

"מסלול" הוא מרכז ספורט טיפולי לילדים ונוער באלי"ן המציע מגוון רחב של פעילויות לילדים ונוער במטרה לשפר תפקוד יומיומי, מוטוריקה וביטחון עצמי. הפעילויות מתבצעות בקבוצות קטנות בהדרכת אנשי מקצוע, מדריכים בוגרי ינגייט ותעודה בחינוך מיוחד.

חוגי מסלול 2024/25

שחייה אומנותית

יום ו'

שעה	גיל
14:20-15:00	מתחילות
פעילות ספורטיבית המשלבת את עולם המים והשחייה עם עולם המוזיקה והמחול. עבודה על קואורדינציה, זריזות, כוח ועוד. מתקבלות בנות ברמת שחייה טובה מאוד.	

שחייה טיפולית

יום א'

שעה	גיל
16:30	ע"פ קבוצות התאמת גיל ורמה
קבוצות המיועדות לילדי צמי"ד	

שעת כושר

יום א'

שעה	גיל
16:45-17:25	6-8
17:30-18:10	9-11
18:10-18:50	+12

שחייה

ימים א'-ה' יום ו'

שעה	גיל	יום
16:30	ע"פ קבוצות התאמת גיל ורמה	א' - ה'
12:10	ע"פ קבוצות התאמת גיל ורמה	ו'
חוגי שחייה ייחודיים בבריכה טיפולית מחוממת ומרווחת בקבוצות קטנות ויחס אישי. הקבוצות נבנות על פי רמה וגיל לאחר מבדק.		

שחיית פעוטות – הורה וילד

יום ו'

עשרה מפגשים, הורה ופעוט, בבריכה חמה ואוירה נעימה. תרגילים ומשחקים מגוונים התורמים לחיזוק הגוף, שיפור שיווי משקל, קואורדינציה, חיזוק מערכת הנשימה והביטחון העצמי של הפעוט. פרטים במזכירות.

ספורט טיפולי

יום א' יום ב'

שעה	גיל	יום
16:40-17:20	3-4	א'
17:20-18:00	5-7	
16:40-17:20	6-8	ב'

אומנות לחימה משולבת

יום ד'

שעה	גיל
16:30	+8
אומנות לחימה תוך למידה ועבודה על מיקוד וריכוז, משמעת ועצמאות. דגש על ביטחון עצמי מול הכלל והפרט.	

פעילויות בוקר

בחופשת הקיץ יתקיימו פעילויות בוקר הכוללות מגוון רחב של ענפי ספורט לצד חוויות נוספות. הרשמה ופרטים במזכירות.

קט רגל – כדורגל

התמקדות באינטראקציה חברתית והנאה אישית נטולת תחרותיות. רכישת יסודות הכדורגל תוך שיפור תיאום עין-רגל, קואורדינציה וחיזוק הביטחון העצמי במשחק קבוצתי. פרטים לגבי יום ושעה יש להתעדכן במזכירות מסלול.

סדנאות (כ-10-12 מפגשים)

שליטה על גלגלים

רכישת מיומנות רכיבה ללא גלגלי עזר. נעבוד על שיווי משקל, קואורדינציה וביטחון עצמי.

מעבר מהגן לביה"ס

הכנה לכיתה א' בקבוצה קטנה. דגש על התארגנות, תכנון ומיומנויות חברתיות. מוטוריקה גסה ועדינה, פעילות סביב השולחן ובמרחב.

שמח במטבח

התנסות עם מרקמים שונים המסייעים לוויסות חוש המגע, עבודה על מוטוריקה עדינה, הקניית הרגלי תזונה בריאה, כללי בטיחות סדר וניקיון.

סדנת כלבים טיפוליים

פרטים במזכירות.

מיומנויות חברתיות

חוקי שיח, התנהלות בחברה, הקשבה וכבוד לחבר, התמודדות עם הפסד במשחק, בחירת אמצעי הרגעה ופתרון בעיות.

טיפול פרטני

פרטים במזכירות.

*לוח חופשות בהתאם למשרד החינוך.