**(איך עושים דיוקן עצמי?) הכנה לדיוקן - איך נראות הבעות פנים שונות?**

1. **מה נשמע?** 5 דק - כל אחת מספרת עם איזה מצב רוח היא קמה הבוקר
2. **איך אני נראית כש…** (10 דק)

החניכות עומדות במעגל ואני מקריאה בקול סיטואציות שונות. בכל פעם יציגו את הבעת הפנים שמתאימה עבורן לסיטואציה. כדאי לסדר את הסיטואציות כך שהן מתחילות בדברים ספציפיים וממשיכות יותר להבעת תחושות מופשטות (תחושות פיזיות לעומת סיטואציות רגשיות).

כשאני מחכה לחברה בבית נוער והיא לא מגיעה ועוד רגע יש שיחת פתיחה…

כשאני מתעוררת בבוקר ומגלה שאני מאחרת לבית הספר…

כשכואבת לי השן…

כשנתתי ביס בגלידה קרה ויש לי צמרמורת בשיניים…

כשהקבוצה שלי מפסידה במשחק…

כשפוסלים אותי בשבויים…

כשאני פוסלת מישהו/י בשבויים…

כשאני רעבה בטירוף וארוחת הערב לא מוכנה…

כשמחמיאים לי…

כשנוזפים בי…

כשאני מתגעגעת הביתה…

כשאני שמחה…

עצובה…

כועסת…

מופתעת…

מתרגשת…

1. **דיוקן תחושות - סוג של מיסטר פוטטו הד** (20 דק)

כל חניך/כה יקבלו קרטון עם קווי מתאר של פנים, וכל מיני גזרי עיתונים וציורים של חלקי פנים (עין, אף, פה, גבות…) בכל פעם הם ייצטרכו להרכיב על הפנים פרצוף בעל הבעה מסויימת. כעס, שמחה, עצב, הפתעה, בלבול.

החניכותים יכולים להיעזר במראה כדי להבין איך נראים הפנים שלהם. למשל: כשהפנים זעופות, הגבות קרובות אחת לשנייה, העיניים מצומצמות והפה קמוץ; כשהפנים שמחות יהיה פה גדול וקמטים קטנים לצד העיניים.

1. **דיון וסיכום**

בתחילת הפעולה עשינו כל מיני פרצופים שונים שהעבירו את מה שהרגשנו. לדבר על כך שיש הבעות שקשורות למשהו פיזי שקורה לי, כמו לאכול גלידה קרה, ויש הבעות שקשורות בתחושות, כמו כשאני נורא עייפה.

נספר לחניכימות שמה שעשינו הוא סוג של **דיוקן** - ציור של בן אדם. כדאי להראות דוגמאות במחשב לכל מיני דיוקנאות של אמנים שונים.

יצרנו בעזרת קרטונים כל מיני סוגים שונים של פרצופים של אנשים. נספר גם שבהמשך נלמד על כל מיני דרכים שונות לעשות דיוקנאות, ושבסוף השנה נכין גם דיוקן עצמי. כלומר: כשאני מציירת את עצמי.

**עזרים:**

אפשרות: מראה/מראות קטנות.

חלקי פנים גזורים מקרטון (עיניים, גבות, שפתיים, אף, אוזניים, וכו)

חלקי פנים מעיתונים או שצויירו ונגזרו מראש.





