מקבץ פעילויות

משחקים לפתיחת מפגש

משך: משתנה | **קהל יעד:** ש"שנים | **עזרים:** בהתאם לפעילות הנבחרת

המערך מנוסח בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד, אך מיועד לכל המגדרים

רציונל

קיום משחקים בתחילת המפגש עשוי לעזור ב"שחרור" המשתתפים לקראת העיסוק בנושא המדובר, להקל את המעבר ממשימות היומיום להתכנסות במפגש, לתרום לתחושת הקרבה בין חברי הקבוצה וליצור אווירה חיובית ונעימה.

בקובץ זה תוכלו למצוא מגוון משחקים, שאותם ניתן להתאים לאופי הקבוצה ולנושא המפגש.

מטרות

- ✓ "שחרור" המשתתפים לקראת העיסוק בנושא המדובר.
- ✓ מעבר "קליל" משגרת היום לכניסה למפגש.
- ✓ יצירת קרבה ואווירה נעימה בין חברי הקבוצה.

מקבץ פעילויות

1 ספיד דייט

המשתתפים יושבים בשני מעגלים, זה מול זה: פנימי וחיצוני. המעגל הפנימי לא זז, והחיצוני מתחלף כל חמש דקות, בהתאם לשאלה המתחלפת. המנחה אומר בקול רם את השאלה, והמשתתפים מדברים עליה בזוגות. לאחר 5 דקות עוצרים, כל משתתף במעגל החיצוני עובר לכיסא שמימינו, והמנחה אומר את השאלה הבאה – וכך הלאה (מומלץ להתאים את השאלות לנושא המפגש).

שאלות לדוגמה

- הזיכרון הראשון שלי ממך הוא...
- רציתי לשאול אותך...
- משהו שאמרת ולא הסכמתי איתו...

2 סבך פרגונים

המשתתפים עומדים במעגל, והמנחה מחזיק כדור חוט. המנחה אוחז בקצה החוט וזורק את שאר הכדור לחבר קבוצה אחר. כשהכדור אצל אותו אדם, המנחה אומר את ההנחיה: לספר דבר שאתה מעריך באותו אדם / דבר שהוא מביא איתו לקבוצה / חוויה מיוחדת שהייתה לך איתו / דבר שאתה רוצה להגיד לו / להודות לו על משהו ספציפי.

הערה למנחה: ניתן לבחור הנחיה אחת, או לאפשר לכל משתתף לבחור בעצמו. מומלץ להתאים את ההנחיה לאופי הקבוצה ולמצב שבו היא נמצאת כיום.

אותו אדם מחזיק בחוט, מעביר את שאר הכדור למישהו אחר וחוזר על התהליך – עד שכל אחד במעגל אוחז בחוט והוזכר על ידי חבר קבוצה (חשוב לא לזרוק את החוט למי שכבר קיבל). כשהקבוצה מסיימת, מתבוננים ברשת שנוצרה: זו הרשת התומכת בכל אחד מאיתנו, זו מראת הקבוצה.

הערה למנחה: ניתן לצלם את הרשת (למשל מלמעלה) ולהכין ממנה תמונה לכל אחד מחברי הקבוצה, או לשמור את הרשת, למסגר ולתלות באזור משותף.

שאלות מוצעות לדיון

- איך הרגשתם במהלך הפעילות?
- האם בשגרה שלכם בקומונה אתם נוהגים להחמיא ולפרגן לחבריכם? הייתם רוצים לעשות את זה יותר?
- מדוע לדעתכם חשוב להקדיש זמן לפרגן לחבריכם לקומונה?
- מה אתם לוקחים איתכם מהפעילות?

3 "הרוח נושבת"

יושבים במעגל כיסאות. מספר הכיסאות קטן באחד ממספר המשתתפים, כך שבכל רגע נתון משתתף אחד עומד. המשתתף שעומד מכריז בקול: "הרוח נושבת לכיוונו של כל מי ש..." ומשלים את המשפט באפיון שמתאים לו עצמו (למשל, אם שמו ערן, הוא יכול לומר: "הרוח נושבת לכיוונו של כל מי ששמו מתחיל באות ע'"). בתום דבריו, כל חברי המעגל שהמשפט מתאר גם אותם צריכים לקום ולהחליף ביניהם מקומות בזריזות – האחרון שנשאר בלי כיסא הוא הדובר הבא.

שני חוקים חשובים

- אסור לומר אפיון שלא מאפיין אותך.
- אסור להישאר לשבת אם האפיון שהוזכר מאפיין אותך.

4 "פתקים"

כל משתתף רושם על 3 פתקים שמות של 3 מפורסמים (יכול להיות כל אדם שכל חברי הקבוצה מכירים – גם אנשים ממסגרת ההתנדבות וכו'). מתחלקים לשתי קבוצות, וכל קבוצה אוספת את הפתקים שכתבה אצל נציג. למשחק שלושה סבבים, מוגבלים בזמן:

סבב ראשון

הנציג מעביר לקבוצה שלו, בכל פעם, שם של מפורסם – בלי לומר את השם עצמו.

סבב שני

הנציג מעביר לקבוצה שלו, בכל פעם, שם של מפורסם – במילה אחת בלבד.

סבב שלישי

הנציג מעביר לקבוצה שלו, בכל פעם, שם של מפורסם – בפנטומימה.

אפשרות נוספת: להחליף בין הנציגים, כך שכל פתק מוצג על ידי נציג אחר מהקבוצה. הקבוצה המנצחת היא זו שהצליחה לחשוף את זהותם של יותר מפורסמים.

5 כיסאות

כל משתתף עומד מאחורי הכיסא שלו במעגל, ומחזיק אותו כשהוא נוטה קדימה. המנחה עומד במרכז המעגל: מחיאת כף אחת – כל אחד עוזב את הכיסא שלו ותופס את הכיסא שמימינו. שתי מחיאות – תופס את הכיסא שמשמאלו. שלוש מחיאות – מסתובב במקום ותופס את הכיסא שלו. מי שהכיסא שלו נופל – יוצא מהמשחק.

6 בקבוק מסתובב

מכינים כרטיסיות שאלות לפי הנושא המדובר, ומחלקים אותן לשתי חפיסות: "קומונה" ו"עצמי". מסובבים בקבוק – מי שפיית הבקבוק מופנית אליו מרים כרטיסייה מחפיסת "עצמי", ומי שתחתית הבקבוק מופנית אליו מרים כרטיסייה מחפיסת "קומונה".

7 קובייה

על כל פאה של קובייה גדולה כתובה התחלה של משפט. כל משתתף זורק את הקובייה ומשלים את המשפט. את המשפטים כותבים לפי הנושא המדובר.

8 מעגל עיניים

הקבוצה עומדת במעגל, כשהראש של כולם מורכן. כשהמנחה אומר "עיניים", כולם מרימים את הראש, והמשתתפים מחליפים מקומות זה עם זה – אך ורק באמצעות סימון בעיניים.

9 בינגו עצמי

מפזרים על הרצפה מילים המתארות תחושות / מצבים / רגשות (כגון: ציפייה, קושי, לחץ, התרגשות, עומס, חופש, אינטימיות וכו׳). כל משתתף מקבל לוח בינגו עם תשע משבצות ריקות, בוחר מתוך המילים תשע מילים לפי הנחיה מסוימת, וכותב אותן במשבצות (למשל: לבחור מילים המאפיינות את מצבי כרגע בשנת השירות, או מילה אחת לכל חבר קומונה שמדגישה משהו שחשוב לי לומר לו וכו׳).

אחרי שכל אחד הרכיב לעצמו את לוח הבינגו, מתחילים לשחק: המנחה מקריא את כל המילים, וכשמישהו מנצח – עוברים לסבב שיתוף שבו כל אחד מסביר את המילים שבחר ללוח שלו.

10 ספרים / עיתונים

מניחים במרכז החדר ספרים (כמה שיותר – יותר טוב). כל אחד מחברי הקבוצה מתבקש לבחור ספר שמתאים לו לתקופה הנוכחית. המנחה מנחה את כולם לפתוח בעמוד מסוים, ואז כל אחד מתבקש למצוא קטע, שורה, מילה או ביטוי, לפי הנחיה מסוימת הקשורה לנושא המפגש.

11 חיים בסרט

המשתתפים מתחלקים לקבוצות קטנות (2–3 משתתפים בכל קבוצה). כל קבוצה מקבלת קטע וידאו – סצנה מסרט מפורסם (רצוי ישראלי). את הקטעים אפשר לצפות בטלפונים של המשתתפים. המטרה: לשחזר את הסצנה אחד לאחד. לשם כך כל קבוצה מקבלת 10 דקות וסט אביזרים. כל קבוצה מציגה את הקטע שלה מול שאר הקבוצות, והמנחה בוחר את הקבוצה המנצחת.

12 שתי אמיתות ושקר

כל משתתף מספר על עצמו שלוש עובדות: שתיים נכונות ואחת שקרית. שאר הקבוצה מנסה לנחש איזו מהן היא השקר. אחרי שהשקר נחשף, המספר יכול להרחיב בקצרה על אחת העובדות הנכונות.

> **הערה למנחה:** ניתן למקד את העובדות בנושא המפגש – למשל: "שלושה דברים שקרו לי השבוע בהתנדבות" או "שלושה דברים שלא ידעתם עליי מלפני שנת השירות".

13 מזג האוויר שלי

סבב פתיחה קצר: כל משתתף מתאר את מצבו כרגע במונחים של מזג אוויר (למשל: "שמשי עם עננות קלות", "סערה מתקרבת", "ערפל בבוקר, מתבהר לקראת הערב") ומסביר במשפט אחד למה. הסבב מאפשר למנחה ולקבוצה לקבל תמונת מצב על האווירה בקבוצה, בלי לחייב שיתוף עמוק.

14 תמונה מהשבוע

כל משתתף בוחר תמונה אחת מהטלפון שצולמה בשבוע האחרון ומספרת משהו על השבוע שלו. בסבב, כל אחד מציג את התמונה לקבוצה ומספר עליה בקצרה: מה רואים בה, ולמה דווקא היא.

> **הערה למנחה:** כדאי לבקש מראש שהתמונה תהיה כזו שנוח לשתף בה את כל הקבוצה.

15 מספרים עד עשרים

המשתתפים עומדים או יושבים במעגל, עם עיניים עצומות. המטרה: לספור יחד בקול מ־1 עד 20, כשבכל פעם רק משתתף אחד אומר את המספר הבא – בלי תיאום מראש, בלי סדר קבוע ובלי סימנים. אם שני משתתפים או יותר אומרים מספר בו־זמנית – מתחילים מחדש מ־1.

שאלות מוצעות לדיון

- מה עזר לנו להצליח? מה הקשה?
- איפה בקומונה אנחנו צריכים "להקשיב" זה לזה בלי מילים?

16 קו רצף בשקט

המנחה מבקש מהמשתתפים להסתדר בשורה אחת לפי קריטריון מסוים – למשל לפי תאריך יום ההולדת (בלי שנה), לפי מספר האחים, לפי שעת ההשכמה הממוצעת או לפי המרחק של הבית מהקומונה – בלי לדבר בכלל. ניתן להיעזר בתנועות ידיים ובסימנים בלבד. בסיום בודקים יחד אם הסדר נכון.

הערה למנחה: להעלאת רמת הקושי ניתן לבקש מהמשתתפים לעמוד על ספסל או על קו מסומן על הרצפה, ולהחליף מקומות בלי לרדת ממנו.

17 מי כתב?

כל משתתף כותב על פתק, בלי שם, משהו שאחרים בקבוצה כנראה לא יודעים עליו (תחביב, חוויה מצחיקה, הרגל מוזר וכו׳). המנחה אוסף את הפתקים, מקריא אותם אחד אחד, והקבוצה מנסה לנחש מי כתב כל פתק. אחרי כל ניחוש, הכותב נחשף ויכול להוסיף כמה מילים.

18 זיפ זאפ זופ

משחק אנרגיה קצר. המשתתפים עומדים במעגל. משתתף אחד "שולח" אנרגיה למשתתף אחר במעגל: מצביע עליו בשתי ידיים ואומר "זיפ". מי שקיבל שולח הלאה למישהו אחר ואומר "זאפ", והבא שולח ואומר "זופ" – וחוזר חלילה. מי שמתבלבל במילה או מהסס יותר מדי – יוצא מהמעגל (או מקבל משימה קטנה ומשעשעת), והמשחק נמשך עד שנשארים שניים.

19 תמונות מדברות

מפזרים על הרצפה מגוון תמונות (גלויות, קלפי השלכה, תמונות מעיתונים וכו׳). כל משתתף בוחר תמונה לפי הנחיה הקשורה לנושא המפגש – למשל: "תמונה שמתארת איך אני מרגיש בקומונה עכשיו", "תמונה שמייצגת את מה שאני מביא איתי למפגש היום" או "תמונה שמתארת את מה שאני מאחל לקבוצה". בסבב, כל אחד מציג את התמונה שבחר ומסביר את הבחירה.

20 הסיפור המשותף

יושבים במעגל. המנחה פותח סיפור במשפט אחד (למשל: "יום אחד, בבוקר רגיל בקומונה, מישהו פתח את המקרר ו..."). כל משתתף בתורו מוסיף משפט אחד להמשך הסיפור, עד שהסיפור חוזר אל המנחה ונסגר. אפשר לקבוע מראש מילה שכל אחד חייב לשלב במשפט שלו, או לבקש שהסיפור יסתיים בהקשר של נושא המפגש.

מערכי פעילות נוספים ניתן למצוא במרכז ההדרכה של מחלקת שנת שירות