

שיעור הפתיחה הוא הזמנה להציץ לתכנים אפשריים שעליהם ניתן לשוחח בכישורי חיים. נושאים אלו, בעיקרם, עוסקים בתכנים אישיים. על מנת לאפשר בכיתה אווירה ההולמת שיחה על נושאים אלו, יש ליצור בה תנאים מתאימים. בשיעור הראשון יתקינו התלמידים כללים שיאפשרו להם שיחה על נושאים אישיים. הכללים האלה יכוננו את החוזה לשיעורי כישורי חיים.

מהלך:

1. המורה תציג בפני התלמידים את רשימת התחומים שמהם נגזרים נושאי השיחות בכישורי חיים. מטרת השיעור לברר את הנושאים ואת השאלות שיש לתלמידי הכיתה בתחומים אלו, ולקבוע כללים לשיח מוגן בנושאים אישיים.
 2. הכיתה תתחלק ל-5 קבוצות. כל קבוצה תקבל רבע גיליון בריסטול שעליו רשום שמו של אחד התחומים.
שמות התחומים:
 - הכרת העצמי: גופי, רגשותי, מחשבותי התנהגותי
 - שליטה ברגשות ומשאבי חוסן
 - קשר בין-אישי במעגלים שונים: משפחה, קבוצת הגיל, חברות, אינטימיות, זוגיות, אהבה
 - לקראת המעבר לחטיבה עליונה
 - מניעת שימוש בסמים, מניעת איידס
 3. כל קבוצה תקבל תחום ותבקש לנסח בו נושאים ושאלות לשיחה.
 4. בתום חמש דקות יעברו הגיליונות לקבוצה שמימין. כל קבוצה תוסיף לגיליון רשימה של נושאים ושאלות.
 5. **עבודה באקווריום:** נציג מכל קבוצה יוזמן לשבת במעגל פנימי.
- המורה תציג את ההוראה הבאה: "התבוננו בנושאים הרשומים. לו הייתה מתקיימת היום שיחה על אחד הנושאים שהייתם בוחרים לשלב בתכנית, מה היה מאפשר לכם לשוחח על הנושא? מה היה מונע מכם לשוחח עליו?"
6. התלמידים במעגל החיצוני יקבלו את ההוראה הבאה.

"הקשיבו לדברי התלמידים במעגל הפנימי, מה מאפשר להם לשוחח על הנושא ומה בולם אותם? רשמו לצמכם כללים שיאפשרו לתלמידים לדבר על הנושאים."
 7. **במליאה** יציעו חברי המעגל החיצוני כללים מחייבים לשיחות בשיעורי כישורי חיים. דוגמאות לכללים:

- הקשבה זה לזה מבלי להתפרץ לדברי האחר.
- דיבור לפי תור, על-ידי הצבעה וכד'.
- בחירה אישית, חתי להשתתף בסבב ואם בכלל.
- קבלת דברי האחר כפי שהם ללא התייחסות סוזללת וללא ביקורת.
- חתן יחס של כבוד זה לזה ושמירה על פרטיותם של כל ילד וילדה.