

## הנחיות להוראת המצגת - פותחים שנה

**קהל יעד:** כיתות ב-ג

מטרות:

- התלמידים ישתפו בחוויות החופש הגדול.
- התלמידים יציפו חששות וציפיות לקראת השנה החדשה.
- התלמידים יציבו לעצמם יעדים לשנה החדשה.
- 

**רקע:**

התלמידים חוזרים לאחר החופשה עמוסים בחוויות.

חזרה מחופשה וכניסה לשגרה היא משימה לא פשוטה. התלמידים צריכים לחזור למסגרת שבה יש גבולות, סדר יום קשיח ומשימות לימודיות. חלק מהקשיים בתחילת השנה נעים סביב חששות וחוסר ודאות – האם אסתדר עם החברים? איך אצליח במבחנים? האם המורה תחבב אותי?

יש ילדים שהחזרה לשגרה קלה עבורם, והם מסתגלים בקלות למצב החדש ומלאי מוטיבציה לקראת השנה החדשה. לעומתם, יש שיתקשו לחזור לשגרה, יחששו ממה שצופנת בתוכה השנה החדשה, ויזדקקו לזמן רב יותר להסתגל למעבר. לעיתים חזרה לשגרה היא תהליך שנמשך זמן מה.

מצגת זו פותחת עם חוויות התלמידים מהקיץ במטרה ליצור אווירה שיתופית ומעבר נעים בין הקיץ למסגרת הלימודית. המצגת מציפה ציפיות וחששות לקראת השנה הקרובה ומציעה דרכי התמודדות. במהלך המצגת התלמידים מעלים חזקה שליוותה אותם במהלך השנה הקודמת וחושבים על דרכים להשתמש בה גם במהלך השנה הזו.

בסיום המצגת התלמידים יוכלו לשתף במשאלות שיש להם בפתח השנה החדשה. הבעת משאלה היא דרך להביע ציפיות, רצונות ואפילו פנטזיות. המשאלות מבטאות צרכים שונים – הצורך בשייכות, הצורך בהישגיות (להצליח בלימודים), הצורך באהבה ועוד. הצפת המשאלה ותכנון הדרך להגשמתה מסייעים לתלמידים להפחית את מידת חוסר הוודאות ותורמים לתחושת השליטה של התלמידים.

אם תרצו לאפשר שיתופיות רבה יותר בכיתה לכל אחד מהנושאים המועלים בה, ניתן לחלק את המפגש לשני שיעורים וכך לאפשר ליותר תלמידים להתבטא ולשתף בחוויותיהם, ברגשותיהם ובמשאלותיהם.

אם אתם מעוניינים בהרחבת הפעילות, תוכלו להדפיס את נספח א. התלמידים ממלאים את הנספח בכיתה וקובעים לעצמם יעדים לשנה הקרובה בתחום החברתי, הלימודי והאישי. תוכלו להשתמש בנספח בשיחות אישיות עם התלמידים כדי ללוות ולהנחות את תהליך השגת היעדים.

**בהפניה כאן** יש חומרים נוספים של מטח העוסקים בפתיחת שנה, מעברים, ראש השנה והשגת מטרות.

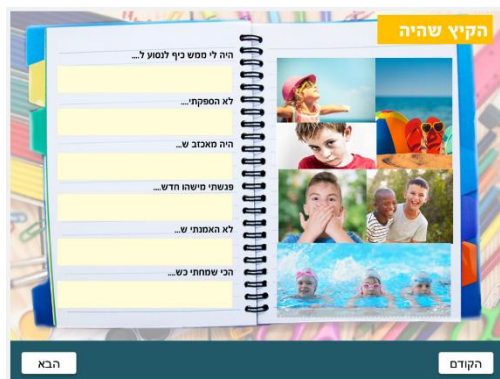
## שקופית 1: פותחים שנה

שקופית זו פותחת את השיעור ומציגה את נושא המפגש. תוכלו לשאול את התלמידים במה לדעתם עוסק השיעור.



## שקופית 2: הקיץ שהיה

בשקופית זו מופיעים משפטי השלמה הקשורים לחוויות הקיץ, תלמידים המעוניינים בכך יכולים לשתף בחוויות מהקיץ בעזרת משפטי ההשלמה המופיעים במסך. התלמידים יכולים להציע משפטי השלמה נוספים או לספר באופן חופשי.



## שקופית 3: איך אתם מרגישים בתחילת השנה?

בשקופית זו מופיעים אימוג'ים המייצגים רגשות. שאלו את התלמידים איך הם מרגישים בתחילת השנה, ובקשו מהם לנמק מדוע הם חשים כך. התלמידים יכולים לבחור רגש מתוך הרגשות המופיעים בשקף, או להוסיף רגש חדש במקום הריק. גררו את הרגשות שמציינים התלמידים ל"ענן".

שאלות לדיון:

- מדוע אתם מרגישים כך?
- האם יש תלמידים נוספים שמרגישים כמוכם?
- האם אפשר להרגיש רגשות שונים בו-בזמן (למשל לחץ והתלהבות)?



#### שקופית 4: חששות בתחילת שנה



בשקופית זו מופיעים שלושה תלמידים, בלחיצה על כל תלמיד עולה חשש הקשור לתחילת שנה.

תלמיד 1 – "איך אתמודד בהצלחה עם משימות הלימוד בכיתה?"

תלמיד 2 – "אני חוששת שלא יהיה לי עם מי לשחק בהפסקה"

תלמיד 3 – "קשה לי לחזור מהחופש!"

בצד המסך יופיעו שלוש נורות שלחיצה עליהן תעלה שאלות שיכולות לעזור לתלמידים לחשוב על דרכי התמודדות:

- מי יכול לעזור?
- מה אפשר לעשות?
- איך אני יכול לעודד את עצמי?

הסבירו לתלמידים כי החששות לקראת השנה החדשה הם טבעיים. שנה חדשה טומנת בחובה אי ודאות רבה, אפילו לתלמידים שהצליחו בתחומים הלימודיים והחברתיים בשנה שחלפה. התלמידים יכולים להציע לדמויות המופיעות בשקופית דרכים להתמודדות עם החששות. נעודד את התלמידים להציע הן דרכים פרקטיות להתמודדות והן דברי תמיכה ועידוד.

השאלות לעזר הנפתחות מהנורות יכולות לעזור לתלמידים למצוא כיוון למחשבה, למשל -

"מי יכול לעזור?" – אפשר לפנות למורה אם לא מבינים את החומר (דמות 1), לשתף את ההורים בקושי ולקבל מהם תמיכה (דמות 3).

"מה אפשר לעשות?" – לתכנן את זמן הלימוד שלי בטבלה (דמות 2), להזמין חברה אחר הצהריים (דמות 2).

"איך אני יכול לעודד את עצמי?" – להגיד לעצמי שהזמן עושה את שלו (דמות 3), לחשוב על כך שבטח כולם חוששים ושזה טבעי להרגיש כך (דמות 1).

תוכל להעמיק את הדין ולשאול את התלמידים:

- האם עמדתם במצב דומה?
- כיצד התמודדתם?
- מה עשיתם שעזר לכם?
- אילו חששות יש לכם לקראת השנה החדשה?

## שקופית 5: חושבים חיובי



הסבירו לתלמידים כי לכל אחד מאיתנו יש "כוח" או "חוזקה", משהו שאנחנו טובים בו ונהנים לעשות אותו לאורך זמן.

לחצו על העיגול שבמרכז הרולטה, והרולטה תסתובב ותצביע על תמונה. בלחיצה על התמונה מופיע תיאור של כוח או חוזקה. התלמידים מוזמנים לשתף ולספר כיצד החוזקה תסייע להם בהתמודדות עם קשיים וחששות בתחילת השנה.

החוזקות שמופיעות ברולטה:

- כוח רצון
- כישרון
- טוב לב
- ראיית הצדדים הטובים במצבים קשים
- יכולת לימודית במקצוע מסוים
- יכולת להתחבר עם ילדים אחרים
- אחר – התלמידים יכולים להציע חוזקות נוספות שלא מופיעות

למשל, "טוב לב" – עזרה לתלמידים שצריכים סיוע בשיעורי הבית. "כישרון" – יכולת נגינה. "שמחה" – יצירת אווירה נעימה בכיתה או עידוד תלמיד עצוב. "אומץ" – עמידה בפני לחץ חברתי, התנדבות למשימות שונות שמטילה המורה.

כאשר עולה המילה "אחר", שאלו את התלמידים והוסיפו במקום הריק חוזקות וכוחות אחרים.

- חשבו על דרכים נוספות להשתמש בחוזקות שעל הלוח במהלך השנה הקרובה.
- כיצד החוזקות עוזרות לכם להתגבר על קשיים?
- כיצד החוזקות יכולות לתרום לכיתה כקבוצה או לתלמידים מסוימים?

## שקופית 6: משאלות לשנה החדשה



בקשו מהתלמידים לחשוב על משאלה שהיו רוצים להגשים בשנה החדשה. תוכלו לכוון אותם לתחומים שונים – לימודים, חברים, תחביבים. אם יש תלמידים שמתקשים למצוא משאלה ניתן לשאול אותם: מה הציפיות שלכם לקראת השנה החדשה בתחום הלימודי או החברתי? הנחו את התלמידים לנסח את המשאלה באופן חיובי ומפורט עד כמה שניתן. לדוגמה, "אני רוצה לשפר ציון בחשבון", ולא "אני לא רוצה להיכשל בלימודים". "אני רוצה להשתפר בהבקעת שיערים בכדורגל", ולא "אני רוצה להיות מלך השערים".

נכתוב את המשאלות במקום הריק בשקופית.

נעמיק את הדיון ונשאל את התלמידים:

- תארו מה יקרה אם המשאלה תתגשם.
- האם המשאלה שכתבתם ברת השגה (חלקה או כולה)?
- מה תוכלו לעשות על מנת להגשימה?
- במי אתם יכולים להיעזר להגשמת המשאלה?
- אילו קשיים יכולים להיות בדרך להשגת המשאלה שלכם? כיצד תוכלו להתמודד עם הקשיים?
- האם יש משאלה נוספת בשקופית/בסל"ב שאליה אתם מתחברים?

תוכלו להיעזר בפעילות זו למפגשים הפרטניים עם תלמידים, ולחשוב עמם במהלך הפגישה מדוע בחרו במשאלה שבחרו וכיצד ניתן להגיע אליה.

### הרחבה:

חלקו לתלמידים את נספח א – דף היעדים שלי: [נספח א - דף יעדים.pptx](#)

הסבירו לתלמידים – מאחורי המשאלה שכתבתם ומשאלות אחרות יכול לעמוד "יעד". "יעד" הוא מטרה שרוצים להשיג או מקום שאליו רוצים להגיע.

הנחו את התלמידים לכתוב יעדים בדף המצורף. היעדים שבדף מחולקים לתחומים שונים – תחום לימודי, חברתי, אישי. התלמידים יכולים לבחור יעד אחד או יותר. דוגמאות ליעדים נמצאות לעזרת התלמידים בדף.

על התלמידים לכתוב במקום המתאים (בכל צעד) כיצד לדעתם הם יכולים להגיע ליעד.

תוכלו לאסוף את הדפים ולהשתמש בהם בשיחה הפרטנית עם התלמיד, לעקוב אחרי היעד שהוצב ואפילו להציב יעדים חדשים.

אפשרות נוספת – ניתן לשמור את המשאלות בתיבה עד סוף השנה. בסוף השנה התלמידים יוכלו לקרוא מה כתבו, לראות האם הצליחו להגשים את משאלותיהם, ומי שמעוניין בכך ישתף בכיתה.