משרד החינוך
המנהל הפדגוגי
אגף בכיר שירות פסיכולוגי ייעוצי

משחק אחד ליום (לפחות)

לקט משחקים לתלמידי היסודי בדגש רגשי-חברתי להעמקת היכרות וקשר, להנאה וגיבוש

מטרות המשחקים

01

הגברת תחושת השייכות של הילדים והעמקת הקשרים החברתיים ביניהם

02

אימון בהתבוננות אישית, בביטוי רגשי ובשיתוף

03

הנאה ושמחה

04

הגברת תחושת רווחה נפשית אישית

"במשחק, ובמשחק בלבד, הילד או המבוגר מסוגלים להיות יצירתיים ולהשתמש באישיות כולה, ורק בהיותו יצירתי מגלה היחיד את העצמי."
דונלד ויניקוט

משחק אחרי יום (לפחות)

הפעילות היא בעלת אופי משחקי ומשלבת **הצעה למשחק** ולאחריה **הצעה לעיבוד רגשי-חברתי** של חוויית המשחק.

בקובץ תמצאו משחקים ב**ארבעה נושאים**,
בכל אחד מהנושאים תמצאו בצד ימין תפריט של המשחקים בנושא זה,
על מנת להגיע למשחק הרצוי – לחצו על שם המשחק.
בכל שלב, תוכלו לחזור חזרה לרשימת הנושאים בלחיצה על הקישור בתחתית כל עמוד.

משחק אחר יום (לפחות)

משחקים בדגש רגשי-חברתי למפגש כיתתי או קבוצתי

מכל הלב || משחקים לטיפוח מודעות רגשית

אנינחנו || משחקים לטיפוח הטאקת ההיכרות

יש בי כאן || משחקים לאיאון בהקשבה לכולת ובוויסות עצאי

ביחד|| משחקים לאיאון בשיתוף פעולה ובערבות הדדית

א-ב של רגשות

השמן מתקתק והתחרות בשיבה! התלמידים מנסים לבתר כמה שיותר מילים שמתארות רגש בעות נתונה, וכך מתמאנים על הרחבת אוצר המילים הרגשי.

מה נכין מראש? דפים, כלי כתיבה ולכיתות שזקוקות לתיווך – מחסן רגשות

איך נשחק?
אחד התלמידים יאמר בלב את אותיות הא"ב. כשתלמיד אחר יעצור אותו יציין את האות בה עצר.
במשך כשתי דקות (עד שהמורה תכריז שנגמר הזמן) התלמידים יחפשו עוד ועוד מילים שמתחילות באותה האות ומתארות רגשות, תחושות, עמדות. למשל באות חי"ת – חיבה, חשש, חרדה, חשוב.
כל מילה תזכה בנקודה!

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- מדוע לא תמיד קל למצוא מילים שמתארות רגשות?
- מדוע חשוב לדייק לעצמנו את הרגש שאנחנו מרגישים?
- באיזה אופן היכולת לתאר לזולת בדיוק כיצד אנחנו מרגישים יכולה לעזור לנו?
- מי רוצה לבחור רגש מהרגשות שתיארנו היום ולספר כיצד שיתף מישהו אחר עת חש זאת?

חזרה לרשימת הנושאים

לב-תלוי רגשות

הלוח ריק לאחר קווים קווים, ולאחר לאחר אחר מצייר לו הלב ומתמלאות להן המילים. רוצים ראיה? תחשבו מהלב!

מה נכין מראש? לוח וטוש מחיק או גיליון נייר גדול וצבעים. לכיתות שזקוקות לתיווך – מחסן רגשות

איך נשחק?
אחד התלמידים יבחר מילת-רגש וישרטט על הלוח קווים כמספר האותיות שמרכיבות את המילה.
לדוגמה: אהבה – ארבעה קווים: ___ ___ ___ ___
שאר התלמידים ינחשו בהצבעה אילו אותיות מרכיבות את המילה ("האם יש במילה את האות אל"ף?")
משתתף שהציע אות מתאימה - מקבל נקודה וכותבים את האות על גבי הקו או הקווים שמיועדים לה. משתתף שמזהה ראשון את מילת הרגש – מקבל חמש נקודות.
במהלך ההצעות המורה או התלמיד יציירו לפי שלבים לב, עמוד, חבל, פנים בתוך הלב עד שתמצא המילה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- מדוע כדאי להכיר מילים שמתארות רגשות?
- מדוע חשוב לדייק לעצמנו את הרגש שאנחנו מרגישים?
- באיזה אופן היכולת לתאר לזולת בדיוק כיצד אנחנו מרגישים יכולה לעזור לנו?
- מי רוצה לבחור רגש מהרגשות שתיארנו היום ולספר מתי חש זאת?

חזרה לרשימת הנושאים

זה קרה גם לי!

מתי הרגשתי רגש כמה או אחר? טוב להיזכר וטוב לספר.

מה נכין מראש? קוביית רגשות

איך נשחק?

בתורו, כל משתתף יטיל את הקובייה, יבדוק איזה רגש מופיע על הפאה העליונה של הקובייה ויספר על מקרה שקרה לו בו התעורר בו אותו רגש. כל סיפור יזכה בנקודה.

לאחר שהוא ישתף, המשתתף הראשון ש"יחטוף" את החפץ שמונח על השולחן ויאמר במהירות "זה קרה גם לי" וישתף באירוע דומה, יקבל על כך שתי נקודות.

המשתתף הבא יטיל את הקובייה ונמשיך...

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- מדוע קשה לפעמים למצוא סיפור אישי שקשור לרגש מסוים?
- מדוע חשוב לזהות איזה רגש מתעורר בנו?
- איך הרגשתם כשמישהו סיפר סיפור דומה לסיפורכם?
- באיזה אופן היכולת לתאר לזולת בדיוק כיצד אנחנו מרגישים יכולה לעזור לנו?

חזרה לרשימת הנושאים

מילה במילה: תפזורת רגשות

לפעמים צריך לחפש בין השורות כדי להבין מה אנחנו מרגישים...

מה נכין מראש? דף תפזורת רגשות

איך נשחק?
התלמידים יאתרו בתפזורת את הרגשות ויסמנו אותם.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שאיתרו הכי הרבה רגשות.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- מדוע חשוב להכיר את שמות הרגשות?
- באיזה אופן היכולת לתאר לזולת בדיוק כיצד אנחנו מרגישים יכולה לעזור לנו?
- מי רוצה לבחור רגש מהרגשות שמצאנו היום ולספר מתי חש זאת?

חזרה לרשימת הנושאים

מכל הלב || משחקים לשיפור מודעות רגשית

א-ב של רגשות

לב-תלוי רגשות

זה קרה גם לי!

מילה במילה: תפזורת רגשות

לשחק ברגש: פנטומימה של רגשות

טאבו רגשות

רגשות: משחק זיכרון

לשחק ברגש: פנטומימה של רגשות

בכל הסוף יורש לספר כיצד אנחנו מרגישים, פשוט צריך להביט בעצם ולראות בכל את מה שלא נאמר במילים.

מה נכין מראש? מחסן רגשות

איך נשחק?

נתחלק לחמישיות

בתורה, כל חמישייה תעמוד מול הכיתה. המורה תלחש באוזני אחד מחברי הקבוצה שם של רגש אותו הוא יצטרך להדגים בפנטומימה (בלי מילים) לחברי קבוצתו.

אם חברי קבוצתו יצליחו לזהות את הרגש – הקבוצה תזכה ב 10 נקודות

על ניחוש מוטעה – תרד להם נקודה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר הקבוצה שצברה את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- מדוע חשוב לזהות כיצד הזולת מרגיש?
- איך מזהים כיצד הזולת מרגיש?
- האם הבעת פנים או שפת גוף מספיקות כדי לזהות כיצד הזולת מרגיש?
- בין אילו רגשות התבלבלתם או התקשיתם להבחין ומדוע?

חזרה לרשימת הנושאים

מכל הלב || משחקים לטיפוח מודעות רגשית

א-ב של רגשות

לב-תלוי רגשות

זה קרה גם לי!

מילה במילה: תפזורת רגשות

לשחק ברגש: פנטומימה של רגשות

טאבו רגשות

רגשות: משחק זיכרון

טאבו רגשות

איך נסביר את שמאנו במילים אחרות? נאמר מה הדבר בלי לומר מה הדבר!

מה נכין מראש? קלפי טאבו רגשות

איך נשחק?

נשב במעגל. התלמיד הראשון יבחר קלף מערמת הקלפים שבתווך, ומבלי להשתמש בשם הרגש או במילים מאותו שורש של שם הרגש הוא יסביר לכולם איזה רגש כתוב אצלו בקלף. במהלך ההסבר התלמיד לא ייעזר בשפת גוף, בפנטומימה או בהצגה.

מי שיזהה ראשון את מילת הרגש – יקבל חמש נקודות.

ממשיכים בסבב...

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתם במהלך המשחק?
- מדוע חשוב להכיר את הרגשות ולדעת לתאר אותם?
- מה היה לי קשה או מה היה לי קל במשחק?
- מדוע לא תמיד קל למצוא מילים שמתארות רגשות?

חזרה לרשימת הנושאים

מכל הלב || משחקים לשיפור מודעות רגשית

א-ב של רגשות

לב-תלוי רגשות

זה קרה גם לי!

מילה במילה: תפזורת רגשות

לשחק ברגש: פנטומימה של רגשות

טאבו רגשות

רגשות: משחק זיכרון

רגשות: משחק זיכרון

לב תאיר נרש איך נרגיש בכל מצב, לפעמים עולה לו רגש כה שונה ומיוחד...

קהל היעד: כיתות ב-ו

מה נכין מראש? חפיסת קלפי מצבים , וחפיסת קלפי רגשות

איך נשחק?
נתחלק לזוגות - כל זוג יקבל שתי חפיסות קלפים (מצבים ורגשות) ויניח אותם בשתי ערמות כשפניהם כלפי מטה.
אחד מבני הזוג ירים קלף אחד מכל חפיסה וינסה לקשר ביניהם. למשל: "כאשר מעליבים אותי" – "אני כועס".
הצליח? ייקח לעצמו את שני הקלפים. לא הצליח? יניח את הקלפים בצד והתור יעבור לבן הזוג.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה בכל זוג שצברו את מספר הקלפים הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איך הרגשתם במהלך המשחק?
- מדוע לפעמים קשה להתאים רגש למצב?
- מדוע חשוב לזהות מה אנחנו מרגישים במצבים שונים?
- איך יתכן שרגשות שונים מתאימים לאותו מצב? מי יכול לתת דוגמה...

חזרה לרשימת הנושאים

הרוח נושבת תכונות

אם מספר משהו על עצמי אולי מאבד עוד מישהו שקצת רואה לי?
משחק של החלפת מקום וכריכות תאובה לצד חיבור אישי לכל תלמיד ולכל תלמידה.

קהל היעד: כיתות ד-ו

מה נכין מראש? מעגל כסאות כמספר המשתתפים, פחות אחד

איך נשחק?
התלמידים ישבו במעגל כיסאות והמורה תעמוד ללא כסא. המורה תדגים על עצמה את משפט המשחק: "הרוח נושבת אל כל מי שהוא או היא..." ותציין תכונה שמאפיינת אותה, למשל – ספורטיביים, בשלנים, חרוצים, בעלי חוש הומור.
כל משתתף שיחשיב עצמו כעונה על התכונה יקום ממקומו ויחליף מקום עם משתתף אחר שיקום אף הוא.
המורה תזדרז לשבת בכסא של תלמיד שקם. בתום החלפת הכיסאות תמיד ישאר תלמיד אחד ללא כסא. והוא זה שיאמר את המשפט הבא ("הרוח נושבת אל כל מי שהוא או היא...") ויציין תכונה שמאפיינת אותו.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איזו הרגשה התעוררה בכם כשזיהיתם דמיון בתכונות בינכם לבין חברים וחברות לכיתה.
- איזו הרגשה התעוררה בכם כשגיליתם שיש לכם תכונה ייחודית?
- מדוע נחמד לעיתים להחליף מקום ולהתיישב ליד מישהו אחר מהכיתה?

חזרה לרשימת הנושאים

מי? אני? משחק החלפת זהויות

יושבים קרוב כה לכה באבט תאיק ואנסיק לבלבל את החבר... האם יכלה שאנחנו אתחלפיק?

קהל היעד: כיתות ד-ו

איך נשחק?

אחד התלמידים יצא החוצה. בזמן שיצא נבחר זוג תלמידים שיתנדבו להחליף זהויות (ניתן להם דקה או שתיים לספר זה לזה פרטים אישיים על עצמם).

כשהתלמיד ישוב לכיתה יעמדו לפניו שלושה זוגות (הזוג שהחליף זהויות ועוד שני זוגות). עליו לשאול את התלמידים שאלות על עצמם ולפי תשובותיהם לגלות מי הזוג שהחליף זהויות. שאלות כגון - כמה אחים יש לך? איזו קבוצת כדורגל אתה אוהד? באיזה רחוב אתה גר?

משזיהה התלמיד את הזוג שהחליף זהויות, מתחלפים לעוד סבב.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איזו הרגשה התעוררה בכם שגיליתם שחבריכם מכירים אתכם ויודעים פרטים עליכם?
- מה עוזר לנו ככיתה להכיר טוב יותר איש את רעהו?
- מדוע נחמד לדעת פרטים על חברים וחברות בכיתה?

חזרה לרשימת הנושאים

הכוחות שבי: משחק לגילוי חוזקות

בכולנו קיימים חוזקות וכוחות! כה הכאן להתפלל כל מהכוחות שלנו וכל מכלו של חברינו וחברותינו.

קהל היעד: כיתות ג-ו

מה נכין מראש? חפיסת קלפי כוחות

איך נשחק?
התלמידים ישבו בזוגות או בקבוצות כשבתווך 'קלפי הכוחות' פרושים וגלויים לעין.
בתורו, כל תלמיד יבחר **במבט בלבד** קלף שמייצג כוח שיש לו לדעתו. שאר חברי הקבוצה לא ידעו באיזה קלף בחר.
מבלי לומר איזה כקלף כוח הוא בחר, אותו תלמיד יתאר מקרים ומצבים בהם הוא היה מעורב, אשר מדגימים את הכוח הזה. למשל: פתרתי תרגיל קשה בחשבון, עזרתי לחבר בשיעורי הבית וכו'. (כוח המוח).
התלמידים ינסו לנחש מה קלף הכוח שהוא בחר. התלמיד שיזהה את הכוח והתלמיד שבחר בכוח יזכו כל אחד בנקודה.
ממשיכים בסבב...

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איזו הרגשה התעוררה בכם שגיליתם שחבריכם לכיתה מזהים בכם כוחות?
- איזה הרגשה התעוררה בכם כשאתם הוכחתם לעצמכם כוחות?
- למה חשוב לזהות את הכוחות שיש בנו?
- למה חשוב להחמיא לזולת על כוחות ויכולות שהוא מגלה?

חזרה לרשימת הנושאים

אנינחנו || משחקים לשיפור הטאקת ההיכרות

הרוח נושבת תכונות

מי? אני?
משחק החלפת זהויות

הכוח שבי:
משחק לגילוי חוזקות

על עצמי:
משחק להעמקת ההיכרות

באהבה: משחק מסלול

בינגו תכונות

חבר או חובה

על עצמי: משחק להעמקת היכרות

תוסרים יחד באולם ונהנים בעיקר מאה שאנחנו לומדים האחד על השני.

מה נכין מראש? לוח "על עצמי" וקובייה.

איך נשחק?
התלמידים ישבו בזוגות או בקבוצות כשבתווך לוח "על עצמי".
בתורו, כל תלמיד יטיל קובייה ויתקדם במסלול בהתאם לקובייה. במשבצת אליה יגיע תחכה לו שאלה והוא יתבקש לענות עליה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שהגיעו ראשונים לנקודת הסיום.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איך הרגשתם כאשר סיפרתם לחבריכם על עצמכם?
- איך הרגשתם כאשר חבר מהכיתה סיפר על עצמו?
- מדוע חשוב להעמיק את ההיכרות עם חברי לכיתה ולדעת עליהם יותר?
- משהו חדש ומפתיע שלמדתי היום על עצמי או על חבר...

חזרה לרשימת הנושאים

אנינחנו || משחקים לשיפור הטאקת ההיכרות

הרוח נושבת תכונות

מי? אני?
משחק החלפת זהויות

הכוח שבי:
משחק לגילוי חוזקות

על עצמי:
משחק להעמקת ההיכרות

באהבה: משחק מסלול

בינגו תכונות

חבר או חובה

באהבה: משחק מסלול

אוספים לבבות ובירך עונים על שאלות.

מה נכין מראש? 'לוח מסלול באהבה', דף לבבות אישי וקובייה.

איך נשחק?
התלמידים ישבו ברביעיות כשבתווך 'לוח מסלול באהבה' וכל אחד יקבל דף לבבות אישי עם חמש שאלות לגבי דברים שהוא אוהב.
בתורו, כל תלמיד יטיל קובייה ויתקדם במסלול לפי המספר שמורה הקובייה, לכל כיוון שיבחר.
בכל נקודה אליה יגיע משתתף הוא יענה על השאלה. כאשר יגיע לשאלה שמופיעה בדף הלבבות שלו, יסמן אותה בדף האישי.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר מי שענה על חמש השאלות שבדף שלו והגיע לנקודת הסיום.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איך הרגשתם כאשר שיתפתם את חבריכם בדברים שאתם אוהבים?
- למה חשוב לנו להכיר את האהבות שלנו?
- מדוע חשוב להעמיק את ההיכרות עם חברי לכיתה ולדעת עליהם יותר?
- משהו חדש ומפתיע שלמדתי היום על עצמי או על חבר...

חזרה לרשימת הנושאים

אנינחנו || משחקים לשיפור הסאקת ההיכרות

הרוח נושבת תכונות

מי? אני?
משחק החלפת זהויות

הכוח שבי:
משחק לגילוי חוזקות

על עצמי:
משחק להעמקת ההיכרות

באהבה: משחק מסלול

בינגו תכונות

חבר או חובה

בינגו תכונות

בינגו! ניצחתי! ככה, בריוק כאן שאני.

מה נכין מראש? 'דפי בינגו', דף תכונות, פתקי תכונות.

איך נשחק?
נבחר מנחה.
כל תלמיד יקבל לוח בינגו ריק (אפשר גם לצייר לוח של 3 על 3 משבצות – סך הכל 9) ויבחר מתוך דף התכונות תשע תכונות. את התכונות הוא יכתוב על גבי לוח הבינגו שלו.
אפשר לבחור תכונות שיש בי, תכונות שהייתי רוצה או תכונות של בני משפחה.
המנחה ישלוף בכל פעם פתק תכונה מהקופסה ויקריא את התכונה. משתתף שיש לו את התכונה הזו בלוח - יסמן אותה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר המשתתף שהצליח לסמן את כל התכונות שמופיעות אצלו בדף וצעק "בינגו". אפשר להמשיך למקום שני ושלישי וכן הלאה.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איך הרגשתם כשהתבקשתם למלא בלוח את התכונות שלכם?
- באיזו מידה זה היה קשה או קל, מדוע?
- מדוע חשוב שנכיר את התכונות שלנו?
- משהו חדש שלמדתי או שהפתיע אותי על עצמי או על חבר מהכיתה.

חזרה לרשימת הנושאים

אנינחנו || משחקים לשיפור הטאקת ההיכרות

הרוח נושבת תכונות

מי? אני?
משחק החלפת זהויות

הכוח שבי:
משחק לגילוי חוזקות

על עצמי:
משחק להעמקת ההיכרות

באהבה: משחק מסלול

בינגו תכונות

חבר או חובה

חבר או חובה

לפעמים כיף לי יותר לספר ולשתף ולפעמים אני מעדיף לפעול ולהשתתף. היום אני יכול לבחור:
חובה או חבר? לפעול או לספר?

קהל היעד: כיתות א-ג

מה נכין מראש? חפיסת קלפי חבר וחפיסת קלפי חובה, בקבוק

איך נשחק?
נשב במעגל ובמרכזו בקבוק.
התלמיד הראשון יסובב את הבקבוק. כשהבקבוק ייעצר הפקק שלו יהיה מכוון לאחד התלמידים. התלמיד שסובב את הבקבוק ישאל אותו: "חבר או חובה?" על פי בחירתו התלמיד ששואל ירים קלף מאחת משתי החפיסות ויקריא את שכתוב על הקלף: חבר – שאלות על חברות או חובה – משימות.
התלמיד אליו פונים הבקבוק והשאלה יענה או יבצע את המשימה ובתום חלקו יסובב את הבקבוק והמשחק ימשיך...

מי מנצח? כולם (כי נהנו)

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איזו הרגשה התעוררה בי כשנשאלתי שאלה לפני חברי?
- מה היה לי קל יותר: לענות על קלפי החבר או לבצע את קלפי החובה?
- מה למדתי על עצמי במשחק?
- מה למדתי על חברי במשחק?
- מהו חבר טוב בעיני?

חזרה לרשימת הנושאים

כך או כך

לפעמים אנחנו יודעים בדיוק איך מישהו אחר היה עונה על השאלה... בואו נתנסה בכך.

קהל היעד: כיתות א-ו

מה נכין מראש? כרטיסיות "כך או כך", פתקיות ריקות.

איך נשחק?
התלמידים יתחלקו לקבוצות. כל קבוצה תשב במעגל שבמרכזו ערמת כרטיסיות "כך או כך". התלמיד הראשון ירים קלף, יקריא את השאלה שכתובה בו ויכתוב את תשובתו על גבי פתק. שאר חברי הקבוצה יכתבו על גבי הפתקים שלהם את התשובה שלדעתם אותו תלמיד יענה.
כל התלמידים יחשפו את התשובות שכתבו. מי שתשובתו הכי קרובה לתשובת התלמיד הראשון, יקבל 5 נקודות. ממשיכים בסבב.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- עד כמה אני מכיר את עצמי?
- עד כמה חברי מכירים אותי?
- האם ומה למדתי חדש על עצמי או על חברי שלא ידעתי קודם?

חזרה לרשימת הנושאים

עידודון או מכשילון

לאילים שלנו יש כוח לתת כוח לחבריק, בואו נתאמן על סיבוב באילים.

מה נכין מראש? קלפי "מצב" , קלפי הפתעה , ובקבוק

איך נשחק?
נתפקד בקול כך שכל תלמיד יקבל מספר מ-1 והלאה, לפי הסדר. משתתף מספר אחד ירים קלף. אם הקלף הוא קלף "מצב" הוא יקריא אותו ויסובב את הבקבוק. כשהבקבוק ייעצר הפקק שלו יהיה מכוון לאחד התלמידים והוא יתבקש לומר למסובב הבקבוק "משפט עידוד" שקשור למצב שהוא תיאר. כמו כן התחתית של הבקבוק תהייה מכוונת לתלמיד אחר והוא יתבקש לומר למסובב הבקבוק "משפט מכשיל" שקשור למצב שהוא תיאר. משפט עידוד מזכה בשתי נקודות את הדובר, משפט מכשיל מזכה בנקודה אחת.
ממשיכים בסבב לפי סדר המספרים. משתתף מספר 2 מסובב את הבקבוק, מרים קלף וכך הלאה. אם הקלף שיוצא הוא "קלף הפתעה" פועלים על פי הכתוב בו: מוסיפים או מורידים נקודות, מדלגים על תור, מרוויחים תור נוסף ועוד....

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתי כשעודדתי חבר?
- איך הרגשתי עת אמרתי לחבר משפט מכשיל?
- איך הרגשתי כשאמרו לי משפט מעודד או משפט מכשיל?
- מה חשיבות העידוד?
- האם אפשר לשכלל את העידוד וללמוד להיות מעודד טוב יותר לחברי ולמשפחתי?

חזרה לרשימת הנושאים

חיים בסרט: משחק מסלול

בוסו להיות הצלמים של הסרט ולראות איך אפשר לשנות את הסלילה בלחיצת כפתור.
יחד נגלה כמה חשוב וכמה פשוט לבחור.

קהל היעד: כיתות ד-ו

מה נכין מראש? לוח משחק , דפים אישיים , חיילי משחק וקובייה.

איך נשחק?
נתחלק לקבוצות. כל קבוצה תשב סביב לוח משחק ותקבל חיילים כמספר התלמידים.
כל משבצת על גבי המסלול היא הצטלבות בין אירוע לבין כפתור במצלמה:

- כפתור הפעל: מה כדאי לעשות?
- כפתור מחק: מה לא כדאי לעשות?
- כפתור אחורה: מה אפשר היה לעשות אחרת?
- כפתור קדימה: איך תיפתר הבעיה?
- כפתור השהייה: אילו מחשבות עולות בי כעת?
- כפתור זום (הגדל או הקטן): איזו הרגשה יש לי כעת לגבי המצב ומה ארגיש מחר?

התלמיד הראשון יטיל קובייה ויצא לדרך. מותר לנוע על המסלול בכל כיוון. הוא ינוע על פי המספר שקיבל, ייעצר במשבצת מסוימת ויענה על השאלה. אחרי שיענה הוא יוכל לסמן על גבי הדף האישי על איזה סוג שאלה ענה. וכך הלאה ממשיכים בסבב...

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה הראשונים שענו על שאלות מששת הסוגים.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתי כשהצלחתי במשימה, ואיך הרגשתי כשלא הצלחתי?
- איזה מבין כפתורי המשימות היה קל יותר עבורי ואיזה פחות?
- באיזה אופן ההיכרות עם ששת כפתורי ההפעלה יכולה לסייע לנו?
- מה למדתי על עצמי או מה הפתיע אותי במשחק?

חזרה לרשימת הנושאים

סולמות ונחשים: לסיכום תקופה

למעלה למטה, למטה ולמעלה... בכל כיוון וזרק נמצא סיבה וסרק.

מה נכין מראש? לוח משחק, חיילי משחק וקובייה.

איך נשחק?
נתחלק לקבוצות. כל קבוצה תשב סביב לוח משחק ותקבל חיילים כמספר התלמידים. התלמידים יתקדמו במסלול על פי תור ובהטלת קובייה, ממשבצת ההתחלה ועד משבצת הסיום.

- משבצת חץ: יורדים למטה.
- משבצת סולם: מטפסים למעלה.
- משבצת צהובה: עונים על שאלה.
- משבצת תכלת: קוראים את שם הרגש שכתוב עליה ומספרים כמה מ-1 עד 10 הרגשתי כך לאחרונה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר התלמיד/ה הראשונים שהגיעו לנקודת הסיום.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איזה רגש התעורר בי בעקבות המשחק?
- מה למדתי חדש או הפתיע אותי על עצמי או על מישהו מחברי לכיתה?
- על מה ארצה להודות או את מה ארצה להוקיר בתום התקופה?

חזרה לרשימת הנושאים

לספור בלב זה משחק ילדים

מתי מדבר, מתי מחכה בתור? לא תמיד נגיע לספור...

קהל היעד: כיתות ד-ו

איך נשחק?

נתחלק לקבוצות ונשב במעגלים. בכל קבוצה אחד התלמידים יתחיל את רצף המספרים ויאמר בקול: "אפס". אחריו הקבוצה צריכה למנות את המספרים מאחד עד עשר ללא תכנון מראש.

- אסור שתלמיד שיושב ליד התלמיד שאמר מספר יאמר אחריו.
- אסור לחזור על אותו מספר פעמיים.
- אם שניים או יותר אומרים מספר ביחד, מתחילים מהתחלה.
- אסור לתכנן מראש.

מי מנצח? כולם (כי נהנו)

איך מנצחים? כשהקבוצה מצליחה לספור מאפס עד עשר לפי הסדר ולפי החוקים.

אם מצליחים? קובעים לספור עד 12 וכך הלאה...

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתי במהלך המשחק?
- באיזו מידה היה לי קל או קשה להתאפק? להמתין?
- מה צריך על מנת להצליח במשחק?
- מה אני צריכ/ה לעשות על מנת להצליח במשחק?
- מה דרוש מהקבוצה על מנת להצליח?

חזרה לרשימת הנושאים

משחק השקט

eee... בשקט בשקט נרקד פה שיתוף פעולה נפלא!

קהל היעד: כיתות א-ג

מה נכין מראש? סטופר

איך נשחק?
נתחלק לקבוצות ונשב במעגלים. בכל קבוצה אחד התלמידים יאמר – "מעכשיו" ויתחיל למדוד בסטופר כמה זמן כל הקבוצה מצליחה להיות בשקט מוחלט. ברגע שאחד התלמידים ישמיע צליל כלשהו –כולל צחוק, שיעול או מילה, נעצור את הסטופר ונבדוק כמה זמן היינו בשקט הפעם, וננסה שוב לשבור את השיא הקבוצתי שלנו.

מי מנצח? כולם (כי נהנו)

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתי במהלך המשחק?
- באיזו מידה היה לי קל או קשה להתאפק? להמתין?
- מה צריך על מנת להצליח במשחק?
- מה אני צריכ/ה לעשות על מנת להצליח במשחק?
- מה דרוש מהקבוצה על מנת להצליח?

חזרה לרשימת הנושאים

ציור בהמשכים

יחד, בלי מילים, אבל עם הרבה כוונה יוצרים יחד יצירה נפלאה.

מה נכין מראש? דפים, טושים, צבעים.

איך נשחק?
נתחלק לקבוצות ונשב במעגלים.
כל קבוצה תשב סביב שולחן. ננחה את התלמידים לצייר ציור משותף. ההוראות הן: יש לעבוד בשקט, ללא תקשורת משום סוג, לא מילים ולא סימנים, לא בכתב ולא בכלל...
התלמיד הראשון יצייר פרט מסוים על גבי הדף ויעביר אותו הלאה לתלמיד השני שיוסיף פריט ציור אף הוא וכך הלאה.
אחרי כעשרים דקות נזמין את התלמידים לעצור, להתבונן בציור ולדבר עליו.

מי מנצח? כולם (כי נהנו)

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- איך הרגשתי בזמן הציור?
- האם אני מעדיף לצייר לבד או ביחד?
- אילו פעולות אני מעדיף לעשות לבד ואילו פעולות אני מעדיף לעשות עם חברים?
- מה דעתי על הציור שיצרנו?

חזרה לרשימת הנושאים

ציור משותף

יחד, בלי מילים, אבל עם הרבה כוונה יוצרים יחד יצירה נפלאה.

קהל היעד: כיתות א-ג

מה נכין מראש? דפים, טושים, צבעים.

איך נשחק?
נתחלק לזוגות. כל זוג יקבל גיליון נייר גדול שיונח על השולחן ביניהם. כשהמורה תכריז על שקט, בני הזוג יתבקשו לצייר ציור משותף ללא שיח ביניהם וללא כל תקשורת.
אחרי כרבע שעה נזמין את התלמידים לעצור, להתבונן בציור ולדבר עליו.

מי מנצח? כולם (כי נהנו)

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- אילו רגשות התעוררו אצלי במהלך הציור?
- באיזו מידה היה לי קשה או קל לצייר ציור משותף ללא יכולת לדבר עם חברי?
- כשאני מתבונן בציור – מה אני חושב ומרגיש?
- מה חשוב לי לומר לבן/בת הזוג שלי?

חזרה לרשימת הנושאים

מוביל מובל

בוסו, ניתן יד כה לכה ונלך... נסאוק המחר של השני בסיניים סצוואות!

מה נכין מראש? נבחר שטח נוח להליכה ובטיחותי.

איך נשחק?
נתחלק לזוגות. נסביר לתלמידים את המשחק ונדגים אותו ורק אז נתחיל:
בכל זוג, אחד מבני הזוג יתבקש לעצום את עיניו. הוא יהיה בתפקיד "המובל". בן הזוג "המוביל" יוליך אותו וינחה אותו בבטחה לקראת נקודת הסיום שתבחר המורה.
אם השטח פתוח ובטוח אפשר לערוך את הפעילות גם כתחרות בין זוגות. בתום סבב אחד, מתחלפים בתפקידים.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) והזוג שהגיע ראשון.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- באיזה מהתפקידים חשתי יותר בטחון, כמוביל או כמובל?
- מה הקשר בין המשחק לבין תחושת בטחון? תחושת שליטה? חברות?
- מה למדתי חדש או מפתיע על עצמי במשחק הזה?
- מה עוזר לי לסמוך על חברי.

חזרה לרשימת הנושאים

סיפורו של סיפור

הסיפור שלך באיזים שלי הופך להיות הסיפור שלך ושלי...

איך נשחק?
המורה תבחר ארבעה מתנדבים שמוכנים לצאת לחכות בחוץ.
אחד התלמידים בכיתה יתבקש לחשוב על סיפור קצר שהוא ירצה לספר: משהו שקרה לו, סיפור שהוא ממציא...
על הסיפור לכלול פרטים רבים כגון מקומות, שעות, שמות...

- משתתף א שמחכה בחוץ יכנס לכיתה והמספר יספר לו ולכיתה את סיפורו.
- משתתף א יאזין לו היטב וישתדל לזכור כל פרט.
- משתתף ב שמחכה בחוץ יכנס לכיתה ומשתתף א יספר לו ולכיתה את הסיפור ששמע.
- משתתף ב יאזין לו היטב וישתדל לזכור כל פרט, ובהמשך יעביר את הסיפור למשתתף ג וכך הלאה עד למשתתף האחרון.

בסוף הסבב נודה למשתתפים ונבדוק יחד מה קרה לסיפור.
אם יהיה זמן נערוך סבב נוסף.

מי מנצח? כולם (כי נהנו).

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק

- מה קרה לסיפור המקורי? הוא השתנה? נשאר דומה?
- מה גרם לסיפור להשתנות או להישאר דומה?
- מה אפשר ללמוד מהמשחק הזה על חיי היומיום שלנו?
- מה קורה לכם כמשתפים אתכם בסיפור אישי?

חזרה לרשימת הנושאים

"אני רואה אותך": משחק קלפים

אלי ואליק, אליק ואלי – נספר ונשתף, יחד! כה תאיר כרמי.

מה נכין מראש? חפיסת קלפי שיתוף והיכרות.

איך נשחק?
התלמידים ישבו בזוגות או בקבוצות כשבתווך 'קלפי השיתוף' פרושים וגלויים לעין.
- סבב ראשון - לפי תור, כל תלמיד ירים קלף ויענה על מה שהקלף שואל, לגבי עצמו.
- סבב שני - לפי תור, כל תלמיד ירים קלף ויענה על מה שהקלף שואל, לגבי החבר שיושב לימינו.

אפשרות נוספת בזוגות: כל זוג יקבל חמש דקות לשאול זה את זה שאלות בעזרת הקלפים. לאחר מכן, במליאה, נערוך "חידון זוגות". נשאל את שתלמידים שאלות אודות בן או בת הזוג. כל מי שיענה תשובה מדויקת יזכה את הזוג שלו בנקודה.

מי מנצח? כולם (כי נהנו) ובעיקר בני הזוג שצברו את מספר הנקודות הגבוה ביותר.

נקודות לשיח רגשי-חברתי בתום המשחק
- איזו הרגשה התעוררה בכם כאשר סיפרתם לחבריכם על עצמכם?
- איזו הרגשה התעוררה בכם כאשר חבר מהכיתה סיפר על עצמו?
- מדוע חשוב להעמיק את ההכרות עם חברי לכיתה ולדעת עליהם יותר?
- משהו חדש ומפתיע שלמדתי היום על עצמי או על חבר.

חזרה לרשימת הנושאים