

## משחקי אמון

### ורדה אינגלס

1. תופסת חיבוקים:
  - א. אחד תופס, הנתפסים יכולים להינצל מתפיסה ע"י חיבוק של משהוא אחר בקבוצה. מי שנתפס הופך להיות גם הוא תופס.
  - ב. כנ"ל, אך כדי להישמר מתפיסה אנו זקוקים לחיבוק משני אנשים.
2. רכבת עיוורת: בזוגות, הראשון בעיניים עצומות, חברו מוביל אותו בשטח מבלי להתנגש עם רכבות אחרות.
3. נפילה לאחור: א. בזוגות, אחד אחר השני. השני עומד בעמידת פסיעה וידיו מושטת לפניו, הוא חייב ליידע את בן זוגו מתי הוא מוכן לקלוט אותו. האדם שעומד ראשון נופל לאחור לתוך ידיו של בן זוגו. יש להקפיד שהקולט ייתן תחושת ביטחון לחברו.
  - ב. כנ"ל, מגדילים את המרחק בין בני הזוג, והנפילה לטווח גדול יותר.
- III. כנ"ל, הנופל מרים ידיים לצדדים ובן זוגו קולט אותו לאחור נפילה ארוכה אך שומר שלא ייפול על הרצפה.
4. מטולטלת: א. בקבוצות של 8-10 תלמידים, עומדים במעגל, אחד מהקבוצה עומד במרכז המעגל, בעיניים עצומות. שאר האנשים עומדים מסביב בעמידת פסיעה, ידיים מושטות לפניו. הילד במרכז נופל בגוף ישר לכיוון שנוח לו לידיו של אחד הילדים במעגל. הילדים במעגל מעבירים את הילד במרכז בצורה אחראית ואיטית מיד ליד בכיוון אחד. יש להדגיש את חשיבות התמיכה של ארבע ידיים כל הזמן לחיזוק האמון של הילד במרכז בקבוצה.
  - ב. כנ"ל, תוך שינוי כיוון של תנועת הילד במרכז.
- IV. כנ"ל, העברת הילד במרכז מצד לצד ללא סדר קבוע.
5. קפיצה ל"מים": בקבוצה, עומדים בשתי שורות בעמידת פסיעה כשהידיים מושטות קדימה מסודרות בצורת "רוכסן", ילד אחד מתרחק מהקבוצה וכשכולם מוכנים, הוא קופץ על הידיים של כולם בגוף ישר. הקבוצה מקפיצה אותו קלות כדי שיעבור לפניו, כשמגיע לסוף שורת הידיים יש להקפיד שיורדו רגליו קודם ואחר כך הידיים.
6. קפיצת בנג'י אחורית: הקבוצה עומדת בשתי שורות כמו במשחק הקודם. אחד המשתתפים עולה על שולחן גבוהה או ארגז וכשגבו אל המשתתפים נופל לאחור בגוף ישר. הקבוצה דואגת לעודד ולהוריד את ה"נופל" בעדינות אל הרצפה.