

איך אנחנו מרגישים

משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים

הנחיות לגננת

מטרות:

1. היכרות עם רגשות בסיסיים ושיום הרגשות.
2. חלוקת הרגשות לרגשות חיוביים ושליילים.
3. שיתוף במצבים המעוררים רגשות שונים.
4. עידוד ביטוי עצמי של רגשות ושיח על רגשות בקבוצה.

משתתפים:

עד 5 ילדים בגילאי גן טרום-חובה - חובה

ציוד וחומרים:

9 זוגות של קלפי רגשות מאוירים (על כל קלף איור של דמות המביעה בכל פעם רגש אחר, ומילת רגש)

מהלך המשחק (כולל שאלות מנחות):

1. מניחים על השולחן 9 קלפי רגשות (ראו בהמשך). כל קלף מביע רגש אחר. (את "בני הזוג" של אותם קלפים שומרים בצד בשלב זה.)
2. המשתתפים ממיינים את הקלפים שעל השולחן לשתי קבוצות של רגשות: רגשות שניים/כיף להרגיש (חיוביים), ורגשות לא נעימים (שליילים).
3. הגננת בוחרת את אחד הקלפים ומקריאה את שם הרגש. **אפשר לבקש מהילדים לנסות ולנחש את מילת הרגש במקום שהגננת תאמר אותה.** המשתתפים מראים איפה הם מרגישים את הרגש הזה בגוף ואיך הרגש נראה (הילדים יכולים להשתמש בגופם, להשמיע קול או "לעשות פרצופים" כדי להציג איך הרגש נראה, או לתאר במילים). **אפשר לחזור ולעשות זאת עם שאר הקלפים לפני שמתחילים לשחק לפי תור, או תוך כדי המשחק.**
4. הגננת מוסיפה לערימה את שאר הקלפים, "מערבבת" אותם ופורשת אותם על השולחן כשהם מוסתרים.
5. הגננת קובעת את צורת התור, והמשתתפים מתחילים לשחק ב"משחק הזיכרון"; כל משתתף בתורו הופך שני קלפים ומנסה לגלות זוג תואם (זהה).
6. כאשר משתתף מצליח לגלות זוג תואם הוא לוקח אותו אליו. הגננת פונה אל ילד או ילדה שמצאו זוג תואם ושואלת באיזה רגש מדובר - האם זה רגש שניים להרגיש או לא נעים להרגיש (כלומר, חיובי או שלילי), ומבקשת שיספרו מתי בפעם האחרונה הם הרגישו רגש זה. **אם הילדים מתקשים להבין או לשתף, הגננת יכולה להתחיל ולתת דוגמה בעצמה.**
7. לאחר שהילד או הילדה שגילו זוג תואם מספרים מתי הם חשו כך, **אפשר לשאול גם את הילדים האחרים האם הם מרגישים את אותו הרגש במצב דומה, או מתי הם מרגישים את אותו הרגש.**



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



פֶּחַד



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



כֶּעֶס



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



גֵּעַל



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



הֵתְרַגְּשׁוֹת



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



שִׂמְחָה



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



כְּאֵב



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



הֵנָאָה



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



עֵצֵב



איך אנחנו מרגישים
משחק זיכרון של רגשות - לגני ילדים



הֵפְתָּעָה