



מדינת ישראל
משרד החינוך



מערכת שידורים לאומית

שיעור כישורי חיים לכיתות א-ג

בחירה וקבלת החלטות

עם היועצת החינוכית: רונית גושן
מדריכה בשירות הפסיכולוגי הייעוצי

רָגַע לַפָּנִי שְׁאַנְחֵנוּ מִתְחִילִים...

- שְׁעוֹר בְּשׁוּרֵי חַיִּים מִרְחוֹק שְׂיֵאֲפֹשֶׁר לָכֶם לְהִרְגִּישׁ קְרוֹב!
- שְׂגָרָה חֲדָשָׁה – אֵיךְ אַתֶּם מְסַתְּדָרִים?
- לְכַלְנוּ יֵשׁ בְּשׁוּרֵי חַיִּים: הַכּוֹחוֹת וְהִיכוּלוֹת שְׂיֵשׁ לָנוּ בְּפָנִים

יוֹצְאִים לְדֶרֶךְ!!!





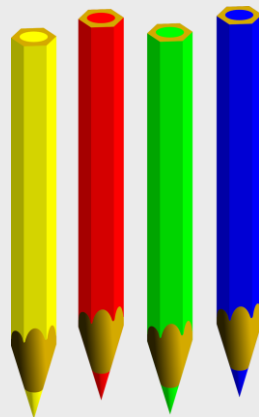
מָה נִלְמַד הַיּוֹם?

- נִקְרָא סֵפֹר עַל לִיטֵל שְׁהִתְקַשְׁתָּה לְהַחֲלִיט וְנִעְזֹר לָהּ לְהַחֲלִיט
- נִלְמַד עַל הַחֲלָטוֹת שֶׁמִּנְשָׁפִיעוֹת רַק עָלֵינוּ. וְעַל הַחֲלָטוֹת שֶׁמִּנְשָׁפִיעוֹת גַּם עַל אֲחֵרִים
- נִחְשֹׁב עַל מַצָּבִים בָּהֶם קִשָּׁה לָנוּ. לְקַבֵּל הַחֲלָטוֹת וּבִמָּה וּבְמִי נִתֵּן לְהִיעָזֵר
- נִסְכָּם אֶת הַנְּשִׁיעוֹר בְּקִצְרָה



מָה לְהַבִּיאַ לַשִּׁיעוּר?

01:00



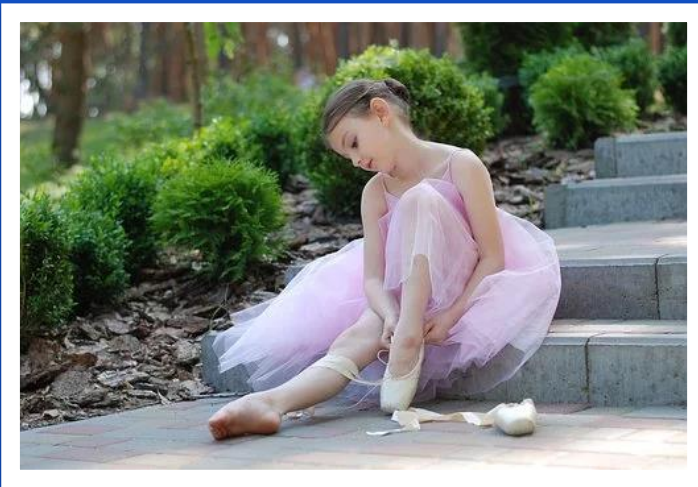
נִתְחִיל עִם הַסְּפֹר עַל לִיטֵל...



לִיטֵל בֵּת 7, הִיא לֹמְדֵת בְּבֵית סֵפֶר "אֶרְנִים" בְּכֶתֶה ב. 'לִיטֵל קָנְשָׁה לְהַחֲלִיט בְּעֶצְמָה. לְעֵתִים קְרוּבוֹת הִיא שׁוֹאֶלֶת אֶת אִמָּא "מָה כָּדָאי לִי לְלַבֵּשׁ" "מָה אֶת חוֹשֶׁבֶת שְׂכָדָאי לִי לֶאֱכֹל, "איִזָּה חֲבֵרָה כָּדָאי לִי לְבַקֵּר" וּמִבְקָשֶׁת מֵאִמָּא שֶׁתִּחְלִיט עֲבוּרָה. יוֹם אֶחָד כְּשֶׁלִיטֵל רָצְתָה שְׂאִמָּא תַעֲזֹר לָהּ לְהַחֲלִיט הָאֵם לָלֶכֶת לְיוֹם הַלָּדֶת שֶׁל חֲבֵרָה אוֹ לָלֶכֶת לַחוּג בֵּלֵט, אִמָּא לֹא עָנְתָה לָהּ בְּטֵלְפֹן. לִיטֵל הִיָּתֶה צְרִיכָה לְקַבֵּל אֶת הַהַחֲלָטָה לְבַד. לִיטֵל מִמָּנֶשׁ הַתִּלְבָּטָה: מֵצֵד אֶחָד הִיא לֹא רָצְתָה שֶׁחֲבֵרָתָה תִּפְגַּע אִם לֹא תִגִּיעַ לְיוֹם הַהַלָּדֶת, מֵצֵד שְׁנֵי בְּעוֹד שָׁבוּעַ מִתְקִים מוֹפֵעַ בֵּלֵט וְעָלֶיהָ לְהִיּוֹת מוֹכֶנָה לְמוֹפָע.

בפני ליטל עומדות שתי אפשרויות:

חוג בלט



מסבת יום הולדת של
החברה



היעזרו בִּבְּן מִשְׁפָּחָה או חֵבֶר וְעֵזְרוּ לְלִיטֵל לְהַחֲלִיט מִבֵּין שְׁתֵּי הָאִפְשָׁרוּיּוֹת



- בְּקֶרֶב יֵשׁ מוֹפֵעַ
- חָשׁוּב לִי לְלַמֵּד אֶת הָרִקּוּד
- הַמּוֹרָה לִבְלֹט מִבִּקְשָׁת
- שְׁנִיגִיעַ לְכָל הַמִּפְגָּשִׁים
- אֲנִי אוֹהֶבֶת לְרַקֵּד



- לְשַׂמֵּחַ אֶת הַחֲבֵרָה
- יוֹם הַלֵּדָת זֶה כִּיף
- מִפְגָּשׁ עִם כָּל יְלָדֵי הַכֶּתֶה
- כָּבֶר קִנִּיתִי מִתֵּנָה



היעזרו בִּבְּן מִשְׁפָּחָה או חֵבֶר וְעֵזְרוּ לְלִיטֵל לְהַחֲלִיט מִבֵּין שְׁתֵּי הָאִפְשָׁרוּיּוֹת

03:00



- בְּקֶרֶב יֵשׁ מוֹפֵעַ
- חָשׁוּב לִי לְלַמֵּד אֶת הָרִקּוּד
- הַמּוֹרָה לִבְלֹט מִבִּקְשָׁת
- שְׁנִיגִיעַ לְכָל הַמִּפְגָּשִׁים
- אֲנִי אוֹהֶבֶת לְרַקֵּד



- לְשַׁמֵּחַ אֶת הַחֲבֵרָה
- יוֹם הַלֵּדָת זֶה כִּיף
- מִפְגָּשׁ עִם כָּל יְלָדֵי הַכֶּתֶה
- כָּבֶר קִנִּיתִי מִתֵּנָה



הַחֲלָטוֹת שֶׁמִּשְׁפִּיעוֹת עָלֵינוּ וְהַחֲלָטוֹת שֶׁמִּשְׁפִּיעוֹת גַּם עָלֵינוּ וְגַם עַל אֲחֵרִים

ה/ה אָנִי מִשְׁפִּיעַ/כֹּנֶשֶׁאֲנִי מַחֲלִיט

עַל אֲחֵרִים

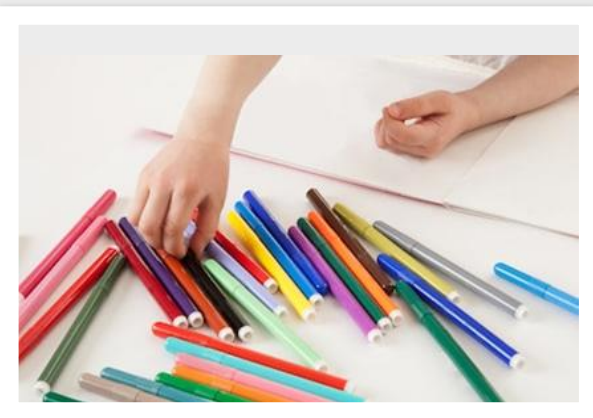


עַל עֵצְמִי



החלטות שמנשפיעות רק עלינו

בכל יום אנחנו מחליטים החלטות. למשל:



באיזה צבע אני בוחרת/ת כדי
לצבוע את הציור?



מה אני בוחרת/ת ללבוש?



איזה ספר אני
בוחרת/ת לקרוא?

החלטות אלו משפיעות רק עלינו





החלטות שמנשפיעות רק עלינו.



1. תן/תני דגמה להחלטה שמנשפיעה רק עליך.
2. כתוב/כתבי או ציר/ציירי אותה במחברת.





החלטות שמנשפיעות רק עלינו.

03:00



1. תן/תני דגמה להחלטה שמנשפיעה רק עליך.
2. כתוב/כתבי או ציר/ציירי אותה במחברת.



החלטות שמנשפיעות עלינו וגם על אחרים

ישנן החלטות שאנחנו מקבלים שמנשפיעות גם עלינו וגם על אחרים למשל:



האם אני משתף / משתפת
חבר / חברה במשחק?



ת / האם אני עוזר
ה שמתקשה / לחבר
בשעור?



האם אני עוזר / ת
במטלות הבית?



החלטות שעשויות להשפיע עלי או על האחר



בחר בין שתי אפשרויות והסבר את
בחירותיך לבן משפחה או לחבר.

מדוע?



לשחק בפלאפון

או

לעזור בעבודות הבית



מדוע?



לא לשתף חבר
במשחק

או

לשתף חבר במשחק



מדוע?



לעזור לילד אחר
שזקוק לעזרה

או

מתקדם בעבודת
הכיתה שלי



החלטות שעשויות להשפיע עלי או על האחר



בחר בין שתי אפשרויות והסביר את
בחירותיך לבן משפחה או לחבר.

03:00

מדוע?



לשחק בפלאפון

או לעזור בעבודות הבית



מדוע?



לא לשתף חבר
במשחק

או לשתף חבר במשחק



מדוע?



לעזור לילד אחר
שזקוק לעזרה

או מתקדם בעבודת
הכיתה שלי



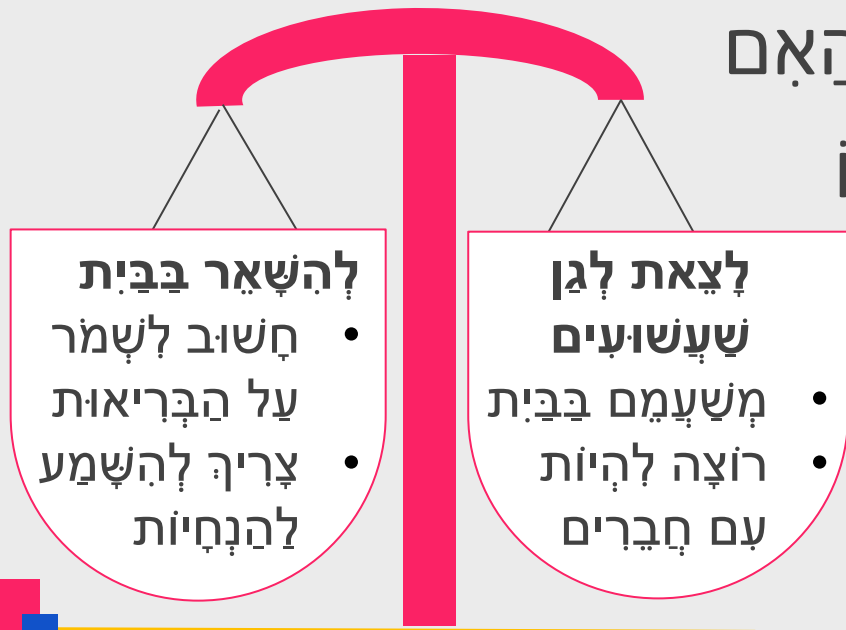
קבלת החלטות בתקופת נגיף הקורונה



בתקופה זו אנו מתמודדים עם נגיף הקורונה ואנו צריכים לקבל החלטות שלא היינו רגילים לקבל. למשל - האם לצאת למגרש המשחקים לשחק עם החברים, או להשאר לשחק בבית?

מה נכון לעשות בימים אלה?

קרא/י לבן משפחה והתלבט/י עמו.



קבלת החלטות בתקופת נגיף הקורונה

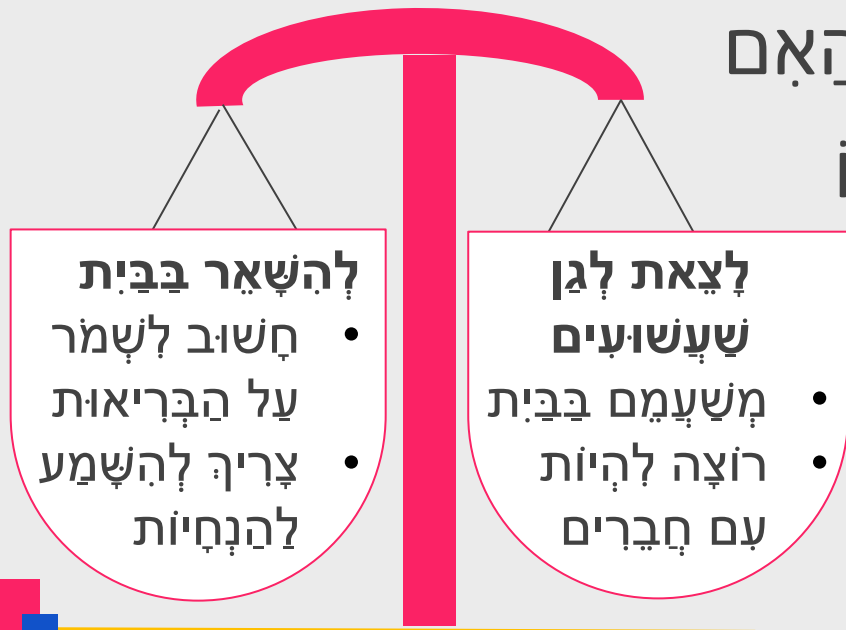


03:00

בתקופה זו אנו מתמודדים עם נגיף הקורונה ואנו צריכים לקבל החלטות שלא היינו רגילים לקבל. למשל - האם לצאת למגרש המשחקים לשחק עם החברים, או להשאר לשחק בבית?

מה נכון לעשות בימים אלה?

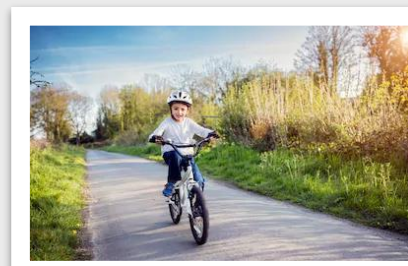
קרא/י לבן משפחה והתלבט/י עמו.



לַעֲתִים אֵין לָנוּ בְּחִירָה וְעָלֵינוּ לְהִשְׁמַע לְהִנְחָיוֹת שִׁשׁוּמְרוֹת עָלֵינוּ. וְעַל הַסּוֹבְבִים

לְדַגְמָא:

עָלֵינוּ לָרֶכֶב עַל אוֹפָנִים עִם קֶסֶדָה.



בְּתַחֲלִית הַתְּפִשָּׁטוֹת הַקּוֹרוֹנָה יָכְלֵנוּ לִבְחֹר אִם לָצֵאת
מִהַבֵּית אוֹ לֹא, בְּיָמִים אֵלּוּ. עָלֵינוּ לְהִשְׁאֵר בַּבֵּית וּלְשַׁמֵּר
עַל בְּרִיאוּתֵנוּ וּבְרִיאוֹת קְרוֹבֵינוּ.



נִשְׁמַע לְהִנְחָיוֹת וְנִגְלָה אַחֲרָיוֹת כָּלִפִּינוּ וְכָלִפִּי הַסּוֹבְבִים אוֹתֵנוּ.



לפַעמים קִנְיָה לָנוּ לְהַחֲלִיט



חֲשַׁבּוּ עִם בֶּן מִשְׁפָּחָה עַל מַצָּב שָׁבוּ הָיָה לָכֶם
י בַּמַּחְבֶּרֶת/י אֹז כְּתוּב/צִיּוֹר - קִנְיָה לְהַחֲלִיט



לפַעמים קִנְיָה לָנוּ לְהַחֲלִיט



03:00



חֲשַׁבּוּ עִם בֶּן מִשְׁפָּחָה עַל מַצָּב שָׁבוּ הִיָּה לָכֶם
י בַּמַּחְבֶּרֶת/י אוֹ כְּתוּב/צִיּוֹר - קִנְיָה לְהַחֲלִיט



איך אני מרגיש/ה כשאני מצליח/ה להחליט?

הצלחה

עצב

ספוק

אהבה

התרגשות

הנאה

שמחה



מָה אֲנֵחנוּ יְכוּלִים לַעֲשׂוֹת בְּשִׁקְשָׁה לָנוּ לְבַחַר וּלְהַחֲלִיט?



לחשוב -

1. מָה הָאֲפָשְׁרוּיּוֹת שֶׁלִּי?
 2. מָה הַהַחֲלָטָה הַנְּכוֹנָה עֲבוּרִי וְעֲבוּר הַסּוֹבְבִים אוֹתִי?
- סומכת עליו/להיעזר במישהו שאני סומך.**



מְסִיָּמִים וּמַסְכָּמִים

- אֲנַחְנוּ יְכוּלִים לְקַבֵּל הַחֲלָטוֹת בְּעֶצְמָנוּ.
- יֵשׁ הַחֲלָטוֹת שְׂמֵשְׁפִיעוֹת עָלֵינוּ וְיֵשׁ הַחֲלָטוֹת שְׂמֵשְׁפִיעוֹת גַּם עַל אֲחֵרִים.
- לְפַעֲמִים קִנְיָה לְקַבֵּל הַחֲלָטוֹת.
- כִּשְׁקִנְיָה לְקַבֵּל הַחֲלָטוֹת אֲפָשָׁר לַחֲשֹׁב - מָה הָאֲפָשָׁרוֹת שְׁלִי? מָה אֲנִי בּוֹחֵר וּמַחְלִיט?
- אֲפָשָׁר לְהִיעָזֵר בְּמִינְשָׁהּ שְׂאֵנוּ סוֹמְכִים עָלֶיהָ כְּדִי לְקַבֵּל הַחֲלָטָה.
- לְעֵתִים אֵין לָנוּ בְּחִירָה וְעָלֵינוּ לְהִשָּׁמַע לְהִנְחָיוֹת שְׂשׂוּמָרוֹת עָלֵינוּ וְעַל הַסּוֹבְבִים.



לְסִיּוּם...

- גַּם מִרְחוֹק אֶפְשָׁר לְהִרְגִּישׁ קֶרֶב
- לֹא נִשְׁאַרִים לְבַד
- שׁוֹמְרִים עַל קֶשֶׁר, מְשִׁתְּפִים בְּמָה שֶׁעוֹבֵר עָלֵינוּ וּמִתְעַנִּינִים בְּאַחֲרִים

נִפְגַּשׁ בְּנִשְׁיָעוֹר כְּשׁוֹרֵי חַיִּים הֵבָא!





מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח

איורים:

Shutterstock.com
pixabay.com