

# סילבוס

## קורס יוגה תרפיה התפתחותית לילדים

התמחות: הספקטרום האוטיסטי (ASD) והפרעת קשב וריכוז (ADHD)

### תשפ"ו

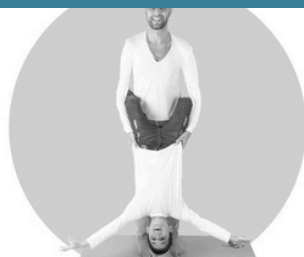
- קורס 'יוגה תרפיה התפתחותית לילדים' יפתח בחודש **יוני 2026** ב'סטודיו דארמה יוגה' ברחובות בהנחיית דודו חקימיאן מבכירי מורי היוגה בישראל ומפתח שפת היוגה ההתפתחותית לילדים.
- הקורס בהיקף של 115 ש"ל אקדמאיות
- 9 מפגשים פרונטלים ו-3 אונליין (לא כולל פרקטיקום)
- הקורס יתקיים בימי רביעי בין השעות 10:30-15:30.
- **תנאי קבלה:** ראיון אישי ותעודת הסמכה מדריכת יוגה לילדים / תעודת מטפלת מסומכת לילדים / תעודת הוראה חנ"מ
- בסיום ההכשרה והפרקטיקום ועמידה בכל דרישות הקורס תוענק לזכאים תעודת:

### משתתפת בקורס יוגה תרפיה לילדים

התמחות: הספקטרום האוטיסטי (ASD) והפרעת קשב וריכוז (ADHD)

### מטרות הקורס:

- הכרות עם עקרונות שפת היוגה ההתפתחותית לילדים
- התאמת התרגול לילדים בעלי צרכים ייחודיים
- לימוד כלים טיפוליים לילדים על הרצף האוטוסטי (בינוני-גבוה) וילדי קשב ריכוז ADHD
- יצירת סביבות מכילות- לימוד אסטרטגיות ליצירת סביבות מכילות ותומכות הנותנות מענה לצרכים המגוונים של ילדים באמצעות כלים מעולם היוגה
- בניית מיומנויות תקשורת ויחסים באמצעות תרגול יוגה
- יכולת אבחון והתנהלות מקצועית בראי היוגה





## תכני הקורס:

- לימוד תנוחות ותרגולי יוגה מגוונים להעשרת האימון הגופני- רגשי בהתאמה להתמחות לגיל 3-12
- הקניית כלים מעולם היוגה להתנהלות ותפקוד הילד בראי התפתחותי.
- בניית תוכנית ליווי אישית/ קבוצתית בהתאמה להתמחות ולרקע ההתפתחותי.
- שילוב כלים יישומים בהוראת יוגה לילדים: נשימה, רצפים תנועתיים, תנועה, מדיטציה, מגע, דמיון מודרך, פיזיותרפיה, מוזיקה, סיפורים, דקלומים, קערות טיבטיות ועוד.
- עקרונות יוגים לתמיכה וקידום מערכות היחסים הורה- ילד- מוסד חינוכי
- לימוד פילוסופיית היוגה ההתפתחותית לילדים בהתאם להתמחות
- התנסות מעשית וחניכה אישית להטמעת נושאי הלימוד

## חובות הקורס:

נוכחות של 80% משעות הלימוד.  
הגשת כל המטלות הנדרשות.

## תנאי תשלום:

עלות הקורס 5900 ש"ח

- דמי הרשמה 700 ש"ח (מקוזזים מהתשלום המלא)
- תשלום בכרטיס אשראי (עד 10 תשלומים ללא ריבית)/ העברה בנקאית/ ביט/ פייבוקס
- 5% הנחה על תשלום של כל הסכום

## תנאי ביטול:

עד 30 יום לפני תחילת הקורס: אין דמי ביטול  
עד 15 יום לפני תחילת הקורס: 10% מסך המחיר  
מ-15 יום למועד תחילת הקורס ואחרי: אין החזר

לפרטים והרשמה 055-6665391

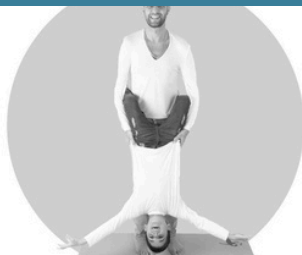
דוא"ל: [info@meyogi.co.il](mailto:info@meyogi.co.il)

הקורס מתקיים בסטודיו דארמה, רח' פרופ' הלל וחנן אופנהיימר 5, רחובות

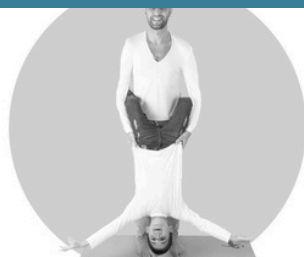


כנסו לעולם של יוגה לכל המשפחה [WWW.MEYOGI.CO.IL](http://WWW.MEYOGI.CO.IL)

MEYOGI  
PUT YOUR KID IN THE BEST POSITION



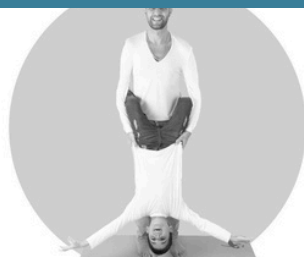
פרוט נושאים נלמדים	שעות	תאריך מפגש
מבוא והכרות עם שפת היוגה ההתפתחותית לילדים חלק 1	10:30-15:30	17.6.26
מבוא והכרות עם שפת היוגה ההתפתחותית לילדים חלק 2	10:30-15:30	24.6.26
מבוא והכרות עם שפת היוגה ההתפתחותית לילדים חלק 3	10:30-15:30	1.7.26
התאמת תרגול היוגה בגישה התפתחותית- טיפולית <ul style="list-style-type: none"> <li>• לימוד תנוחות יוגה לילדים</li> <li>• לימוד רצפים תנועתיים</li> </ul>	10:30-15:30	8.7.26
התאמת תרגול היוגה בגישה התפתחותית- טיפולית <ul style="list-style-type: none"> <li>• נשימה ככלי ריפוי וויסות-כלים</li> <li>• וטכניקות יישומיים</li> <li>• הכוח שבמוח- תרגילי מוח</li> </ul>	10:30-15:30	15.7.26



פרוט נושאים נלמדים	שעות	תאריך מפגש
<p><b>התאמת תרגול היוגה בגישה התפתחותית- טיפולית</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• תנועה מגוונת במרחב אישי וכללי</li> <li>• הרפיה ודמיון מודרך</li> <li>• משחקיות</li> </ul> <p><b>אינטק</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• מבנה אבחון ותשאל</li> <li>• הצגת מקרה וניתוח</li> </ul>	10:30-15:30	22.7.26
<p><b>המשך אבחון</b></p> <p>←.....→</p> <p><b>עקרונות הטיפול ביוגה</b></p> <p>כולל היבטים פילוסופיים ורגשיים- נפשיים</p>	10:30-15:30	26.7.26 <b>*מפגש מקוון באום</b>
<p><b>מבוא ליוגה על הרצף האוטיסטי</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• הכרות עם הגישה הטיפולית בהתאמה לתפקוד (בינוני- גבוה)</li> <li>• התאמה ויישום ארגז הכלים הטיפולי</li> </ul>	10:30-15:30	29.7.26
<p><b>פעילות יוגה על הספקטרום והתנהלות מקצועית</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• תכנית טיפול</li> <li>• תיעוד ומעקב</li> <li>• סיום טיפול</li> <li>• המרחב המקצועי</li> <li>• אתיקה מקצועית</li> <li>• תקשורת עם הצוות המטפל</li> </ul>	10:30-15:30	2.8.26 <b>*מפגש מקוון באום</b>



פרוט נושאים נלמדים	שעות	תאריך מפגש
<p><b>לתרגל על הרצף האוטיסטי</b>  סדנת אורח בהנחיית <b>טל קמחי</b> מורה  ליוגה בחינוך המיוחד</p> <p>←.....→</p> <p><b>יוגה קשב וריכוז ADHD - מבוא</b></p>	10:30-15:30	5.8.26
<p><b>קונטראינדיקציות- היבטים</b>  מניעתיים בפעילות עם ילדים</p> <p><b>קשב וריכוז ADHD</b>  ויוגה התפתחותית</p>	10:30-15:30	9.8.26 *מפגש מקוון בזום
<p><b>קשב ריכוז ADHD</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• התאמת תרגול היוגה</li> <li>• וויסות חושי יישומי</li> <li>• הוראת עמיתים</li> </ul>	10:30-15:30	12.8.26





תאריך מפגש	שעות	פרוט נושאים נלמדים
16.9.26	8:30-13:00	פרקטיקום-יום העשרה בבית ספר כרמים בראשל"צ התנסות בתרגול יוגה בכיתות חנ"מ צפייה בפעילות בהנחיית דודו חקימיאן שיחה עם מנהלת וצוות בית הספר
30.9.26	20:00-21:30	הדרכה קבוצתית אונליין לפרקטיקום
4.11.26	19:30-21:30	סיום קורס וקבלת תעודות

### חלוקת שעות לימוד - סה"כ 115

- מפגשים פרונטלים: 63 ש"ל
- מפגשי אונליין (לא כולל פרקטיקום): 20 ש"ל
- פרקטיקום- 32 ש"ל הכוללים:  
חניכה אישית- 1 ש"ל  
הדרכה קבוצתית 2 ש"ל  
יום העשרה תרגול ולימוד בבית ספר חנ"מ- 7 ש"ל  
הדרכה בביה"ס/ מסגרת לילדים על הרצף האוטיסטי (תפקוד גבוה)/ עיכוב התפתחותי/  
תקשורת באזור המגורים באישור ותיווך של דודו חקימיאן בהיקף של 22 ש"ל





## רשימת ביבליוגרפיה

### ספרי יוגה ויוגה לילדים

- יוגה סוטר של פטנג'לי
- אור על היוגה / ב.ק.ס. איינגר
- בנשימה אחת/ פרייה הארט
- המנדלה שלי/ מיכל בוקר
- יוגה בשילוב תנועה, צליל וצבע/ דר' אודי בילו
- מדיטציות קסומות להורה וילד/ מיכל בוקר
- YOGA THERAPY FOR CHILDREN WITH AUTISM & SPECIAL NEEDS / LOUISE GOLDBERG
- YOGA FOR CHILDREN / RAJIV CHANCHANI&SWATI
- YOGA FOR CHILDREN / MARY STUART & KATHY PHLLIPS
- YOGA FOR SPECIAL CHILD / SONIA SUMAR

### ספרי תנועה והתפתחות ילדים

- יציבה ותנועה / דר' גיל זולברג
- נעים ולומדים/ דר' אלה שובל
- חושים ומפגשים / סמדר כרמון ונועה לויאן- אלול
- על ילדים, חושים ותנועה/ דיל, ד. הוצאת תל"י
- ילד רגיש מאוד/ דר' איליין ארון. הוצאת פוקוס

