מה עוזר כשהרגש גדול?

אורי המגדלור – ערכת כרטיסי רגשות לכיתות ב'–ד' · מסלול: ב'–ד' רגיל · יצרה: רוית ראש בן ישי

מהדורת המורה – עם תשובות

מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: לנשום נשימת מגדלור · להגיד במילים מה הפריע לי · לספר למבוגר/ת שאני סומך/ת עליו/ה · ללכת לפינה רגועה · לשתות כוס מים · לצייר את הרגש · לחבק בובה או כרית · לספור לאט עד 10 · להרביץ למי שהרגיז אותי · לצעוק על כולם · לזרוק דברים · לשבור את המשחק · להגיד מילים פוגעות · להסתגר לבד ולא לספר לאף אחד · לקלל · לברוח מהכיתה בלי להגיד

עוזר לי	לא עוזר
לנשום נשימת מגדלור	להרביץ למי שהרגיז אותי
להגיד במילים מה הפריע לי	לצעוק על כולם
לספר למבוגר/ת שאני סומך/ת עליו/ה	לזרוק דברים
ללכת לפינה רגועה	לשבור את המשחק
לשתות כוס מים	להגיד מילים פוגעות
לצייר את הרגש	להסתגר לבד ולא לספר לאף אחד
לחבק בובה או כרית	לקלל
לספור לאט עד 10	לברוח מהכיתה בלי להגיד

אתגר: כתבו כלי משלכם שעוזר לכם להירגע.

תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

כרטיסי רגשות · יצרה: רוית ראש בן ישי · https://kalfei-regashot-yesodi.sites.tab.bot/

מה עוזר כשהרגש גדול?

אורי המגדלור – ערכת כרטיסי רגשות לכיתות ב'–ד' · מסלול: ב'–ד' רגיל · יצרה: רוית ראש בן ישי

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: לנשום נשימת מגדלור · להגיד במילים מה הפריע לי · לספר למבוגר/ת שאני סומך/ת עליו/ה · ללכת לפינה רגועה · לשתות כוס מים · לצייר את הרגש · לחבק בובה או כרית · לספור לאט עד 10 · להרביץ למי שהרגיז אותי · לצעוק על כולם · לזרוק דברים · לשבור את המשחק · להגיד מילים פוגעות · להסתגר לבד ולא לספר לאף אחד · לקלל · לברוח מהכיתה בלי להגיד

עוזר לי	לא עוזר

אתגר: כתבו כלי משלכם שעוזר לכם להירגע.

_____

_____