



הורים יקרים!

בתקופה מאתגרת זו כשאנו נמצאים עם הילדים זמן ארוך כל כך בבית הכנו לכם חברת עם רעיונות לפעילויות בדגש על רעיונות זמינים וישומיים. חלקם עם אביזרים נוספים או דורשים הכנה ואז אפשר לשלב אחים גדולים ולרתום אותם לענין, וחלקם ללא צורך בשום דבר!!!

פעילות חישתית- סנסורית

פעילות בתחושה מתאימה לילדים מגיל 0 ועוזרת כדי למנוע \ לטפל בבעיות של ויסות חושי אצל ילדים.

משחק עם חומרים-מים, חול קינטי, קצף, צבעי ידיים, פלסטלינה, לישת בצק

בסוף החוברת מצורף נספח עם 2 מרשמים לחול קינטי ולבצק משחק, זמין הרבה יותר מהם יש לנו את החול הפשוט בחצר, מלאו דלי בחול מהחצר, שפכו על הרצפה והרי לכם פעילות מתאימה לילדים כמעט בכל גיל 😊 כמובן ניתן ורצוי להוסיף מגוונים שיתנו ענין: כלי חול או כלים חד פעמיים, קשי נשיפה, פקקים, בלונים (רק בהשגחת מבוגר) וכל דבר שיכול ליצור ענין.

מדרכי תחושה- חשיפה של כפות הרגליים והידיים למרקמים שונים:

דריכה על תבניות ביצים, זחילה\הליכה על מדרכי תחושה שונים ועיסוק בהם.

את המדרכים אפשר להכין מכל מה שיש לכם בבית: ספוגים בדרגות קושי שונים, סמרטוטי מיקרופייבר חדשים, קשי שתיה, פקקי בקבוקים משתי הצדדים שלהם, קרטון גלי, פקקי שעם, צמר גפן, עיניים זזות, כפתורים, בדים שונים מסוודרים ישנים, סטן מבריק, וכל מה שיעלה על דעתכם!!

תתחילו לאגור דברים, מקסימום תביאו אותם אח"כ למעון, תמיד נשמח לקבל! 😊



פעילויות של הפה

מחזקות שרירי הפה ועוזרות בפיתוח שפה בעיקר בילדים עם קשיי היגוי (גם גדולים יותר)

שתייה של מעדן מקש

נשיפה על פונפונים



נשיפה בקש במבוך מפלסטלינה



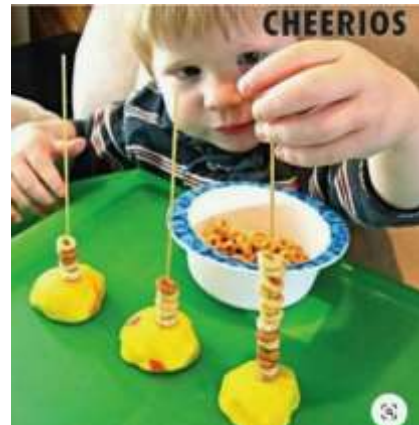
נחש בועות סבון - קחו בקבוק, חתכו את החלק התחתון, השאירו את הפיה עם עוד כשליש בקבוק, הלישו גרב על הבקבוק וטבלו בצלחת מלאה במים וסבון כלים, נשפו לתוך פית הבקבוק וגלו את נחש הקצף..... הפעילות מתאימה לחצר או לאמבטיה.



פעילויות לפיתוח מיקוד ומוטוריקה עדינה:

השחלה:

השחלת דגני בקר טבעות על שיפודים \ מנקה מקטרות. אם זה על מנקה מקטרות-
 תוכלו לקשור אותו בסוף לצמיד.



קשרו על סלסלה קורי עכביש וכלאו בתוכה פריטים מענינים, תנו לילד לחוות את הסיפוק בסוף
 התהליך המסובך...



השחלת מנקי מקטרות בתוך מסגרת.



פעילות תנועתית

פיתוח מוטוריקה גסה, יציבות ושיווי משקל, חיזוק חגורת כתפיים.

להרגעה-תנועה איטית, חלשה וישרה-הליכה

נדנוד להגברת עוררות-תנועה מהירה, עוצמתית, סיבובית קרוסלה, הנפות באוויר, גלגולים.
 פעילות שמשלבת משקל או מגע חזק, הליכת מריצה, לחיצות על הגוף

משחק בקופסאות קרטון - תנו לילד להתקפל בתוך קרטון ולצבוע אותו מבפנים. כשהקרטון עשה
 את שלו, פרסו את הקרטון וסמנו עליו כפות רגליים וידיים במקומות שונים ותנו לילד מטלה לקפוץ
 מסימון לסימון.

ערסל מסדינים ישנים

פעילויות לחיזוק חגורת הכתפיים

חולשה של חגורת הכתפיים משפיעה גם על המוטוריקה העדינה. ילד שחגורת הכתפיים שלו לא מחוזקת דיה יתקשה בהמשך בכתיבה (ולא רק) בגילאי בית הספר, מה שאומר שככל שנקדים וניתן לילדים בגילאי המעון תרגילים ופעילויות שיחזקו את חגורת הכתפיים נעזור להם בטווח הקרוב והרחוק.

ביצוע מטלות בגובה העיניים - דרגת קושי קלה או מעל גובה הכתף - לדרגת קושי גבוהה יותר. לדוגמה במטלות של כתיבה וציור דרך עבודה על לוח מחיק שתלוי על הקיר או הדבקת דף עבודה על הקיר. (אפשר להשתמש בדפים גדולים לבנים שמשמשים לציפוי ארונות, אם נשארו לכם מפסח)

כאן בתמונה תראו את הפעוט משחק בשקית פסגור מלאה בצבעי ידיים שתלויה מעל גובה הכתפיים. (מנסיון אישי תשימו שקית בתוך שקית)



ביצוע פעילויות (ציור, משחקי קופסא ועוד) בשכיבה על הבטן כך שהילד נדרש לשאת משקל על הידיים/ האמות לצורך ביצוע הפעילות.

כך ברעיון הזה: מסלול כסאות לזחילה ובכל פעם שמגיעים לסוף המסלול השחלת חרוז לתוך מוט עדין בתנוחת שכיבה על הבטן וחזור.

ביצוע פעילויות בעת ישיבה צידית על הרצפה - רגליים לצד אחד ונשענים על יד בצד שני כך שיש יד חופשיה לביצוע הפעילות. יש לדאוג לחילוף לצורך תרגול דו צדדי.

עזרה בנשיאת חפצים כבדים - שקיות מצרכים, דחיפת שולחנות, הרמת כסאות.

לשכב על הרצפה מתחת שולחן נמוך \ כסא ולהדביק מדבקות \ לצבוע בטושים על דף התלוי מתחת המושב.

הליכת מריצה - הילד הולך על ידיו ומבוגר יחזיקו באזור האגן או בירכיים.

על כסא - לשכב על הבטן ולהרים את הראש ולפתוח את הידיים כמו כנפי ציפור
תליה על מתח - למתוח חבל דק בגובה כזה שכפות רגליו של הילד נוגעות בקרקע





מתכון לבצק משחק ביתי

ההנאה המיוחדת היא להכין יחד עם הילד את הבצק, אפשרו לילד למזוג את המים הקמח ושאר החומרים לקערה ולושו יחד איתו את הבצק.

הוראות הכנה:

2 כוסות קמח

כוס מלח רגיל

רבע כוס צבע גואש

רבע כוס שמפו+מרכך

כרבע עד חצי כוס מים חמימים

לערבב הכל יחד וללוש לבצק רך ונעים

במידת הצורך להוסיף קמח או מים (השמפו והמרכך נותנים לבצק רכות וריח נעים)

רעיונות לשדרוג: הוסיפו גרידת לימון או נענע קצוצה לניחוח מעניין (במקום השמפו והמרכך)

הוסיפו זרעי קימל או קטניות ליצירת מרקם שונה ומחוספס. !

מתכון לחול קינטי מצוין והכי קל שקיים:

קילו קמח

כוס שמן תינקות

(צבע מאכל)

הכי חשוב!!!!!!

בסיום קריאת החוברת הזו, סמנו לכם 2 מהפעילויות שהכי אהבתם והחליטו לבצע אותם מחר!!!!!! כך תעשו גם מחר וחליטו על 2 פעילויות ליום שאחרי.

חכו לחיבוקי התודה מהילדים!