



# מרחב משפחתי לזמן חירום 4

## פעילויות ומשחקים לכל המשפחה

משפחות יקרות,

בימים אלה חשוב להשתדל וליצור שגרה קבועה ומרגיעה עבור הילדים. אנו מציעים לכם לקחת חלק ב"מרחב משפחתי לזמן חירום" זמן של משחק משותף והנאה בחיק המשפחה. הפעילויות מיועדות להורים, לילדים הצעירים והבוגרים ולכל המשפחה.

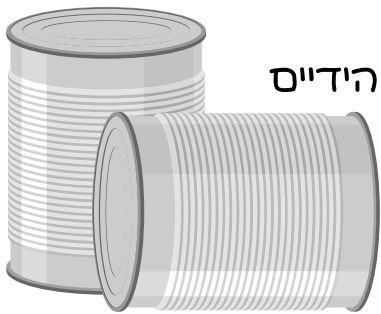
הפעם ננוע, נחזק את שרירי הגוף, ניצור ונשחק עם קופסאות שימורים. הכינו מראש קופסאות שימורים, קופסה אחת לפחות לכל בן משפחה. רצוי להשתמש בקופסאות בגדלים שונים (קופסאות תירס גבוהות, קופסאות שטוחות של טונה ועוד). במידת האפשר הכינו מראש גם חומרי יצירה כמו ניירות צבעוניים וטושים.



### משחקי קופסאות

#### פעילות בתנועה - מגלגלים ומתגלגלים

**מגלגלים ומתמסרים:** בני המשפחה יושבים במעגל על הרצפה ומגלגלים את קופסת השימורים מהאחד לשני. הוסיפו וגלגלו במקביל קופסאות נוספות, בהתאם למספר המשתתפים ולגיל הילדים.



**תרגילי מתיחה:** יושבים בפסוק על הרצפה, מניחים את שתי הידיים על קופסת השימורים, מגלגלים קדימה ומותחים את הגב והידיים.

ילדים צעירים יכולים לשכב על הבטן ולגלגל את הקופסה.

חזרו על התרגיל, הפעם שבו על כיסאות ונסו לגלגל את הקופסה עם הרגל.

**גלגולים:** הניחו קופסה אחת על הרצפה כנקודת התחלה וקופסה נוספת

כנקודת סיום. כל בן משפחה בתורו מתגלגל "גלגול עפרון" (מהבטן לגב

ומהגב לבטן), עד שמגיעים מנקודת ההתחלה לנקודת הסיום.

**גלגלי טונה:** העמידו כיסא כ"שער" ונסו לגלגל קופסת טונה בזהירות מתחת

לכיסא.



# מרחב משפחתי לזמן חירום 4

## פעילויות ומשחקים לכל המשפחה

### עיסוי משפחתי מפנק

כל בן משפחה בתורו מעביר בעדינות את קופסת השימורים על ידו של בן משפחה אחר, מגלגלים לאט מכיוון הכתף לכיוון שורש כף היד ובחזרה. לילדים צעירים תנו קופסאות קטנות וקלות שהם יכולים לאחוז בקלות. באותו אופן אפשר לעשות עיסוי לגב ולרגליים. משפחות עם ילדים גדולים יכולות לשבת בטור על הרצפה, וכל אחד עושה עיסוי גב לבן המשפחה שיושב לפניו (בו-זמנית).

### קופסאות ומקצבים

תופפו יחד על קופסאות השימורים וצרו תזמורת כלי הקשה משפחתית. העמידו קופסאות שימורים בגדלים שונים.



פעוטות וילדים צעירים יכולים לתופף קלות עם הידיים או עם כפות עץ, לחקור ולבחון את הקולות שניתן להפיק עם כלים שונים על קופסאות שונות. ילדים בוגרים יכולים להקיש עם כף מתכת או עם אביזר אחר שיבחרו.

ילד אחד מקיש והמשפחה חוזרת אחריו, או שממציאים יחד מקצב.



רעיון להרחבת הפעילות: המציאו עם הילדים סיפור קצר והפכו אותו להצגה מוסיקלית, תוך שימוש בתזמורת כלי ההקשה שהכנתם.

במידת האפשר הכינו הזמנות, חלקו אותן לחברים ולשכנים והזמינו אותם להיות קהל בהצגה שלכם.

אפשר גם להסריט ולשלוח את ההצגה לבני המשפחה המורחבת.





# מרחב משפחתי לזמן חירום 4

## פעילויות ומשחקים לכל המשפחה

### הקופסה שהתחפשה

**מקשטים:** הדביקו דפים לבנים או ניירות אפיה על קופסאות השימורים, ציירו וקשטו את הדפים.



**מפסלים:** השתמשו באביזרים לשימוש חוזר הקיימים בבית, כגון קופסאות נעליים, מקלות, חלקי משחק ישנים וכדומה. צרו יחד פסל תוך שימוש בחומרים אלה ובקופסאות השימורים. אפשר למשל ליצור מכונית מקופסת נעליים וקופסאות שימורים שישמשו כגלגלים.

לצורך השראה, ניתן לצפות יחד בסרטון של האומן חנוך פיבן. הקלידו בגוגל: "סדנה עם חנוך פיבן- ציור בחפצים"

### מגדלים ופירמידות



**בונים מגדלים:** מניחים קופסה אחת על הרצפה, וכל בן משפחה בתורו מוסיף בזהירות קופסה נוספת מעל. ילדים צעירים יכולים לעזור בפירוק המגדל, קופסה אחרי קופסה. **מתכננים פירמידות:** תכננו יחד עם הילדים בנייה של פירמידה. כמה קופסאות כדאי להניח בשורה הראשונה? וכמה קופסאות מעליהן? בנו יחד את הפירמידה שתכננתם.

**זכרו:** לפעול יחד במרחב משפחתי רגוע ונעים ככל שניתן, לעודד את הילדים לחקור, לגלות, לשחק ולהנות.

### שנדע ימים טובים ובטוחים,

צוות המחלקה לגיל הרך והמשפחה והצוותים החינוכיים במעונות היום, הצהרונים ומרכזי הורות ומשפחה של החברה למתנ"סים

