

מאת: גלעד סופר
 איורים: גלעד סופר
 הוצאה: כנרת
 קבוצת גיל: כְּתָה ב'



שיחה

שיחה נמאס...?

האם גם אתם, הורים וילדים, מרגישים לפעמים כמו שרגא נמאס לכם? ממה נמאס לכם וממה לא נמאס לכם כמעט אף פעם? מה אתם עושים כשאתם מרגישים ככה? האם תוכלו ליעץ לשרגא מה לעשות כשנמאס לו?



קללי

התבוננות - מוצאים את הטוב

לשרגא נמאס ולכן הוא ברח למקום אחר, אך האם זאת האפשרות היחידה? במקרה שיש תחושה שנמאס, אפשר להתבונן סביבנו ולחפש דברים טובים שיש בחיינו. אפשר גם לפרט את הדברים הטובים שקרו בכל יום. אפשר להכין מחברת משפחתית של דברים טובים, כמו "חברה הצחיקה אותי", "קיבלתי ספר שרציתי", "אני בריאה", ועוד. כדאי לשתף זה את זה ברגעים הטובים של היום ולבחון אם ההתמקדות ברגעים הטובים וההנצחה/והרישום שלהם במחברת משפרות את ההרגשה גם בימים הבאים.



מִשְׁחָק

משחק - קוביית 'משעמם לי?'

"משעמם לי!!!!" ☹️ כמה פעמים אמרתם או שמעתם את צמד המילים הזה? לשבירת שגרה והוספת עניין קחו קובייה גדולה או הכינו קובייה מקופסת קרטון. כתבו על כל צד פעולות שוברות שגרה, כמו הקמת אוהל בסלון, משחקי כדור או שירה בליווי תנועות. בכל פעם שמשעמם למישהו, אפשר להטיל את הקובייה ולקבל רעיון מה אפשר לעשות. מומלץ לרענן מדי פעם את ההצעות לשבירת השגרה, כדי שלא יימאס! ☹️



הַמְחָשָׁה

המחזה - מה אומר החיזר?

לכל אורך הסיפור החיזר מדבר בשפה שאנחנו לא מבינים. האם תוכלו לספר מה אומר החיזר? מה הוא אמר כשנשאר בשלג אחרי ששרגא עזב? מה הוא אמר כשראה ששרגא חזר? ומה ענה לו שרגא? תוכלו להמחזי את דברי החיזר, להתאים לו קול מיוחד ולספר מה הוא עושה כשנמאס לו! ☹️



שִׁיחָה

מפגש ושיחה -

הספר מזמן שיחה על התחושות והמחשבות שלנו לגבי חיינו ולגבי חייהם של אחרים: מה אפשר לעשות כשמרגישים שמשעמם ושמאס? האם יש פעילויות שאף פעם לא נמאס לכם לחזור ולעשות? האם, לדעתכם, גם אנשים מפורסמים יכולים להרגיש שנמאס להם?



שְׁלוֹב הַסֵּפֶר

והרי החדשות -

בעקבות הסיקור החדשותי שבסיפור תוכלו להפוך את הכיתה לחדר חדשות ולהציע לילדים לכתוב לעיתון כותרות המסקרות את ביקורו של שרגא בעיר הגדולה. ניתן גם לערוך ראיון עם שרגא: לשאול אותו שאלות ולבקש מתלמיד או מתלמידה אחרים שיענו בשמו.. את הידיעות החדשותיות כדאי לתלות בכיתה.



שיחה


ספר הנמאס הכיתתי -

כיצד מתמודדים עם התחושה ש'נמאס'? תוכלו לבקש מהתלמידים לתת עצות ולספר מה הם עושים כשהם מרגישים כך ומה עוזר להם. ניתן גם לראיין זה את זה ולאגד יחד את שלל העצות והראיונות ב'ספר הנמאס הכיתתי'.



ציור


השרגא שלי ואני -


השרגא שלי ואני  התלמידים יכולים, על גבי ציור של כלב ים, לעצב את ה'שרגא' המיוחד שלהם על ידי הוספת חפץ, הבעת פנים, פריט לבוש ומסר שיכתבו בבועת הדיבור. את היצירות ניתן להציג ב'תערוכת שרגאים'



העשרה

העשרה -

[חללית](#)  גוז

[אני כאן/ אני שם](#)  רחוב סומסום



קללי

מילות מפתח -

שגרה, שעמום, הרגל, שינוי, ייחודיות, פרסום, קומיקס, הומור, שייכות

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