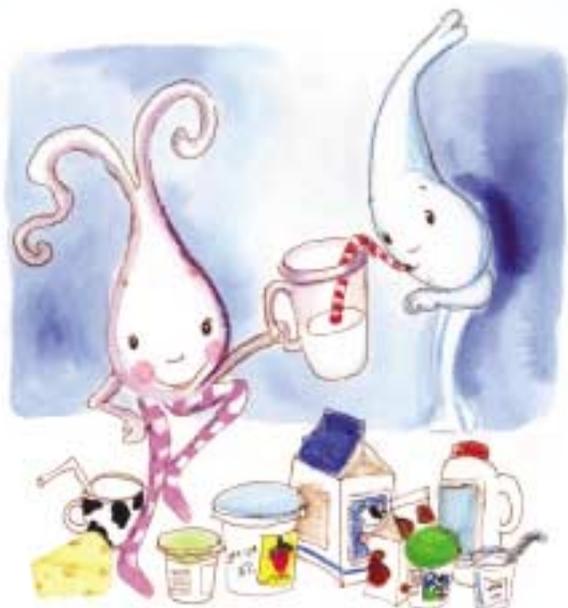


סִידָה וְדָן



חֹבֶרֶת לַגִּנָּת



עֶרְכַּת הַפְּעִילוּיֹת מְכִילָה:

- חֹבֶרֶת לַגִּנָּת
- סֵפֶר "סִידָה וְדָן"
- 3 תַּמּוֹנוֹת הַמַּחֲשָׁה שֶׁל חֶלֶב גְּבִינָה וְיוֹגוּרֵט
- 10 כַּרְטִיסֵי מִילִים
- 6 דְּמוּיוֹת מֵהַסִּיפּוֹר
- מִשְׁחָק זִיכְרוֹן
- מִשְׁחָק מִסְּלוּל "צוֹבְרִים 3 בְּיוֹם"
- חֹמְרִים לְבֹבּוֹת כֶּף יָד שֶׁל סִידָה וְדָן (כּוֹלֵל עֵינִיִּים זְזוֹת וּמְקֻלוֹנִים)
- 40 דְּפֵי דְמוּת שֶׁל הוֹעֵי וְאַבִּיגִיל
- 40 דְּפֵי מַדְבָּקוֹת שֶׁל מוּצְרֵי חֶלֶב
- 40 מַכְתָּבִים לְהוֹרִים
- 40 עֲלוֹנִים
- פּוֹסְטֵר לְתֵלִיָּה בֶּגֶן



כָּל הַזְכוּיוֹת שְׂמוֹרוֹת © 2006 לְמוֹעֶצֶה לַעֲנֵף הַחֶלֶב בְּיִשְׂרָאֵל (נִיִּצוֹר וְשִׁיוּק)
בֵּית אֲדָרַת, דֶּרֶךְ הַמַּכְבִּים 46 תִּיד 15578 רֵאשׁוֹן לְצִוּוֹן 75054
טֵל: 03-9564750, פֶּקֶס: 03-9564766



כתיבה וניהול תוכן: נטע סילוני – פיתוח תכנים חינוכיים

יעוץ מדעי: שרית עטיה-שמואלי, דיאטנית קלינית

איורים: יונת קציר

עיצוב גרפי: פרופ סטודיו

עריכה לשונית: נירה לזין

ערכת הפעילויות בהוצאת מועצת החלב

תוכן העניינים

- 4 מכתב לגנת
- 5 הקראת הסיפור "סידה ודן"
- 5 ארוחת בוקר בגן
- 6 משחק זיכרון
- 7 משחק מסלול "צוברים 3 ביום"
- 8 החלום של רועי
- 9 מילוי דמות במדבקות של מוצרי חלב
- 10 בובות כף יד של סידה ודן
- 11 צרור רעיונות נוספים לפעילות



גננת יקרה,

הכירי נא את רועי, את סידה ואת דן:
רועי שובר את ידו במהלך ניסיון לרכוב על אופניים ללא גלגלי עזר.
הוריו מסבירים לו שעליו להגדיל את כמות הסידן בגופו, ורועי, הרוצה להבין את ההסבר
בודה בדמיונו שני יצורים חברותיים וחרוצים – סידה ודן, המצויים במוצרי חלב.



ילדי הגן יכירו את סידה ודן באמצעות סיפורו של רועי
ויתודעו לחשיבותה של צריכת שלוש מנות גבינה,
חלב ויוגורט ביום.
דמויותיהם של סידה ודן יופיעו גם במשחקים ובפעילויות
הנלוות.

לצריכת מוצרי חלב יתרונות נוספים. בערכה זו, המיועדת לבני הגיל שבו העצמות גדלות,
מתפתחות ומתעצבות, בחרנו להתמקד בחשיבות הסידן.

■ מטרת הערכה:

הגברת המודעות של הילדים והוריהם לחשיבות צריכת הסידן באמצעות שלוש מנות ביום
של חלב, גבינה ויוגורט.

■ מבנה הערכה:

מבנה הערכה מאפשר פריסת הפעילות על פני ימים אחדים או עריכת יום פעילות מרוכז.
חב הפעילויות מאפשרות פעילות חוזרת.

לערכה מצורף מכתב להורים, המסכם את הפעילות בגן .

נשמח לקבל את התרשמויותייך והערותייך לדואר אלקטרוני: office@js-d-b.co.il

פעילות מהנה,

נטע סילוני



הקראת הסיפור "סידה ודן"

הכנה

נתלה על הלוח תמונות של מאכלים שונים הכוללים חלב ומוצריו (בערכה).



מפגש הבוקר

דין מקדים:

- מי אכל היום ארוחת בוקר לפני שבא לגן?
- מי מהילדים אכל או שתה מצרכים המופיעים בתמונות?
- מה משותף לכל המאכלים האלה? (הם עשויים מחלב)

הקראת הסיפור "סידה ודן"

שאלות לשיח בעקבות הסיפור:

- מיהם סידה ודן? (יצורים דמיוניים המופיעים בחלום של רועי. הם מייצגים את הסידן המצוי במוצרי חלב).
- למה חשוב שיהיה סידן בגוף שלנו? (הסידן מחזק את העצמות, מחזק את השיניים, ועוזר לנו לגדול ולהתפתח).
- באילו מאכלים ומשקאות יש סידן? ניתן להביט בתמונות. כדאי להסביר לילדים שיש סידן במאכלים ומשקאות נוספים כמו שומשום, כרוב, טחינה, חסה – אך המקור הטוב ביותר לסידן הוא חלב.
- כמה מנות ביום כדאי לאכול או לשתות? מדוע? (שלוש מנות, כדי שיהיה די סידן בגוף).
- נחזור לבדיקה שעשינו לפני הקראת הסיפור – לכמה מילידי הגן כבר יש הבוקר בגוף מנת סידן? כמה מנות חסרות לכל אחד?



ארוחת בוקר בגן

הילדים יאכלו כריכי גבינה וירקות לארוחת הבוקר. בגן שבו הילדים מביאים את הכריכים מבתיהם, ההורים יתבקשו מראש לשלוח כריכי גבינה.

בגן שבו מוגשת הארוחה –

- נציע מבחר גבינות, כל ילד ימרח את הגבינה שהוא מעדיף ויקשט בירקות.
- אפשר להוסיף לארוחה מעדני חלב ומשקאות חלב.
- אפשר להכין חביתיות או טוסטים של גבינה צהובה.



משחק זיכרון

מטרות המשחק:

- הכרת מוצרי חלב
- שיפור הזיכרון והריכוז

המשחק מכיל:

20 זוגות כרטיסיות

מספר משתתפים: 2-6

הכנה:

טורפים את הכרטיסיות ומניחים אותן הפוכות, תמונות כלפי מטה, בחמישה טורים שווים.

סדר המשחק:

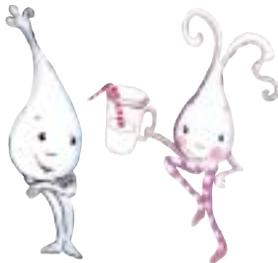
יתחיל הילד שבשמו האותיות הרבות ביותר, וממשיכים לפי כיוון השעון.

מהלך המשחק:

המשתתף הראשון הופך שתי כרטיסיות ואומר בקול רם מה הוא רואה בהן. על שאר המשתתפים להתבונן ולזכור את התמונות. התמונות שבשתי הכרטיסיות זהות? זוג הכרטיסיות הוא של המשתתף, ויש לו תור נוסף. התמונות שבשתי הכרטיסיות שונות? המשתתף הופך אותן ומניח אותן במקומן. התור עובר הלאה.

סיום המשחק:

כל זוגות הכרטיסיות נמצאו.



המנצח:

הילד שהצליח לאסוף את מספר הזוגות הרב ביותר.

משחק מסלול – "צוברים שלושה ביום"

מטרות המשחק:

- זיהוי מזון המכיל סידן.
- מנייה עד 20.
- התנסות במצב של תחרות.



המשחק מכיל:

- לוח משחק
- 4 חיילי משחק
- קובייה
- 40 כרטיסים

מספר משתתפים: 2-4

הכנה:

יש להניח את לוח המשחק במרכז השולחן. עליו יונחו 40 הכרטיסים בסדר אקראי ופניהם כלפי מטה, במלבן "קופה". כל משתתף יקבל חייל משחק.

קביעת סדר המשחק:

יתחיל השחקן שהטיל קובייה וקיבל את המספר הגבוה ביותר.

מהלך המשחק:

המשתתף הראשון יטיל את הקובייה, ויצעיד את חייל המשחק שלו בהתאם. אם הגיע לעמדת "סידה ודן", ייקח כרטיס. על הכרטיס מוצר חלב? הכרטיס יישאר בידיו. מזון אחר? יניח את הכרטיס בערימה בצד. משתתפים שהגיעו לקצה המסלול ולא צברו שלושה מוצרי חלב, יחזרו לתחילת המסלול וימשיכו לשחק. על כל שחקן לצבור שלושה כרטיסים של מוצרי חלב.

סיום המשחק:

לכל השחקנים 3 כרטיסים של מוצרי חלב.

מנצח:

המשתתף שצבר ראשון 3 כרטיסים של מוצרי חלב.

הערות:

אפשר לדלל את כמות הכרטיסים שאינם מכילים מוצרי חלב בטרם יתחיל המשחק. אפשר לחלק כרטיס ראשון לכל המשתתפים לפני הסבב הראשון.



החלום של רועי

ציור חופשי בעזרת כרטיסי מילים



הציוד הדרוש:

- דפי ציור חלקים
- כרטיסי מילים (בערכה)
- צבעים, טושים

מהלך הפעילות:

במרכז השולחן יונחו דפי ציור וכרטיסי מילים.

אפשרות 1:

נצייר את החלום של רועי ונוסיף לציור מילים הקשורות אליו לפי הכרטיסים.

אפשרות 2:

כל ילד יבחר כרטיס אחד או יותר, ובעקבותיו –

- יצייר ציור הקשור למילה.
- יבחר מבין הכרטיסים את המילים שמזכירות בציור שלו, ויעתיק אותן.
- יעתיק את המילים ויעטר אותן.

כדאי לתלות את הציורים ולהציגם בתערוכה בגן



מילוי דמות במדבקות של מוצרי חלב

הציוד הדרוש:

- דפי מדבקות של מוצרי חלב (בערכה)
- דפי דמות של רועי ואביגיל (בערכה)
- צבעים, טושים, מספריים

מהלך הפעילות:

1. נגזור מדף מדבקה את מוצרי החלב.
2. נדביק את המדבקות בתוך גוף הדמות (לפחות שלושה מוצרי חלב) כדי לחזק אותה ולמלא אותה בסיידן.

לגיוון, נציע לילדים:

- הדביקו רק על קווי המתאר של הדמות.
- הקיפו את הדמות וצרו לה מסגרת בעזרת המדבקות.
- כתבו את שמותיכם בעזרת המדבקות.
- גזרו את הדמות לאחר ההדבקה.
- ציירו את מוצרי החלב האהובים עליכם בתוך גוף הדמות (במקום המדבקות).



בובות כף יד של סידה ודן

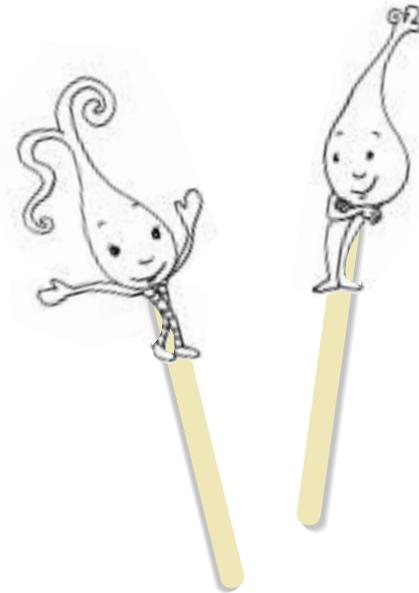
הציוד הדרוש:

- שמיניות בריסטול שעליהן הדמויות של סידה ודן (בערכה)
- עיניים זזות (בערכה)
- מקלונים (בערכה)
- צבעים, טושים, מספרים, דבק

מהלך הפעילות:

- נקשט את סידה ודן.
- נדביק לכל אחד מהם עיניים זזות.
- נגזור את הדמויות.
- נחבר מקלון לכל דמות.

ועתה נוכל לשחק בתיאטרון בובות עם סידה ודן ולהציג סיפורים חדשים.



צרור רעיונות נוספים לפעילות

- **הספר** יהיה זמין, הילדים יוכלו לדפדף בו.
- **המשחקים** (משחק זיכרון, משחק מסלול) יצורפו למשחקים הקבועים של הגן במהלך תקופת הפעילות.
- **לוח "מי בא לגן"** – הילדים יתלו את שמם לפי התמונות/המילים: גבינה, חלב, יוגורט או לפי דמויות מהסיפור (מצורפות לערכה כל דמויות הסיפור).
- **מזנון ארוחת הבוקר** יכלול בתקופת הפעילות גבינות ומשקאות חלב.
- **דפי צביעה** מהספר.
- **טבלה יומית לכל ילד** – ספירת מנות מוצרי חלב אישית לכל ילד.
- **תערוכה מצטברת של אריזות מוצרי חלב** – הילדים יביאו אריזות ריקות של מוצרי חלב. אפשר להוסיף כלל: אין להביא את אותו המוצר פעמיים.
- **מיון** – כל ילד יביא אריזה אחת לפחות של מוצר חלב. את האריזות ניתן למיין לפי ערך הסיידן שיש בהם (כך הילדים ילמדו לחפש את ערך הסיידן על האריזה), לפי גודל האריזה, לפי האות הראשונה בשם המוצר, לפי הטעם – מלוח או מתוק.



- **יצירה** מאריזות מוצרי חלב ריקות.
- לערכה מצורפות **דמויות הסיפור**: סידה, דן, רועי, אביגיל, אמא ואבא. הן יוכלו לשמש להמחשת הסיפור במהלך הקראתו.