



מדינת ישראל
משרד החינוך



מערכת שידורים לאומית

האוצרות שבי שיעור כישורי חיים לכיתות ד-ו

נושא השיעור: העמקת ההיכרות עם עצמי

עם היועצת החינוכית: אילנית ימיני
מדריכה ארצית בשירות הפסיכולוגי ייעוצי

נא הצטיידו במחברת, עפרון ולורדים

רגע לפני שאנחנו מתחילים...

- שיעור כישורי חיים מרחוק, שיאפשר לכם להרגיש קרוב!
- שגרה חדשה ← רגעים מסוגים שונים
- לכולנו יש כישורי חיים: הכוחות והיכולות שיש לנו בפנים

יוצאים לדרך!!!





מה להביא לשיעור?





מה נלמד היום?

- נלמד על חוזקות, תכונות, נטיות לב, חלומות וכישרונות
- נחפש בתיבת האוצרות האישית שלנו דברים יקרי ערך אודות עצמנו
- נבדוק איך לדעתנו אנחנו נתפסים בעיני האחרים



מזל שאני אני.....



**"מזל שאני אני
מזל שאני אני
ולא אף אחד במקומי"**

מזל שאני אני- ע.הלל © כל הזכויות יוצרים שמורות למחבר ולאקו"ם



תיבת האוצרות האישית שלי

"כי לכל אחד גם לילד יש בפנים אוצרות עלומים"
(עדולה)



אוצר הוא אוסף של דברים יקרי ערך (מילוג)



תיבת האוצרות האישית שלי

אילו אוצרות יש בכל ילד וילדה?

תכונות

חוזקות

כישרונות

חלומות

נטיות לב

משאבים



מהי חוזקה?
תכונה שפרט מצטיין בה
או טוב בה יותר
מבאחרות
(מילוג)

מהי תכונה?
תכונה היא מאפיין
אישיותי של האדם.
תכונות משפיעות על
ההתנהגות
(ויקיפדיה)



04:00

מזל שאני אני...

חפשו סיבות, מצבים, או דברים יקרי ערך שיש בכם או יש לכם
רבים ככל האפשר, שבגללם בסופו של דבר
טוב שאתה - אתה! וטוב שאת - את!



ערכו רשימה במחברת

אוצרות נדירים...



אני בעיני ובעיני אחרים...

אנחנו לומדים על עצמנו גם ממה
שהאחרים חושבים עלינו



הפעילו את הדמיון התבונו על עצמכם דרך עיני העולם-
עיני אחרים עליכם, כיצד רואים אתכם אחרים?

איך אני מרגיש/ה?

אילו רגשות מתעוררים בי כשאני חושב/ת מה חושבים עלי
אחרים?



רגע למחשבה...

לפעמים אנחנו מסכימים עם
מה שחושבים עלינו ולפעמים
אנחנו לא מסכימים

0 1:00

אני בעיני ובעיני אחרים....

אילו הם היו יכולים לדבר, מה היו אומרים עלי:
הנעליים שלי...



0 1:00

אני בעיני ובעיני אחרים....

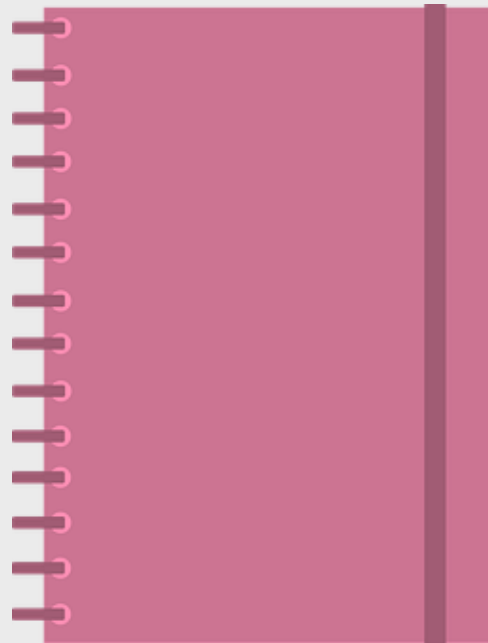
אילו הם היו יכולים לדבר, מה היו אומרים עלי:
החדר שלי...



0 1:00

אני בעיני ובעיני אחרים....

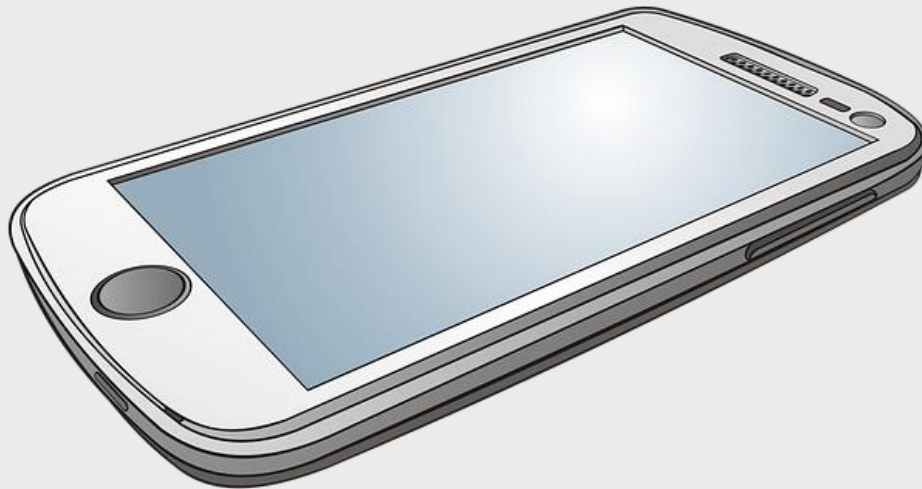
אילו הם היו יכולים לדבר, מה היו אומרים עלי:
המחברת שלי...



0 1:00

אני בעיני ובעיני אחרים....

אילו הם היו יכולים לדבר, מה היו אומרים עלי:
הטלפון שלי...



02:00

לומדים על עצמנו...



1. האם צחקתם ולמה?

2. אילו רגשות עוררה בך המשימה?

3. מה למדת על עצמך מהדברים ש"אמרו עליך" החפצים?



אני בעיני ובעיני אחרים- דמות מיטיבה...



חשוב מאוד מה אני חושב על עצמי
יש גם חשיבות למה שאחרים אשר משמעותיים לי חושבים עלי

מדוע?

זה עוזר לי ללמוד על עצמי
על הייחודי שבי בהשוואה לאחרים
ועל מה שאני רוצה להיות



03:00

מפגש עם דמות דמיונית

מי הדמות שבחרתם לפגוש?
במה מזכירה לכם דמות זו את עצמכם? במה
היא שונה מכם?
ספרו או הראו לדמות בגאווה משהו על
עצמכם, על ההצלחות שלכם.
מה הייתם רוצים ללמוד מהדמות?
מה הייתם יכולים ללמד אותה?



מה למדנו?

מזל שאני אני!

**גילינו שבכל אחד מאיתנו יש
אוצרות- כוחות, יכולות,
תכונות מיטיבות**

**חשוב שנזכור את הייחודי והטוב
שבנו**

**אנחנו לומדים על עצמנו גם
ממה שהאחרים חושבים עלינו**



ולסיום....

”מהל עאני אנ'....”



לסיום...

- גם מרחוק אפשר לכם להרגיש קרוב
- לא נשארים לבד
- שומרים על קשר, משתפים במה שעובר עלינו ומתעניינים באחרים

ניפגש בשיעור כישורי חיים הבא!





מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח

איורים: PIXABAY.COM

איורים: shutterstock/com