



גן השעשועים

- מגלשה
- נדנדה
- קרוסלה



יציאה למרחב ציבורי

- משחק בחול
- פעילות מרחבית
- משחק בכדור
- אופניים



בבית ובחוץ

- בועות סבון
- השחלת שרשראות
- מיון
- הברגות
- ציור
- השחלות





שואם לכם,

הכלים שלפניכם מדגימים את האפשרויות, למצות הזדמנויות בכל אחת מהפעילויות השגרתיות בסיטואציות הטבעיות **המזדמנות לנו בשגרת היום יום**.

כל פעילות אותה מבצע הילד יחד איתכם מהווה אימון התפתחותי ועוזרת לו ביכולות ארגון וחשיבה ומטפחת את דימויו העצמי. העבודה אמנם אורכת זמן רב יותר, אך היא הופכת להיות מהנה כבילוי ויעילה כמעט כשעת טיפול.

פעילות בחברת אחים, בני משפחה וחברים עשויה להיות גם הזדמנות לטפח מיומנויות חברתיות של פרגון והתחשבות.

תוך כדי פעילות ניתן להעצים את הילד על ידי תיאור פשוט של הפעולות שהילד עושה (לדוגמא: אני רואה שאתה בונה מגדל גבוה), כדי לספק לו תחושת נראות (הרגשה שאנחנו שמים לב אליו ולפעולותיו), ולעודד ולהחמיא לו על הפעולות שמבצע ועל המאמצים להשגתן.

כמובן אם נתקלים בבעיה או בקושי פונים למומחים בהתפתחות הילד.

איוולוים להרקה רגעים
של אהבה, כיל והנאה

הצוות המקצועי בסולם



גן השעשועים

התארגנות לפני היציאה לגינה:

נשתף את הילד בשותפות ובאחריות ונתייעץ עימו מה צריך לקחת, על מנת לפתח חשיבה ושפה. (למשל: להכין תיק עם כלים לחול, בקבוק מים, פירות).

יש לתת לילד אחריות לתפקיד מסוים ולגוון מידי פעם את התפקידים. כדאי לדבר עם הילד לפני ההליכה לגינה מה רוצים להספיק, כמה זמן נשהה בגינה ועוד.

פעילויות:

כדאי לשים לב לפעילויות בהן הילד מתנסה, וחשוב מאד שיתנסה במגוון פעילויות. למשל, ילד שאוהב רק לשחק בחול, יתכן שהוא חושש מפעילות במתקנים. כשאמא נמצאת ליד הילד, הוא מרגיש בטוח יותר ולכן מוכן להתנסות גם במתקנים בהם הוא מתקשה או חושש.

חשוב להרחיב את מגוון הפעילויות בכל מתקן.



בדרך אל...

כדאי לנצל את ההליכה לגינה להנאה המשלבת אימון תנועתית: ריצה, דילוג, קפיצות בשתי רגליים קדימה, קפיצה על רגל אחת, הליכה לאחור, הליכה על גדר או על שפת מדרכה, הליכה בעיניים עצומות עם יד של אמא.



מגלשה

פעילויות במגלשה:

- **סולם** - לנסות לעודד את הילד להשתמש בשתי רגליים לסרוגין (רק רגל אחת על שלב אחד בסולם בכל פעם) כמו בכל פעילות אחרת לשים לב ליכולות שלו לעודד אותו, לא להכריח.
- **לגוש בישיבה.**
- **לגוש בשכיבה** – ראש למעלה וראש כלפי מטה.
- **לגוש על הבטן והגב.**
- **לטפס מלמטה כלפי מעלה** – מחזק מאוד את שרירי חגורת הכתפיים והצוואר. (חגורת כתפיים חזקה חשובה לשליטה בעיפרון / מזלג ועוד)

אלאו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- הטיפוס למגלשה מצריך **תאום עין-יד ועין-רגל**
- הטיפוס למגלשה מסייע **לחיזוק השרירים**
- הטיפוס גורם לניתוק מהקרקע **ולתחושת שליטה** של הילד על עצמו
- הגלישה במגלשה מאפשרת קבלת התנסות שעוזרת **להתפתחות המוח, ולתחושת הצלחה** של הילד כלפי עצמו וכלפי החברה.

נדנדה

פעילויות בנדנדה:

- נדנוד בישיבה.
 - לילדים גדולים נדנוד בעמידה.
 - עידוד משחק בין אחים או חברים לפי תור.
- אחד מתנדנד ואחד דוחף וכך מרוויחים מספר דברים: קבלת גרייה, חיזוק הידיים בדחיפה וגם שליטה על העוצמות, תוך התחשבות ברצון של הילד המתנדנד.

לאן מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- הגירוי התנועתי חשוב להתפתחות מוחית ויש לו השלכות לכל תחומי הלמידה בעתיד, וכן להתפתחות יכולת מוטורית ושפתית.
- בנדנדה חשוב להתייחס לעוצמות שונות, גם כאן לעודד גיוון בלי להכריח. למשל ילד שמבקש נדנוד איטי, לנסות כל פעם להגביר את העוצמה.
- ילד שמתנדנד בעוצמה חזקה, חשוב לאפשר לו זאת, תוך שימת לב לחוקי הזהירות.
- הפעלת הגב והרגליים על מנת להצליח לנדנד את הנדנדה באופן עצמאי.

קרוסלה

פעילויות בקרוסלה:

- לשים לב לאופן העלייה של הילד, לנסות לפרק איתו את הפעילות. למשל: ילד שרוצה לעלות לקרוסלה בזמן שהיא מסתובבת,
- מה אני צריך לעשות?
- אפשר להסתובב בעמידה תוך כדי אחיזה
- לשבת עם הפנים כלפי חוץ
- ירידה מהקרוסלה, מתי אני יורד, חשוב ליכולת התזמון
- איך הילד מבקש עזרה כדי לרדת?

לאן מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- התנועה הסיבובית מפתחת את יכולת שיווי המשקל ואת היכולת השפתית.



יציאה למרחק ציבורי



משחק בחול

לאילו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- **התנסות תחושתית** - מפתחת היכרות של מגע עם חומר. חוש המישוש חשוב לחקירת הסביבה והעצמי. מידע מחוש המישוש יכול להיות מרגיע או מעורר, לפי אופי הילד ואופי הפעילות.
- בחול יש לילד אפשרות להפעיל כח - מפעיל את שרירי כף היד והאצבעות, התנסות חשובה למוטוריקה עדינה ובעתיד לאחיזה נכונה וכתיבה.



פעילות מרחקית

פעילויות במרחק:

- משחק "1.2.3. דג מלוח"
- משחק "תופסת" או "מחבואים"
- אימון בקפיצה ב"חבל" או "גומי"
- משחקים בעיניים עצומות כמו "פרה עיוורת", או זיהוי חפצים/ מאכלים במישוש.

לאילו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- התמצאות מרחבית
- תכנון תנועה
- הקשבה לכללים
- ויסות תנועתי ורגשי
- אינטראקציה חברתית



משחק בכדור



כדור הוא אביזר פשוט אך נפלא מצד השמחה שהוא מפיק מהילדים ומצד היכולות הרבות שהוא יכול לשכלל.

פעילויות בנדנדה:

- גלגול הכדור מאחד לשני **תוך ישיבה על הרצפה.**
- **מסירות דרך האוויר** או דרך הקפצה על הרצפה.
- **מסירות במנחים שונים** כמו: עמידה, ישיבה על כסא, ישיבה מזרחית על הרצפה, עמידת ברכיים ועוד.
- **מסירה עצמית** - הילד מקפיץ את הכדור באוויר או על הרצפה ותופס אותו.
- מסירות לקיר ותפיסה.
- כדרור עם **יד אחת.**
- **קליעה לסל** - כשהסל יכול להיות פח, דלי או קערה גדולה.
- **בעיטה ברגל** בכדור שעומד במקום או בכדור שמתגלגל אל הילד.
- **עצירת בעיטה** של כדור המתגלגל אל הילד בעזרת הרגל.

לאילו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- תכנון תנועה
- תאום בין הידיים
- תאום עין - יד
- ויסות כוח
- חיזוק השרירים
- תקשורת בינאישית והרבה הנאה



הידעת?

אופניים

באת רכיבה על אופניים ילדך מפתח:

- שיווי משקל
- תכנון במרחב
- עבודה לסירוגין בין הרגליים
- פיתוח הרגלי זהירות
- פיתוח המשחק הדמיוני - לאן נוסע, ניווט ועצירה ברמזור או במקום דמיוני אחר ועוד, מפתחים את כישוריו הרגשיים והחברתיים של הילד





בקית והחולץ



בואות סבון

פעילויות בבואות סבון:

- ילד יפריח ואחיו יפוצץ את הבלונים ויתחלפו ביניהם
- ניתן לערבב בסבון צבע, לנשוף את בועות הסבון מול נייר לבן, תתקבל יצירה אבסטרקטית.
- אפשר לפתח מיומנויות ספירה כשיתחלפו אחרי כל חמישה בלונים וכדו'.

אלאו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- חיזוק שרירי הפה
- תכנון תנועות הפה
- אינטראקציה חברתית

טיפ רגשי

עם כל בועה, הילד יפריח מילים טובות לאויר (שלום, שלווה, כיף, אהבה וכו')
הילד ישתמש במקל היוצר בועות, כמכשיר קסמים שעוזר לראות דברים בעין טובה.

הסבון המוצלח ביותר הוא פיירי – נוזל לניקוי כלים עם מים ומעט אבקת אפייה

השתלת שרשראות



פעילויות בהשתלה:

ניתן להשתמש בפסטה לא מבושלת, דגני בוקר טבעתיים, בייגלה, פופסים או ביסלי, ולהשחיל על חבל יציב דיו.
לילדים צעירים יותר להשחיל על שיפוד יציב שקצותיו קטומים.

אלאו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

הרמת חפצים ופריטים קטנים מהשולחן דורשת קואורדינציה טובה ומשפרת את יכולת הפרדת האצבעות כמוכנות לאחיזה תפקודית.

טיפ רגשי

שרשרת של מעשים טובים:
כל חרוז יסמל מעשה טוב שהילד עשה



מיון

פעילויות במיון:

- **למשחק משותף** - הניחו בכף היד שלכם מספר חפצים קטנים (פטריות פלסטיות למשחק, כפתורים, חרוזים) ובקשו מהילד להוציא מספר מסוים של חפצים ("תן לי בבקשה שלושה חרוזים כחולים").
- מיון למספר ערימות נפרדות.
- מיון אחר (ומועיל יותר...) הוא של הצעצועים המבולגנים: לפי צבעים / צורות / קופסאות וכד', כמו גם מיון מוצרי הקנייה השבועית (מה שייך למקרר / לארונות / לסלסילת הירקות)

אלו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- שיפור המוטוריקה העדינה
- תפיסה שמחזקת הפרדת אצבעות כמוכנות לכתיבה
- הבנת הוראות
- פיתוח שפה – מיון החפצים ושיומם לפי קטגוריות או לפי צבע / צורה וכד'
- פיתוח חשיבה

בזהירות! כדי למנוע סכנת חנק כדאי להציע לילדים להתנסות באחיזה ותפיסה של מאכלים קטנים כדוגמת אפונה, דגני בוקר, קטניות, כפתורים, סוכריות, גפרורים.
ילדים גדולים יותר יכולים לנסות ולתפוס סוכריות קישוט קטנטנות לעוגה המפוזרות על צלחת.

הברגה

פעילויות בהברגה:

- לשמור צנצנות וקופסאות הברגה שונות מפלסטיק ולתת לילדים לפתוח ולסגור המכסים.
- לדוגמא בקבוק קטשופ, צנצנות תבלינים בקבוקון של תמצית וניל ועוד.

- **רעיון למשחק בו משתתפים מספר ילדים:** לכל ילד קופסת הברגה ושקית עם ממתק קטנטן (כמו: שקדי מרק, דגנים, סוכריות קטנות) כל ילד פותח את המכסה, מכניס ממתק, סוגר ומעביר לילד שליידו, הילד שליידו פותח ומכניס את הממתק שלו, סוגר ומעביר. בסוף הסיבוב כל ילד מקבל בקבוק ואוכל.

אלו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- תאום עין יד
- חיזוק קשתות כף היד
- הפרדת אצבעות
- התאמת גודל ועוד



ציון

פעילויות בציון:

- ציון במכחולים בגדלים שונים, בצבעים שונים: צבעי שמן, פנדה, עפרונות, טושים, גואש וצבעי ידיים – את סוג הצבעים כדאי להתאים לגיל הילד וליכולותיו. צבעים עבים (כמו צבעי שעווה) ועפרונות קטנים יתאימו לידיים קטנות ולא מנוסות. ילדים שנרתעים מעפרונות ומכחולים יכולים להתנסות בתחילה ב'ציון' על משטח קצף או בצבעי אצבעות.
- שימוש בצבעים קטנים ושבירים- מחזקת את יכולת הפרדת האצבעות
- דרך מצוינת אחרת לחזק את כף היד היא לתת לילדים "שפריצר" של מים (המשמש להשקיית עציצים), מלא במים וצבע מאכל, ולצייר בעזרתו על גבי דפים גדולים.

לאילו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- אחיזה נכונה
- מושגים
- חיזוק חגורת כתפיים
- מושגי מרחב
- הקניית צורות גרפיות
- צבעים

השאלות

פעילויות בהשאלה



כמעט כל קופסא יכולה לשמש למטרה זו.

- לתוך הקופסאות/ בקבוקי פלסטיק אפשר להשחיל חפצים הקיימים וזמינים בבית – אטבים, מטבעות (זהירות – בשל סכנת בליעה וחנק מוטב שלא לתת מטבעות קטנים מחצי ש"ח לילדים מתחת לגיל 5), כדורים קטנים, לפעוטות וילדים צעירים אפשר להשאיר את הקופסא בלא מכסה, כך שיווצר פתח רחב דרכו ישחילו את החפצים.
- ילדים גדולים יותר, וכאלה שמיומנות המוטוריקה העדינה שלהם טובה יותר, יכולים להיות מאותגרים בעזרת חריץ במכסה הקופסא – אפשר לחרוץ חריץ רחב, צר או בצורת X, לבחירתכם, בעזרת סכין יפני.
- את הקופסאות אפשר לקשט ביחד עם הילדים, כדי שימשכו אליהן ואל המשחק בהן.

לאילו מרכיבי תפקוד זה יכול לעזור?

- השחלה משפרת יכולת של תאום בין הידים, אחיזה והתפיסה של החפצים לחוט שיפור עובדת על מוכנות לאחיזת עפרון נכונה.
- תפיסה חזותית מרחבית.
- הכנסת חפצים לחור קטן משפרת את יכולת האומדן (הילד צריך לכוון את החפץ בדיוק מול החור, ולהתאים גודל מתאים שבטוח יכנס לחור שנוצר). ככל שהילד גדול יותר יוכל להתנסות בחור מדויק יותר.
- פיתוח שפה: צורות, גודל, צבע. להכניס / להוציא / להפוך / בתוך / מחוץ.