

הרפתקה של תחושות!

נגלה, נשחק וניצור
עם דברים שיש בכל בית

מאת: מירי מילר
מרפאה בעיסוק



מוכנים ליצור בידיים?

בואו נגלה כמה כיף לגעת,
למעוך ולחפש אוצרות!



ציור בקצף גילוח

- הידעתם שאפשר לצייר עם קצף?
פורסים נייר כסף על השולחן או מציירים על החלון (אל דאגה, זה יורד בקלות עם מים!)
- מציירים צורות, אותיות, ומחביאים צעצועים קטנים בתוך הקצף.

חיפוש אוצרות בקטניות



ממלאים קופסה גדולה בעדשים,
אורז או שעועית.

מה עושים?

- מחביאים בפנים חפצים קטנים כמו מכוניות או חיות פלסטיק.
- עוצמים עיניים ומנסים למצוא אותם רק בעזרת המישוש!

סדנת יצירה: שקית תחושה!

רוצים להכין משחק מיוחד בעצמכם?

הנה מה שצריך:

- שקית זיפלוק נסגרת
- ג'ל לשיער או סבון כלים
- חרוזים, פונפונים, כפתורים או
או נצנצים
- סלוטייפ חזק



שלב 1: ממלאים את השקית

- פותחים את שקית הזיפלוק.
- מכניסים פנימה את הג'ל או הסבון (לא יותר מדיו!).
- מוסיפים את החרוזים והקישוטים הקטנים שבחרתם.



שלב 2: סוגרים היטב!

כדי שהג'ל לא יישפך החוצה,
סוגרים את השקית היטב ומוסיפים
סלוטייפ חזק לאורך הסגירה.
עכשיו השקית שלכם מוכנה
למשחק!



שלב 3: משחקים וחוקרים

איך משחקים?

- לוחצים ומועכים עם האצבעות.
- מנסים להזיז חרוז מצד אחד לצד השני.
- מציירים צורות עם האצבע על השקית.





קסם של מים ובטועות

מים הם דרך נפלאה לשחק,
להירטב קצת ולחקור
תחושות חדשות.



מפריחים בועות

- נפחו בועות סבון ונסו לתפוס אותן!
- פוצצו אותן בעזרת אצבע אחת בלבד.
 - נסו לתפוס בועה על כף היד מבלי שתתפוצץ.



הרים של קצף סבון

שמים מעט סבון ומים בקערה גדולה ומקציפים.

- מרימים את הקצף ומוחאים כפיים (זהירות, זה משפריץ!).
- בונים הרים של קצף על השולחן או בתוך הכיור.



משחקי אור בחושך

בואו נכבה את האורות
ונגלה עולם חדש ומאיר!



אוהל סודי מתחת מתחת לשולחן

- הפכו את השולחן בסלון למחנה סודי!
- כסו את השולחן בשמיכות גדולות.
 - היכנסו פנימה עם פנס, כריות ומשחקים אהובים.



תופסת אור וצלליות

איך משחקים עם פנס?

- האירו על הקיר ונסו לעקוב אחרי האור עם היד.
- עשו צלליות של חיות בעזרת כפות הידיים.
- האירו על צעצועים שקופים או צבעוניים ותראו איך האור משתנה!



הגיע הזמן לזוז!

פעילויות שיעזרו לנו לקפוץ,
להתמתח ולהוציא המון מרץ.

איים של כריות ומנהרות

- מסדרים כריות על הרצפה וקופצים מאי לאי.
- מבקשים ממישהו להחזיק שמיכה באוויר וזוחלים מתחתיה כמו בחך מנהרה ארוכה!

אתגר הבלון ותופי הבית

- **תופים ביתיים:** לוקחים קופסאות פלסטיק או סירים ומתופפים עליהם לפי קצב של שיר שאוהבים.
- **אתגר הבלון:** מעיפים בלון באוויר לשמור עליו למעלה כמה שיותר זמן בלי שייגע ברצפה!





זמן להירגע ולנוח

אחרי שקפצנו ושיחקנו, הגוף שלנו צריך גם זמן של שקט ורוגע.

כדור קסם ומוזיקה נעימה

- שמים ברקע מוזיקה שקטה ומרגיעה.
- לוקחים כדור עיסוי (או כדור טניס) ומגלגלים אותו בעדינות על הידיים, הרגליים או הגב. הלחץ העדין עוזר לשרירים לנוח.



ההרפתקה שלכם מתחילה עכשיו!

הבית שלכם מלא בדברים מרתקים לגלות,
למשש, לראות ולשחק. איזו פעילות תחושתית
תרצו לנסות היום? צאו לדרך ותיהנו!