אני הולך לחוג כדורגל

הכנה לאימון, מפגש עם המאמן והשתתפות במשחק קבוצתי.

עמוד 1 – היום אני הולך לחוג כדורגל



היום אני הולך לחוג כדורגל!

בחוג אני יכול לרוץ, לבעוט בכדור ולשחק.

אני הולך ללמוד דברים חדשים וליהנות.

עמוד 2 – אני מתכונן לחוג

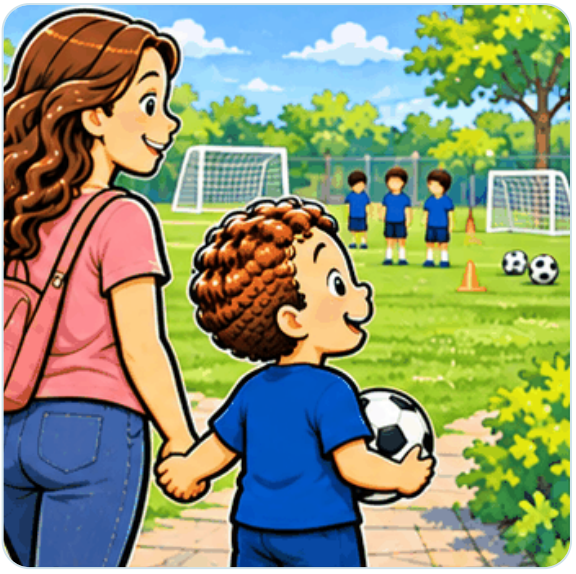


לפני החוג אני לובש בגדים נוחים ונועל נעלי ספורט.

אני לוקח בקבוק מים.

עכשיו אני מוכן לצאת!

עמוד 3 – אני מגיע למגרש



אני מגיע למגרש הכדורגל.

אני רואה ילדים, כדורים ומאמן.

לפעמים יש במגרש הרבה קולות ותנועה.

זה בסדר אם אני צריך קצת זמן להתרגל.

עמוד 4 – אני פוגש את המאמן



המאמן אומר לי שלום.

המאמן מסביר לנו מה עושים בחוג.

אני יכול להקשיב, להסתכל ולשאול שאלות.

אם אני לא מבין, המאמן יכול לעזור לי.

עמוד 5 – מתחילים בחימום



בהתחלה אנחנו עושים חימום.

אנחנו הולכים, רצים וקופצים.

אני מנסה לעשות כמו המאמן.

אני יכול לעשות את הדברים בקצב שלי.

עמוד 6 – אני בועט בכדור



עכשיו אני בועט בכדור!

אני מסתכל על הכדור ומנסה לבעוט.

לפעמים הכדור מגיע רחוק.

לפעמים הכדור לא מגיע לאן שרציתי.

זה בסדר! אני לומד ומתאמן.

עמוד 7 – אני מחכה לתורי



לפעמים ילדים אחרים משחקים לפניי.

אני מחכה לתורי.

בזמן שאני מחכה, אני יכול להסתכל על הילדים.

עוד מעט יגיע גם התור שלי!

עמוד 8 – אני משחק עם ילדים אחרים



בחוג יש עוד ילדים.

לפעמים הכדור אצלי ולפעמים אצל ילד אחר.

אנחנו לומדים לשחק ביחד.

אני יכול למסור כדור לחבר.

עמוד 9 – לפעמים יש רעש



לפעמים הילדים צועקים משמחה.

לפעמים המאמן שורק במשרוקית.

אם הרעש חזק לי, אני יכול להגיד:

"הרעש חזק לי. אני צריך הפסקה."

אפשר ללכת למקום שקט ולחזור כשאני מוכן.

עמוד 10 – מותר לי לנוח



לפעמים אני מתעייף.

אני יכול לשתות מים ולנוח קצת.

אם קשה לי, אני יכול לבקש עזרה.

כשאני מוכן, אני יכול לחזור לשחק.

עמוד 11 – החוג מסתיים



המאמן אומר שהחוג הסתיים.

אני אומר שלום למאמן ולילדים.

אני לוקח את בקבוק המים שלי.

עכשיו אני חוזר הביתה.

עמוד 12 – אני גאה בעצמי!



היום הייתי בחוג כדורגל!

ניסיתי דברים חדשים.

גם אם משהו היה קשה, זה בסדר.

אני לומד בכל פעם קצת יותר.

אני יכול להיות גאה בעצמי! ⚽❤️