



משחקים לשיפור תפקודים ניהוליים



אספה וכתבה: ד"ר מיכל שכטר לרנר



תפקודים ניהוליים

התפקודים הניהוליים מהווים פונקציה בקרה וויסות עצמי, המארגנת ומכוונת את הפעילות הקוגניטיבית, התגובה הרגשית וההתנהגות הגלויה. יש צורך לאמן תפקודים אלה בעיקר בקרב ילדים עם הפרעת קשב על מנת לאפשר להם:

- להיות מודעים לעצמם תוך הבנת מאפייני המשימה העומדת בפניהם.
- להציב מטרות ריאליות, לתכנן ולארגן התנהגות המותאמת לביצוע המטלה, ליזום פעילות, לדכא פעילות שאינה מותאמת לתוכנית, לפקח, להעריך מחדש את התוכנית ולשנותה תוך הפגנת גמישות ויכולת פתרון בעיות בשעת הצורך.
- להניח הנחות מנקודת מבט שאינה אגוצנטרית.
- לחשוב בצורה מופשטת תוך העברת מיומנויות למצבים יישומיים.



תפקודים ניהוליים

תפקודים ניהוליים ומשחקים

תלמידים עם הפרעות קשב או כאלה עם קשיים בתפקודים הניהוליים זקוקים למיקוד, שליטה ובקרה.

המשחק נתפס כמשהו שהוא "חוץ לימודי" ולכן המוטיבציה וההתגייסות היא בדרך כלל גבוהה. דרך המשחק ניתן לגעת בהיבטים רבים: התנהגותיים, לימודיים, חברתיים ורגשיים. כל זאת נעשה בדרך מהנה ומתגמלת אשר מאפשרת לתלמיד לחוות הצלחה, להתמודד עם חוקים וכללים, להכיל הפסדים, למתן אימפולסיביות ועוד.

כל המשחקים להלן מיועדים לבני 8 ומעלה והם רק טיפה בים האפשרויות. כולם תורמים לוויסות התנהגות (המתנה בתור, דחיית סיפוקים), מיתון פעלתנות יתר (ישיבה יחסית בפסיביות), קידום תהליכי חשיבה (הפעלת אסטרטגיות, ניטור ובקרה), אינטראקציה הולמת (חברתית) והעלאת הביטחון העצמי (רגשית).

המשחקים קצרים יחסית כדי לא לתסכל ולמתוח יותר מדי את יכולות הקשב. אם יתאפשר לתלמיד לקחת את המשחקים הביתה הוא יוכל לרתום גם את בני משפחתו למשחק וכך להביא לשינוי בבילוי שעות הפנאי (פחות זמן מסכים).



רעיונות למשחקים

משחק לזוג

- חלומות (FOX MIND) - משחק שיש בו חוקים רבים, זכירת מיקום של קלפים (הפעלת זיכרון עבודה), יכולות חישוב בסיסיות (לתלמידים המתקשים בחשבון), הפעלת אסטרטגיה (מתי לשים איזה קלף).
- מנקלה - משחק פשוט מאוד אך יחד עם זאת מצריך תכנון של המהלכים בראש (חשיבה רצפית SEQUENCING, ניטור ובקרה, זיכרון עבודה) וכן התייחסות למהלכים של השחקן היריב (תשומת לב קפדנית לפרטים וקשב).
- שעת השיא או RUSH HOUR SHIFT (THINKFUN) - משחק חשיבה ואסטרטגיה המצריך תכנון של מהלכים בראש, תפיסה מרחבית טובה ושימת לב לפרטים.

משחק לקבוצה

- רביעיות - משחק המחייב התנהלות על פי החוקים, המתנה לתור, זכירת הקלפים המצויים אצל השחקנים האחרים. מאפשר רכישת ידע בנושאים שונים כמו: פרחים, מקומות בארץ וכו'.
- דיקסיט-ליבלוד (DIXIT LIBELLUD) - משחק של יצירתיות, אסוציאציות וחשיבה מורכבת. המשחק מחייב יכולת הסתכלות דרך עיניו של האחר (THEORY OF MIND).
- ד"ר יוריקה (FOX MIND) - משחק הכרוך במהירות תגובה, תפיסה מרחבית טובה ופיתוח חשיבה לוגית.
- רמי קוביות וטאקי - משחקים שלא נס ליחם. אלה הם משחקים פחות "חינוכיים" ויותר מהנים



צרו קשר:

אגודת אגד"ל היא האגודה הישראלית של מומחי לקויות למידה ועוסקת רבות בקידום תחום לקויות הלמידה בארץ.

ניסיתם משהו מהרעיונות פה וזה עבד, ספרו לנו.
יש לכם רעיונות נוספים למשחקים שיכולים לעזור בעבודה על תפקודים ניהוליים? נשמח לשמוע

אתר האינטרנט של האגודה: [/https://www.egdal.org.il](https://www.egdal.org.il)

עמוד הפייסבוק: <https://www.facebook.com/egdal.org>

הצטרפות לקבוצת הוואטסאפ:

<https://chat.whatsapp.com/FfsM9REbLjx9FABDvEcy1B>

ליצירת קשר:

מייל: ld.org2014@gmail.com

טלפון: 04-6576216