

חֻבֵּרַת תַּעֲסוּקָה לִילָדִים

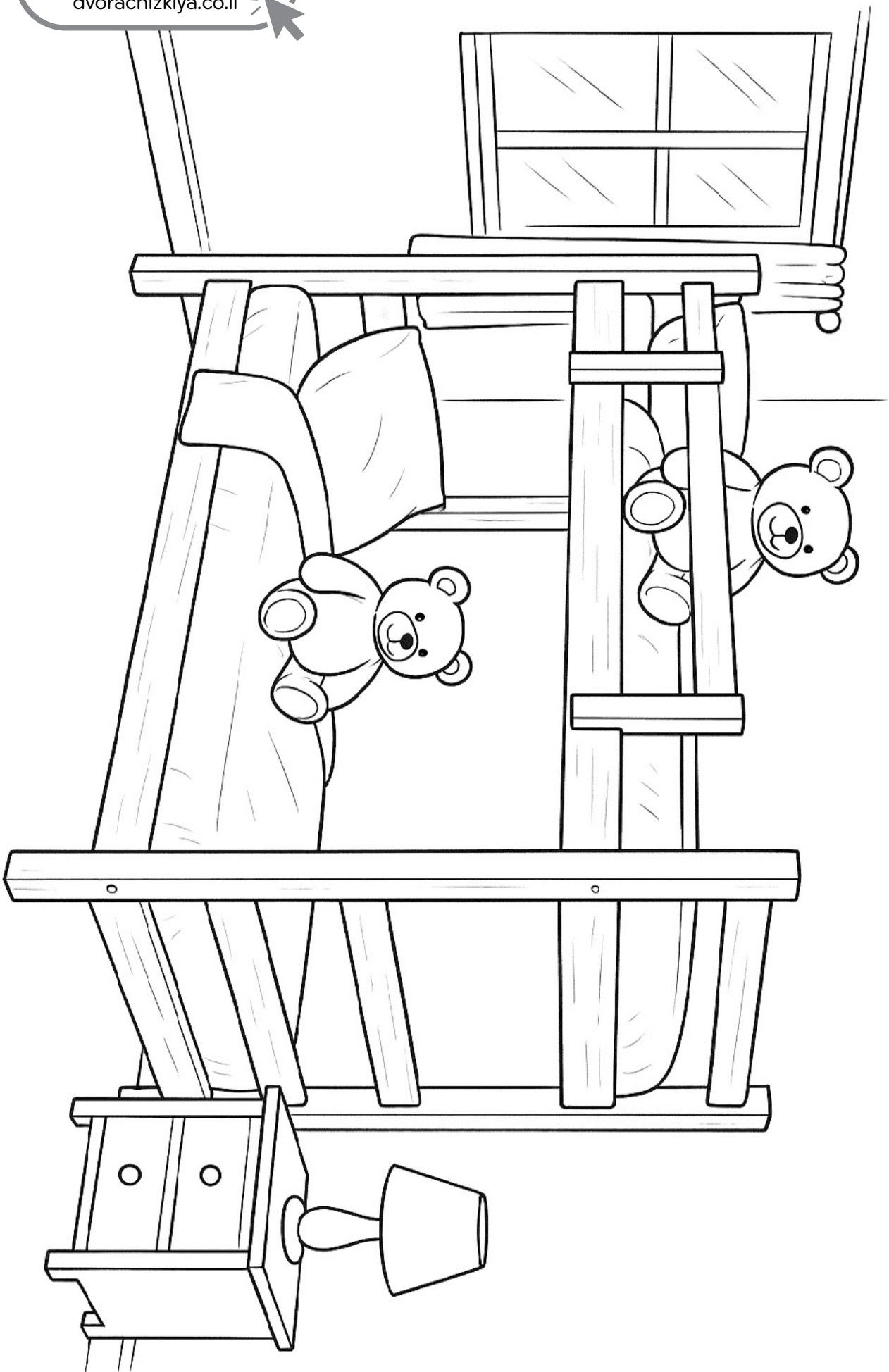


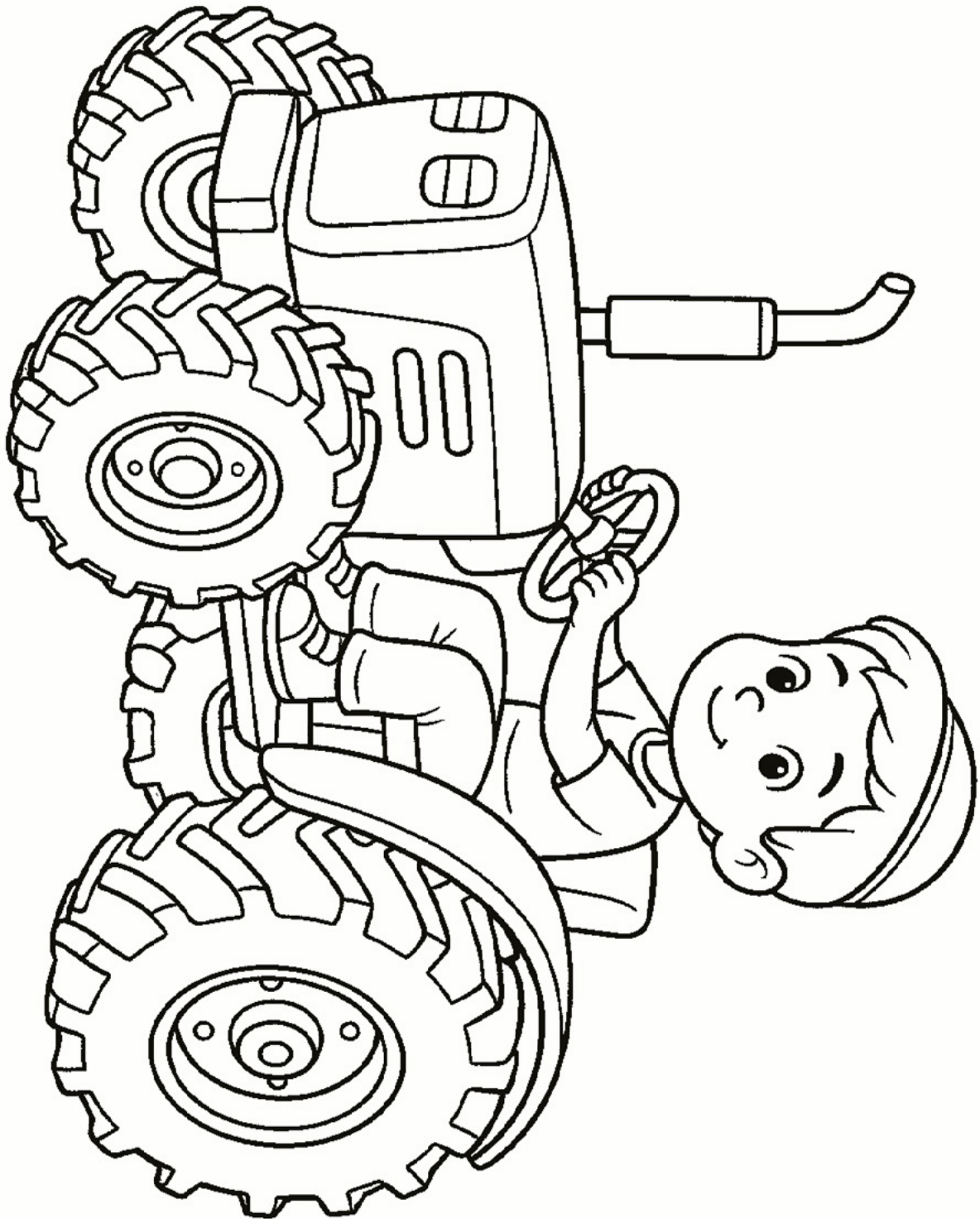
דבורה חזקיה
dvorachizkiya.co.il

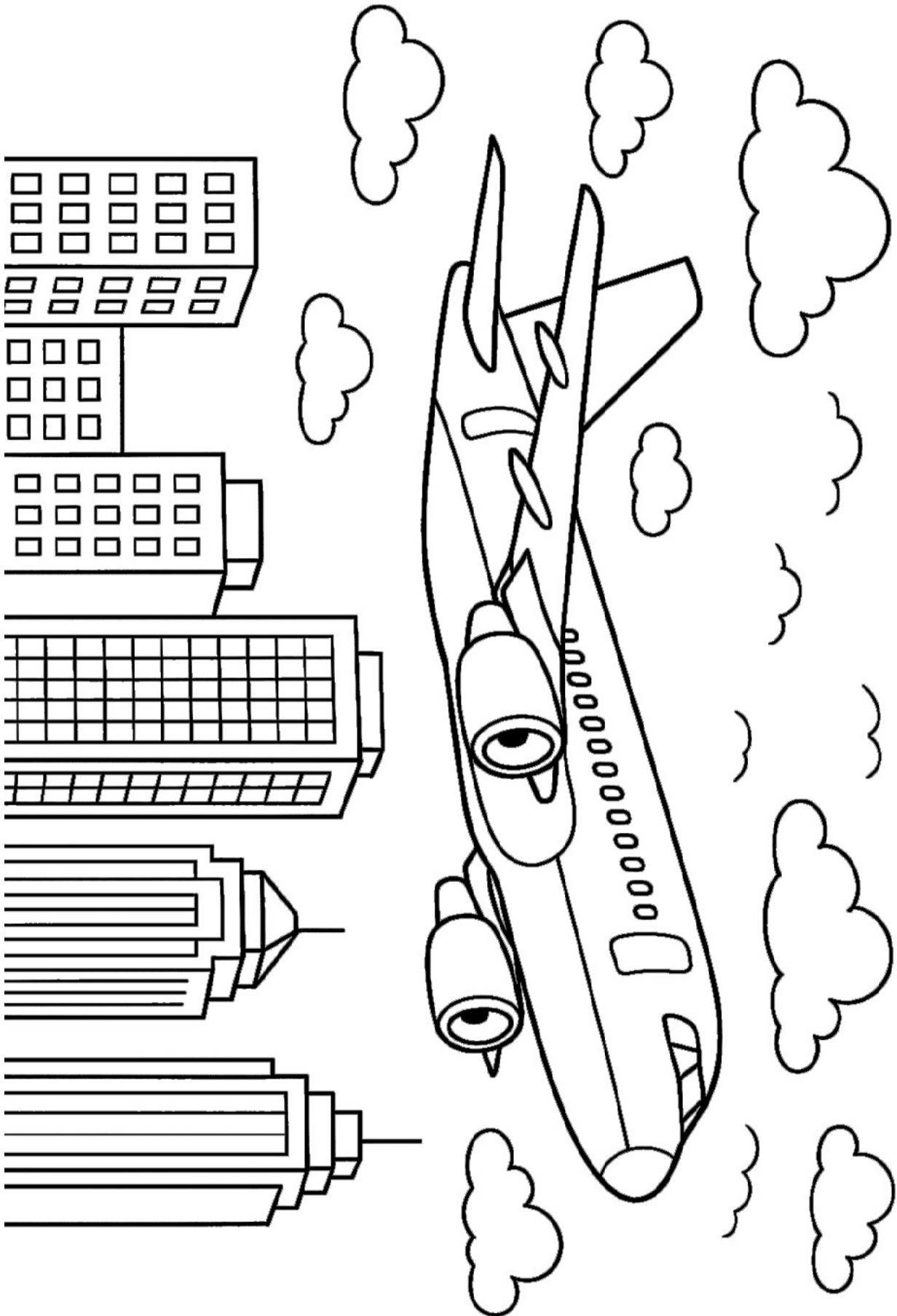






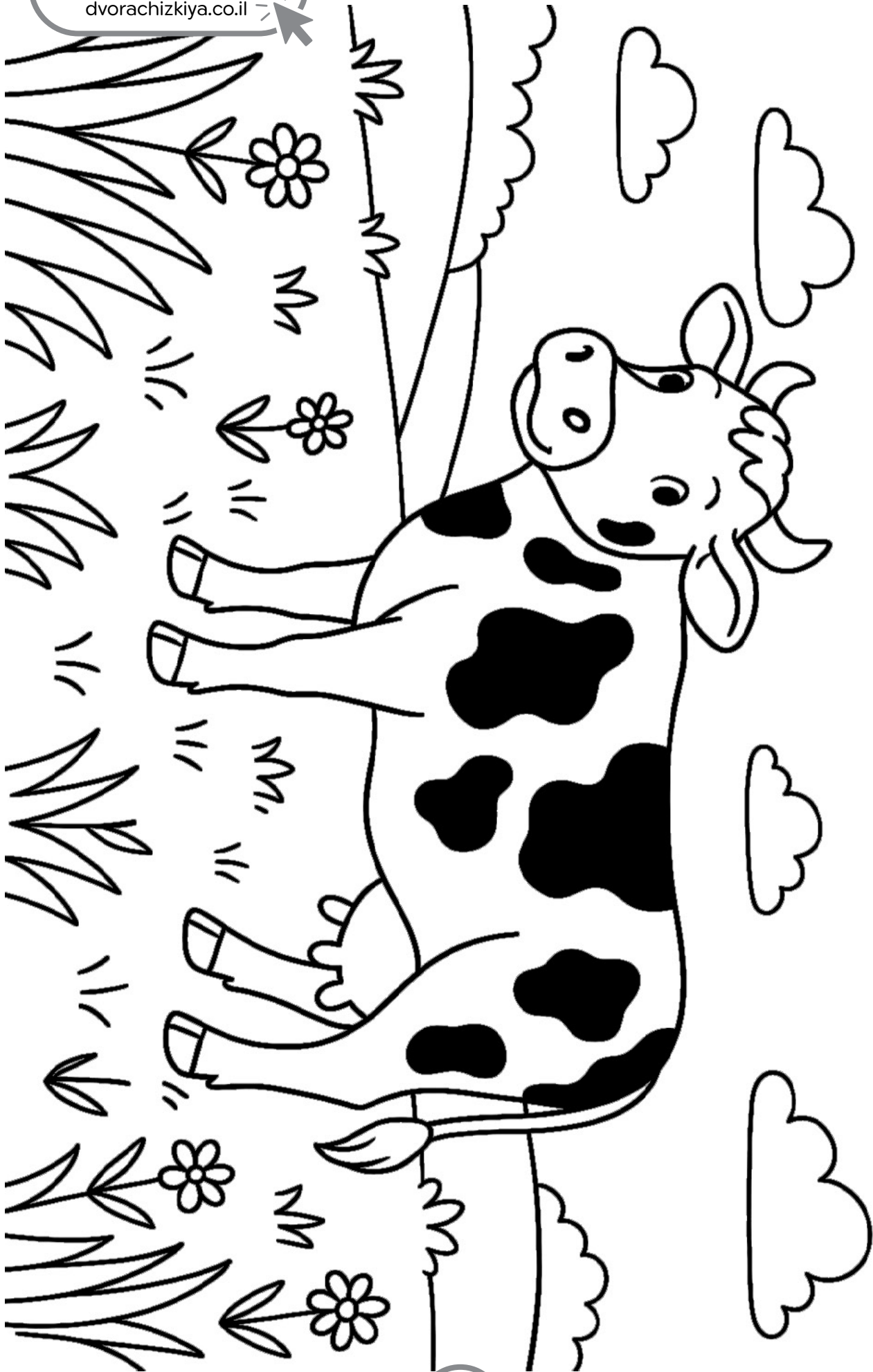


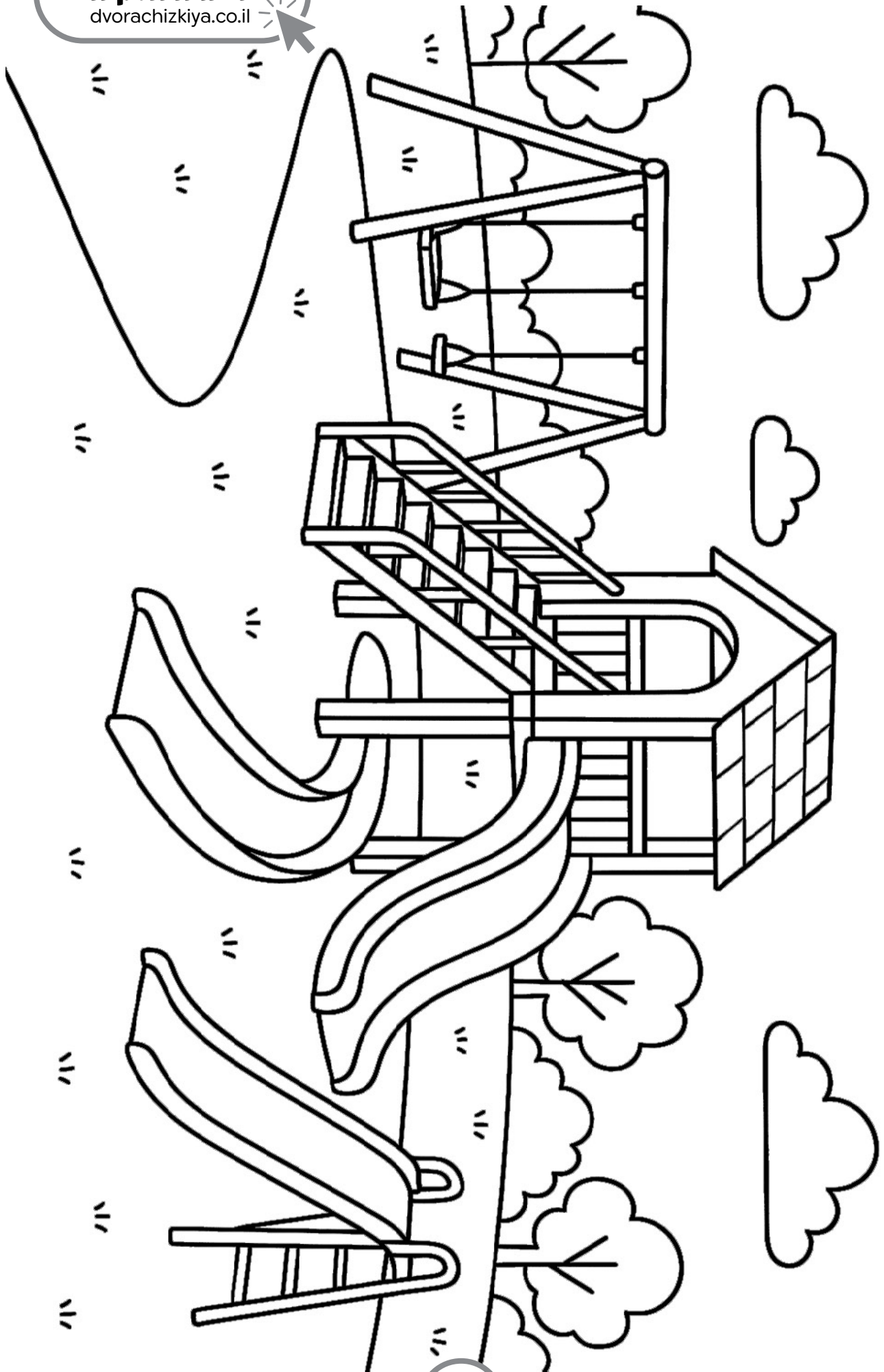


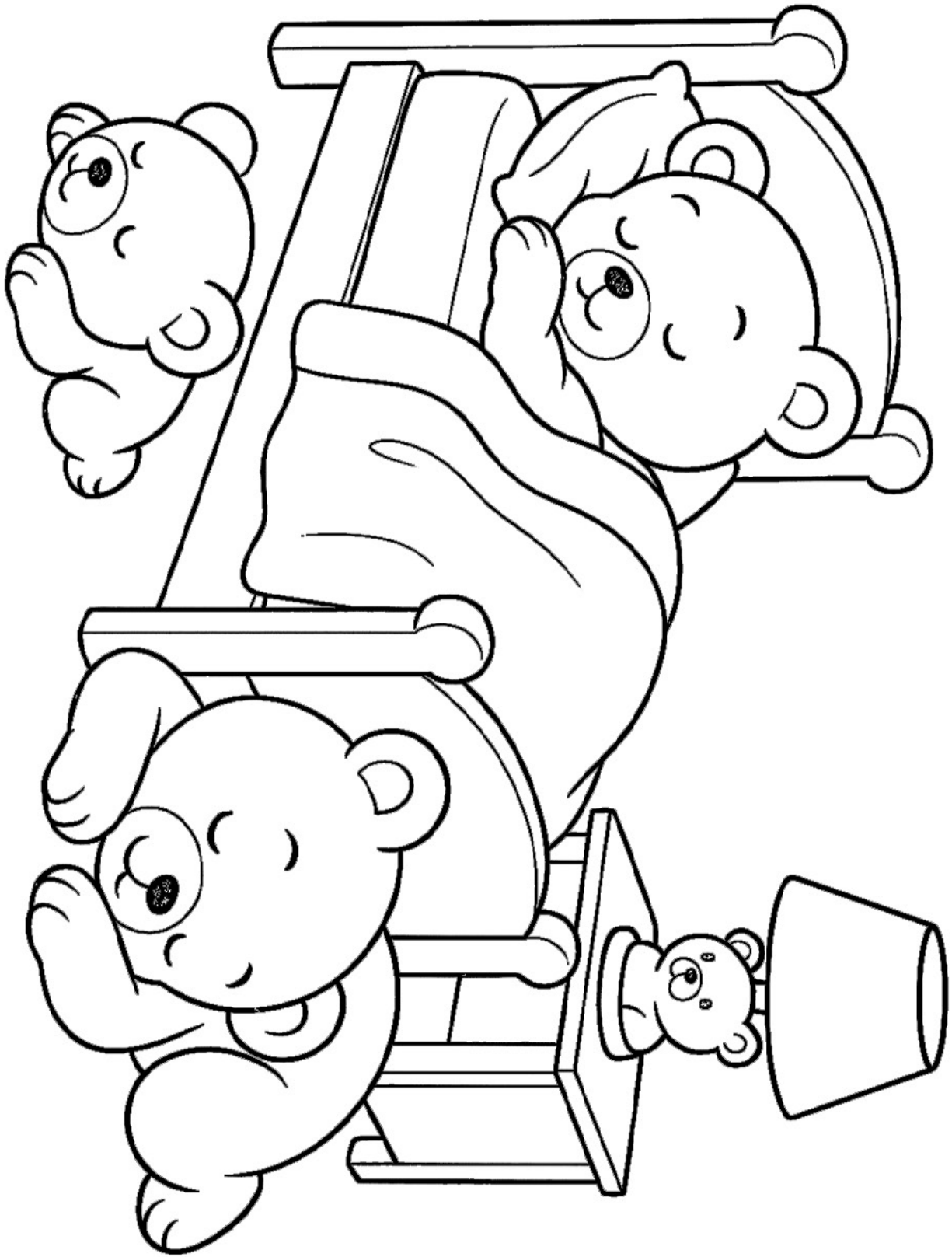




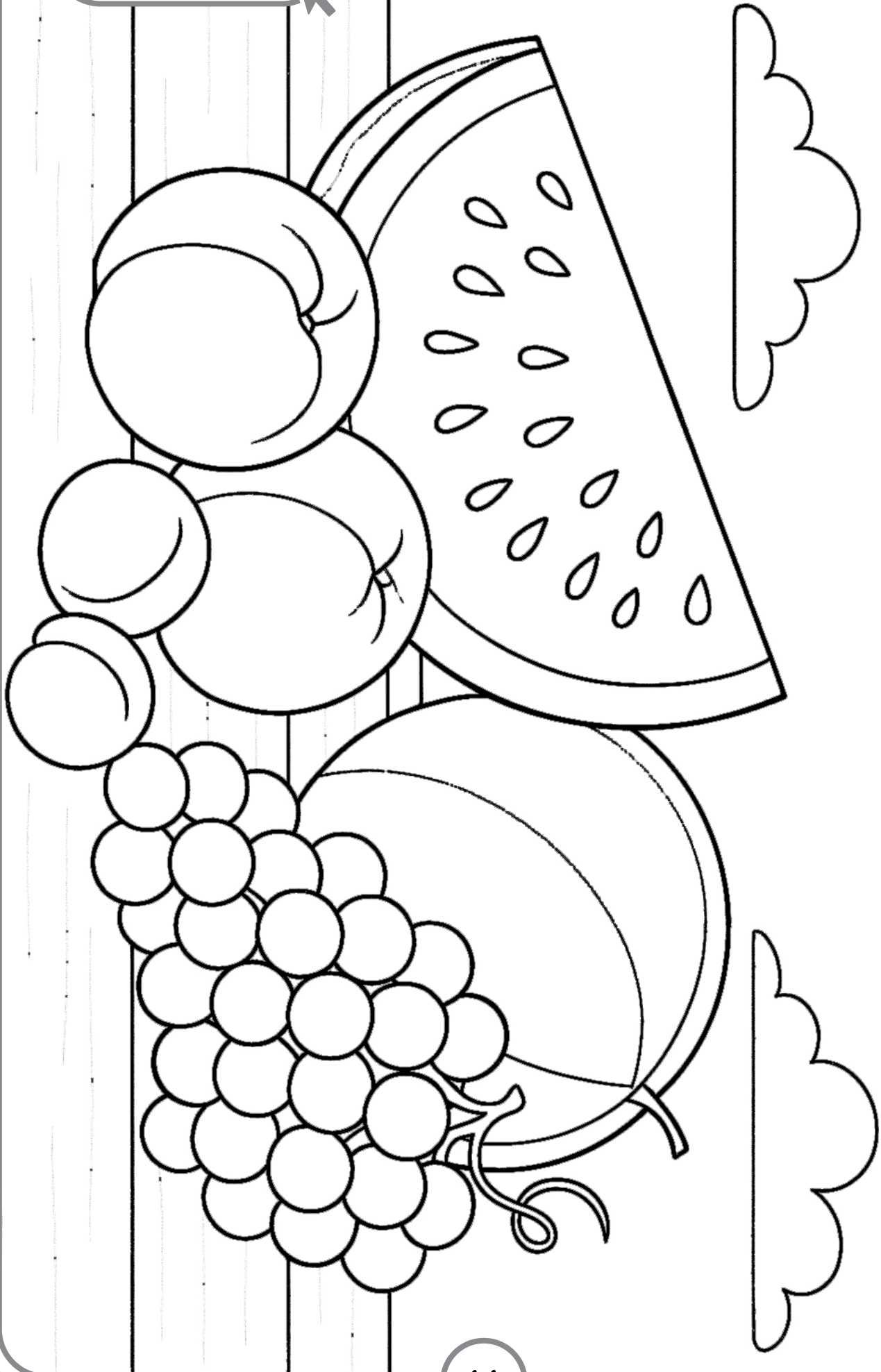
















דף צביעה פיל מטפריץ מים

צבעו את הצוה. 

עברו על הקוקים של המילה פיל! 



פיל

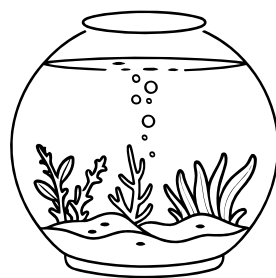
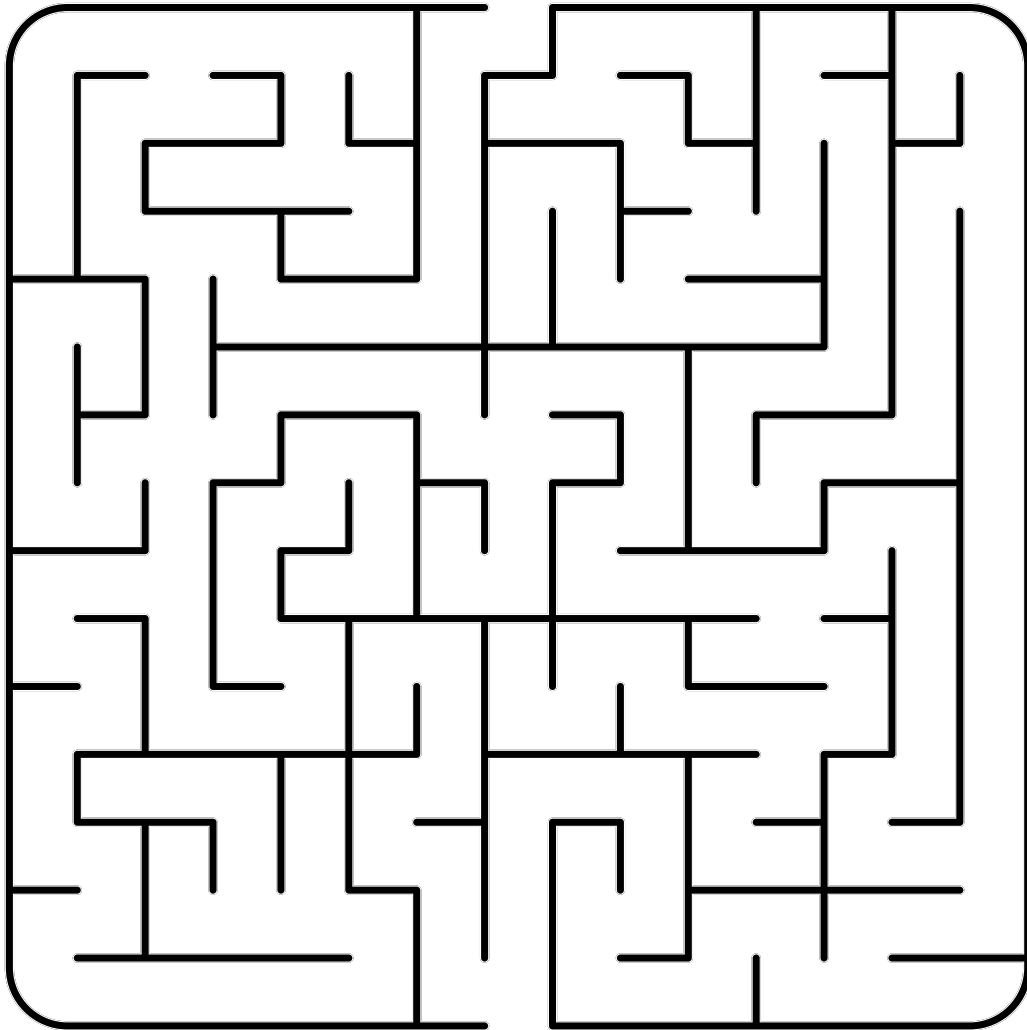
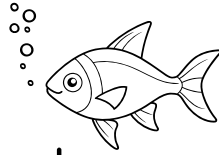
כל הזכויות שמורות לדפי | dapi.co.il | מותר להשתמש בדף רק עם לוגו וקרדיט



מבוך בינוני - דג ואקווריום

מבוך בינוני | כיתות א-ב

עזרו לדג להגיע אל האקווריום



כל הזכויות שמורות לִדָפִי | dapi.co.il | מותר להשתמש בדף רק עם לוגו וקרדיט



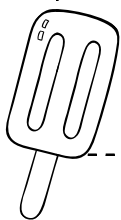
תפזרת קשה - קיץ וחופש

תפזרת קשה | כיתה ד'

בתחתית הדף יש רשימה של מילים.
חפשו אותן בתוך הריבועים - בכל כיוון: ימין, שמאל, למעלה, למטה או באלכסון.
מצאתם? הקיפו בעיגול!

מ	מ	ש	ק	פ	ר	צ	ג	ל	ג	ל	י	מ	פ	ח
מ	ש	פ	צ	ב	א	ד	ה	מ	צ	ז	ו	מ	ש	ו
ש	ע	ק	י	ה	נ	פ	ד	ש	י	צ	מ	ש	ח	ס
ב	מ	ב	פ	ד	ג	י	י	א	י	פ	ל	ל	ו	י
כ	ג	י	ו	ת	ר	מ	ל	ר	י	ו	ק	מ	צ	ר
ח	ל	י	י	כ	ק	א	ג	ט	ח	ח	א	י	ד	ה
ה	ח	כ	מ	ב	ש	מ	ש	י	צ	י	ר	ל	פ	מ
נ	ר	ד	ש	ו	ט	י	ת	ק	י	מ	י	ג	י	מ
ג	ב	ה	ג	כ	ש	מ	ש	ז	ב	ס	ה	ר	ג	ש
ה	ו	י	ע	ח	ל	מ	ש	ק	פ	נ	יב	ב	ש	מ
מ	ש	ש	ע	ש	י	י	מ	י	ג	ט	ת	ו	ה	י
ר	ה	מ	ק	י	מ	צ	ו	פ	י	מ	י	ש	ג	ל
ק	ד	ש	ה	צ	מ	ב	ע	ג	ל	י	מ	י	ל	צ
ג	י	ק	י	כ	פ	ו	מ	ה	נ	ג	ה	מ	ק	ר
ל	ש	ק	י	ע	ה	כ	ב	ג	מ	צ	י	ל	ד	מ

ים	שמשיה	מים	שקיעה	חכם בשמש
חוף	גלים	סירה	קיץ	גלגלים
שמש	קרח הגנה	מציל	גלידה	משקפת
חול	מגבת	דלי	שובר גלים	מצופים
צדפים	כובע	כף	צל	ארטיק



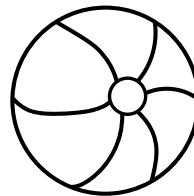
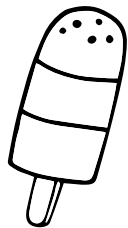
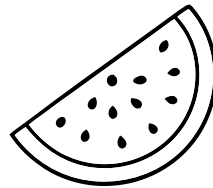
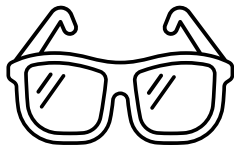
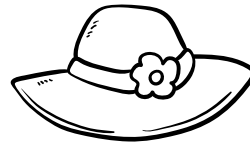
כל הזכויות שמורות לדפי dapi.co.il | מותר להשתמש בדף רק עם לוגו וקרדיט



תרגול כתיבה - קיץ וחופש

כתבו את שם הפריט מתחת לכל תמונה. 

צבעו את הציורים להנאתכם. 



כל הזכויות שמורות לדפי dapi.co.il | מותר להשתמש בדף רק עם לוגו וקרדיט



תרגילי חיבור עד 10 - ארנז פירות

פתרו את תרגילים והדביקו ספרה מתאימה בתוצאה

$$\text{pear} + \text{pear} = \square$$

$$\text{banana} + \text{banana} = \square$$

$$\text{strawberry} + \text{strawberry} = \square$$

$$\text{grapes} + \text{grapes} = \square$$

$$\text{orange} + \text{orange} = \square$$

$$\text{watermelon} + \text{watermelon} = \square$$

4

7

5

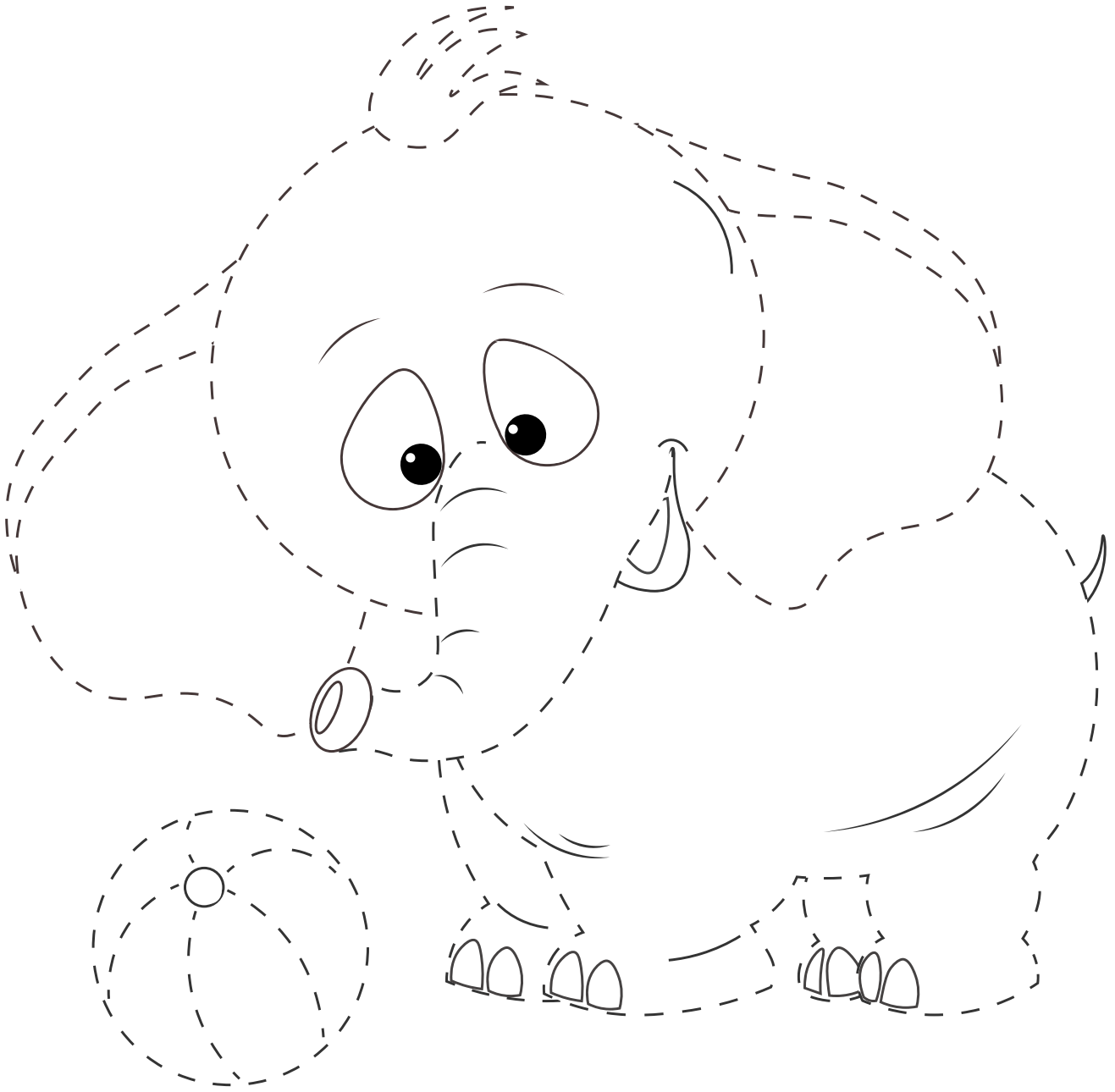
9

10

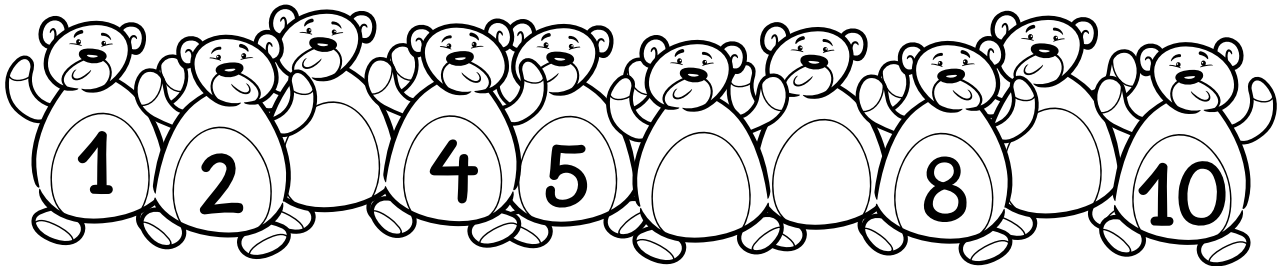
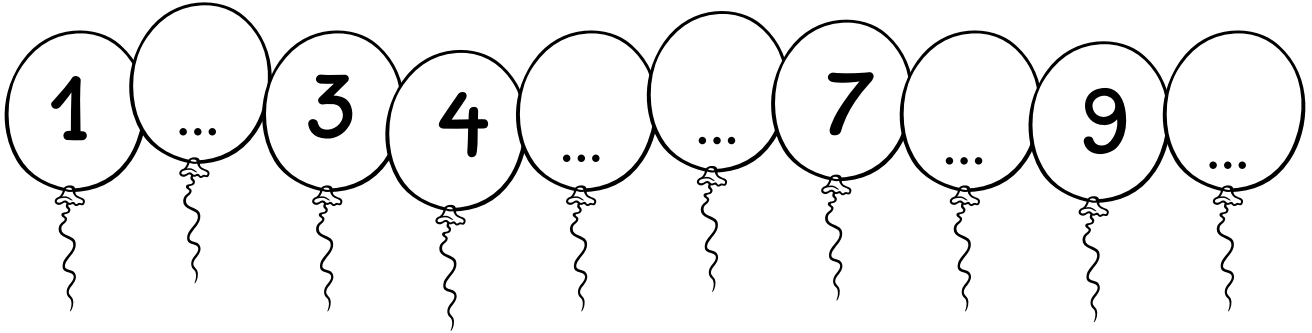
8

כל הזכויות שמורות לדפי dapi.co.il | מותר להשתמש בדף רק עם לוגו וקרדיט

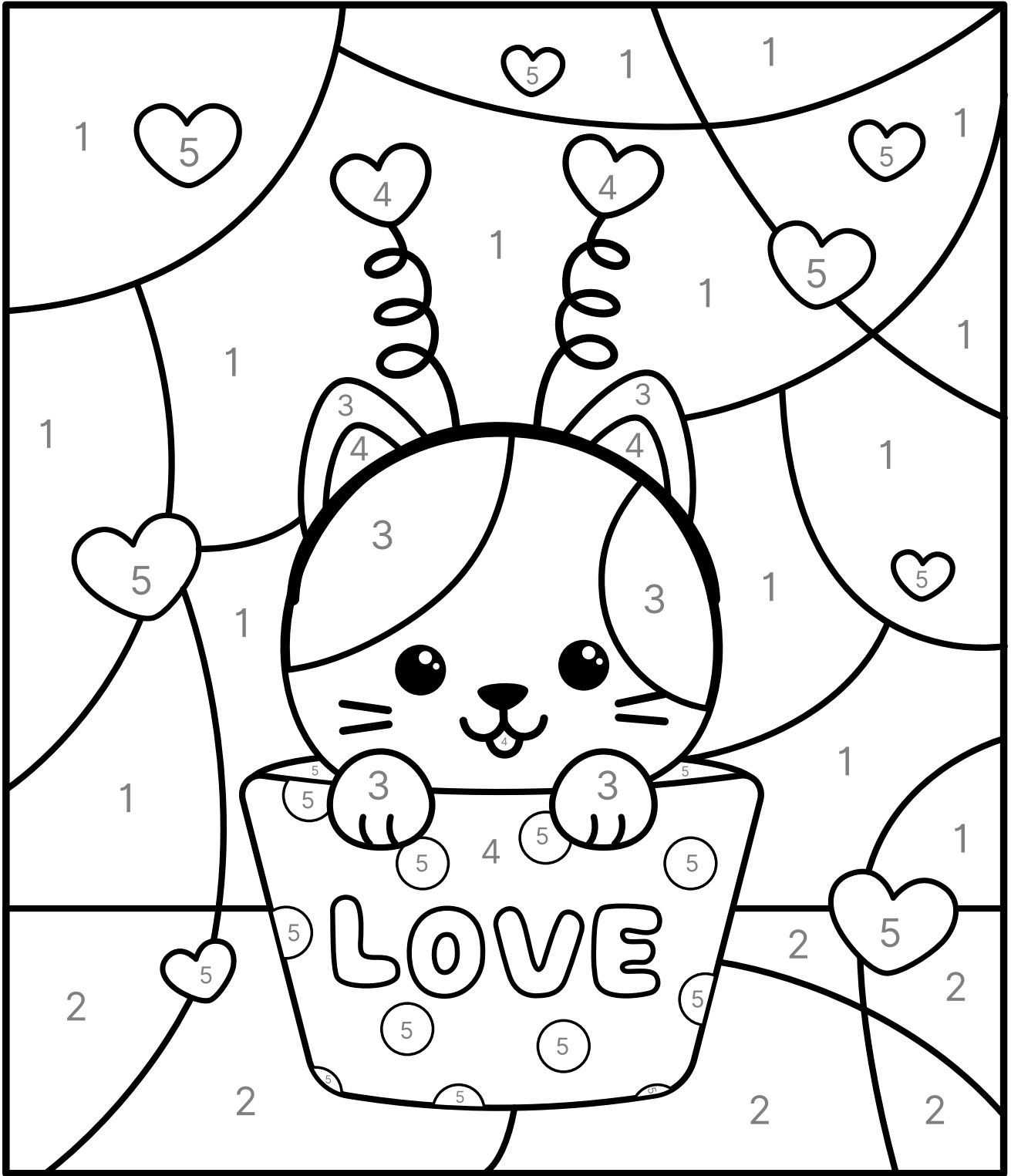
עברו על הקווקוים



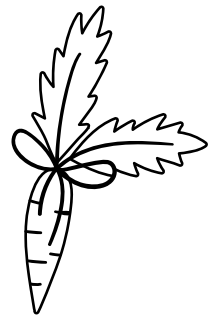
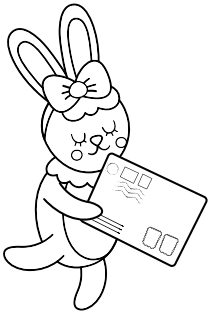
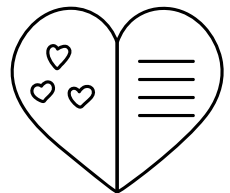
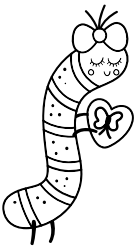
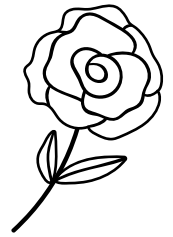
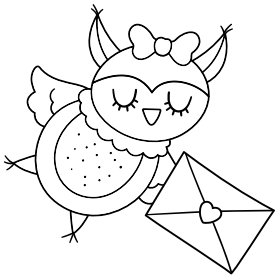
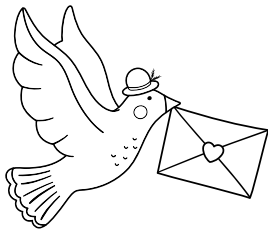
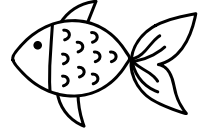
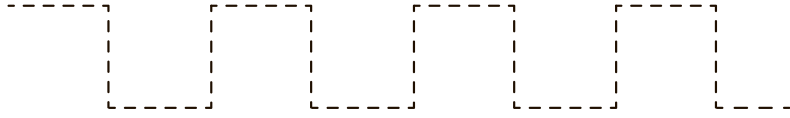
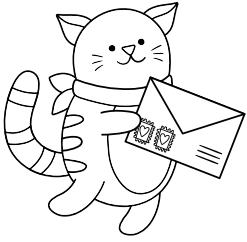
השלימו את המספרים החסרים בסדרה



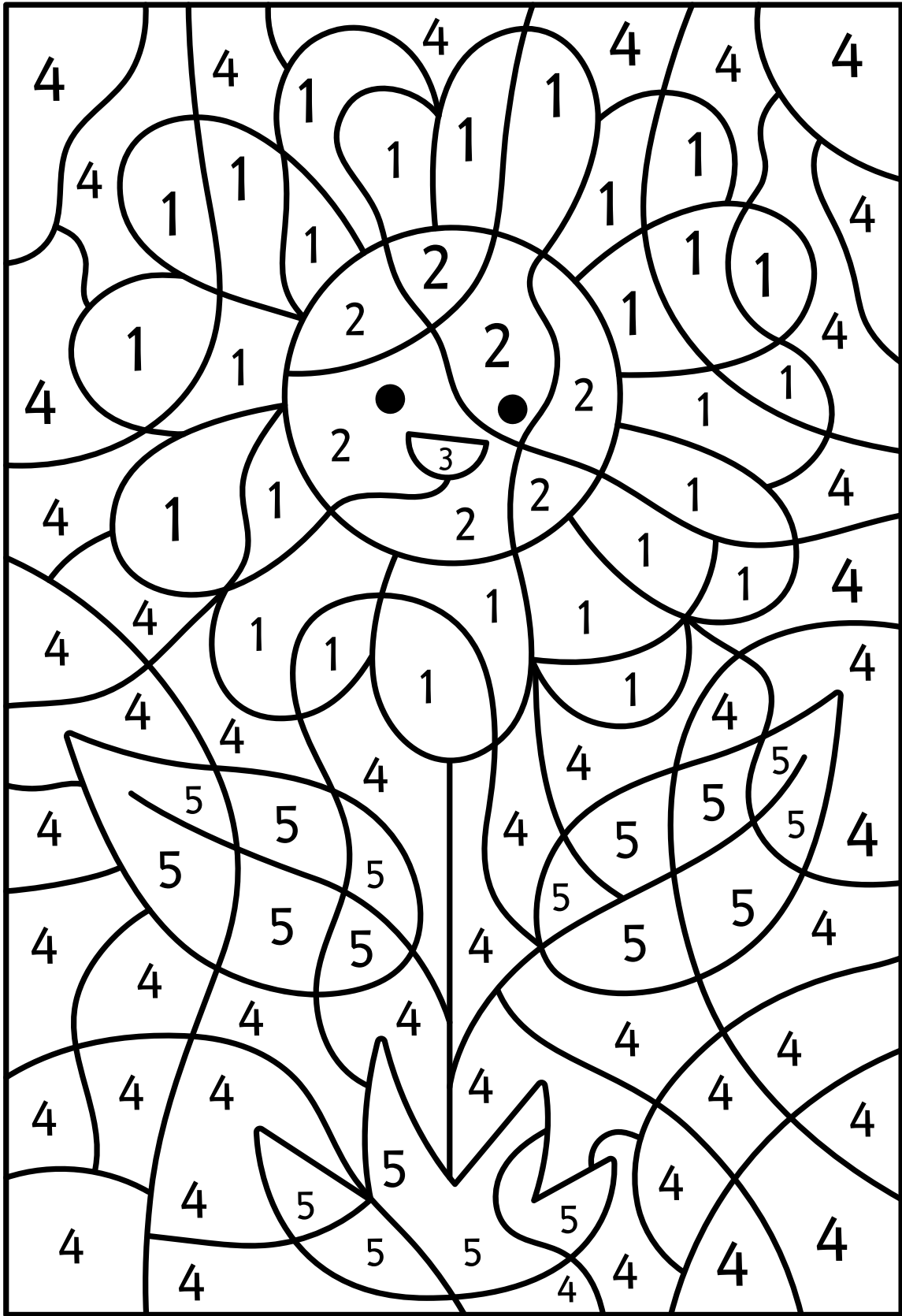
צבעו לפי המספרים



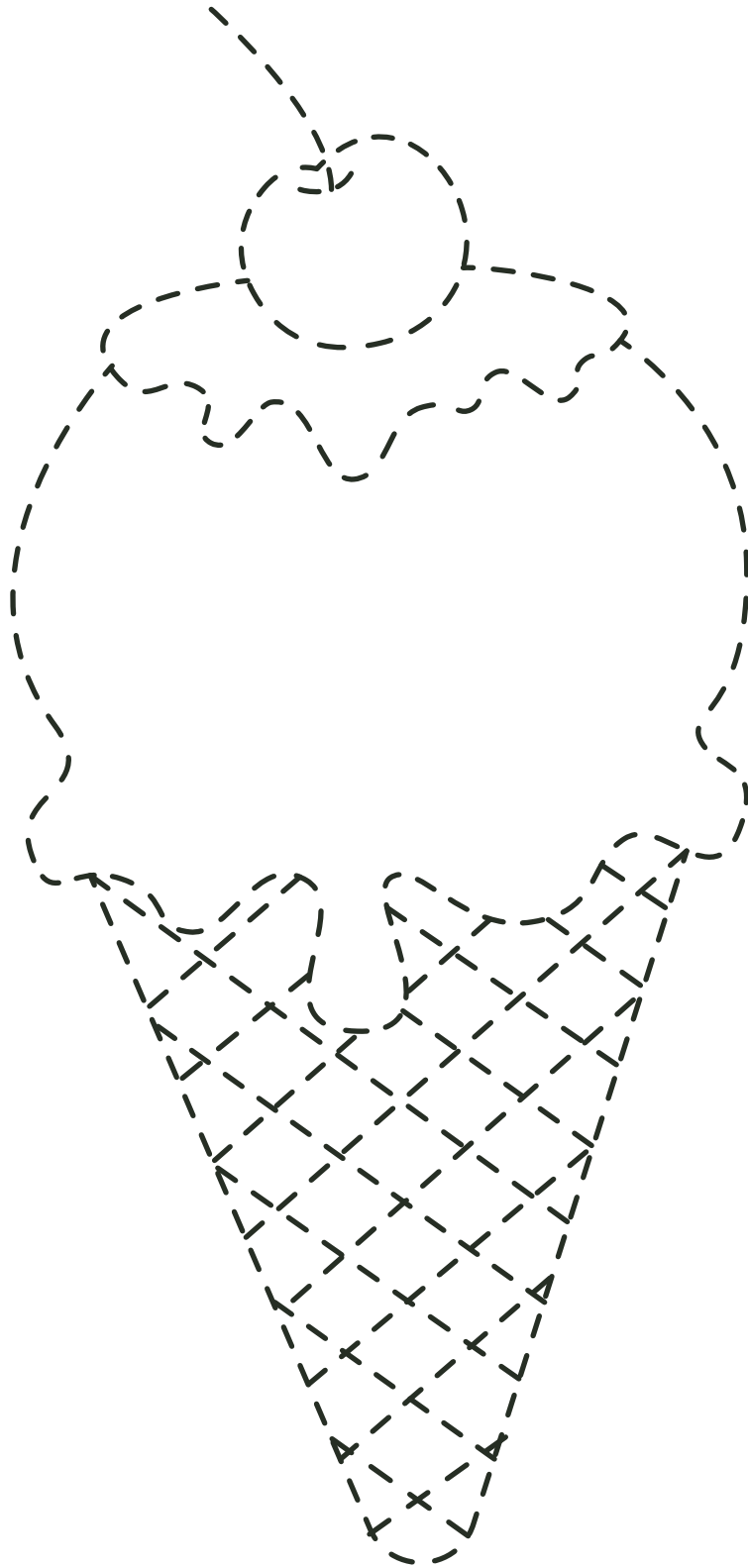
עברו על הקווקוים



צבעו לפי מפתח הצבעים



עברו על הקווקוים וצבעו



כדורי גבינה הכי מוצלחים שהכרתם / 20 יח'

מרכיבים:

- 50 גר' חמאה
- 1 גבינה 5% [250 גר']
- 2 כוס פירורי ביסקויטים [200 גר']
- 1/2 כוס סוכר
- 1 סוכר וניל

לציפוי- קוקוס טחון/ פירורי ביסקוויט טחונים.

אופן ההכנה:

ממיסים את החמאה
[ניתן לקשור את החמאה בשקית אוכל
ולהשרות במים חמים כ-2-1 דק' עד להמסה]

מערבבים הכל במיקסר עם וו גיטרה
[אני לובשת כפפות ומערבבת ידנית בקערה]

מכדררים כדורים לגודל הרצוי
ומגלגלים בקוקוס טחון או בפירורי ביסקוויט



נגיסי גבינה

חומרים:

- 250 גרם גבינה לבנה
- כוס גבינה צהובה מגורדת
- 2 ביצים
- חצי כפית מלח
- חצי כפית טימין מיובש - לבחירה
- 2 וחצי כוסות קמח
- 1 אבקת אפיה
- 100 גרם חמאה
- זיתים חתוכים

הוראות ההכנה:

- לחמם תנור על 180 ללוש היטב לבצק רך וקצת דביק
- אם צריך עוד קמח אפשר להוסיף
- בידיים רטובות ליצור כדורים, לשטח אותם קצת
- ולסדר בתבנית על נייר אפיה
- להבריש בביצה טרופה ולפזר שומשום/ זעתר/ קצח
- לאפות בערך 20 דק' עד להזהבה.



עוגיות רעידת אדמה

(כוס לשתייה חמה 200 מ"ל)

חומרים:

- חצי כוס שמן
- 3/4 כוס קקאו
- כוס וחצי סוכר
- 4 ביצים
- 2 כפיות תמצית וניל
- 3 כוסות קמח
- חצי כפית מלח
- 1 אבקת אפיה
- אבקת סוכר - לציפוי

הוראות הכנה:

לערבב בקערת מיקסר: שמן, סוכר וקקאו לבלילה אחידה להוסיף ביצים ואח"כ את שאר החומרים, מעבדים לבצק נעים מקפויים לחצי שעה (או שעתיים במקרר) לחמם תנור מראש על 180 טיפ- כשאת מוציאה מהמקרר, תוציאי קצת כל פעם כי יותר קל לכדרר עיסה קרה ויציבה יותר, ואם צריך הרטיבי מעט את הידיים. מגלגלים כדורים קטנים ומצפים באבקת סוכר, מניחים בתבנית על נייר אפיה ברווחים ואופים כ 10-12 דקות. כשהעוגיות יוצאות מהתנור לא לגעת, הן רכות. מקררים, ומחכים שיתקשו לפני שמעבירים לקופ

בתאבון!



עוגיות דבש

(כוס קרטון לשתייה חמה)
(כ 30 עוגיות)

החומרים:

שליש כוס שמן
שליש כוס דבש - לשים בכוס של השמן ככה הכל מחליק
שליש כוס סוכר חום
רבע כפית קינמון
רבע כפית נס קפה
רבע כפית מלח
1 ביצה

הוראות הכנה:

לערבב בקערה הכל יחד ולהוסיף:
2 כוסות קמח + אבקת אפיה לערבב היטב עד לאיחוד
להקפיא חצי שעה, ליצור כדורים לגלגל אותם באבקת סוכר
להניח בתבנית על נייר אפייה ולאפות בתנור שחומם מראש
10 דקות בדיוק! כל דקה נוספת תיבש אותן.



עוגיות צורות קריספי

שילדים אוהבים להכין ולאכול ובלי מרגרינה!

(כוס לשתייה חמה)

חומרים:

כוס שמן

חצי כוס דבש

3 ביצים

חצי כוס סוכר

2 סוכר וניל

2 כפיות תמצית וניל

5 וחצי כוסות קמח

1 אבקת אפיה

כפית שטוחה אבקת סודה לשתייה

שליש כפית מלח

הוראות הכנה:

לחמם תנור על 180

ללוש הכל יחד עד לקבלת בצק רך ונוח לעבודה

לרדד על שיש נקי לעובי 4 מ"מ

לפזר על הבצק קינמון, לקרוץ צורות

לשים בתבנית על נייר אפיה ולאפות כ 13 דקות עד להזהבה קלה, לצנן.

טיפ מתוק: הילדים יכולים לפזר מעל העוגיות שוקולד צ'י



שבולולי פיצה מבצק שמרים

(כוס קרטון לשתייה חמה)

חומרים:

4 כוסות קמח
כף שמרים
4 כפות שמן
כפית מלח
גביע יוגורט
חצי כוס מים

לרוטב פיצה:

5 כפות רסק עגבניות
3 כפות מיונז
כף אורגנו
3-4 שיני שום
 $\frac{1}{2}$ כף מלח
 $\frac{1}{2}$ כפית פלפל שחור
כפית כפריקה חריפה
 $\frac{1}{2}$ כוס שמן
 $\frac{1}{2}$ כוס מים
לטחון הכל בבלנדר

הוראות הכנה:

ללוש יחד היטב להתפיח כ שעה, ובינתיים להכין את הרוטב לחמם תנור על 180, לחלק את הבצק ל- 3 ולרדד למ"מ למרוח רוטב פיצה ולפזר זיתים וגבינה צהובה לגלגל לרולדות ולחתוך לכרוסות עבות 3-4 ס"מ לסדר את הפרוסות שוכבות בתבנית עם נייר אפי לאפות כ 20-25 דקות עד להזהבה יפה.





ארגז כלים לשעת חירום

עד שנות ה-90 המדע חשב שהמח שלנו הוא לא גמיש. מה שקרה והיה זה מה שיש. וזהו. אין התחדשות של תאים במח, וקשרים חדשים במח לא נוצרים אחרי גיל ההתבגרות. אך, 30 השנים האחרונות, בעקבות מחקרים פורצי דרך במחקרי המח, אנו לומדים ומתחילים לגלות את תאוריית "המח הגמיש". המח שלנו יכול להתחדש למצוא דרכים חדשות, ליצור קשרים חדשים, ואף לפתח מיומנויות חדשות.

הבנה זו היא מובילה אותנו בעבודה בעקבות מקרי טראומה וחרדה.

ההבנה שהשינוי יכול לקרות והוא בהישג יד. אנחנו יודעים שעם עיבוד ועבודה על מה שקרה אפשר להפוך את זה למנוף לצמיחה. ניתן לעזור לילדינו למצוא בתוכם את הכוחות, ולפתח יכולות שלא הכרנו. טראומה, זה נשמע דרמטי מדי... אך חשוב לדעת שטראומה הינה חלק טבעי ומובנה בחיי היום יום שלנו. והקב"ה טבע בנו מנגנונים שעוזרים לנו להתמודד עם טראומה. בעצם הטראומה נרשמת בגוף, במערכת העצבים שלנו. כאשר אנחנו לא מעבדים נכון את האירוע שנרשם בגוף שלנו, זה גורם לפוסט טראומה.

אז מה כדאי לעשות?

דבר ראשון לפתח שיח רציף, מהימן וכנה על המצב, בצורה שנותנת תקווה, עם תזכורת שהשם אתנו וכבר עברנו זמנים קשים יותר וצמחנו מהם. לתת מקום לילדים לשאול, לשתף, להביע וליצור בעקבות מה שהם חושבים ומרגישים. לשתף מה אנחנו מרגישים ולתת תוקף ונורמליזציה לרגשות שלהם. למצוא דברים שעוזרים ונעימים לנו, ולתת לילדים לבחור מה לעשות עשייה ועזרה לאחרים נותנת חוסן ומסייעת לנו להתנהל במצבים מורכבים. לתרגל נשימות, רגיעה, התבוננות וקשיבות למה שקורה איתנו ברגע זה, מבלי לחשוב על העבר והעתיד. ולזכור תמיד שאנחנו בידיים של אבא רחמן שנושא אותנו לאורך כל הדרך. בדף המשימה ארגז הכלים שלי יש **מקבץ תרגילים מקצועיים ומוכחים להקלה בזמני מתח ופחד**. **חיבוק פרפר** - לשים את הידיים בצורת איקס על הלב, לתופף עם יד אחר יד, ולומר משפט ביטחון. **לנפח בלון** - לנשוף אוויר ולנפח בלון דמיוני גדול, תו"כ ספירה עד 10, ואז למחוא כף ולפוצץ את הבלון. **לתאר ולספר** - לבחור סיפור אזהקה מסויים ולספר אותו, כל פעם בקול אחר, ובצורה מצחיקה / עצובה / מפחידה / משהו אחר... **לשתות אוויר** - לדמין שאת מחזיקה כוס עם קש ושותה את האוויר לאט לאט. **לזמזם שיר** - צריך לזמזם שיר, וכל המשתתפים מנסים לנחש מהו. **חיבוק לעצמי או לאחרים** - להניח יד אחת מתחת בית השחי הנגדית, ויד שניה על הכתף הנגדית ולחבק חזק. **ניעור ידיים** - לנער את הידיים, מהר ולאט, חזק או חלש, בסיבובים או לצדדים. **לספור חפצים מסביב** - לבחור צבע צורה או סוג פריט ולהתחיל לספור כמה פריטים כאלה אנו רואים מסביב. המטרה להעלות את המודעות של הילדים לכלים יעילים ודרכים כדי להירגע. ושהם ישתמשו בטכניקות בצורה עצמאית ויעילה. כדאי לדבר על הטכניקות השונות ולהדגים אותם, אחר כך צובעים את הדף ואת הטכניקות שעוזרות לכל אחד, גוזרים ומדביקים בתוך המזוודה.

בהצלחה, וימים טובים ורגועים!
חדוה.

לקבלת ספרון מתנה לחצי כאן



המשחקים של חווה

גזרו והדביקו במזוודה את התרגילים שעוזרים לכם.



בס"ד

ארגז כלים שעוזר לי...



© המשחקים של חדרה

גזרו והדביקו במזוודה את התרגילים שעוזרים לכם.





בס"ד
שמחה להגיש לך מקבץ משחקים
מחכימים מעשירים ומפתחים,
והכי חשוב כיפיים!
ממליצה לך לפנות 10 דקות ביום
למשחק חשיבה והעשרה.
המון הצלחה! חדוה.



המשחקים של חדוה
אקטורל, ספט. תשס"ו. תל אביב, 25 ד'סתח ילדים.
playchedva@gmail.com (C)



לפתח חשיבה
במשחק, כיף ומחוויה למורה



שדשרת צחוקים
הראשונה במעגל אומרת משפט,
הבאה אחריה מחליפה את אחת
המילים כדי ליצור משפט מצחיק, זו
שאחריה ממשיכה להחליף מילה
וכל פעם נוצר משפט מצחיק אחר.
למשל: הילד שותה מים, הילד
שותה לחמניה, הילד משחק
בלחמניה, הילד משחק בחולצה.

חפץ מתחפש
מעבירים חפץ בין כל המשתתפות
וכל אחת צריכה להציג פעולה שונה
עם אותו חפץ.
למשל: כוס, אפשר להציג: לשתות,
לתופף, לבנות מגדל, ועוד...



גמי פתגמים
כולן יושבות במעגל והראשונה
אומרת מי כמוני ואומרת שם
של חפץ, הבאה אחריה
אומרת חפץ אחר שדומה
לחפץ שנאמר ומנמקת למה?
למשל מי כמוני הכיסא?
שולחן כי שתינו רהיטים.
והבאה בתור אומרת, מחברת
כי שתינו מרובעים, וכו'.

חברות בזוגות
אומרים לכל אחת שם של
פריט, כולן מתפזרות בחדר
והמנחה קוראת "חברות
בזוגות", כל אחת מנסה למצוא
חברה שתהיה זוג שלה.
אפשר להיות זוג אם יש משהו
שמשותף לשתי הפריטים,
למשל תפוח וכדור יכולים
להיות זוג כי שתיהם עגולים.





תני שם של...
 יושבים במעגל ומוחאים כף
 ומתופפים על הברכיים על פי קצב
 של השיר תני, שם, של,
 ואז המשתתפת בוחר
 קטגוריה או פעולה,
 למשל חיות /
 משהו שצובעים איתו,
 והבאות בתור צריכות
 לומר פריטים שמתאימים
 לקבוצה שנבחרה.



אילו... מאז...
 הראשונה בתור אומרת אילו הייתי -
 חפץ מסוים, והבאה בתור אחריה
 צריכה להשלים מהר את המשפט: אז
 היו - עושים איתי פעולה מסוימת.
 למשל, אילו הייתי חולצה אז היו
 לובשים אותי.

אישיות
 משתתפת אחת יוצאת וכולן בוחרות
 חפץ מסוים, היא נכנסת ושואלת
 שאלות אישיות על החפץ עד
 שמצליחה לנחש מה הקבוצה בחרה.



מי אני ומה שמי?
 כל משתתפת בתורה חושבת על
 פריט / מרימה כרטיס עם תמונה,
 היא צריכה לתאר ולהגדיר לכולן
 את הפריט וצריך לנחש
 למה היא מתכוונת.
 הראשונה שניחשה
 הרוויחה נקודה.



מי בא למסיבה?
 משתתפת אחת
 יוצאת ובוחרת סוג של
 מסיבה, היא מחליטה
 על קריטריון שעל פיו
 חפצים יכולים להגיע
 למסיבה, למשל
 מסיבת ירקות, היא
 חוזרת למעגל וכולן
 צריכות לשאול אותה
 שאלות כדי לגלות
 איזו מסיבה זאת.



טאבו
 מכינים כרטיסי הגדרה, כל
 אחת כותבת שם של חפץ
 בראש הדף ומתחת 3 מילים
 שמתארות את החפץ.
 מערבבים את כל החפצים,
 כל אחת בתורה מוציאה
 כרטיס וצריכה לתאר את
 החפץ שלמעלה מבלי
 להשתמש בשלושת המילים
 הכתובות למטה.
 וכולן צריכות לנחש מה זה.



תודה שהייתם איתנו מקווים שנהניתם

הפקה:



דבורה חזקיה

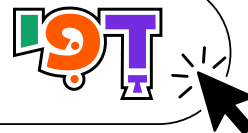
מרכז לקידום ילדים

כל הזכויות שמורות

ניתן להפיץ בחינם ולהשתמש בשמחה עם הלוגו שבכל דף
אין למכור את החוברת או חלק ממנה, או כל הפצה אחרת שהיא למטרת רווח.

תודה לבעלי העסקים שתרמו חלק בחוברת:

מגוון דפי עבודה חינוכיים לכל הגילאים
כנסו לאתר: dapi.co.il



להצטרפות לתפוצה וקבלת מיילים
שלחי מייל ל:

imaplay+subscribe@googlegroups.com



המתכונים מתנת קהילת הנשים של סלברייט
להצטרפות לרשימת התפוצה ולקבלת חוברת
מתכונים מעולה במתנה: lp.smooove.io/18yk

CELEBRATE
הנשים - דפדפו איוויו. ברווח.