

כובעים

הצעות לפעילות בגן (ניתן בקלות להתאים לפעילות
עם ילדכם הפרטי)



הכנה: אספו מגוון כובעים כמו כובע בוקרים, כתר, כובע קוסמים, כובע שף, קסדה של מכבי אש וכו', והניחו אותם באזור ייעודי עם מראה.

משחק תפקידים: עודדו את הילדים לנסות כובעים שונים ולהסתכל על עצמם במראה. לאחר מכן, בקשו מהם להמחיש דמויות או מקצועות שונים שהכובע עשוי להיות קשור אליהם. בשלב זה ניתן להעלות שאלות לגבי התפקידים שהילדים מציגים. איך מתנהג קוסם? איך זה מרגיש להיות שוטר? האם קסדה של כבאי עוזרת לנו להיות אמיצים יותר? סייעו לילדים לחקור את הרגשות והמחשבות שעולים בהם כשהם חובשים כובעים שונים.

כובעי רגש: הכינו מגוון כובעים (אחד לכל רגש בו תרצו להתמקד), והצמידו לכל אחד תווית רגש שונה (מומלץ בצירוף סמיילי תואם). הסבירו לילדים שהכובעים השונים מייצגים רגשות שונים. לדוגמה, הכובע האדום עם הסמיילי הכועס יכול לייצג כעס, הכובע הצהוב יכול לייצג שמחה והכובע הכחול יכול לייצג עצב. בקשו מהילדים לנסות כובעים שונים ולדבר על הרגשות שהם מייצגים. לאחר מכן תארו תרחיש דמיוני כלשהו (לדוגמה- ויכוח במהלך משחק כדור בין מספר ילדים) ובקשו מהילדים לחבוש כובעי רגש שונים תוך שהם מתמודדים עם המצב. ניתן לדבר יחד על ההשפעה של רגשות שונים על ההתנהגות שלנו, ועל האפשרות להחליף כובעים כדי להתמודד עם מצבים שונים ביתר יעילות. פעילות זו יכולה לעזור לילדים ללמוד כיצד לזהות ולהביע את רגשותיהם.

כובעי סיפור: הכינו מגוון של כובעים ומספר אביזרים. עודדו את הילדים לבחור כובע ואביזר, ולאחר מכן השתמשו בדמיונם כדי לספר סיפור המבוסס על אותם פריטים. ניתן לבצע פעילות זו במעגל, כאשר מספר ילדים הם אלו החובשים את הכובעים ומציגים את הסיפור במרכז המעגל, בעוד ששאר הילדים הישובים במעגל הם אלו שממציאים את הסיפור יחד בהנחיית המבוגר המעביר את הפעילות. לדוגמה, ילד החובש כובע פיראטים ומחזיק חרב צעצוע יכול להמחיש סיפור על יציאה לציד אוצרות, בו הוא פוגש שוטר ויחד הם תופסים שודד שנמלט עם האוצר שהפיראט חיפש, ובכך מצילים את המצב. ניתן גם לספק הנחיות שיעזרו לילדים להמציא רעיונות לסיפורים שלהם, ולהחליף את המציגים מדי פעם כדי לאפשר לכל הילדים הרוצים להשתתף הזדמנות לעשות כן. פעילות זו יכולה לעזור לילדים לפתח את כישורי הסיפור ולשפר את היצירתיות שלהם.

○ **כובעי זהות אישית.** הכנה: אספו מגוון כובעים פשוטים או כובעי נייר (כמו שיש באטליזים או

מאפיות), וחומרי יצירה כגון מדבקות, נוצות, טושים וצבעים.

עודדו את הילדים לקשט את הכובע שלהם כדי לייצג את זהותם הייחודית. בקשו מהם לחשוב מה מייחד אותם ומה הם אוהבים בעצמם. לאחר מכן הם יכולים לקשט את הכובע שלהם כדי לייצג את זהותם. פעילות זו יכולה לעזור לילדים לפתח דימוי עצמי חיובי ולהרגיש גאים במי שהם.

הצעות לנעימי יחיה

○ כובעים ופריטי לבוש אחרים: שאלו את הילד על הבגדים או התחפושות האהובים עליו, ומדוע הוא

אוהב ללבוש אותם. עודדו אותו להשתמש בדמיון שלו כדי ליצור דמויות ותרחישים שונים.

○ שוחחו עם הילד על כובעים ובגדים שונים מרחבי העולם. שאלו אותו אם הוא מכיר מישהו מתרבות

אחרת. עזרו לו להבין שיש דרכים שונות לחיות ולהתלבש. שאלו אותו כיצד לדעתו יתלבש מישהו ממקום קר או חם מאוד, והאם יש לדעתו חשיבות לכך שבנות ובנים יתלבשו באופן שונה, כפי שנהוג בתרבויות מסוימות.

○ יצירתיות ודמיון: עודדו את הילד להשתמש בדמיון ולהמציא רעיונות משלו לכובעים או פריטי לבוש

אחרים. בקשו ממנו לתאר את היצירות שלו ואת הדמויות שהוא עשוי לשחק כשהוא לובש אותם.

○ שאלו את ילדכם - אילו היה לו כובע קסמים שממלא משאלות, מה היה מבקש ממנו? אילו דברים היה

רוצה להשיג? שאלו אותו על החלומות שלו בהווה ומה הוא רוצה להיות כשיהיה גדול. עודדו אותו לחלוק את שאיפותיו ועזרו לו להבין שלא תמיד צריך "כובע קסמים". כמעט הכול אפשרי אם יעבוד קשה ויאמין בעצמו.

○ "כובע פתרון בעיות" - שאלו את הילד על דברים שמציקים לו: ריב עם אח/חבר, חשש או פחד

ממשהו, כעס על מישהו/משהו וכו'. דברו על הדרכים להשגת פתרונות לקשיים שהיה רוצה להתגבר עליהם, ועל החשיבות שיש לשיחה עליהם. תוכלו לחבוש לראשו מדי פעם את "כובע פתרון הבעיות" כדרך לנהל שיחות קבועות עם ילדכם בנושאים המעסיקים/מטרידים אותם.