

בחזרה לשגרה!? מחזקים את החוסן מול אתגרי התקופה

הצעות לפעילויות מחברות ומגבשות ולחזרה הדרגתית לשגרת למידה פיזית בבית הספר

מבוא:

החזרה לבתי הספר לאחר חודשים של למידה מרחוק בצל טילים, אזעקות, ישיבה בממ"ד, וניסיון ליצור מסגרת תומכת ככל הניתן היא מרגשת ומעוררת ציפייה מצד אחד, אבל גם מציפה ויכולה ליצור חשש מצד שני.

התלמידים והמורים, שחוו תקופה מאתגרת מאוד שכללה מלחמה (על כל המשתמע) וריחוק חברתי זקוקים להפגות, לשיח, לחיזוק הקשרים והמרקמים הכיתתיים, שכבתיים ומוסדיים.

פעילויות אלו אמורות להוות חלק קבוע של שגרת השיעורים וההפסקות, וכן לזכות למקום של כבוד בימי שיא, טיולים וסיורים. לכולנו ברור כי לאחר תקופה כל כך מטלטלת - חשוב במיוחד לחזק את הרווחה הנפשית והביטחון העצמי של תלמידינו לפני שנצלול אל עולם הלמידה האקדמית. יתר על כן, יש הטוענים, שיש כאן הזדמנות של ממש לוותר על המירוץ אחר "ההספק של החומר", עבור עיסוק בתכנים של חוסן, מיומנויות חברתיות והכנה לחיים, שיש להם חשיבות מרכזית בעולם בו אנו חיים.

יחד עם הצורך להוציא אל הפועל את הפעילויות חשוב להיערך להעברתן בצורה מיטבית. כלומר: להבין היטב את הכללים, להכין את האביזרים הנדרשים ובמיוחד לדאוג ליצירת האקלים, שיאפשר את הצלחת הפעילות ואת השגת המטרות הישירות והעקיפות.

ראשית- הצעדים החשובים שיש להקפיד עליהם כדי שנצליח:

- עבודת צוות-** נכון תמיד, ונכון שבעתיים בתקופות מאתגרות. הכינו את המפגשים יחדיו עם מורים נוספים מהצוות. הקימו מאגר הפעלות בית ספרי, בו תשמרו את ההפעלות שמכינים הצוותים השונים. השתמשו בקשרים עם מורים בבתי ספר אחרים כדי לקבל רעיונות נוספים ולהעשיר את המאגר.
- שיתוף התלמידים-** תלמידיכם הם צוות נוסף, שעומד לרשותכם. **בייחוד קבוצות מנהיגות בית ספריות כמו מועצות תלמידים, תכניות אורטוב ועוד.** שתפו אותם בהכנת הפעילות הן בתכנון והן בהוצאה אל הפועל. כך תקבלו תובנות לגבי הרלוונטיות של התוכנית שלכם

- ושותפים נפלאים, שישמחו להעביר חלקים ממנה בעת המפגש. הרווח של התלמידים יהיה עצום. יקבלו הזדמנות לעשייה חברתית, להתנסות בתכנון, עמידה מול קהל וקבלת משוב (מיומנויות ה-121) ובמיוחד תחושה של העצמה ומשמעותיות. בבואנו לשתף את התלמידים נוכל לחלק מראש את הקבוצה לחוליות ולתת לכל חוליה מועד להכנת ההפעלה. אפשרות אחרת להקים צוות מצומצם, שיפעיל את שאר התלמידים.
3. **כללי התנהגות** - בפתיחת הפעילות הקדישו זמן לעריכת הסכם קבוצתי לגבי ההתנהלות במהלכה. מומלץ להתייחס לנושאים הבאים:
- א. שיח מכבד: מדברים עם זכות דיבור, מאפשרים לכל דובר לסיים דבריו ללא הפרעה, מגיבים בענייניות על דברי החברים ללא ביקורת ושיפוטיות.
- ב. הפעילות היא עבור כולם: יעשה מאמץ לשתף את כולם, ולתת לכולם תחושה של שותפות ואחריות להצלחת הפעילות.
- ג. סמארטפונים ומסכים אחרים מחוץ לתחום (אלא אם כן הם חלק מהפעילות).
- ד. במידה והפעילות מתקיימת בחוץ: הקפדה על כללי בטיחות.

מצורפות הצעות רבות ומגוונות למשחקים, תכנים ומתודות, שיסייעו לכם בבניית המפגשים:

1. נותנים במה

התלמידים לוקחים אחריות על הפעילות החווייתית או על חלק ממנה. כדי לסייע להם להתכונן נכין יחד איתם את רשימת תחומי העיסוק/ תחביבים/ כישרונות או מקצעות לימוד מיוחדים שלהם ונעודד אותם להעביר פעילות, שמתמקדת בנושאים אלו. הכנת הרשימה יכולה להיעשות באמצעות משחקים, שיחזקו את ההיכרות בין התלמידים. תחרות בין שני תלמידים מי ידע הכי הרבה פרטים על החוגים/ תחביבים/תנועות נוער שאליהם שייכים ילדי הכיתה. מתודת חלוקה לקבוצות לפי השתייכות לתנועות נוער/ תוכניות התנדבות/ תחביבים וכו', או בדרך חווייתית אחרת, שתגרום לתלמידים להעמיק את ההיכרות עם חבריהם לכתה. לאחר בחירת התחום נעשה פעילות, שתחזק את מיומנויות ההנחיה שלהם ותעודדם לצאת לדרך.

תחומים בהם יכולים התלמידים להעביר פעילות:

1. תלמידים המעוניינים להעשיר את חברי הקבוצה בתחביבים שלהם יספרו עליהם - בעלי חיים: אילוף כלבים, עידוד לאימוץ בע"ח, התעללות בבע"ח/ מוזיקה: להופיע עם כלי נגינה, לספר על זמרת מועדפ/ת. / ספורט: הפעלה ספורטיבית קלילה לחימום.
2. תלמידים הלוקחים חלק בתוכניות מעורבות של אורטוב- יעבירו תוכן מאגר המערכים של התכניות (נמצא גם באתר [אורטוב](#)) / יאתגרו את חברי הקבוצה באחד האתגרים בתוכנית/ יגייסו תלמידים נוספים לתוכנית במידת הצורך.
3. תלמידים הלוקחים חלק בתוכניות מעורבות רשותיות כגן תנועות נוער, משצ"ים- יעבירו הפעלה בנושא מעורבות חברתית/ חשיבות ההתנדבות הרשותית/ הפעלה אותה העבירו כמדריכים וירצו להעביר לקבוצה מתוך עניין אישי.
4. תלמידים המעוניינים לשתף בנושא מסוים שקשור למגמות הלימוד- יוכלו להכין הרצאות, סרטונים ומצגות על נושאים שונים הרלוונטים למגמה והצגתם בפורומים שונים (כיתות השכבה, חטיבת הביניים וגופים אחרים בקהילה). למשל: מגמות המדעים יכינו הרצאה על חשיבות הפעילות הגופנית כבונת חוסן, מגמות התקשורת יעבירו סדנא להפקת עיתון כיתתי, מגמות עיצוב גראפי ילמדו עיצוב פוסטר בקנבה ויפיקו תערוכה שקשורה לתקופה.

2. משחקי חברה להעמקת ההיכרות

מתודת משחקי החברה הם אמצעי להכרות מחודשת, גיבוש כיתתי, התנסות במיומנויות בין אישיות ומיומנויות של ה121. המשחקים משמשים גם כאמצעי מצוין להפגה, שבירת קרח ושגרה ויצירת אווירה קלילה ומקבלת בכיתה. בנוסף, המשחקים יכולים להיות פתיחה חוויתית לנושא חדש שאנו רוצים ללמד, או אמצעי לעורר סקרנות לנושא הנלמד או עריכת סיכום וחזרה על התכנים.

פתיחת השיעור באמצעות שילוב של משחק תאפשר הסתכלות קצת אחרת על הכיתה – על המורה ועל התלמידים ותיצור אווירה טובה יותר ומוטיבציה ללמידה

שם המשחק	מהלך	הערות	מטרות
החפץ שלי	כל אחד מוציא חפץ מהתיק למשל, מחזיק מפתחות, כלי כתיבה, חפץ אישי וכו' ומספר על עצמו דרך החפץ.	ניתן בכל משחק להוציא חפץ אחר.	הכרות לעומק
דומינו אנושי	המנחה מבקש ממשתתף, שיעמוד מול כולם, יגיד 2 תחביבים שלו (תחביב לכל יד) ויושיט את ידיו לצדדים. מי שמתחבר לתחביב - קם ו"מתחבר" ליד עם התחביב המתאים, כך שתיווצר בסוף שרשרת כמו דומינו.		הכרות וגיבוש
גלריית עובדות מפתיעות	מבקשים מהמשתתפים לכתוב על פתקיות ממו עובדה מפתיעה על עצמם שאף אחד לא מכיר, ולתלות על הקירות. כל משתתף בוחר פתקית וצריך לגלות מי כתב אותה. בסיום, עוברים בקצרה על הסיפורים/עובדות במליאה.		הכרות
החברים שלי	כל אחד מוציא את הסמארטפון האישי. המורה בוחר אות. כל אחד מסתכל על אנשי הקשר שלו באותה אות. בוחר איש קשר אחד ומספר מה הוא היה אומר עלי.	ניתן בכל משחק לחפש איש קשר אחר.	הכרות לעומק
לספור עד 10	הקבוצה צריכה לספור עד 10 ללא תכנון. אסור לשניים לומר את אותה ספרה, אסור לשכנים להגיד מספרים עוקבים, אם נכשלים מתחילים מהתחלה.	ניתן לחזור על המשחק בכל פעילות.	שיתוף פעולה, הקשבה, ריכוז
גב אל גב	כל זוג צריך להסתכל אחד על השני במשך דקה ולזכור כמה שיותר פרטים. לאחר מכן הם מסתובבים גב אל גב ואז הם צריכים להגיד את כל הפרטים שהם זוכרים. המנצח הוא זה שזכר הכי הרבה פרטים על בן/בת זוגו.		היכרות, ירידה לפרטים
משהו קטן וטוב	כל זוג משתתפים צריכים להחמיא זה לזה ולהגיד רק דברים טובים על הצד השני בשלושים שניות. לאחר-מכן מתחלפים בתפקיד.	ניתן להחליף בין הזוגות	פירגון זה עניין של תרגול
עשית משהו בשביל מישהו	כל אחד בתורו מספר על מעשה טוב שהוא עשה בתקופה האחרונה.	ניתן לספר על מעשים קטנים או גדולים	היכרות, עידוד למעורבות
להסתדר לפי	מבקשים מהקבוצה להסתדר בטור בסדר כרונולוגי על פי גיל, מידת נעליים, גובה וכו'. אם הקבוצה מונה		היכרות וגיבוש

שם המשחק	מהלך	הערות	מטרות
	מעל ל-16 איש ניתן לחלק אותה לשתי קבוצות ולעשות תחרות בין הקבוצות.		
קפיץ קפוצ	מבקשים מהקבוצה לעמוד ושואלים כל משתתף כמה פעמים הוא מעריך שהוא מסוגל לקפוץ על רגל אחת במשך שישים שניות. ואז מבקשים להתחיל. לאחר דקה שואלים כל אחד ואחת כמה קפיצות הם אמרו שיעשו וכמה הם עשו	לקיים דיון מהן התובנות שלהם מהמשימה ואיזו תחושה הייתה להם כאשר הם עברו את הרף שהציבו לעצמם.	מצויינות, ניהול זמן, הפגה
הרצל אמר	מנחה מחלק הוראות לשאר חברי הקבוצה. חברי הקבוצה צריכים להיענות להוראות רק אם המנחה אמר בתחילתן, "הרצל אמר". כאשר אחד מחברי הקבוצה נענה להוראה מסוימת על אף שלא נאמר "הרצל אמר", הוא נפסל.	משחק ישן וטוב	הקשבה, ריכוז, הפגה
עמודו נייר	תלמיד אחד עומד במרכז החדר/הרחבה, קורא בשם אחד התלמידים וזורק דף נייר באוויר. על התלמיד אשר שמו הוזכר לקום ולתפוס בדף הנייר לפני שייפול על הארץ. אם נפל הנייר, על התלמיד לספר פאדיחה, או בדיחה ולקרוא בשמו של משתתף אחר. אם התלמיד תפס את הנייר הוא ימשיך ויקרא בשמו של משתתף אחר.	ציוד דרוש- נייר.	היכרות, הפגה

3. פותחים שיעור במשחק

המשחקים שלפניכם יכולים לשמש למטרות גיבוש והפגה כמו גם כבסיס לפתיחה או תרגול של נושא לימודי

שם המשחק	מהלך	חיבור לתחום דעת	מטרות
משימות, משימות...	מחלקים את המשתתפים לקבוצות קטנות. כל קבוצה מקבלת רשימה של משימות מוזרות שחברי הצוות יכולים לבצע יחד בזמן קצוב. למשל, לעשות סלפי עם חיה מסוימת, כמו כלב או ציפור, למצוא אישיות מפורסמת ולהצטלם איתה, להכין קליפ.	המשימות ילקחו מתחום הדעת	הכרות, עבודת צוות, שיתוף פעולה

שם המשחק	מהלך	חיבור לתחום דעת	מטרות
	הצוות שסיים הכי הרבה משימות בהצלחה בזמן הקצוב, הוא המנצח!		
כדור השאלות	כדור ספוג עם חריצים, שבתוכם מכין המנחה שאלות כלליות או שאלות הקשורות לחומר הלימוד. הכדור נזרק בין המשתתפים- התופס מוציא פתק ועונה על השאלה.	השאלות ילקחו מיחידת הלימוד	הכרות, זריזות
מי אני	כל אחד כותב משהו על עצמו ומניח את הפתקים במרכז המעגל. המורה מקריא את הפתקים והשאר צריכים לנחש מי כתב מה.	המשתתפים יגדירו בפתקים דמויות הקשורות לנושא הנלמד	היכרות, היכרות מעמיקה
שולטים בחומר	המורה מגדיר נושא בהתאם לתכני השיעור: למשל שירי נתן זך/ אזרחות/ אנטישמיות/ אורח חיים בריא/ מלחמות ישראל/ - בסבב כל אחד אומר מילה הקשורה לנושא אחד אחרי השני, בלי להתבלבל ובלי לחזור על מילים שנאמרו..	מתאים כפתיחה או סיכום לכל נושא – אם הנושא חדש ומורכב אפשר להציע למשתתפים להיעזר בסמרטפונים	פתיחה או סיכום לנושא, הפגה, גיבוש
קרוסלה	התלמידים יושבים שני מעגלים: פנימי מול חיצוני והחיצוני זז. לחילופין מסתדרים בטור של זוגות ובסוף הדקה הטור הימני זז אחד קדימה. מדברים בזוגות על נושא כלשהו ואחרי דקה המנחה מוחא כף מחליפים זוגות ונושא.	מתאים לסיכום יחידת לימוד- הנושאים הניתנים לשיח לקוחים מחומר הלימוד.	הכרות לעומק, בשונה משעון הפגישות, פה כולם ידברו עם כולם
21 שאלות	אחד המשתתפים מתרחק, האחרים מחליטים על אישיות כלשהי (או חפץ, בע"ח, אירוע היסטורי וכו'). מזמינים את "המנחש" לגלות מה בחרה הקבוצה, בעזרת 21 שאלות, שכל אחת מופנית למשתתף אחר. התשובות לשאלות צריכות להיות כן / לא בלבד.	הנושא יבחר מתוך תוכנית הלימוד במקצוע.	מתאים כפתיחה או סיכום לנושא
ים – יבשה	יש לחלק את השטח לשני חלקים, כך שחלק מן השטח מוגדר כ"ים" וחלקו האחר כ"יבשה". ניתן לעשות זאת על ידי סימון קו. המנחה נותן הוראות, לפיהן צריכה הקבוצה לפעול. לדוגמה, באומרו "ים" על המשתתפים	ניתן לברר עמדות בנושאים שונים או הבנה ושליטה בחומר הלימוד כאשר "ים" זה כן ו"יבשה" זה לא.	מילוי הוראות, הקשבה, בירור עמדות מתאים כפתיחה או סיכום לנושא.

שם המשחק	מהלך	חיבור לתחום דעת	מטרות
	לקפוץ ולעבור למתחם ה"ים", אם הם נמצאים ב"יבשה".		
אמת ושקר	כל אחד צריך להגיד על עצמו משפט אחד אמיתי ומשפט אחד שקרי. על חברי הקבוצה לגלות האם המשפט נכון או לא, הקבוצה המנצחת היא זו שהצליחה לנחש הכי הרבה פעמים מהו משפט אמת ומהו שקר.	ניתן לקיים האמירות מתייחסות לתכני הלימוד	היכרות, היכרות מעמיקה. מתאים כסיכום יחידת לימוד
דקה של נאום	יש לבקש באופן אקראי מכל משתתף לנאום במשך דקה על משהו מצחיק שקרה לו. המשתתפים האחרים מנסים להפריע לו על ידי אמירות ושאלות. מי שמפסיק יוצא מהמשחק.	ניתן להגדיר את נושא הנאום כסיכום של נושא נלמד	עמידה מול קהל
פרסומת השבוע היא...	כל אחד כותב פרסומת על עצמו, ומעביר אותה למנחה. המנחה קורא אותה והקבוצה צריכה לגלות של מי הפרסומת.	ניתן להכין את הפרסומות על תכני הלימוד	היכרות, שיווק
כושר שכנוע	על כל תלמיד לבחור נושא ולשכנע את הקבוצה למה הנושא הזה חשוב לו. כל זאת בעמידה ומול הקבוצה.	ניתן לבחור נושא מתוך חומר הלימוד	עמידה מול קהל, מתן משוב, הפגה מתאים לסיכום יחידת לימוד
כרזה יצירתית	מחלקים את המשתתפים לקבוצות, כל קבוצה מקבלת בריסטול, כלי כתיבה, דבק מספריים ומגזינים צבעוניים. המטרה: כל קבוצה מכינה כרזה שקשורה לנושא הנבחר (למשל – נקיון חופים, מוגנות של החברים, עידוד לאורח חיים בריא וכו'). הכרזה המנצחת נבחרת בהתאם למחווה שפורסם מראש.	הכרזה תעסוק בתכנים של יחידת הלימוד. מתאים לסיכום יחידת לימוד	יצירתיות, תקשורת, עבודת צוות, בחירות
תשובה - שאלה	אחד המשתתפים אומר תשובה מסוימת, ושאר המשתתפים או הבא בתור צריכים להציע שאלה שקדמה לתשובה הזו. לדוגמה: התשובה היא "ירוק". השאלה: "איזה צבע יש למלפפון?" התשובה היא "כי אני עייף". השאלה: "למה אתה עוצם עיניים?"	אפשר להחליט לענות על תשובות מתוך החומר הנלמד - תשובה מרדכי אנילביץ'. שאלה - מי היה מנהיג מרד גטו ורשה.	יצירתיות, הפגה, הקשבה, עיבוד מידע

שם המשחק	מהלך	חיבור לתחום דעת	מטרות
לחשוב מחוץ לקופסה	לשאול שאלה מעניינת אחת בתחילת השיעור. שאלה פילוסופית או ערכית הקשורה לחומר הנלמד ותחייב את התלמידים לחשוב מחוץ לקופסא. השאלות ללא תשובת נכון או לא נכון. דוגמאות: היסטוריה – מלחמת העולם הראשונה / השנייה איך מתחילה מלחמת עולם? איך ניתן למנוע מלחמת עולם? מתמטיקה – כמה מספרים יש באמת? כמה זה אינסוף פחות אינסוף? עד איזה מספר אתם יכולים לספור? תנ"ך – מה היית עושה אם היית במצב של ... (אם היית במצב של לוט, האם היית ממשיך ללכת בדרך הישר למרות שכל האנשים מסביבך חוטאים...) גאוגרפיה - כל אחד אומר באיזה ארץ היה רוצה לבקר ולמה		

4. שיחות אישיות ושיח רגשי בכיתה

בימים אלו של כאב לאומי עמוק, עלינו לשאוב כוחות ולהתלכד יחדיו כעם. בימים אלה, בהם אנחנו חיים לצד הכאב הלאומי והניסיון לשמור על שגרה, יש חשיבות גדולה למתן מקום לשיח ואווור רגשות של המורים והתלמידים. כמורים ומחנכים, תפקידנו הוא להוות דוגמה אישית של עוז רוח ותקווה לדור הצעיר, ואחת הדרכים הטובות היא קיום שיח אישי שנותן לתלמידים (ולמורים) מקום לדבר ולשתף.

מצורפים רעיונות וקישור לקלפי שיח שייסעו לכם לקיים שיח אישי משמעותי

1. [קלפים לאווור רגשות ושיחת "מה נשמע" בתקופת המלחמה](#) - לא כולם צריכים לענות על כל שאלה, אולם יש לשים לב כי כל התלמידים ישתתפו
2. [שאלות עובדתיות על אירועים שקרו](#) המבקשות לעודד את התלמידים לזהות כוחות תפקודיים ומעשיים שגלומים בהם, ושמייעים להם בעתות משבר
3. [קלפים לגילוי החזקות והאתגרים של התלמידים](#)
4. [טיפים לניהול שיח רגשי בכיתה](#)

5. מעגלי שיח

שעות המסכים הרבות שנצברו בתקופת המלחמה והריחוק, פגעו בהזדמנויות של תלמידינו להתאמן בשיח בין אישי ובחיזוק המיומנויות החברתיות השונות. אחת הפלטפורמות המאפשרות הזדמנות לשיח משמעותי ואינטימי היא מעגל השיח. בנוסף, זהו אחד הכלים לפיתוח אקלים של הקשבה וסובלנות ומיסוד תרבות של שיח מכבד, ולכן כדאי להכניס מתודה זו לתוך הסדירות הבית-ספריות.

כללי השיח במעגל –

- א. לכל אחד זכות דיבור.
- ב. לכל אחד יינתן זמן דיבור שווה.
- ג. יש להקשיב לדובר תוך שמירה על קשר עין.
- ד. יש לאפשר לדובר לומר את דבריו ללא הפרעה.
- ה. ניתן לדלג על תורו ששל מי שאינו מעוניין לדבר.
- ו. מה שנאמר במעגל, נשאר במעגל.

לתשומת לב:

מומלץ לפתוח כל מעגל שיח במשחק קליל ששובר את המתח.
חשוב לעודד "הקשבה פעילה" של המשתתפים (קשר עין, תגובה עניינית לדברים קודמים, מיקוד בשיח ולא בגורמים אחרים כמו סמרטפונים).
חשוב לשים לב לשיתוף של כל המשתתפים ולעודד את מי שקשה לו לדבר.

ישנן טכניקות שונות בהן ניתן להשתמש בזמן השיח:

שיח במעגל קבוצתי- הישיבה במעגל מסייעת לנו ליצור קשר עין ישיר עם כל אחד מיושבי המעגל ומעבירה מסר של שותפות וכבוד לכל אחד מחברי המעגל. חשוב לקיים מפגשים פנים אל פנים בישיבה במעגל שחלק ממטרתם היא אוורור רגשות ובדיקת שלומם (הן הלימודי והן האישי) של התלמידים. בכל פעם יועלה לדיון נושא אחר או סוגיה אחרת.

למשל - כל תלמיד יכתוב שאלה על פתק – את הפתקים מניחים במרכז המעגל כשהם מקופלים.
לפי תור, כל משתתף מרים פתק ועונה על השאלה.

שיח בחלוקה לקבוצות- חלוקה לקבוצות קטנות תאפשר מיקוד של הדיונים והעצמת תלמידים מובילים. מומלץ לנסח ולהמשיג מראש מה הדברים שרוצים להשיג/ להדגיש/ לברר/ לעבד בדיון.
כדאי לעשות את החלוקה באופן אקראי כדי שהמשתתפים לא יבחרו רק בחברים שלהם.

שיח באמצעות קלפים- מנחי קבוצות רבים משתמשים בקלפים לעבודה עם קבוצה. השימוש בקלפים מומלץ ובעל יתרונות רבים, ובהם שינוי אווירה, ריענון והענקת אפשרות ביטוי לכל משתתף. כמו כן, מנחים מנוסים יעידו כי השימוש בקלפים משמש לא פעם כ'מקפצה' אל עומקים שאיננו מגיעים אליהם בדרכים אחרות. בשוק קיימים סוגים רבים של קלפים מצוינים. באורטוב הדפסנו את קלפי "בזזית אחרת", הנמצאים גם באתר אורטוב. חשוב שהמנחה יכיר את הקלפים תוך שימת דגש על התאמתם לפעילות. ניתן להכין קלפים ייחודיים משלכם בהתאם למטרת השיח.
שיח באמצעות משחק (כדור שעובר בין המשתתפים, שרביט הדיבור וכדומה...) – ניצול הישיבה למשחקי גיבוש וחיזוק הקשר. תוך כדי המשחק ניתן לפתח שיח רגשי.

רעיונות – נושאי שיח:

"החיים שלי בזום"

מטרת השיחה היא לאפשר לתלמידים לחלוק את החוויות ובעיקר את התחושות שלהם מתקופת הלמידה מרחוק במלחמה

"אחריות כאן ועכשיו"

מטרת השיחה היא להדגיש את האחריות, שנולדה בעקבות הלמידה מרחוק ולצד החלק הפדגוגי, היא מייצרת התייחסות לפן הרגשי.

"אקטואליה"

מטרת השיחה היא לייצר שיח סביב נושאים אקטואליים שונים. ניתן להיעזר בעיתונים או כתבות משודרות.

"חברות וחיברות"

מטרת השיחה היא לעסוק בנושא החברתי, לזהות קשיים ולערוך חיבורים פוטנציאליים בין המשתתפים.

"הצלחות קטנות"

מטרת השיחה היא לייצר שיח סביב הצלחות אישיות שיש למשתתפים ולמידה מהצלחות.

"העולם הווירטואלי"

מטרת השיחה היא לייצר שיח סביב הפעילות בעולם הווירטואלי ולדון ביתרונות ובחסרונות. חלוקת הקבוצה לקבוצות - כל קבוצה צריכה לחשוב על שלוש סכנות ושלושה יתרונות ברשת. הקבוצה מתכנסת ונציג מכל קבוצה מספר מה עלה בקבוצה. חשוב להדגיש את היתרונות ולעסוק בסכנות הפוטנציאליות. מה זה עושה לכדור הארץ/לאנושות?

הצעות לשאלות שמתאימות לסגירה של מעגל שיח

- מחשבה שאיתה אני מסיים את היום.
- דבר חדש שלמדתי היום.
- שאלה שהתעוררה בי במהלך היום.
- רעיון שצץ לי היום ואשמח לשתף.
- רגש שהרגשתי היום בכיתה/ בלימודים/ בחברה, ואני רוצה לשתף אתכם בו.
- כוח שהשתמשתי בו היום בשיעור/ בהפסקה/ בלימודים/ בחברה/ ביני לבין עצמי.
- מעשה טוב שעשיתי. מעשה טוב שעשו בעבורי.
- שיתוף ברגע של אושר / שמחה שהיה לי היום.
- אני הולך הביתה עם...

6. שילוב תנועה במסגרת השיעור

אחרי תקופה ארוכה שהתלמידים (וגם המורים) ישבו שעות ארוכות מול מסכים גם במסגרת הלמידה וגם בשעות הפנאי – חשוב במיוחד לשלב פעילות גופנית ופיזית בתוך ומחוץ לשיעורים.

פעילות גופנית במסגרת השיעורים:

המחקרים בתחום הנורופדגוגיה (חיבור בין חקר המוח לפדגוגיה) מניחים, שגם התנאים הסביבתיים, שבהם מצוי הלומד, מהווים חלק נכבד בתהליך הלמידה ובעיבוד החומרים המיועדים ללמידה. נמצאו עדויות לכך, שתנועה ואימון גופני משפרים מצב רוח, מגדילים מסת מוח, ומקדמים עיבוד קוגניטיבי. פעילות גופנית, מנוחה ותנועה, תומכים בלמידה והם חיוניים ביותר בתהליך החינוכי. הפעילות הגופנית מסייעת ליצירת קשרים חדשים בין נוירונים קיימים במוח. לכן חשוב, שתתקיימנה פעילויות גופניות לתלמידים בבית הספר במהלך השיעור באופן שהלמידה תתקיים בהפסקות יזומות.

דרכים לשילוב פעילות גופנית במהלך השיעורים:

משחקי כדור - מסירת כדור ושאלת שאלה - התלמיד/ה שמקבל/ת את הכדור עונה את התשובה

מסלול מכשולים - התלמידים צריכים לעבור מסלול מכשולים, שהמורה מכין מראש, ניתן לשלב בכל מכשול שאלה או משימה הקשורה לחומר הנלמד.

אתגרי תנועה - המורה שואל/ת שאלה, תלמיד/ה שלא ידעו את התשובה הנכונה נדרש/ת לבצע פעילות גופנית כלשהיא (שכיבות סמיכה, קפיצות, ריצה, תרגילי ידיים ועוד)

שאלות של עמדות - המורה אומר/ת משפטים בנושאים שונים (הקשורים לחומר הלימוד) התלמידים מתקדמים או מתרחקים בהתאם לעמדות שלהם

פסק זמן לתנועה - מעברונים ומעברים שיכולים לעשות שימוש בתנועה במקום בהוראה מילולית; פעילויות ומשחקי תנועה שניתן לשלב בכל עת במהלך יום הלימודים. למשל: כל מי שחושב/ת שיקפוץ על רגל אחת, כל מי שפתר/ה את התרגיל....- שיעשה סיבובי ידיים וכו.

הדבקת דפים לגב התלמידים וכתובה על גב אחד של השני- על הדפים ניתן לכתוב שאלות, שקשורות לחומר הנלמד והתלמידים כותבים את התשובות על הדף או במחברת.

מסתדרים בטור - התלמידים מסתדרים פיזית על פי סדר מסוים, שקשור בחומר הלימוד (סדר כרונולוגי של אירועים בהסטוריה או בתנ"ך, רצף סיפורי בספרות, סדר נכון במשפט תחבירי באנגלית)

נקודת מוצא - בפינות הכיתה נתלים שלטים עם תשובות כלליות לדוגמא כן/לא/לפעמים/לעיתים רחוקות או תשובות אחרות שיתאימו לפעילות ולמטרה.

המורה מקריא/ה לתלמידים היגדים שונים הקשורים לנושא הנלמד וכל תלמיד/ה בוחר/ת מה התשובה שמתאימה לו/ה ניתן להוסיף בתחנה משימה רלוונטית להיגד או לתשובה, אפשר להשתמש בפעילות בשעורי אנגלית על מנת לתרגל דיבור בשפה זרה.

פעילויות ספורטיביות ותחרויות במסגרת שבוע הבריאות או כהפגה - את הפעילויות ניתן לקיים במסגרת כיתתית או שכבתית, כתחרות או כהפגה בלבד. חשוב וכדאי לשלב את צוותי החנ"ג בהובלה ובהפעלה של הפעילויות וכמובן, תלמידים שיהיו שותפים לתכנון ולביצוע.

רעיונות לפעילויות:

מרוצים שונים (שליחים, מכשולים, טנקים)
משחקי כדור שונים (כדורגל זוגות, פיצוצים, התמנון, מחניים)
משחקי חברה במגרש (משיכת חבל, דרקון דרקון, תפסוני, שני כלבים ועצם)
משחקי חברה בשטח פתוח (לך תביא, שרשראות בגדים, חפשו את המטמון, סימני דרך),
משחקי יכולת אישית (שלוש מקלות, קליעה לסל, קפיצה לרוחק)

7. הפסקה פעילה

הפסקה פעילה הנה אמצעי להפעלת התלמידים בחצר בית הספר בצורה מאורגנת ומתוכננת, התלמידים צמאים לקצת תזוזה ולאינטראקציה חברתית עם חברהם.

ההפסקה הפעילה מזמנת פעילות חווייתית בדרך בלתי אמצעית, תורמת לפיתוח מיומנויות חברתיות ונותנת מקום לכישורים אישיים של התלמידים, תורמת לגילוי מנהיגות ומעורבות חברתית ואף מאפשרת להתנסות ביישום ערכים. ההפסקה הפעילה מזמנת פעילות רב גילאית והיכרות עם ילדים בשכבות הגיל השונות.

את ההפסקה הפעילה רצוי ואף מומלץ, שיפעילו התלמידים עצמם. בדרך זו ניתן להעצים תלמידים, לגרום להם להיות שופטים ומגשרים טובים, לתת תפקיד לכל תלמיד ולגרום לתלמידים רבים להיות מעורבים. התלמידים האחראיים יתכננו את הפעילות, יפרסו את הציוד הדרוש, יפעילו את התחנות השונות וגם יאספו את הציוד בגמר הפעילות.

רצוי שהפעילות בהפסקות הפעילות השונות תהיה מגוונת, מכוונת לכישורים שונים ובדרגות קושי שונות.

להלן רעיונות לתכנים שונים שניתן להפעיל במהלך ההפסקות:

משחקי יצירה – מפזרים על שולחנות שונים חומרי יצירה מגוונים (ניתן למחזר דברים הקיימים בכל בית), דבק, מספריים, צבעים. מכינים הנחיות להכנת משימה – להכין שלט לבית/ להכין ברכה לבית קשישים/ להכין ברכה מושקעת לחיילים/ להכין משחק לילדים צעירים...

משחקי חשיבה – שח מט/ דמקה/ סולמות וחבלים/ משחקי קופסה (ניתן לשחק באופן חופשי ואפשר לארגן כטורניר)

משחקי משימות – למשל – המרדף – שאלות טריוויה/ לא נפסיק לשיר – תחרות זיהוי שירים ענקית/ של מי השורה הזו – משחקי אימפרוביזציות / הרצל אמר – משחק משימות ענק

משחקי תחרות – המנצח מתחרה נגד המתמודד הבא. ניתן לבנות לוחות משחק גדולים או לצייר על המרצפות. כדורגל שולחן/ כדורסל שולחן/ מיני פינג פונג/ מסלול מכשולים.

משחקי ריקוד – תחרות ריקודים בסגנונות שונים/ ריקודי עם/ רחבת ריקודים סתם ככה באמצע היום.

משחקים עם טעם של פעם – משיכת חבל/ חמש אבנים/ דג מלוח/ 3 מקלות

משחקי מוח – להכין קופסאות בריחה קטנות / חידות מאתגרות/ פאזלים ענקיים

משחקי כדור – טורניר בין כיתות/ בין שכבות/ מורים מול תלמידים – כדורגל/ כדורסל/ מחניים

8. התנדבות ומעורבות בקהילה

בעת הזו, כמו תמיד, ההתנדבות והמעורבות בקהילה הן נדבך חשוב הן בהקניית ערכי סובלנות, נתינה ואמפתיה והן בבניית חוסן. חשוב למצוא מקום וזמן גם לפעילויות התנדבות שונות בתוך בית הספר ובעיקר החוצה לקהילה. החזרה לשגרה היא אתגר גם עבור אוכלוסיות שונות זקנים וילדים כאחד וההתייחסות לאוכלוסיות אלה, התמיכה והנתינה עבורן, יהוו הזדמנות נפלאה לתלמידינו לתרום ולהתרם.

רעיונות לאפשרויות להתנדבות

תמיכה באוכלוסייה המבוגרת – שיחות טלפון במהלך השבוע, לדרוש בשלומם, להקשיב, לבדוק צרכים ובמידת הצורך להעביר לגורמים הרלוונטיים ברשות/ לימוד והזרכת האוכלוסייה במדיה הדיגיטליות וברשתות החברתיות (זום, ווטצאפ)/ תיעוד הגיגים, מחשבות וסיפורי עבר של

האזרחים הותיקים והפקת אלבום דיגיטלי/ הפקת אלבומי תמונות דיגיטליים, שמספרים את סיפור המשפחה.

גיל הרך - פיתוח יוזמות, המתאימות לגיל הרך, שיהיו לעזרת ההורים בכלים הוירטואליים/ הקראת סיפורים/ יצירת משחקים אישיים וקבוצתיים/ לימוד על פרחי העונה/ ייבוש פרחים/ עיצוב דפי ציור, חידונים, משחקים וחלוקתם לבניינים רבי קומות/ תמיכה בעובדי ההוראה שזקוקים לתמיכה טכנית, יצירת מצגות מיוחדות, משחקים דיגיטליים / ביבי סיטר וירטואלי .

אימוץ מוסד בקהילה - יצירת קשר עם מוסד, שיכלול פעילות אחת לשבוע- למשל להפיק להם עיתון וירטואלי/ להכין עבורם סרטונים ופודקסטים/ להכין דפי קשר אישיים של השוכנים במקום לבני משפחתם (ראיון טלפוני, שיהפוך לפלייר מעוצב) ועוד הצעות, שיאפשרו לתלמידים ליצור קשר מתמשך עם קבוצות שונות באוכלוסייה, לתרום מחזקותיהם ולהפיג את תחושת הבדידות של אוכלוסיית היעד.

הובלת מיזמים בית ספריים, עירוניים או קהילתיים - לחשוב ביחד עם התלמידים כיצד לקדם מיזמים קהילתיים כמו הקמת גינה בחזית הבית/ הכנת ספסל ישיבה/ האכלת בעלי חיים נטושים/ שיפוץ מבנים/ ניקיון/ הקמת פינה בבית הספר/ חלוקת מזון לנזקקים

אימוץ לוחמים/פצועים/ משפחות מגויסים - גם כעת משפחות רבות עדיין מתמודדות עם מציאות המלחמה והגיוס לצבא, עזרה מכל סוג שהיא- אריזות, סיוע בשמירה על הילדים קטנים, סידור הבית, פינוקים בארוחות ועוד .. הן מתנה גדולה עבורן.
סיוע למשפחות מפונות/ משפחות שחוזרות זה עתה לביתן- המשפחות, שחלקן למעלה משנה לא נמצא בבית, מתחילות לאט לאט לחזור הביתה ולנסות ליצור שגרת חיים חדשה-ישנה, דבר שמביא אתן מורכבויות שונות. עזרה מכל סוג שהיא- ארגון וסידור הבי, שמירה על הילדים הקטנים, צביעה ושיפוץ, בישול ארוחות , יכולה לנחם ולתת תחושה שהם לא לבד וכמובן, להקל על החזרה במורכבת הביתה.

בוקר טוב אורט - רעיונות ופעילויות נוספים המותאמים לתקופה

צוות אורטוב עומד לרשותכם כתמיד: