

## הדרכת גננות מפגש 7

דיברנו על התרגיל שנתתי בפעם האחרונה, בו כל אחת הייתה צריכה לרשום 10 מחשבות

בבוקר ו בערב במשך כל השבוע. שאלתי האם למדו משהו ממה שרשמו ואמרו שלא במיוחד. אני הסברתי שזה תרגול ללמוד מכל דבר שאנחנו עושות משהו וסיפרתי שאני שמת'י לב שכשאני רושמת את המחשבות שלי כל יום זה עוזר לעי להתנקות ולא להזדהות עם המחשבות.

להבין שהמחשבות הן לא אני.

דיברנו על החשיבות לבוא לגן כמה שיותר נקיות ממחשבות שמטרידות אותנו ושהתרגיל עוזר לנו להתנקות.

אחרי זה דיברנו על הריטמוס בגן ועל כך שהוא חייב להיות כמו פעימות הלב. שמתכווץ ומתרחב. אז אם עכשיו יצאנו לחצר הפעילות הבאה תהיה בפנים בשקט והפוך, אם היינו בפנים בשקט נעבור למשחק חופשי.

דיברנו על הסיפורים, על כך שלא בוחרים סיפורים מכון שהילד אוהב אותו, שזה לא מספיק. שסיפור צריך להתאים לנפש של הילד, לזרוע משהו מסוים בתוך הנפש הקטנה שלו.

דיברנו על איך לספר סיפור לילדים, שלא מסבירים דברים באמצע הסיפור ו שלא מפסיקים את הסיפור בשום רגע. אם ילד מפריע נתקרב אליו תוך כדי שנספר את הסיפור בלי לקטוע את הסיפור.

דיברנו על החשיבות לא להראות את התמונות בפעמים הראשונות כדי שהילד יוכל לדמיין את מה שאנחנו מספרות.

התייחסנו לדבר הכי קבוע שהוא השינוי וכמה אצל הילד הגוף שלו משתנה כל רגע ובגלל זה השגרה עוזרת לו לבנות מסגרת שמחזיקה את השינוי המתמיד שלו.

התרגיל לפעם הבאה הוא לחפש אירוע שמטריד אותנו

לרשום רגש שעולה שם

מחשבה שעולה

ואיזה תגובה הייתה לי.