


מאת: דן פוטרמן
 איורים: אורית מגיע-שולב
 הוצאה: המבוך
 קבוצת גיל: גנים צעירים



קריאה 

טיפ לקריאה משותפת

כדאי למצוא זמן מתאים לקריאה: זה לא חייב להיות לפני השינה, אלא זמן שנוח לכם הורים, ילדים וילדות  ומאפשר לכם לעצור הכול ולהיכנס יחד לעולם המיוחד שספר פותח בפניכם.



שיחה 

שיחה על פחד ועידוד

את תהליך הגדילה של ילדות וילדים מלווים פחדים שונים, והדיבור עליהם עוזר להתמודדות איתם ולהחדרת תחושת ביטחון. תוכלו לשוחח יחד על פחדים: מה מפחיד? מה עוזר להתגבר?





<https://www.pjisrael.org/wp-content/uploads/2022/05/Ad-Temala-Music-3.mp3> האזינו לשמע "עיד למעלה"

רוצים לשמוע את מעיין ואת קריאות העידוד? האזינו יחד לסיפור.



בגן השעשועים בעקבות הסיפור אפשר לצאת יחד לגן השעשועים ולהתנסות במתקנים שונים ביחד ולחוד. תוכלו גם להמציא מסלול שעובר בין המתקנים וגורם הנאה לכל המשתתפים.



עידוד משפחתי "הידד, מעיין!" קוראים כולם כשמעיין מפחדת. ואיך אתם יכולים לעודד זה את זה? אפשר להחליט על מילות עידוד משפחתיות, אולי למצוא שיר מעודד או קריאה משותפת שתעניק לכם שמחה וכוחות.



פינטרסט
[פינטרסט](#)



מפגש ושיחה בגן

קריאה ברצף – כדאי לקרוא את הסיפור ברצף כדי לשמר את תחושת הריגוש והמתח העולה ממנו.
קריאה חוזרת בקבוצות קטנות – הקראה חוזרת מאפשרת שיח אינטימי שניתן לשתף בו ברגשות, להקשיב, לתווך, לעודד ולחזק.
בעקבות הסיפור נוכל לשאל שאלות מסוגים שונים:
שאלות הבנה: לאן הלכו מעיין ואחותה? מדוע? מה קרה בגן השעשועים? מדוע מעיין והדר נפרדו? מה עשתה מעיין לאחר שהדר הלכה?
שאלות הנוגעות למחשבות ולרגשות: איך הרגישה מעיין כשטיפסה על הסולם? על מה היא חשבה כשהגיעה לשלב הגבוה? כיצד ניסה הקהל למטה לעזור לה? מה היא הרגישה כאשר שמעה את קולות העידוד? כיצד היא התגברה על הפחד? כיצד עודדה אותה אחותה הדר?
ילדים ופחדים ילדים וילדות רבים בגיל גן חווים תקופה של פחדים כחלק מהתפתחותם הטבעית. הם חווים פחדים שונים: פחד מרעש חזק, מפרידות או ממעברים. משום שהדמיון שלהם כה עשיר ואין אצלם הפרדה מוחלטת בין דמיון למציאות, הם חווים גם פחדים רגשיים ודמיוניים: פחד מחושך, ממפלצות, ממכשפות וכדומה. תוכלו לשוחח על פחד בקבוצות קטנות כדי להתמודד עם פחד מומלץ לדבר עליו.
כדי ליצור אווירה פתוחה ונוחה לשתוף הגננת יכולה להטרים ולשתף בפחד משלה ולספר שיש סוגים שונים של פחדים. אפשר להציע לילדים וילדות לשתף בפחדים שלהם.
כדאי ליצור מעגל שתוף שיעודד את הילדים לדבר על פחדיהם, יסייע לקרב לבבות ולהבין שהרגש העוצמתי הזה הוא רגש טבעי המשותף לכולם.
רגשות באוורים – כדאי להתבונן יחד באוורים ולגלות כיצד בחרה המאיירת לאייר את קשת הרגשות של מעיין. תמיכה ועידוד ישיח מאפשר להרהר בצורך האישי בתמיכה ובחיוק ולהבין מה עוזר לילדי הגן ומה עוזר לאחרים.
תוכלו לשאל: מה גרם למעיין לעלות בסופו של דבר? למה, לדעתכם, דווקא המילים של אחותה השפיעו עליה? האם העידוד נחוץ רק בשעת פחד? באילו עוד מצבים, לדעתכם, אנחנו זקוקים לעידוד? מה עוזר לכם להירגע או להתגבר כשקשה? מי מעודד אתכם? כיצד הם עושים זאת? כיצד אנחנו יכולים לעודד את החברים בגן?
הבעת רגשות ב"מאה שפות" לאחר השיח אפשר להזמין את הילדים לנסות ולהביע את הרגשות בציור, בכיור, בפנטומימה, בהדבקה ועוד.



מה קורה בגננו?

הספר מאפשר לילדים ולילדות לגלות את תחושת המסוגלות שלהם ולהבין שגם הם-עצמם גיבורים לפעמים. ניתן לחזור אל הסיפור ולהדגיש שאמיץ הוא לא מי שלעולם לא פוחד או מתקשה, אלא מי שמתגבר על הפחד או הקושי.

גילאי הגן מתאפיינים לא רק בהתמודדות עם פחדים, אלא גם בהזדהות עם סיפורי אומץ והתגברות על פחד. קשה לי כמו מעיין, שיצרה תור מאחוריה, גם בחיי הגן לכל אחד ואחת קצב אחר ותגובה אחרת: הילדים נבדלים זה מזה בהסתגלות למעברים, בהתארגנות, באכילה, במשחק ובכל פעילות משותפת, מה שיכול לגרום תסכול וקוצר רוח. הסיפור מאפשר להתבונן ברגעי התסכול מזווית ראייה רעננה שמגויסת לטובת החברים המתקשים.

ניתן לחזור אל הספר שוב ושוב כחלק משיח על סבלנות, תמיכה ועידוד במצבים חברתיים שונים בחיי הגן.



מחכים בתור

גן שעשועים הוא מהמקומות שצריך לחכות בהם בתור. נשאל את הילדות והילדים: היכן עוד צריך לחכות בתור בגן ובמרחבי החיים? מדוע חשוב להמתין בתור? מה קורה כשאיך תור? ומה כדאי לעשות כשהתור מתארך ומשעמם? אפשר, למשל, לספור כמה אנשים מחכים בתור, להמציא משחק או לעשות תרגילי התעמלות וכדומה. האם יש לכם עוד רעיונות? את הרעיונות השונים אפשר ליישם בגן, לשתף בהם את בני המשפחה ולהציע להם ליישם אותם כשממתינים בתור.

רצוי לשאול את הילדים: כיצד אתם חושבים שניתן לסמן את התור? על ידי כרטיסיות שמות? על ידי כתיבת השמות על לוח? ואולי על ידי סימנים מוסכמים? ומה עוד?





מלות עידוד

לוח עידוד – ניתן לחשוב יחד וליצור מאגר מילים מעודדות בגן, למשל: "אתה יכול!" "אנחנו איתך!", לתלות אותן על לוח העידוד ולהזכר בהן כשיש צורך לעודד חברים בגן ולקבל עידוד. כך ניתן להפוך את מילות העידוד לחלק משפת הגן ולחזור שוב ושוב אל הסיפור ואל ההצעות שבלוח. רצוי לעודד את הילדים לשתף ברגעים שבהם זכו לעידוד מהחברים בגן, להדהד את הדברים ולחזק אותם. תרגיל במלות עידוד ☑ באמצעות חלוקת ילדי הגן לנבחרת שחקנים ולנבחרת מעודדים תוכלו לעודד רצון לתמוך באחר:

נבחרת השחקנים ☑ כדאי לבחור במשחק או בתרגיל תנועה לא תחרותיים שכולם מכירים ויכולים להשתתף בהם.

נבחרת המעודדים ☑ ניתן ליצור שלטים צבעוניים ממאגר מילות העידוד שהילדים הציעו. חברי הקבוצה יכולים להוסיף שלטים מצוירים לבחירתם. המעודדים יצפו במשתתפים ויעודדו אותם. לאחר מכן אפשר לבחון יחד: איך המעודדים מרגישים, ואיך המשתתפים במשחק מרגישים כשמעודדים אותם, ואז להחליף בין הקבוצות.



עכשו בפודקאסט של ספרית פיג'מה!

[הספור להאזנה ☑ עכשו בפודקאסט של ספרית פיג'מה!](#)

עידוד קריאה משפחתית ☑ כדאי לספר למשפחות שהגיע ספר העוסק בכוח ובעידוד שאנחנו שואבים מהמשפחה. הספר מלווה בפסקול להאזנה משפחתית משותפת. הפסקול מתאים גם למשפחות עולים.



עוד פעילויות באתר ספריית פיג'מה www.pjisrael.org