

פעולת מצב רוח טוב

מטרת הפעולה:

1. לצחוק
2. לעשות אחד לשני טוב על הלב
3. לשמור על מוראל גבוה ומצב רוח מרומם

מהלך הפעולה:

פתיחה: כל אחד בסבב משתף על משהו מצחיק שקרה לו היום – אח שהצחיק אותנו, סרטון מצחיק שראה (אפשר גם לשתף בסרטון ב-zoom), משהו מצחיק שחשב עליו היום וכדומה.

משימה- כל אחד הולך לארגז התחפושות בבית, לארון של אחותך, או כל מקום אחר שאפשר למצוא בו פרטי לבוש ואביזרים מגניבים- לובש את הפריט- משקפיים מצחיקים, פאה, תלבושת, כובע וכו' וצריך בצורה מצחיקה להגיד את המילה קורונה עם תנועה.

משימה- כל אחד בסבב צוחק את הצחוק הכי מצחיק שלו וכולם חוזרים אחריו.

משימה- סלפי וירטואלי- לעשות את הפרצוף הכי מצחיק שלי על המסך המדריך מצלם צילום מסך סלפי קבוצתי, אפשר גם לשלוח בוואצפ כל אחד בנפרד פרצוף מצחיק ולומר לחניכים שברגע עזב או בעסה הם יכולים להסתכל על הפרצופים המצחיקים זה ישמח אותם.

משימה- המדריך שם שיר שמח בטלפון ומוודא שכולם שומעים וביחד כולם קמים ורוקדים ומשתוללים במהלך השיר על מנת לשחרר לחץ ולצחוק.

מישמה אחרונה והכי חשובה- ביחרו מישהו מבני המשפחה שבא לכם להצחיק ולשמח ותלכו פשוט לעשות את זה.

לסיכום- ככל שנחייך יותר, נצחק, ונשמח נחזק את עצמינו וגם נשמח ונחזק את שאר בני המשפחה והחברים. תמשיכו לחייך.

ציוד:

Zoom

תחפושות

שיר שמח