

בהכשרתו זה מובא לקורא סיכום יישומי של שני הפרקים הקודמים שפורסמו בהכשרתו 26 ו-27 אשר עסקו בקבוצה הקטנה בחינוך גופני בגן הילדים.

**הפרק המלא נמצא בחוברת: "העבודה בקבוצה הקטנה בגן הילדים בתחום החינוך בגופני ובשילוב עם תחומי דעת וכישורי חיים", כתבה וערכה: מיכל טל, אוגוסט 2012**

להלן מוצעות מגוון פעילויות תנועתיות בחינוך גופני לקידום התחום התנועתי בגן או לשילוב עם תחומי דעת וכישורי חיים נוספים.

הפעילויות מתאימות לעבודת הגננת ולעבודתו של איש חנוך גופני, הן לפעילות במסגרת הגן כולו והן לעבודה בקבוצה הקטנה בהתאם לצורכים ושיקולי הדעת שלהם.

לכל הפעילויות המוצגת קיים פירוט אודות: המטרות שניתן להשיג באמצעותה ברמת הגננת, המטרות ברמת הילד, הוראות התארגנות, ציוד נדרש, מהלכה ואפשרויות לגיוונה.

מומלץ להתייחס לפעילויות ולרעיונות המוצגים בפרק כבסיס להתנסות וללמידה ומתוך כך לצאת לפתח, לשנות וליצור פעילויות רבות אחרות על יד הגננת וילדי הגן.

**להלן טבלא המרכזת את שמות הפעילויות ומטרתן העיקרית**

מטרת הפעילות	שם הפעילות	
שיכלול יכולת ההתקדמות במרחב וחיזוק הגוף	גומי כל יכול 1	1
שכלול תנועות גלגול תפיסה וזריקה והכרת מושגי יחס במרחב	גומי כל יכול 2	2
הכרת הגוף והמללת התנועה באמצעות משחק תנועתי מוכר.	"גמד ביער"	3
שילוב תנועה וחגי ישראל	תופסת חנוכה	4

## גומי כל יכול 1

### שיכלול יכולת ההתקדמות במרחב וחיזוק הגוף

<ul style="list-style-type: none"> <li>שיכלול תנועות בסיסיות : זחילה, ניתור ונחיתה, התקדמות על 4+6.</li> <li>נשיאת משקל הגוף על איברים שונים לחיזוק העצמות.</li> <li>המחשת מושגי יחס במרחב באמצעות התנסות תנועתית: מתחת, לצדדים, לפני, לאחור, על...</li> </ul>	<p>מטרות</p> <p>מה ניתן לקדם באמצעות הפעילות</p>
<p>להצליח לפעול לבד ועם חבר בעזרת הגומי המתוח בהתאם למשימות שהגננת מנחה ובהתאם למה שהוא ממציא.</p>	<p>מטרות הפעילות ברמת הילד</p>
<p><b>יחיד</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>מעבר מעל הגומי - כל ילד בדרכו.</li> <li>זחילה מתחת לגומי - כל ילד בדרכו.</li> <li>מעברים מעל הגומי בהנחיית הגננת:</li> <li>משתי רגליים לשתי רגליים</li> <li>מרגל אחת לשתיים</li> <li>בקפיצה הצידה</li> <li>צעד ריצה מקדים לפני המעבר</li> <li>רגל אחרי רגל....</li> <li>ידיים עוברות ראשונות</li> <li>מעבר מתחת לגומי בהנחיית גננת:</li> <li>בשכיבה על הגב, ראש מוביל תנועה.</li> <li>על הגב, רגליים מובילות תנועה.</li> <li>בשכיבה על הבטן, ראש מוביל תנועה.</li> <li>על הבטן, רגליים מובילות תנועה</li> </ul> <p><b>בזוגות</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>מעבר מעל הגומי, כל זוג בדרכו,</li> <li>מעבר מתחת לגומי, כל זוג בדרכו,</li> <li>מעבר מעל ומתחת הגומי בהנחיית גננת:</li> <li>גב אל גב</li> <li>יד אל יד</li> <li>פנים למול פנים</li> </ul>	<p>מהלך הפעילות</p>
<p>גומי בצבע נראה באורך 3 מטרים</p>	<p>ציוד נדרש</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>מעבר בזוגות תוך התייחסות ליחסים המיקום של בני הזוג</li> <li>מעבר אחד אחרי השני ללא מגע בן בני הזוג</li> <li>מעבר אחד אחרי השני תוך יצירת מגע בן בני הזוג</li> <li>האחד לצדי השני</li> <li>האחד מעל והשני מתחת</li> </ul>	<p>אפשרויות לפיתוח ולגיוון</p>

הערות	<ul style="list-style-type: none"> <li>• בעבודת יחידים ניתן להפעיל 2-3 ילדים ביחד למול הגומי המתוח, למנוע מהמתנה ממשוכת.</li> <li>• גובה הגומי ניתן לשינוי בהתאם למשימות.</li> <li>• ניתן למתוח את הגומי כך שצדו האחד נמוך ביחס לצדו השני ולאפשר לילדים לבחור המקום על הגומי בהתאם ליכולת ולביטחון.</li> </ul>
-------	--

מתוך: "העבודה בקבוצה הקטנה בגן הילדים בתחום החינוך בגופני ובשילובו עם תחומי דעת וכישורי חיים", כתבה וערכה: מיכל טל, אוגוסט 2012

## גומי כל יכול 2

### שכלול תנועות גלגול תפיסה וזריקה והכרת מושגי יחס במרחב

מטרות	<ul style="list-style-type: none"> <li>• שיכלול תנועות בסיסיות: זריקה ותפיסה.</li> <li>• המחשת מושגי יחס במרחב: מתחת, לצדדים, לפניים, לאחור, על... פיתוח הרגישות לשתף במשחק את כל חברי הקבוצה.</li> </ul>
מה ניתן לקדם באמצעות הפעילות	להצליח בפעילות עם כדור ובלון בזוג ובקבוצה: זריקה, גלגול, תפיסה
מטרות הפעילות ברמת הילד	<ul style="list-style-type: none"> <li>• מתיחת גומי בן שני כסאות בגובה ברכיים, הנחיית הגננת:</li> <li>• גלגול הכדור מתחת לגומי לעבר החבר.</li> <li>• בזוגות -האחד למול השני משני עברי הגומי.</li> <li>• עמידת פיסוק גב מופנה לגומי -גלגול הכדור בן הרגליים לעבר החבר</li> <li>• הקפצת הכדור דרך הרצפה לכיוון החבר שממול, מבלי לזוז מעמדתך.</li> <li>• ילדים ימציאו רעיון משלהם בישיבה /עמידה.</li> <li>• <b>משחקון" מעבר לעננים"</b> ( כדור רשת)</li> </ul> <p>מתיחת גומי בגובה הכתפיים של הילדים, שתי קבוצות משני צדי הגומי, כל קבוצה מונה 2-4 ילדים.</p> <p>על הילדים למסור זה לזה את הבלון בתוך הקבוצה ואחרי שכולם נגעו בבלון יש להעיפו לקבוצה השנייה שמעבר לעננים) לגומי, (הקבוצה השנייה מבצעת את אותו מהלך, וכך הלאה.</p>
מהלך הפעילות	<ul style="list-style-type: none"> <li>• כדור ספוג, לכל זוג כדור.</li> <li>• גומי בצבע נראה באורך 3 מטרים</li> <li>• בלון גדול</li> </ul>
ציוד נדרש	<ul style="list-style-type: none"> <li>• כדור ספוג, לכל זוג כדור.</li> <li>• גומי בצבע נראה באורך 3 מטרים</li> <li>• בלון גדול</li> </ul>
אפשרויות לפיתוח ולגיוון	<p><b>משחקון" ים יבשה"</b></p> <p>מתיחת הגומי בן מספר כסאות כך שתיווצר צורה סגורה.</p> <p>מנחה מהילדים מכריז ים / יבשה והילדים פועלים בהתאם.</p> <p>ניתן להכריז על צורות מעבר שונות בן הים ליבשה: קפיצת צפרדע, קפיצה הצידה, מרגל לרגל, בהליכת.... 4</p>

	הערות
--	-------

מתוך : "העבודה בקבוצה הקטנה בגן הילדים בתחום החינוך בגופני ובשילובו עם תחומי דעת וכישורי חיים", כתבה וערכה : מיכל טל, אוגוסט 2012

### "גמד ביער"

**הכרת הגוף והמללת התנועה באמצעות משחק תנועתי מוכר.**

<p>היכרות , שיום והמללת איברי הגוף ופעולותיו. פיתוח תיאום בן איברי גוף שונים. פיתוח המודעות לגוף באמצעות נטרול חוש הראייה</p>	<p>מטרות מה ניתן לקדם באמצעות הפעילות</p>
<p>לזהות מיהו הגמד הנחבא ביער.</p>	<p>מטרות הפעילות ברמת הילד</p>
<p>ילד אחד מתחת לשמיכה קלה במרכז המעגל. הילדים במעגל מדקלמים השיר בסיומו נותנים הוראות כל אחד בתורו, אילו איברים יש להוציא מחוץ לשמיכה, למשל: הושט יד, כף רגל, רגל, מרפק, אצבעות, ברך... כל אותה עת הילדים במעגל מבצעים אף הם את המטלות ממקום מושבם.</p>	<p>מהלך הפעילות</p>
<p><b><u>שמיכה קלה ונעימה</u></b> <b><u>הדקלום</u></b> <b>"גמד קטן ביער לא נע ולא זז</b> <b>והוא חובש מצנפת, מצנפת של זהב</b> <b>מיהו הגמד הזה שיושב כול כך יפה"?</b> <b>גמד גמד הוצא / הנע / הפעל / השמע / נוע.....</b></p>	<p>ציוד נדרש</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• הוצאה של שני איברים באותה עת.</li> <li>• הפעלה של מספר ילדים המתחבאים מתחת לשמיכה בעת ובעונה אחת.</li> <li>• מתן הוראות במרחב הכללי 2, צעדים קדימה, להתקדם על 4 לזחול, לקפוץ שתי קפיצות, להסתובב ללכת אחורה ועוד) ..במקביל פועלים ילדי המעגל באותן משימות.</li> <li>• הפגשה של איברים זהים או שונים עם עמית.</li> </ul>	אפשרויות לפיתוח ולגיוון
	הערות

**מתוך : "העבודה בקבוצה הקטנה בגן הילדים בתחום החינוך בגופני ובשילובו עם תחומי דעת וכישורי חיים", כתבה וערכה : מיכל טל, אוגוסט 2012**

### תופסת הסביבוניס והנרות

#### שילוב תנועה בהקשר של חגי השנה

<p>1. הילדים יידמו את גופם ויניעו אותו בהתאם לסמלי החג הבאים נר, סביבון .</p> <p>2. הילדים יכירו את המושגים : ציר, מעגל וסיבוב באמצעות גופם ותנועתם.</p> <p>3. הילדים יתנסו במצבים הדורשים שינויי כיוון במרחב תוך התנסות בעצירה ובלימת הגוף.</p> <p>4. הילדים ישכללו את התנועות הבסיסיות : ריצה, רדיפה, בריחה והתחמקות במרחב.</p>	מטרות מה ניתן לקדם באמצעות הפעילות
<p align="center">כתופס לתפוס כמה שיותר ילדים כבורח להתחמק בזריזות ולהציל חברים שנתפסו</p>	מטרות הפעילות ברמת הילד
<p>כל ילד בקבוצה מקבל מדבקה אחת, כך שבכל קבוצה יש את מגוון המדבקות באופן שווה פחות או יותר.</p> <p align="center"><u>הפעילות</u></p> <p>הגננת מסובבת סביבון, ממתנינים לנפילתו, מצהירים בקול על האות שהסביבון מורה עליה.</p> <p>הילדים בעלי המדבקה של האות נהפכים לתופסים, כל שאר בורחים בגבולות מוגדרים.</p> <p>ילד שנתפס - הופך לנר - מדמה גופו לנר.</p> <p>הצלה - על ידי שאר חברי הקבוצה שאינם תופסים, על ידי הסתובבות סביבו סיבוב מלא באופן המדמה תנועה של סביבון.</p> <p>החלפת תופסים – תעשה על ידי הגננת או בעל תפקיד כל מספר שניות, ע"י סיבוב מחודש של הסביבון.</p>	מהלך הפעילות

<p>1.מדבקות כמספר ילדי הגן, כל מדבקה נושאת את אחת מהמילים הבאות :  "נס", "גדול", "היה", "או" פה ."  2.סביבון גדול הניתן לצפייה גם מרחוק.</p>	<p>ציוד נדרש</p>
	<p>אפשרויות לפיתוח ולגיוון</p>
<p><u>התארגנות יעילה בקבוצה גדולה</u>  חלוקת הגן לקבוצות בנות 10-12 ילדים, כל פעם קבוצה אחרת פועלת לסירוגין למשך 2 דקות לערך והשאר צופות. כל ילד בקבוצה מקבל מדבקה אחת, כך שבכל קבוצה יש את מגוון המדבקות באופן שווה פחות או יותר.</p>	<p>הערות</p>

**מתוך : "העבודה בקבוצה הקטנה בגן הילדים בתחום החינוך בגופני ובשילובו עם תחומי דעת וכישורי חיים", כתבה וערכה : מיכל טל, אוגוסט 2012**