



מערכים בנושא "אני וגופי"

להיכרות עם הגוף שלנו יש חשיבות רבה. זה עוזר לילדים להכיר את עצמם, להרגיש יותר טוב עם גופם ולזכות בתחושת ביטחון.

1. את הנושא אני מתחילה עם היכרות עם הפנים שלנו. אני מביאה מראות קטנות לכל הילדים (אפשר גם לבקש שיביאו מהבית). כל ילד יושב עם המראה ומתבונן בפנים שלו ומתאר מה הוא רואה. אפשר לשאול אותם מה הם אוהבים בפנים שלהם ואחרי זה לתת להם למשש את הפנים שלהם. מומלץ לעשות את הפעילות הזו בקבוצה קטנה, אבל אפשר גם במליאה.
מתאים לילדים מגיל 2.5 ומעלה.
לתינוקות וילדים צעירים יותר אפשר לתת רק למשש או שהגננת נוגעת בפנים שלהם ונוקבת בשמות אברי הפנים: "הנה העיניים של זוהר. איזה עיניים יפות", "איזה פה חמוד יש לעמליה" וכו'.
2. בפעילות השנייה הילדים ישבו זה מול זה ויתארו אחד לשני מה הם רואים בפנים של החבר שמולם, תוך שהם משווים מה דומה ומה שונה ביניהם.
עוצמים לילד את העיניים, נותנים לו למשש פנים של ילד אחר ולנסות לזהות מי הילד. אחרי זה שואלים אותו מה עזר לו לזהות שזה הילד הזה - האם זה לפי השיער? נקודת חן שהוא הרגיש? וכו'.
3. בפעילויות הבאות אני עוברת איבר איבר בפנים ומסבירה למה הוא משמש.
כל הפעילויות על החושים מתאימה לבני 2.5 ומעלה.
עיניים: למה הן משמשות? מה שונה ומה דומה בינינו בעיניים (צבע, צורה, זה שלכולנו יש שתי עיניים). אפשר לדבר על זה שיש אנשים שלא רואים ולהסביר איך הם קוראים ומסתדרים, אפשר להסביר על אנשים שמרכיבים משקפיים בשביל לראות, אפשר לעשות בדיקות ראייה או לשאול את הילדים איך הם יכולים לזהות דברים כשהעיניים שלהם עצומות. אפשר לדבר על הגבות והריסים ומה תפקידם.
4. האף וחוש הריח: לדבר עם הילדים על האף שלנו, לתת להם למשש את האף שלהם ולהראות שיש כל מיני סוגי אפים. עם ילדים גדולים יותר אפשר לדבר על האנטומיה של האף. עם הצעירים יותר - להתמקד בחוש הריח. לתת להם להריח דברים או לעשות להם מבחן ריח שבו הם צריכים לזהות מאכלים וחפצים לפי הריח בעיניים עצומות.



5. הפה וחוש הטעם: לדבר על השימושים של הפה, מה אנחנו עושים איתו? עם ילדים גדולים אפשר לדבר על האנטומיה של הפה. עם הקטנים לדבר על מה יש לנו בחלל הפה וסביבו (שיניים, לשון, שפתיים).
- לאחר מכן עוברים לחוש הטעם, נותנים לילדים לטעום דברים שונים ועושים להם מבחן טעימה עיוורת, שבו הם מזיהים מאכלים בעיניים עצומות. אפשר לתת לילדים להיזיז דברים בעזרת הפה, למשל עם נשיפות (צמר גפן, עלים, בועות סבון). אפשר לעשות להם תרגיל נשימות.
6. אוזניים וחוש השמיעה: למה משמשות האוזניים? עם הגדולים אפשר לדבר על האנטומיה של האוזן. אפשר לסגור את האוזניים עם הידיים ולראות אם אנחנו שומעים באותה עוצמה. להשמיע צלילים שונים (מכונית, אופנוע, מים זורמים וכו') ולתת לילדים לנסות לזהות מה זה.
7. הידיים וחוש המישוש: לדבר על מה אפשר לעשות עם הידיים. איזה חלקים יש לנו ביד (זרוע, כתפיים, מרפק, אמה, שורש כף היד, כף יד, אצבעות, ציפורניים). עושים הרבה פעילויות עם הידיים, ואז נותנים לילדים למשש ולזהות חפצים בעיניים עצומות.
- עם צעירים ותינוקות** אפשר לדבר על שמות האצבעות ולשיר איתם שירים.
8. הרגליים: מה עושים עם הרגליים? אפשר לדבר על חלקי הרגל (ירך, ברך, שוק, קרסול, כף רגל, אצבעות). הולכים, קופצים, רצים, רוקדים וקופצים על רגל אחת. אחר כך קושרים לילדים את הרגליים והם צריכים לעשות את אותם דברים עם רגלים קשורות (בזהירות).
- מתאים לילדים בני 2.5 ומעלה.**
- עם צעירים ותינוקות** אפשר לדבר על שמות חלקי הרגל. הגננת נוגעת ברגליים ואומרת את השם של החלק ברגל. אפשר לדגדג את כפות הרגליים ואפשר לבקש שיגעו בחלק של הרגל שהגננת אומרת את שמו.
9. צוואר, חזה, בטן, גב, עורף: מזכירים את האיברים ונוגעים בהם. מדברים בין אילו אברי גוף הם נמצאים (למשל: "הצוואר נמצא בין הראש לבין החזה").
- משחק: לוקחים 4 ילדים. שניים עומדים ושניים אחרים עוטפים אותם בנייר טואלט.
- מתאים לצעירים וגם לבוגרים יותר.
10. ישבן ואברים אינטימיים: מדברים עם הילדים על מילים נרדפות לישבן. מה ההבדלים בין בנינים לבנות, מה עושים עם הדגדגן, מה עושים עם הפין ומה עושים עם פי הטבעת.
- מתאים לילדים מגיל 3 ומעלה.**



גישת האמת בחינוך חמוטל לחמן

לשקף את האמת שבתוכנו,
ליחסים עם הסביבה

11. **איברים פנימיים:** כל יום מדברים על איבר פנימי אחר - יום אחד על מערכת העיכול, יום אחד על הדם, יום אחד על השרירים, יום אחד על העצבים, יום אחד על הלב, על הריאות, על מערכת הנשימה, על המוח, מערכת השתן. מציגים כל מערכת בתמונות ומסבירים מה תפקידה ולמה אנחנו צריכים אותה. **מתאים לילדים מגיל 4 ומעלה.**

יצירות בנושא "אני וגופי":

- הכנת פנים על צלחת מקרטון: גוזרים את כל חלקי הפנים וכל ילד מרכיב לו פנים משלו.
- הכנת דמות ילד: נותנים לילדים חלקי גוף והם מדביקים על בריסטול ומכינים לעצמם ילד.
- פורטרט עצמי: הילדים מסתכלים במראה ומציירים את עצמם.
- פורטרט בעקבות עבודותיו של חנוך פיבן: הילדים מכינים דיוקן עצמי מחומרים שונים (צעצועים ישנים, חומרי טבע, שאריות בדים, ניירות וכדומה).
- ציור בעזרת הפה.
- ציור בעזרת הרגליים.
- צבעי ידיים.
- ציור בגואש או בצבעי ידיים עם כל הגוף (בטן, גב, ישבן).
- ציור בעיניים עצמות.
- גירוד סבון (מתאים ליום שבו מדברים על חוש הריח).
- ציור עם מאכלים שונים (זיתים, קטשופ, תבלינים). מתאים ליום שבו מדברים על חוש הטעם.
- טביעות אצבע, כף יד וכף רגל.



לוח נושא ומשחקים נלווים לנושא "אני וגופי":

- דמויות של ילדה וילד עם שמותיהם של כל חלקי הגוף.
- תמונות של כל הילדים כשכל ילד מצביע או מדגיש איבר אחר בגופו.
- לוח פעיל עם סקוצ'ים או מגנטים של חלקי גוף שונים שהילדים יכולים להרכיב איתם איש.
- ספר שמחולק לשלוש רצועות: פנים, פלג גוף עליון ורגליים. הילדים יכולים לדפדף ובכל פעם להרכיב איש אחר.
- ספר שמחולק לארבע רצועות: שיער, עיניים, פה, אף והילדים יכולים להרכיב פנים שונות. ניתן להשתמש ברעיון זה במספר דרכים:
 - מבקשים מההורים לשלוח תמונות פנים של כל חברי המשפחה (אחים, הורים, בעלי חיים, סבתא וסבא וכו') ויוצרים עבור כל ילד ספרון משחק אישי שבו הוא יכול לערבב בין בני משפחתו. מקסים גם כמתנה ליום המשפחה.
 - יוצרים את הספרון עם תמונות הפנים של כל ילדי הגן. אפשר עותק אחד כמשחק של הגן או לתת עותק אישי לכל ילד.
- משחק של מר תפוח אדמה.
- משחק קלפים על השימושים השונים של הגוף (התאם שימוש לאיבר).

סיפורים בנושא "אני וגופי":

- הגוף שלי הוא רק שלי / יעל פרר
- אני וגופי / ג'ו קאופמן
- אני וגופי / סילביה שניידר
- מסע אל גוף האדם / סדרת העולם המופלא
- טיול אחר / אלונה פרנקל
- הגוף שלי / הסקרנים
- איפה גברת זרת? / שולה מודן
- עשר אצבעות קטנות / קריסטי דמפסי



גישת האמת בחינוך **חמוטל לחמן**

לשקף את האמת שבתוכנו,
ליחסים עם הסביבה

שירים בנושא "אני וגופי":

- מי יכול (לשים יד על הראש) / דתיה בן דור
- אף סנטר ולחיים / חיה שנהב
- ידיים למעלה על הראש
- חבר חדש בראי / דתיה בן דור
- ידיים ידיים מה אתן עושות / ליאורה שלזינגר
- ריקוד ההוקי פוקי
- אף אחד ושתי עיניים
- ראש וכתפיים
- הפנים שלי

במיוחד בשבילכן, הכנתי רשימת השמעה להפעלה נוחה ומהירה של השירים בזמן מפגש.

לצפייה ברשימת ההשמעה ביוטיוב לחצי כאן

אני מדברת על הגוף וחלקיו לאורך כל השנה ומזכירה את
אברי הגוף בסיטואציות שונות.



טיפ של אמת