

# להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

## הנחיות לגננת

מטרות:

1. הכרת הפחדים ומתן לגיטימציה לפחדים.
2. יצירת שיח על פחדים כאמצעי לביטוי ולשחרור ולנורמליזציה של חוויית הפחד ("לא לפחד מהפחד").
3. הילדים יתנסו בהתמודדות תיאורטית עם כל מיני פחדים.
4. הילדים יכירו מגוון דרכים להתמודדות עם פחד.
5. הילדים יאמצו שיטות המתאימות להם להתמודדות עם הפחדים שלהם עצמם.

מבנה המשחק:

משחק לוח (מסלול) – התקדמות על ידי זריקת קובייה והליכה במסלול. הגעה למשבצות שונות גוררת ביצוע "מטלות" שונות של המשחק. בפתיחת המשחק כל ילד יבחר "מפלצת" בצבע שונה, שתהיה החייל שלו במשחק.

סוגי מטלות:

א.  **משבצת "מה היית עושה?"** – משבצת המאפשרת קפיצה של שני צעדים קדימה לאחר מענה על שאלה בנושא של התמודדות עם פחד (לגננת: אפשר לומר לילדים שאם יש להם דוגמה איך הצליחו בעבר להתמודד עם פחד כזה הם יכולים לספר עליה, ואם לא, הם יכולים לדמיין ולחשוב מה אפשר לעשות).

ב.  **משבצת "פגשת מפלצת"**. חוזרים אחורה מספר צעדים, בעת מפגש עם מפלצת מפחידה. מספר הצעדים שחוזרים אחורה הוא כפי שמצביעה המפלצת. אם המשתתף צבר קלף "עזרה" הוא יוכל להתגונן מפני המפלצת ולא יצטרך לחזור אחורה.

ג.  **משבצת "קח עזרה"**: משתתף שנחת על משבצת זו יאסוף קלף מערימת קלפי העזרה. קלפים אלה יכולים לעזור במפגש עם המפלצות. אם המשתתף הצטייד מבעוד מועד בקלף "עזרה" כלשהוא – כאשר ינחת על משבצת "חזור אחורה", לא יצטרך לחזור לאחור. ניתן להשתמש פעם אחת בלבד בכל קלף עזרה ואז יש להחזירו לתחתית הערימה.

ד. **קלפי עזרה:**

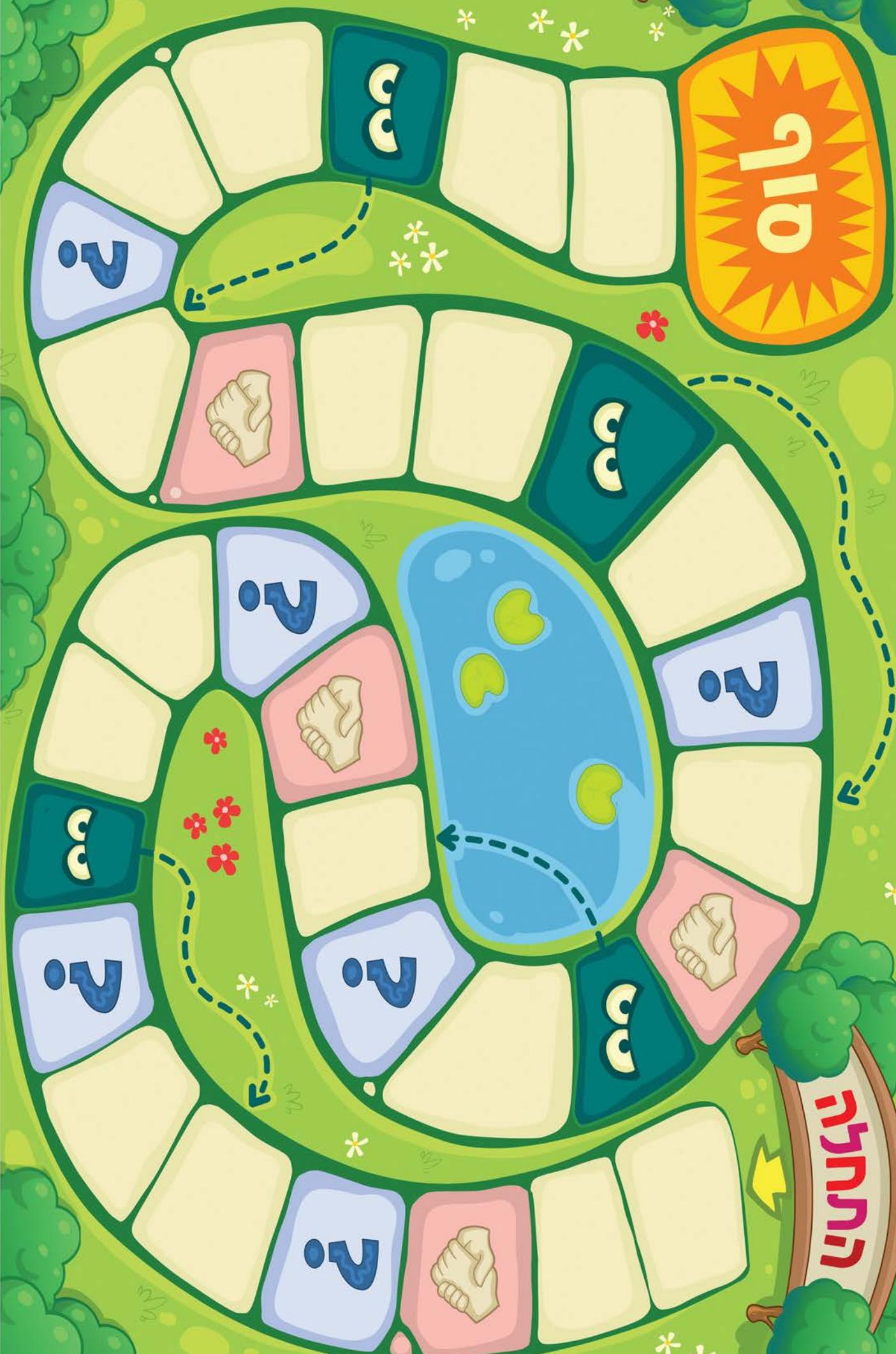
קלף פנס

קלף פיה עם שרביט קסמים

קלף "חיבוק של אימא" ו"חיבוק של אבא"



# התחלה



להתמודד עם הפחד  
משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים





### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

אימא של המפלצת שלך אמרה  
לה שהיא כבר מספיק גדולה  
ללמוד לרכוב על אופניים בלי  
גלגלי עזר. הן פירקו את גלגלי  
העזר ויצאו לרכוב, המפלצת  
נפלה מהאופניים וקיבלה מכה  
כואבת. היא פוחדת לנסות  
שוב...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

אבא של המפלצת שלך אמר  
לה שהיום אחר הצהריים הם ילכו  
למרפאה כי הרופא צריך לבדוק  
אותה. היא פוחדת מאוד ולא  
רוצה ללכת...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

המפלצת שלך טיפסה בסולם  
למגלשה הכי גבוהה בגן  
השעשועים. ואז היא הגיעה  
למעלה, ופתאום ראתה שהיא  
גבוהה מאוד ונבהלה – היא  
פחדה להתגלש למטה ופחדה  
גם לרדת בחזרה בסולם...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

המפלצת שלך רבה אתמול עם  
החברות שלה בגן המפלצות.  
היום אחר הצהריים אחת המפלצות  
חוגגת יום הולדת והיא הזמינה את  
כל המפלצות למסיבה. המפלצת  
שלך פוחדת שהחברות לא ירצו  
לשחק איתה במסיבה ולא יהיה  
לה כיף...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

חבר הזמין את המפלצת שלך  
לבוא אליו הביתה אחר הצהריים.  
אבא של המפלצת אמר לה  
שהוא לא יוכל להישאר איתה  
שם. היא רוצה ללכת לחבר אבל  
פוחדת להישאר אצלו לבד...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

לשכן של המפלצת שלך יש כלב  
חדש וממש גדול. אתמול הוא  
ירד איתו לדשא והנביחות שלו  
הבהילו אותה מאוד. היא פוחדת  
לרדת למטה כי אולי תיתקל בו...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

לפעמים כשהמפלצת שלך  
שוכבת לישון והחדר שלה חשוך,  
הכיסא והבגדים נראים לה כמו  
יצורים מפחידים והיא פוחדת  
להירדם...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

המפלצת שלך שיחקה בבית  
בכדור ובטעות שברה קצת את  
קערת הפירות בסלון. היא פוחדת  
שההורים שלה יגלו ויכעסו עליה  
מאוד...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

הגננת חילקה תפקידים למסיבת  
חנוכה בגן המפלצות. היא הציעה  
למפלצת שלך להשתתף בריקוד  
הסביבונים, אבל היא פוחדת  
שלא תרקוד יפה ושיצחקו  
ממנה...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

המפלצת שלך שמעה את אבא, ואימא שלה מתווכחים בקול רם, והתחילה לפחד. מה יהיה אם הם לא ישלימו?



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

כשהמפלצת שלך הייתה עם סבא וסבתא שלה בים, היא רצה למלא את הדלי שלה במים. החופי היה מלא וצפוף, ולרגע היא לא מצאה את סבא וסבתא אותם ומאוד נבהלה...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

הגננת בגן המפלצות ביקשה מכולם לכתוב את השמות שלהם בעצמם על הציורים. המפלצת שלך פוחדת שלא יצא לה טוב...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

בערב יום העצמאות המשפחה של המפלצת שלך הולכת לטייל בעיר ולצפות בזיקוקים. היא רוצה לבלות יחד איתם אבל פוחדת מהרעש החזק של הזיקוקים...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

אימא של המפלצת שלך נוסעת מחר לכמה ימים. המפלצת פוחדת שתתגעגע אליה מאוד ויהיה לה קשה שהיא איננה...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

המפלצת הכי טובה בכדורגל בגן המפלצות, הזמינה את המפלצת שלך לשחק נגדה. היא רוצה אבל פוחדת להפסיד...



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים



### להתמודד עם הפחד

משחק "להתמודד עם הפחד" לגני ילדים

