

# חדר הדרכה

שם מתנדבי 'לאורו נלך'



1

## פעילות לילדים

מדריך יקר!  
מבנה הפעילות:  
1. שיח משותף  
2. משחק בצוותא

### 1 שיח משותף

**שוחחו יחד על חוויות והתנסויות מהחיים בבית, עם החברים ובבית הספר.**  
שוחחו על קשיים ועל דרכי ההתמודדות עימן, על הצלחות בחיים והתחושה בעקבות ההצלחה, על התמודדויות ועל כלים שרכשו מהתמודדות עם קשיים כגון: חוסן, התאפקות, ראיית הצד הטוב וכד'.  
כיצד מרגיש ונראה האדם בשעה שהוא מרגיש טוב? כיצד נראה האדם בשעה שהוא מרגיש רע?  
**תשובה אפשרית:** ברגשות נעימים - הגוף רפוי, נינוח, הלב מתרחב, הפנים נעימות, הפה מחייך, העניים נפתחות, הידיים פתוחות, הרגליים מדלגות וכו'...  
ברגשות לא נעימים - הגוף מתוח, מכווץ, הלב מתכווץ, הפנים נמתחות, הפה קפוץ, העניים נסגרות/ מצטמצמות הידיים נסגרות, הרגליים מסוכלות.

### 2 משחק

**למדריך: לפניך כרטיסיות עם סיטואציות מהחיים ודף עם אייקונים של רגשות.**  
הניחו את "כרטיסיות הסיטואציות" בערימה.  
כל משתתף בתור בוחר "כרטיס סיטואציה" ומתאים לו את אייקון הרגשות המתאים (שמח, עצוב, חושב וכד'...)  
**תוכלו לפתח שיחה סביב הסיטואציות והתאמת הרגש - מדוע בחרת ברגש זה? כיצד ניתן היה לפתור את הבעיה? מדוע זה מעציב או משמח אותך?**

# חדר הדרכה

שם מתנדבי לאורו נלק'



1

## פעילות לילדים

כרטיסי סיטואציות :



יש לי היום יום  
הולדת...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

אחרתי לכיתה  
והמורה אמרה  
לי: "שוב אתה  
מאחר"...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

קמתי בבוקר  
בשעה  
מאוחרת...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

קנו לי משקפיים  
חדשות...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

אבא שלי  
במילואים...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

קיבלתי ציון  
גבוה במבחן...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

קיבלתי מתנה  
שלא רציתי...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

אני צריך  
לנאום לפני כל  
הכיתה...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

הושיבו במקום  
לידי את...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

אנחנו נוסעים  
לטיול של 3  
ימים...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

הסבתא שלי  
הגיע לביקור  
מחוץ לארץ...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

בעוד שבועיים  
מגיע החופש  
הגדול...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

יש מחר מבחן  
גדול...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

הגלידה נפלה  
לי על החולצה...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

הושיבו במקום  
לידי את...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

אמא שלי יוצאת  
ללוות את  
הטיול...

חדר הדרכה • פעילות לילדים

# חדר הדרכה

אל תמנעו לאורו נלך



1

## פעילות לילדים

כרטיסי רגשות:



<p><b>מפוחד</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>קשוח</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>בישן</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>מופתע</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>המום</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>
<p><b>בכיין</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>שמח</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>מרושע</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>חולה</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>מרוצה</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>
<p><b>מבוהל</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>מאושר</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>מאוכזב</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>קנאי</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>חשדן</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>
<p><b>עצוב</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>פגוע</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>רותח</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>משועמם</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>	<p><b>נבוך</b></p> <p>חדר הדרכה • פעילות לילדים</p>