



מוטוריקה עדינה

*ניתן ללמד בתוכניות נפרדות

רישום ביצוע 1- עצמאי 2-סיוע קל מאד 3- סיוע קל 4- סיוע בינוני 5- סיוע מלא						התרגיל
						הכנסת מקלות לחור בקופסא
						הכנסת מטבעות לקופה
						בצק – נחש, עוגה, כדור
						פלסטלינה – נחש
						מריחת פלסטלינה בתוך צורה
						גריפה של אורז בכפית והעברה לכלי אחר
						פטריות
						אטבים
						הברגות – ברגים, פתיחת וסגירת בקבוק
						מדבקות גדולות << קטנות >> הדבקה בסדרה/ בתוך ציור/ לפי צבעים
						לחיצות ביד – של גוש בצק, סחיטת תפוז או ספוג
						קריעת דף
						משיכה של חפצים, גם מתוך היד של המטפלת וגם באופן גס (חבלים, חפצים)
						החבאת חפצים בתוך כף היד של המטפלת, ודרישה לפתוח את היד.
						הכנסת מטבע לקופסא כאשר בינתיים 3 אצבעות תופסות בתוך היד מטבע שני (מגישים לתוך כף היד ואז נותנים אחד נוסף)
						איסוף מטבעות מהשולחן והעברה מיד אחת לשניה
						השחלות חרוזים גדולים < קטנים > על שיפוד < בחוט ניילון > בחוט רגיל
						השחלות חרוזים כאשר בכף היד מחכים חרוזים נוספים קפוצים
קו עומד						
						ארגון ויזו-מוטורי (מקלות ארטיק, סרגל, כלי כתיבה, בצק מגולגל, ציור על הלוח, קוביות, פטריות, לגו)
						השלמת ציור/מתיחת קוים ממדבקות (חוט לבלון, פרחים, סוכריות על מקל...) באצבע
						השלמת ציור/מתיחת קוים ממדבקות (חוט לבלון, פרחים, סוכריות על מקל...) בעפרון/צבע – מחייב אחיזה
						חיקוי ציור (עם אחיזה)
						מבוך (פרוסטיג) – צבעי ידיים/שוקולד/דבק
						מבוך (פרוסטיג) – בצבע/עפרון (עם אחיזה)
קו שוכב						
						ארגון ויזו-מוטורי (מקלות ארטיק, סרגל, כלי כתיבה, בצק מגולגל, ציור על הלוח, קוביות, פטריות, לגו)
						העברת קו מאובייקט לאובייקט אצבע <<-- עפרון
						חיקוי ציור (עם אחיזה) קו שוכב
						מבוך (פרוסטיג) באצבע (מריחת בצק, נחש, דבק, צבע)
						מבוך (פרוסטיג) בעפרון/צבע (עם אחיזה)
עיגול						
						הקפת אובייקט בעיגול (אצבע, דבק, בצק מגולגל וכ"ו)

						הקפת אובייקט בעיגול בעיפרון עם אחיזה (לשים לב שסוגר ולא ספירלה מתמשכת)
						חיקוי ציור (עם אחיזה) עיגול – שימו לב שסוגר ולא ספירלה מתמשכת – לתת משמעות (בלון, שמש, פרצוף, פרח)
העתקת דגמים פשוטים ללא שימוש בכלי כתיבה (ריבוע, משולש, מלבן, טרפז)						
						השלמת הצורה (הכל מוכן חוץ מצלע חסרה)
						העתקת הצורה
						צביעה בתוך צורה (הקפדה על אחיזה)
						שבלונות
						צביעה בצורה בודדת
						צביעה של צורה אחת מתוך ציור שלם (חוברת)
						קשקוש על הלוח בגיר או בטושים/על דף עם חומרים שונים (לא מקפידים על אחיזה)
						ארגון בדף בציור או הדבקה חופשית (מציירים למשל 3 בלונים ושואלים איפה יש מקום לבלון נוסף – ומבקשים שיצויר/ ידביק)
מדבקות						
						על פי ציור (התאמה אחד לאחד, גם לפי צבע)
						סדרות על קו אנכי/אופקי (עם משמעות – שרשרת/רכבת) (אדום צהוב אדום צהוב..)
						דף עבודה כלשהו
						גזירה קו של גזירה אחת << ברוחב שתי גזירות << חצי עמוד << קו מתעקל (ימין נשאר יציבה ושמאל זזה) << גזירת צורות << גזירת עיגול << גזירת אובייקטים עם קו תוחם << גזירה עצמאית של אובייקטים מתוך דף שלם

התרגיל ואיך לבצעו						הביצועים לפי תאריך									
מוטוריקה גסה															
הליכת מריצה (עם משמעות - להגיע לחפץ ולתפוס אותו)															
כניסה ויציאה מחפצים של יד אחת/ רגל אחת (למשל ארגז/ סל כביסה)															
ריצה/ הליכה בין מכשולים (חפצים מפוזרים על השטיח, בקבוקי מים, כשהוא לא מפיל)															
כדור גלגלים															
כדור במסירות															
כדור בבעיטות															
קליעה לסל בשתי ידיים															
באולינג															
קפיצה משרפרף נמוך															
קפיצות על מזרון, ספה (דגש 2 רגליים ביחד)															
קפיצה בדילגית															
גלגולים (קדימה, עם הרבה תמיכה. לעזור בעיקר עם מנח כפות ידיים על השטיח)															
טיפוס על סולם															
ריצה בחוץ															
חציית קו אמצע - יד נוגעת באיבר בצד הנגדי או מביאה משהו מהצד הנגדי.															
תליה על מתח															
מסלול מכשולים (טיפוס על כסא, קפיצה מעל חפץ, זחילה במנהרה או מתחת לכסאות צמודים)															
אופניים/אימון מקדים (תנועות אופניים הדדיות) (אפשר עם שיר אחת ושתיים קנו לי אופניים..)															
שיווי משקל (קורה) (מעקה בחוץ)															
משיכות הדדיות עם מטפלת (חבל)															
סחיבות (בקבוקי מים - להפעיל מאמץ)															
דחיפות (ארגז מלא צעצועים/ בקבוקי מים)															
נדנדה (לימוד נדנוד עצמי)															
כדור פיזיולוגי - שכיבה עליו ונדנוד, להתמודד עם איזון כשהידיים והרגליים באוויר															
זחילה אפשר כמו נחש, בתחרות מי יגיע ראשון ל..															
הליכה על 6 - כמו חיה, אפשר עם קולות. תחרות מי יגיע ראשון ל..															
הליכת סרטן - עמידה סטטית בפוזה															
עמידה על רגל אחת															
טיפוס על סולם															
שיווי משקל- הליכה על קו ישר או על חישוק, עקב בצד אגודל															
דילוג בין חישוקים															