

## אז מה זה צנצנת "משעמם לי"?

מכירה את האמירות "אמא אין לי מה לעשות" או "אמא משעמם לי"?...

המשחק צנצנת "משעמם לי" הינו משחק לימי חופשה דווקא כדי להניע את הילדים לעשייה ולמנוע מהם שיעמום.

הפעילויות המוצעות מיועדות לכלל הגילאים ואתם רשאים להוסיף ולהחליף כיד הדמיון הטובה עליכם שיהיו רלוונטיות עבורכם.

כשישעמם לילדים בבית בזמן החופש (או בכלל), הם פשוט ייקחו בעצמם פתק מהצנצנת (או מכל קופסא אחרת לאחסון) ויקבלו על עצמם משימה/ אתגר/ פעילות להשלים, תעסוקה כדי להעביר את הזמן שלהם.

זו עשויה להיות אמרקציה עצמאית, כייפית, שימושית, מעשירה, מלמדת ומאתגרת.

הפתקים מחולקים לפי צבעים, לכל צבע יש נושא (וכך אפשר לכוון את הילד לפעילות אנרגטית או פעילות שקטה, לפעילות משפחתית או פעילות מחוץ לבית וכו' בהתאם לסימואציה).

**פתקים בצבע ירוק** עבור משימות פיזיות/ אנרגיה. (לדוגמא- 10 דקות ריקודים בבית, לבנות פרמידה מכוסות פלסטיק וכו').

**פתקים בצבע צהוב** עבור פעילות ביתית שקטה. (לדוגמא- להכין ספר בדיחות, לכתוב שיר, להכין ציור לדלת כניסה וכו').

**פתקים בצבע כחול** עבור פעילויות הקשורות לאוכל ומטבח. (לדוגמא- להכין שיפורי פירות, לשטוף כלים, לעזור בהכנת ארוחת ערב וכו').

**פתקים בצבע ורוד** עבור פעילויות מחוץ לבית. (לדוגמא- לצייר עם גירים, רכיבה על

אופניים, לקפוץ בחבל, לשחק "שלושה מקלות" וכו')

**פתקים בצבע כתום** עבור פעילות משפחתית. (לדוגמא-קריאה משותפת של ספר,

להכין ביחד ציור משפחתי, משחק קופסא משותף וכו').

- כמובן שניתן להכין פתקים לפי כל רעיון שלכם או של הילדים, בהתאם לגיל שלהם...
- ממליצה ליצור הפרדה של צבעים בין הפתקים. ניתן לכתוב בכתב יד על פתקים . צבעוניים קטנים, או להדפיס כל קטגוריה על ניירות בצבעים שונים.

לשחק ים יבשה	לבנות פרמידה מכוסות פלסטיק	<b>פעילות פיזית / אנרגטית</b>	
להמציא וללמוד ריקוד חדש	לבנות מסלול מכשולים	לבנות אוהל משמיכות ואביזרים נוספים	לסדר את החדר
לעמוד על רגל אחת כמה שיותר זמן	לנסות לכדרר כדור כמה שיותר פעמים	לסדר את הארון	10 דקות ריקודים סוערים בבית
'בומל פליפ' היפוך בקבוק שיעמוד על הפקק שלו	התעמלות ביתית	25 קפיצות במקום	למדוד דברים בבית בעזרת סרגל ולערוך רשימה
לסדר את הספרים בספרייה מחדש	לבנות מגדל הכי גבוה שאפשר עם כוסות חד פעמיות	לעשות ניסוי במדעים (בעזרת מבוגר)	לספור כמה בלמות יש בחדר שינה שלך
משחק עם בלון- לזרוק מעלה ואסור שייפול על הרצפה	ללבוש תחפושת למרות שלא פורים	לבנות מסלול מכשולים לגולה או כדור קטן	לקפוץ על רגל ימין ואז על רגל שמאל ל- לפחות 20 פעם רצוף
קליעה למטרה	משחק באולינג ביתי	הכנת 'רכבת' מכוסות חד פעמיות / מכוניות צעצוע וכ"ו	לרוץ 30 שניות במקום
לחפש את הספר קריאה עם הכי הרבה עמודים שיש בבית	להכין מופע עם דברים שיש בבית	לסובב חישוק (הולה הופ) על הבטן/ היד/ הרגל	להמציא משחק חדש, עם חוקים חדשים
10 כפיפות בטן	למיין דברים לפי צבעים	לזרוק כדורים קטנים לתוך סל כביסה או דלי	לזרוק כדורים מנייר כסף לתוך סל כביסה או דלי

לצבוע מנדלה	להכין כתב סתרים, וחידה מתאימה	<b>פעילות ביתית שקטה</b>	
להכין סימנייה	לשחק עם האוגרים	להכין מטוסים מנייר	לצייר ציור של דמות דמיונית
לכתוב חוויה חשובה שעברת	לכתוב על חלום שתרצה להגשים	לכתוב 5 דברים שאתה אוהב בחבר טוב שלך	להכין ספר בדיחות
לכתוב למישהו מכתב תודה על משהו	לעשות פאזל	לצייר מפה של הבית והחדרים	לכתוב 5 דברים שאתה אוהב במשפחה שלך
להכין ציור לעבודה של אמא/ אבא	לכתוב מכתב לקרוב משפחה	להכין ציור או שלט לדלת הכניסה לבית	לכתוב שיר
להכין קומיקס	לצייר מפת אוצר	לעזור לקפל/ למיין כביסה	להכין אוריגמי על פי דוגמא
חוברת עבודה לבחירתך, 4-6 דפי עבודה	לחפש מדינה בגלובוס או באטלס ולקרוא עליה	לבחור חיה שתמיד רצית לדעת עליה- לחפש עליה מידע	לצייר ציור על פי ספר אהוב
חוברת עבודה במתמטיקה, 4-6 דפי עבודה	חוברת עבודה באנגלית, 4-6 דפי עבודה	ללמוד לעשות קסם,	להכין מניפה צבעונית

אמבטיה ארוכה עם קצף	לצייר ציור של החיה האהובה עלייך	להדפיס דף צביעה לבחירך, ולצבוע	חוברת עבודה בעברית, 4-6 דפי עבודה
לכתוב יומן	30 דקות זמן משחק	לעזור ולהכין רשימת קניות לסופר	לחפש בספר בישול מתכון שהיית רוצה למעום
לצייר עץ דמיוני	לצייר בית דמיוני	יצירה עם צבעי מים	להכין לעצמך תעודת זהות אישית
לסדר את המיטה	לקרוא ספר בעברית	לקרוא ספר באנגלית	לצייר כלי תחבורה דמיוני
לברר פרטים ומידע על השם שלך ומשמעותו	משחק דוקים	למיין דברים לפי צבעים	להתקשר לסבא או סבתא
לשחק במשחק קופסא	להכין ציור או שלט לדלת של החדר שלך	לכתוב סיפור	לנסות ולהמציא משחק חדש עם חוקים חדשים
לסדר את המדף שלך	לחדד עפרונות	להכין משחק בינגו	להכין הקראה על נושא מסוים

להכין חביתה	לבחור מתכון, לקנות את המצרכים ולהכין	פעילות אוכל ומטבח	
להכין כדורי שוקולד	לשטוף כלים	לאפות עוגיות	להכין פנקייק
להכין כוסיות ג'לי אישיות	לאפות עוגה	לעזור להכין ארוחת ערב/ צהריים	לעזור לחתוך סלט ירקות
לרוק את הזבל	להכין שייק/ גלידה/ קרטיב	להכין פיצה ביתית	אחראי לערוך שולחן עבור כל המשפחה
להכין תפריט לארוחה משפחתית	לבחור מה נאכל כולנו לארוחת צהריים בהמשך השבוע	להכין לימונדה	לערוך את השולחן כפיקניק משפחתי על הרצפה
להכין משהו טעים, עבור בן משפחה אחר	לשטוף כלים	להכין סלט פירות	להיות "מלצר במסעדה", לשאר בני המשפחה
לחפש מתכון של אוכל איטלקי	עזרה בפינוי השולחן מכל הכלים	להכין רשימת קניות	להכין עוגיות בצורות שונות
לחפש מתכון לעוגיות מתוקות או מלוחות	לחפש מתכון של ירק אהוב	להכין כריכים	להכין שיפודי פירות
לבחור מה נאכל כולנו לארוחת ערב בהמשך השבוע	להכין ארטיקים תוצרת בית	לשקול פירות וירקות שיש במקרר ולכתוב על דף	לבדוק תאריכי תוקף על מוצרים בארון/ במזווה

משחק כדור	קלאס	פעילות מחוץ לבית	
ללכת למכולת ולהתפנק בארטיק	לקפוץ בחבל	לצייר עם גירים	משחקי מים (בלוני מים / רובי מים)
להשקות את העציצים / גינה	רכיבה על קורקינט	לצאת למיול בשכונה	רכיבה על אופניים
לספור כמה מכוניות עוברות ברחוב בחמש דקות	לצאת למיול ולחפש רכב בצבע אדום / צהוב וכו	לצאת למיול ולחפש פרחים	לצאת למיול ו"לחשב" את לוחית הרישוי של המכוניות שרואים
לצבוע ולקשט עם צבעים אבנים קטנות וגדולות	לשחק ים יבשה	פעילות עם בועות סבון	ללכת לגינת משחקים
הקפצות של כדור על הרגל / ראש	לשחק מחבואים או תופסת	לצאת לפיקניק עם כריכים / פירות / חטיפים	לקבוע עם חבר
לאסוף עלים יבשים או אבנים ולאחר מכן לעשות איתם יצירה	לחפש פרחים, לצלם אותם ואחר כך לחפש עליהם מידע	לשחק "שלושה מקלות"	להכין מסלול מכשולים
לחפש טביעות רגליים של חיות ואנשים	להמציא פעילות ספורטיבית עם חוקים חדשים	לנקות ולסדר את הגינה / מרפסת	ריצה
לצלם דברים מעניינים ברחוב	לצאת למיול ולחפש עצים	קליעה למטרה	לצאת למיול בשכונה ולהכין מפה של הרחוב עם מספרי הבתים

לסדר ביחד את החדר	לארגן מסיבה משפחתית ולתכנן את כל הפרטים	<b>פעילות משפחתית</b>	
קריאה משותפת של ספר	להכין יצירה משפחתית מטביעות כפות ידיים	להמציא שפה חדשה ומשפחתית	זמן 'בלי חשמל'- ובילוי משותף
להכין ביחד ארוחת בוקר משותפת	לעשות אילן יוחסין	לשחק ביחד ארץ עיר	להכין ביחד מופע שכולם משתתפים בו
משחק משותף- דוקים או קלפים	לשחק "טלפון שבור"	לעבור ולראות תמונות עתיקות ולהעלות זיכרונות...	להתקשר לקרוב משפחה
להכין ביחד רשימת חוקי הבית	היפוך תפקידים- ההורים ילדים והילדים הופכים להורים	משחק פנטומימה משפחתי	לשחק ביחד משחק קופסא
משחקים של פעם- להעביר ביצה קשה על כף ממקום למקום	משחקים של פעם- להשחיל נר לבקבוק	משחקים של פעם- 1,2,3 דג מלוח	לעשות מסיבת תחפושות משפחתית
משחק חיקויים- של חיות	לעשות מעגל משותף	שכל אחד יספר משהו טוב ומשהו פחות טוב שקרה לו השבוע	משחקים של פעם- עיטוף מומייה בנייר טואלט
לצאת למיול בטבע ולחפש זוחלים	שכל אחד יספר על חלום שהיה רוצה להגשים	ללמוד אב' של שפה זרה וחדשה לכולם	להמציא למשפחה סלוגן