים.

שמרו על עצמיכם ושנדע ימים טובים יותר

שם השידור	שם המנחה	תיאור השידור
כולם ביחד למען כולם	אריק רוזנברג	במשדר זה נזמין את הילדים למפגש שבו ישוחח עימם על מיומנויות השיח המשותף, על התנהגויות המתחשבות באחר ועל פעילויות שאפשר לעשות עם בני המשפחה.
מרגישים רגשות	אריק רוזנברג	במשדר זה נעשה תרגילי נשימות ונבין כיצד הם עוזרים לגוף שלנו להירגע ולהיות מרוכזים במה שאנחנו מרגישים.



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

במשדר זה נדבר על רגש שקוראים לו כעס, נצפה יחד בסרטון ונחשוב מה אפשר לעשות כשכועסים?	גלי אורן	מה עושים כשכועסים
במשדר זה נציע פעילות שבמהלכה הילדים לומדים את החשיבות של סדר יום וכיצד לבנות אותו כשאין יום לימודים רגיל בגן.	גלי אורן	נשארים בבית. מה עושים? סדר יום
במשדר נראה כיצד בעזרת בובות גרב אפשר לשוחח עם ילדים ולהבין את תפיסתם את המצב, על החיים כשלא יוצאים מהבית ובכלל.	רונית רמר	דיאלוג מקרב הגרב
במשדר זה הבובה גילי מדברת עם הילדים על שלפעמים שיעמום יכול להיות דבר נחמד ואפילו מועיל.	רונית רמר	"משעמם לי" – שיחה עם הבובה גלי
במשדר זה נלמד יחד טכניקות של הרפיה והרגעה עם מוזיקה ובעזרת הדמיון.	סיגל ליבוביץ	נושמים כאן ועכשיו
במשדר זה הילדים מוזמנים להקשיב ולתרגל נשימה וללמוד תרגילים שיחדדו את החושים.	סיגל ליבוביץ	מתרגלים לנשום
במשדר זה נתוודע אל דרך לקבלת החלטות המשפיעות עליי או על הסביבה.	אביגיל דיסין	אני נבון מחליט נכון
במשדר זה נכיר את מד הרגש. כל אחד מאיתנו חווה רגשות	אביגיל דיסין	יאיר מגלה



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

<p>שאפשר</p> <p>שונים בעוצמות שונות בזמנים שונים. לעיתים אנחנו אף מרגישים כמה רגשות בו זמנית. נלמד להתמודד עם אכזבה ולהפחית את עוצמתה.</p>		
<p>עוזרים לבעלי החיים</p> <p>הילה מויאל</p> <p>במשדר זה נשמע את סיפורו של החתול יללן שאין לו בית. ננסה להבין אם גם לבעלי חיים יש רגשות. נלמד כיצד נוכל לעזור לבעלי חיים.</p>		
<p>דואגים לבעלי חיים</p> <p>הילה מויאל</p> <p>במשדר זה נספר את הסיפור "כנף שבורה" ונשוחח על הדרך שלנו לסייע לבעלי חיים.</p>		
<p>מגלים את הכוחות שלנו – ויתור והקשבה</p> <p>לילית שאלתיאל</p> <p>במשדר זה נגלה את הסגולות והכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – ויתור והקשבה.</p>		
<p>מגלים את הכוחות שלנו – אהבה ושיתוף פעולה</p> <p>לילית שאלתיאל</p> <p>במשדר זה נגלה את הסגולות ואת הכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – אהבה ושיתוף פעולה.</p>		
<p>לפעמים אני מרגיש... גם וגם</p> <p>גלי אורן</p> <p>במשדר זה נסביר לילדים שלעיתים אנחנו מרגישים כמה רגשות בו זמנית (למשל כמו שקורה בימים אלו. מרגישים שמחה כי... וגם מרגישים עצב כי...).</p>		
<p>כשאני מפחד...</p> <p>גלי אורן</p> <p>במשדר זה נדבר על רגש הפחד. מה מרגישים כשמפחדים,</p>		



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

מהם הדברים שמפחידים אותנו ואיך הפחד שומר עלינו.		
במשדר זה נלמד מה אנחנו אוהבים ונבצע פעילויות שמרחיבות את הלב.	הילה מויאל	כשאני אוהב הלב מתרחב
במשדר זה נכיר רגשות חיוביים ומשמחים. ניזכר מה עושה לנו הרגשה טובה ומשמח אותנו ומה נעים לנו, נרקוד ונשיר.	דנה לדרדר	אני מרגיש טוב, אני מרגיש נעים, אני מרגישה שמחה
במשדר זה נתרגל נשימה לוויסות והרפיה, נלמד כיצד לבחור מחשבה.	דנה לדרר	אני בוחר מחשבה
במשדר זה נגלה את הסגולות והכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – יצירתיות ושמחה.	לילית שאלתיאל	יצירתיות ושמחה – מגלים את הכוחות
במשדר זה נגלה את הסגולות והכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – אומץ ואמת	לילית שאלתיאל	אומץ ואמת – מגלים את הכוחות
במשדר זה נדבר על הדמיונות שלנו ונבחן מה כוחו של הדמיון.	מיכל כהן	כמה נעים לדמיין
במשדר זה נשתמש בחושים שלנו לזהות מה מסתתר בתוך	מיכל כהן	"השם שלי"



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

קופסה. נלמד כיצד בוחרים שם ומה המשמעות של השם שניתן לנו.		
במשדר זה נגלה מהו לחץ ונלמד להשתמש במד לחץ ככלי להורדת רמת הלחץ שלנו כאשר אנו מרגישים רגשות בעצימות גבוהה.	מיריה רון	מד הלחץ שלי
במשדר זה נדבר במפגש על החוזקות שלנו, במה אנו טובים ומה נוכל לעשות עם זה.	מיריה רון	מגלים חוזקות
במשדר זה נדבר על מצבים ורגשות ונחשוב יחד איך בוחרים מה להרגיש.	מיכל כהן	איך בוחרים להרגיש?
במשדר זה נגלה את הסגולות והכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – שלוה וסובלנות.	לילית שאלתיאל	שלוה וסבלנות – מגלים את הכוחות שלנו
במשדר זה נגלה את הסגולות והכוחות הקיימים בכל אחד ואחת מאיתנו אשר מחזקים אותנו ופותחים לנו את הלב – אחריות ונדיבות.	לילית שאלתיאל	אחריות ונדיבות – מגלים את הכוחות שלנו
במשדר זה נסביר לילדים שלעיתים אנחנו מרגישים כמה רגשות בו זמנית (למשל כמו שקורה בימים אלו. מרגישים שמחה כי... וגם מרגישים עצב כי...).	גלי אורן	לפעמים אני מרגיש... גם וגם



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

<p>במשדר זה נכיר את דוסו ואת חבורת פותרי הבעיות בים. נדע שיש מי שיכול לעזור לנו כשאנו מתלבטים או דואגים.</p>	<p>עדי ברוכיאן</p>	<p>הכירו את דוסו</p>
<p>במשדר זה נתייעץ עם דוסו והחבורה על דרכי התמודדות עם חולשה.</p>	<p>עדי ברוכיאן</p>	<p>חבורת פותרי הבעיות בים</p>
<p>במשדר זה נגלה כיצד בחרו ילדי הגן לאמץ חברה חדשה בשנים האחרונות ולבקר אותה בכל חודש ביקור חברי ודואג. נפתח את ערכי החמלה, הדאגה לאחר, למבוגר בחברה ונלמד על הדדיות בקשר.</p>	<p>אביטל גור אריה</p>	<p>לסבתא דוריס - מציירים סיפורים לסבא ולסבתא</p>
<p>במשדר זה נשוחח עם באלי הבובה על חלומות ופחדים, כיצד מתמודדים ומה אפשר לעשות.</p>	<p>מיכל מסיקה</p>	<p>מה עושות האיילות</p>
<p>במשדר זה נדבר כיצד אפשר לשמור על קשר רציף בהקשבה ובסקרנות. נקבל במתנה ערכת כרטיסי שיח שנוצרו במיוחד לתקופה זו וכמה טיפים להשתמש בהם. לבסוף נגלה עוד כמה רעיונות מדליקים של סבתות שנוכל לעשות בקלות בעצמנו.</p>	<p>צופיה כהן</p>	<p>מפגשים מלב אל לב</p>
<p>במשדר זה נחפש הזדמנויות חדשות לקשר עם סבא וסבתא, נלמד לגעת ולהתחבק מרחוק ונקבל רעיונות של סבתות ונכדים.</p>	<p>צופיה כהן</p>	<p>לגעת ולהתחבק מרחוק</p>



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

במשדר זה נשיר שירים, נקרא מהספר 'הג'ירף של אסף', נכיר את המושג 'לדבר את מה שמרגישים' ונכין את 'הג'ירף שבלב' על מקל	ליאורי עידן	שפת הג'ירף מפתחות הקסם של דידי
במשדר זה נלמד כמה חשוב לדעת לבקש עזרה וכמה נעים להעניק עזרה.	רונית רמר	ללדעת לבקש ולקבל עזרה
במשדר זה נלמד מהו שיתוף פעולה, כיצד פועלים בשיתוף פעולה ומהם היתרונות הרבים הטמונים בשיתוף פעולה.	רונית רמר	שיתוף פעולה מה זה בכלל
במשדר זה נלמד על רגש הכעס, נעלה רעיונות כיצד להתמודד עם הכעס ונלמד להקשיב לתחושותינו.	מיריה רון	להנמיך את הלהבות
במשדר זה נלמד על הכעס ונכיר דרכים לשלוט בו	מיריה רון	לנהל את הכעס



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

שם השידור מوضوع הבית	שם המנחה اسم المحاضر / ة	תיאור השידור وصف/ مُلَخَص موضوع البث
ماذا نفعل حين نغضب؟	هنادي حمدان	موضوع "الغضب" تحدّث عن شعور اسمه الغضب. نشاهد معًا فيلمًا قصيرًا عن أطفال بستان الورود الأخضر، وكيف يتصرفون عندما يغضبون.
خليط من المشاعر	مها سعيد	كيف يتعامل الأطفال مع مشاعرهم المختلفة وردود فعلهم؟ لديهم خليط مُمَيِّز من المشاعر، يظهر أحياناً في وقت واحد، ولكن مشاعرهم المُختلفة كُلُّها مُهمّة. نشاهد معًا فيلمًا قصيرًا عن خليط من المشاعر "اثنان على الجسر".
أنا واحتياجاتي	رزان حنا	يُصغي الأطفال لِقِصَّة "منتوفي" ضاع دبدوب غسان الصَّغير المنتوف، استبدلوه اهله بدبدوب كبير وجديد لكنه لم يُعد يُشعر بالأمان. ما هي احتياجات الأطفال الخاصّة التي تُساعدُهُم على الانتقال من حَيِّز الى آخر؟
صندوق طاقاتي	سلام عباس	تحدّث مع الأطفال عن قضاء الوقت في البيت ليتعرّفوا على أنفسهم ويصنِّعون صندوقًا لطاقاتهم بمشاركة الأهل.
ملاك لا تنام	جوهرة عطاالله	يُصغي الأطفال لِقِصَّة مُمتعة بِمُرافقة الدُمية "ملاك" يتعلّم الأطفال عن أهمّيّة النَّوم للصَّحة. أفتراحات لأفكار "تنظيم البرنامج اليومي".
التغييرات والمعابر	رزان حنا	- يُشاهد الأطفال أفلامًا قصيرةً لأربعة أطفال يتحاورون فيما بينهم حول: • ما هو التغيير أو الانتقال الذي مررتم به في حياتكم، أو سوف تمرّون به وتُحبّون التحدّث عنه؟ • ما هو شعوركم نحو هذا التغيير؟ • ما هو الشيء أو الشخص الذي ساعدك، أو تظنّ أنّ بإمكانه مُساعدتك في التغلّب على صعوبات هذا التغيير - أسئلة ونقاط للتفكير
مشاعرنا الشرعيّة وطاقتنا القويّة	حسيبة فارس	تُساعد الأطفال في التعبير عن مشاعرهم ويُفحصوا مع أنفسهم ما هو شعورهم الآن؟



משרד החינוך
מינהל פדגוגי
אגף א' לחינוך הגיל הרך

<p>יُرددون معًا أغنيةً عن المشاعر ويتعرفون على نادر أبو المشاعر. تكتشف مهارات حياتية عند الأطفال وقدرات وقوى لديهم وتطورها وتمنحهم فرصة الابداع في رسمة تُعبّر عن شعورهم.</p>		
<p>نتحدث اليوم عن حالات الضغط والتوتر وكيف تساعد الأطفال على التقليل من حدتها من خلال تمارين الأيدي وممارسة تمارين الاسترخاء.</p>	<p>حسيية فارس</p>	<p>تمارين استرخاء</p>
<p>يُصغي الأطفال لِقِصَّة " فَنَاءَ مِنَ الْفَضَاءِ الْخَارِجِي"، لمُساعدتهم في اتِّخَاذُ الْقَرَارَات.</p>	<p>حياة راشد</p>	<p>اتخاذ القرارات</p>