



### רציונל...<sup>1</sup>

פרידות חינוכיות הן משימה חינוכית ורגשית המופקדת בידי אנשי החינוך ואכן, מדי שנה אנו בוחרים להקדיש זמן כיתתי ואישי לעיבוד משותף של חוויית הפרידה. פרידות חינוכיות הן תקופה משמעותית בחיי התלמיד. פרידה חינוכית מבקשת לשזור רצף תפקודי בין סיום וסיכום ובין הכנה לקראת התחלה חדשה. פרידה חינוכית אינה בהכרח רק פרידה חגיגית ומתפעלת אלא פרידה שמאפשרת לתלמיד לחוות אותה במלואה ולעבד את משמעות הפרידה. יחד עם זאת, בפרידה חינוכית נסיים תמיד עם עידוד לזהות את הטוב, להכיר בטוב ולגייס משאבי אופטימיות ואמונה בכוחות להתמודד עם העתיד לבוא.

#### שיעורי כישורי חיים בנושא פרידה חינוכית מזמנים לתלמידים אימון בכישורי פרידה -

- עיבוד רגשי של חוויית הפרידה מאחר משמעותי, ממסגרת או מקבוצה
- התמודדות עם רגשות מורכבים שפרידות עלולות להציף - צער, החמצה, הקלה....
- פיתוח מבט חיובי לאחור, היכולת להתבונן אחורה ולזהות התפתחות אישית
- פיתוח מבט ריאלי לאחור, היכולת להיזכר במצבי מורכבות וקושי ולזהות התפתחות
- פיתוח חוויית וודאות בתהליכי סיום ופרידה, היכולת לתכנן אותם, להתכונן אליהם ולחוש שליטה גם במצבי שינוי וערעור שגרה.
- היכולת להודות לזולת משמעותי
- היכולת להכיר בטוב ולהוקירו.
- היכולת להתכונן להתחלה החדשה.

#### מה הם מרכיבי הליבה שנרצה לכלול במהלך הפרידה מכיתתנו?

שיחה אלוה אודות הפרידה, בין הידיים לבין עצמם וצט המורה	ציבור ראשי מכלול חוויות שנת האימונים, אטוב ולרצ
הבאת תודה והערכה, אצמני, אחרים ולמורים	כתיחת כתח אצתיך הקרוב והרחוק - תקווה ואמנה

פרידה חינוכית

<sup>1</sup> כתבה אורית ברג, שפ"י

## מהלך השיעור

### לשיעור זה מצגת מלווה – לחץ כאן לכניסה למצגת

**המורה, מציגה את נושא השיעור –** עיבוד רגשי של מכלול חוויות שנת הלימודים, לטוב ולרע כחלק מתהליך הפרידה מהכיתה.. **(שקופית מס. 1)**

**שיחת פתיחה במליאה -** נסו להיזכר בתמונה שלכם מיום הלימודים הראשון השנה. איך נראיתם? מאיפה הגעתם לבית הספר? מה לבשתם? מה הייתה העונה? היה קר? היה חם? עם מי באתם לבית הספר, את מי פגשתם? את מי הכרתם? **(שקופית מס. 2)**  
מי מעוניין לשתף?




כעת, דפדפו באלבום התמונות הפרטי שלכם בטלפון, מצאו תמונה שלכם מהשנה מכל עונה – תמונה קיצי, תמונת סתיו, תמונה חורפית ותמונה אביבית.

אנו נתחלק לרביעיות, **(שקופית מס. 3)** לכל רביעייה ניתן חפיסת קלפים. המורכבת מארבעה קלפי שאלות לכל עונה. כל תלמיד בתורו מפנה שאלה מבין שאלות העונה שבידיו, לתלמיד אחר. בסופו של דבר כל תלמיד שואל ארבע שאלות ארבעה תלמידים. ואת כל תלמיד שואלים 4 שאלות, כל שאלה מעונה אחרת. כאשר הוא עונה, התלמיד מוזמן להראות את התמונה העונתית שלו, מהטלפון שלו. **(שקופיות 4-7)**


בתום העבודה ברביעיות, שבים למליאה לדיון אודות הפעילות, תוך הדגשת מחזוריות הטבע ונצחיות ארבע העונות והשפעתן עלינו. **(שקופית מס. 8)**

לסיום ניתן להקרין את הסרטון - [מזחל לפרפר – גלגול החיים](#) **(שקופית מס. 9)**


## שאלות חורף -




גשם גשם משמיים... למי  
הייתי רוצה לומר תודה  
על ברכה או על שפע  
שהעניק לי השנה



שיטפונות ... משהו  
שעשיתי השנה בלי  
לחשוב, פשוט נסחפתי  
ואני מצטער על כך




קר... וזה מעלה בי  
זיכרון יקר – משהו  
שהשקעתי בו השנה  
מאמצים גדולים של  
זמן, אנרגיה, אולי אפילו  
כסף....




קר בחוץ וחם בלב... מה  
זה אומר בשבילי  
להיפרד מהחברים  
לכיתה לחופשת הקיץ?


## שאלות סתיו -




עונת מעבר – מעברים  
ושינויים, לא תמיד זה  
קל – מה קשה לי עם  
מעברים ומה עוזר לי  
להתמודד איתם?



"אחרי החגים" – יש  
משהו חגיגי בלצאת  
לחופשה, מה אני מאחל  
לעצמי שיקרה לי טוב  
ומשמח בקיץ הקרוב?




שלכת – כאשר אני  
חושב על הפרידה  
האחד מהשני ומהמורה,  
אילו רגשות ומחשבות  
זה מעלה בי?




קריר – קצת קר וקצת  
חם, מבלבל?! מה  
הדברים שמבלבלים  
אותי עכשיו, בסוף  
השנה?


## שאלות קיץ -




עם הפנים אל הים... -  
איזה אופק חדש נפרש  
בפני עם סיום שנת  
הלימודים



לכבוד השרב הגדול...  
חם מהתנור - נושא  
לימודי שלמדתי השנה  
שעניין אותי וסיקרן אותי




לקראת החופש הקרב  
ובא... משהו טוב  
שלמדתי על עצמי  
השנה ושגורם לי ממש  
לסמוך על עצמי




אאוץ', שורף - 30  
מעלות בצל! טעות  
שעשיתי השנה ושאני  
מצטער עליה


## שאלות אביב -



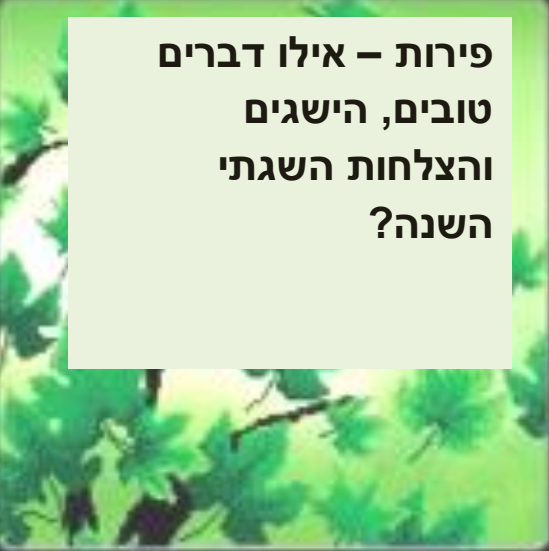
ירוק - באילו תחומים  
אני מרגיש שעלי  
להמשיך להשקיע כדי  
לצמוח ולגדול?



פריחה - אילו דברים  
טובים גיליתי השנה על  
עצמי ועל חברי?



צמיחה - באילו תחומים  
אני מרגיש שצמחתי  
והתפתחתי?



פירות - אילו דברים  
טובים, הישגים  
והצלחות השגתי  
השנה?