



הורים ומתעניינים יקרים!

לפני שנתיים פרץ משבר הקורונה, אשר הכתיב לנו, כיצד, איך ומתי להשתתף בפעילויות שונות. בשנה זו למרות הקושי, הצלחנו להפעיל את מסגרת מסלול מתוך הבנה עד כמה חשוב וחיוני לילדים פעילות טיפולית רציפה. בשנה שחלפה (תשפ"א) נדרשנו לגלות גמישות ויצירתיות לצד המגיפה אשר לא הייתה לנו זרה כלל ועם הנחיות ממערכת הבריאות, הצלחנו להתעלות ולהתגבר על הקשיים אשר הגיחו מעת לעת.

בינואר האחרון פגשנו זן בשם אומיקרון אשר גרם לרבים תחלואה/בידודים/היעדרויות מצב אשר הביא לירידה בהשתתפות הפעילות במסלול, לכן נאלצנו לטובת הילדים לקטוע את רצף הפעילות הטיפולית לשבועיים ימים, מצב אשר הצריך מאתנו, צוות מסלול, לדאוג ולהשלים במועדים אחרים את השיעורים אשר בוטלו. למרות הקושי הצלחנו להתגבר להתאושש ולצמצם פערים וניתן לסכם כי הילדים יצאו עם חוויות מעצימות והצלחות.

צוות מסלול שם לו מטרה להתחדש ולהיבנות, להתקדם וללמוד, לחפש דרכים נוספות לעזור לילדי מסלול, מה שהוביל לפרויקט "שינוי מסלול מהגן לביה"ס" - הכנה לכיתה א' בשיתוף עם מרפאה בעיסוק, יצאנו לתוכנית של 12 מפגשים בהם הילדים פוגשים וחווים התנהלות בית ספרית לצד אותיות ומספרים, לצד מיומנויות חברתיות וסיטואציות מגוונות. תוכנית זו חתמה את שנת הפעילות עם תוצאות טובות תחושת מסוגלות עצמית גבוהה של כל משתתף.

וכעת בפתח שנת פעילות הנושקת ל תשפ"ג, 2022-2023 יוצאים אנו לשנה של צימאון לפגוש ולהתנסות בפעילויות נוספות, מאתגרות וחדשות. מוזמנים להתרשם מהפעילויות, מהצוות המקצועי ומהתוכן הייחודי שאנו מציעים.

בברכת שנה טובה פורייה ומוצלחת

עינת עמר
מנהלת מסלול
ומנחת הורים לגיל הרך



שחייה

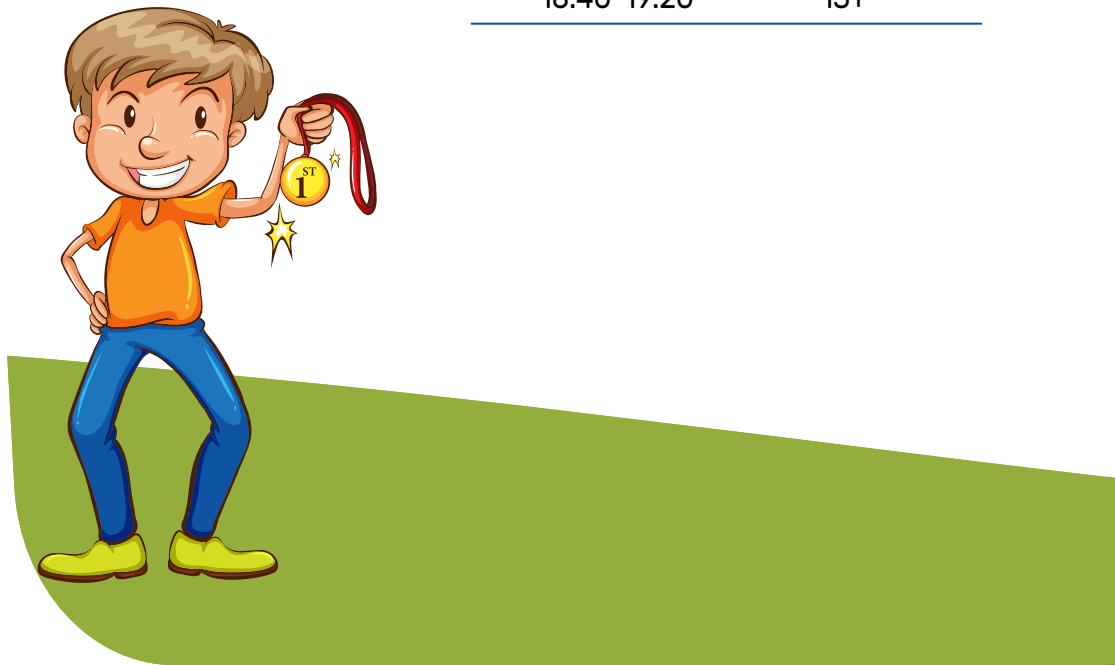
חוגי שחייה ייחודיים בבריכה טיפולית מחוממת ומרווחת בקבוצות קטנות ויחס אישי. הקבוצות נבנות על פי רמה (לאחר מבדק) וגיל.

יום א'-ה'	החל מהשעה 16:30
יום ו'	החל מהשעה 12:00

שעת כושר

חדר כושר ייחודי המותאם לילדים מגיל 6. הילדים עובדים לפי תוכנית אימון אישית ונעזרים במכשירים אירוביים, מכשירי כוח ואביזרים נלווים להעצמת האימון, החיזוק והיציבה.

יום א' גילאי 7-9	16:30-17:10
10-12	18:00-18:40
13+	18:40-19:20



שליטה על גלגלים - אופניים

חוג רבעוני לרכישת מיומנות הרכיבה ללא גלגלי עזר.
12 מפגשים בהם נעבוד על שיווי משקל, קואורדינציה וביטחון עצמי.

יום א' החל מגיל 5 17:15-17:55

שחייה אומנותית

פעילות ספורטיבית המשלבת את עולם המים והשחייה עם עולם המוזיקה והמחול.
עבודה על קואורדינציה, זריזות, כוח ועוד.
מתקבלות בנות ברמת שחייה טובה מאוד.
יום ב' קבוצת מתחילות

גיל 8-10 19:10-19:50

גיל 11+ 19:50-20:30

מועדונית צמי"ד

(צרכים מיוחדים)

בכל יום שלישי בשבוע, משעות אחה"צ ואילך, מסלול מציע מגוון פעילויות וחוגים הניתנים לילדים ממסגרות חינוך המיוחד/המשולב. צוות מסלול המורכב מבוגרי וינגייט וצוות תגבור ילווה את הילדים בקבוצות קטנות עם יחס אישי.
קבוצות הילדים מורכבות לפי רמה וגיל
הפעילויות הניתנות הן ס.טיפולי, חדר כושר, שחייה, כדורגל, הגנה עצמית.
יום ג' החל מהשעה 15:30-19:30 פרטים נוספים במזכירות מסלול.



הגנה עצמית/קארטה

אומנות לחימה תוך למידה ועבודה על מיקוד וריכוז, משמעת ועצמאות.
דגש על ביטחון עצמי מול הכלל והפרט.

יום ג' פרטים במזכירות מסלול

ספורט טיפולי

באמצעות תנועה, משחק וספורט נעבוד על מיומנויות יסוד כגון: ריצה, קפיצה, גלגול, הפעלת איברי הגוף בתיאום וחיזוק חגורת כתפיים, התמצאות במרחב, מהירות תגובה, קואורדינציה ומיומנויות כדור. יינתן דגש על אינטראקציה חברתית ורכישת בטחון עצמי.

יום ב' גיל 3-4 15:50-16:30

גיל 5-6 16:30-17:10

גיל 7-8 17:10-17:50



ספורט אתגרי

עבודה על מוטוריקה גסה, שיווי משקל, התמצאות במרחב דרך מסלולים סולמות, חבלים, קיר טיפוס ועוד המפתחת קואורדינציה.

יום ב' גיל 8+ 18:00-18:40

קט רגל

בחוגי הכדורגל מתמקדים באינטראקציה חברתית והנאה אישית נטולת תחרותיות. רכישת יסודות הכדורגל תוך שיפור תיאום עין-רגל, דגש על קואורדינציה וחיזוק הביטחון העצמי במשחק קבוצתי.

יום ג' פרטים במזכירות

יום ה' גיל 5-6 16:50-17:30

גיל 7-8 17:30-18:10



חוגים תשפ"ג 2022/2023

שינוי מסלול מהגן לביה"ס - הכנה לכיתה א'

סדנא בת 12 מפגשים למשך שעה פעילויות מגוונות - דגש על התארגנות, תכנון ומיומנויות חברתיות.
מוטוריקה עדינה וגסה - פעילות סביב השולחן ובמרחב.
קבוצה קטנה בהנחיית מרפאה בעיסוק ומדריכת ספורט טיפולי.

פרטים במזכירות מסלול.

כושר עם אושר הכנה למרתון ירושלים

קבוצות הורה וילד בהדרכת מדריך כושר גופני לשיפור סיבולת לב ריאה לצד פעילות שבועית מהנה וייחודית.
מספטמבר עד מרץ

יום ה' 18:15-19:00 (מס' המקומות מוגבל)





פעילויות בוקר בחגים ובחופשות למשך יום מלא:
במהלך חופשת סוכות, חנוכה, פסח וחופשת הקיץ יתקיימו פעילויות בוקר
הכוללות מגוון רחב של ענפי ספורט לצד חוויות נוספות.

פרטים במזכירות מסלול.

+ יתכנו שינויים בימים ובשעות החוגים.

+ לוח חופשות בהתאם למשרד החינוך. (תישלח הודעה מסודרת להורים)
+ כדאי ורצוי להתעדכן במהלך השנה לגבי פתיחת חוגים נוספים

 **עקבו אחרינו ב-**



טל': **02-6494353** | **ניתן להשאיר הודעה**
maslul@alyn.org | www.alyn.org.il