

# רחוק לך הקרוב החכם

## פעילויות כישורי חיים כיתתיות ללמידה מרחוק

### חברה חרדית

ניתן לבצע התאמה לפי מאפייני בית הספר

- הפעילויות יכולות להתנהל בקבוצת הווסטאפ הקולי של תלמידי הכיתה והמורה או דרך המייל בבתי-ספר, שבהם מקובל השימוש במייל.
- מומלץ לפרסם יום קודם את שעת הפעילות שצפויה מחר ואת אופייה כדי שהתלמידים יוכלו להיערך בהתאם.
- יש להקפיד ולוודא שאף תלמיד לא נשאר מחוץ למעגל ההשתתפות ולעודד את התלמידים להשתתף בפעילויות כמו גם לשתף את כולם.
- מטרת הפעילויות –
  - לאפשר קירבה רגשית
  - לזמן מקום לשיתוף בחוויות
  - לאפשר חוויית יחד
  - לאפשר חוויית הזדהות

1. לומדים לתאר רגשות במילים – מדי יום המורה תשלח את התלמידים לחפש מילות רגש או תחושה שמתחילות באות מסוימת ולחבר משפטים עם מילות הרגש שנמצאו.

- המורה תשלח לתלמידים את ההודעה הבאה:

### *א - כ - פ - ק - רגשות*

תלמידים יקרים, בימים הקרובים, מדי יום בשעה קבועה אמסור בקבוצת הווסטאפ הקולי או במייל את המשימה הבאה –

#### **האות שלנו להיות היא האות - ?**

אנא הכינו רשימה על כמה שיותר מילים שמתארות רגש או תחושה ושמתחילות באות הזו. (מומלץ להיעזר במילון). את הרשימה שימרו אצלכם. עשר דקות אחרי פרסום המשימה, תשלחו את המילים שמצאתם. גם מילה אחת זה מצוין! גם מילים שמתארות עמדה, חוויה, תחושה זה מעולה!

- אחרי כעשר דקות התלמידים והמורה יספרו כמה מילים מצאו באותה אות.
- המורה תתייחס למילים, תזמין ילדים להסביר בקבוצה פירוש למילים פחות מוכרות.
- לסיכום, כל תלמיד יתבקש לבחור לפחות שתי מילות רגש ולכתוב בקבוצה משפטים עם המילים הללו. לדוגמה, באות א, רגשות או תחושות כגון – אהבה, איבה, אחריות, אטימות, אפליה, אשם, אחווה, ...

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

בסוף כל יום המורה תכין רשימה מסודרת של המילים שמצאו שתתווסף למילון הכיתתי - *a - fe כתיבות*

**תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חברים לבד – כולנו מוודאים שכל חברי הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

**2. יומן קורונה – תלמידים יקרים, מה דעתכם לכתוב יומן?**

כן, כן. יומן כזה אמיתי, במחברת פרטית.

יומן שבו תכתבו, מדי יום מה שלומכם. יומן בו תתארו איך התקופה הזאת, המיוחדת במינה, עוברת עליכם.

**איך כותבים יומן? זה דווקא קל:**

- בחרו למי היומן פונה –  
יש ילדים שמעדיפים לכתוב כך - יומני היקר שלום  
אחרים פונים למישהו מסוים שרחוק מהם וכותבים לאותו אדם.  
יש ילדים שפשוט כותבים – בוקר טוב, קמתי הבוקר ו...  
• מדי יום פנו לעצמכם זמן לכתובה ביומן  
• הניחו את היומן במקום מוגן ואישי  
• ביומן תרשו לעצמכם לכתוב, לצייר, לצטט שירים, להדביק תמונות... כל מה שנכון עבורכם.  
• ביומן ספרו מה עשיתם באותו יום, מה הרגשתם, מה חשבתם, מה עבר עליכם, מה קרה בבית, בארץ, בעולם, מה אנשים אחרים עשו ומה דעתכם על כך ועוד ועוד מחשבות משלכם ליומן שלכם.  
אני אשמח, אם תסכימו – זו לא חובה, שמי שכותב יומן יספר לי שהתחיל לכתוב יומן כדי שאחת לכמה ימים אוכל להתעניין בכך (לא במה שכתבתם אלא בהרגשה שלכם ככותבי יומן). ואם מישהו יתחיל בכתובה יומן ויפסיק? זה טבעי לחלוטין וקורה לתלמידים רבים, אל תיקחו ללב. אבל אל תהססו לנסות, זו יכולה להיות חוויה נפלאה!

**3. קפיצה לעתיד - מכתב לילדי –**

תלמידים יקרים,

דמיינו את עצמכם כהורים בעוד הרבה שנים (אתם נראים נהדר כאמהות וכאבות).  
ודמיינו שיש לכם ילד או ילדה, בדיוק בגילכם (אולי הוא או היא קצת דומים לכם?)  
ועכשיו, כתבו לילד או לילדה שלכם מכתב שמתאר את המצב - מכתב שבו אתם מספרים לו מה זה קורונה, ומה קורה במדינה ובעולם ועל כך שאתם לומדים מרחוק מהבית. ותספרו גם על עצמכם, איך אתם מסתדרים ומה עוזר לכם, מה קצת קשה ומה קל, מה כיף גדול ומה מאכזב... ועוד ועוד.  
לסיום המכתב תנו לילד או לילדה שלכם עצות טובות איך מסתדרים בתקופות מאתגרות.  
ואל תשכחו לומר לו כמה שאתם אוהבים אותו (ובבקשה תמסרו לו ד"ש מהמורה שלכם).  
את המכתבים אפשר להציג בקבוצת הכיתה או לספר לי עליהם, מה שנוח לכם.

**4. 'קבלות' טובות**

המורה מנחה את כל התלמידים לבחור 'קבלה' טובה. כל תלמיד מחליט מה הוא רוצה לקבל על עצמו, וחושב מה יכול לעזור לו להתמיד ב'קבלה'.

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

כל יום חמישה תלמידים (שנבחרים מראש ע"י המורה) מציגים את ה'קבלה' שקיבלו. תלמידי הכיתה מוזמנים לתת להם:

- משוב מחזק
  - עצות ורעיונות, שיעזרו להם להתמיד ב'קבלה' שקיבלו.
- בסוף השבוע, התלמידים מוזמנים לשתף בהצלחות שלהם בשמירה על ה'קבלה' שקיבלו על עצמם, ולספר לתלמידי הכיתה:
- מה עזר להם?
  - מה הם למדו על עצמם?
  - מה הם רוצים לעשות בהמשך בהקשר ל'קבלה' שקיבלו על עצמם?

5. פינת החיזוק היומי

המורה בוחרת כל יום שני תלמידים, שמכינים ליום שלמחרת דבר תורה לחיזוק יומי, ומשמיעים לתלמידי הכיתה את מה שהכינו.

6. קולאז' תמונות פנאי

- תלמידים יקרים, אנא חפשו במילון הגדרה למילה 'פנאי' (התלמידים ישלחו תשובות)
- תודה על התשובות. אכן "פנאי זה..." (כאן תשתמשו בתשובות הילדים כדי להגדיר מהו פנאי).
- מה אתם אוהבים לעשות בשעות הפנאי שלכם בדרך כלל?
- אילו פעילויות פנאי נוספו לכם בימים אלו של למידה מהבית, כשאין בית ספר, אין חוגים, אין פעילות 'בתיא' ואין מפגשים חברתיים?
- אנא בקשו מבני המשפחה שלכם לצלם אתכם בפעילויות פנאי שאתם עושים בבית בימים אלו, ערכו את התמונות כקולאז', תנו שם לתמונת הקולאז' שלכם, וכשנחזור, בע"ה, לבית-ספר תציגו את התמונות לכיתה או תשלחו לנו במייל.

7. ראיון של בן משפחה מבוגר (ב - ו)

- תלמידים יקרים, דמיינו שאתם כתבים בעיתון.
- אילו שאלות הייתם שואלים אדם מבוגר לגבי האופן בו הוא מתמודד עם ימים אלו? (התלמידים ישלחו רעיונות לשאלות)
  - פנו לאחד המבוגרים בסביבתכם (אח או אחות בוגרים, הורים, דודים) והזמינו אותם לראיון בנושא – "ימי הקורונה ואני". ספרו להם מראש שאת הריאיון הכתוב תגישו לי.
  - לפני הריאיון החליטו על חמש שאלות אותן תשאלו בראיון.
  - את הריאיון עליכם לכתוב או להקליד ולשלוח אלי במייל או כשנחזור, בע"ה, לבית-ספר תוכלו להראות לי את מה שכתבתם.
  - בנוסף, בחרו שורה אחת מתוך הריאיון שהעניקה לכם תקווה, שעוררה בכם השראה או שנתנה לכם כוח. את השורה הזאת שלחו במייל או ספרו בקבוצת הכיתה תחת הכותרת – **'אקום לתקווה'** (מי שמתקשה לבחור שורה, שיפנה אלי בפרטי ואשמח לעזור לו).

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

8. יחד כל הדרך – משימות קבוצתיות: (ג - ו)

- תלמידים יקרים, מחר נתחלק למשימות בקבוצות:  
להלן חלוקת הכיתה לרביעיות (כאן המורה תפרט את החלוקה)  
המשימה – לצייר יחד את אותו ציור.  
בשעה שתקבעו מראש עליכם לעשות שיחת ועידה, לשבת מול גיליון נייר חלק עם צבעים או טושים לידכם.  
**לא מתחילים במשימה עד שכולם מצטרפים.**  
בסבב, כל אחד בתורו מתאר משהו אחד שהוא היה רוצה שתציירו בתמונה.  
כל חברי הקבוצה מציירים זאת על הדף שלהם ועוברים לחבר הבא שממשיך את התמונה ומוסיף פריט. הנחיות – אסור לומר לחבר אם הפריט מתאים או לא מתאים, זו בחירה אישית אבל אסור לבקש לצייר פריטים לא ראויים.  
בתום הסבב הראשון אפשר להמשיך לסבב שני או לסיים, לבחירתכם.  
בתום היצירה ספרו לכל הכיתה איך היה לכם בפעילות בקבוצה.  
בנוסף, צלמו את הציורים ושלחו אותם למייל או שמרו את הציורים וכשנחזור, בע'ה, לכיתה תראו לנו אותם.  
**תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חברים לבד – כולנו מוודאים שכל חברי הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

9. סיפור כיתתי – (ג - ו)

- תלמידים יקרים, חישובו רגע על מילה, סתם מילה שעולה בראשכם.  
אמרו את המילה בקבוצת הכיתה  
כעת, כל אחד מכם מתבקש לחבר סיפור קצר שיכלול את כל המילים שהצעתם.  
(אם מילה אחת הופיעה יותר מפעם אחת, יש לכלול אותה כמספר הפעמים בהם הופיעה בכיתה).  
את הסיפורים שחיברתם שילחו במייל תחת הכותרת – **"סיפור כיתתי"**. מי שרוצה יכול לספר את הסיפור שלו בקבוצת הכיתתית.

10. פינה חמה – (ג - ו)

- בימים אלו בהם כולנו ספונים בבתים, קרובים למשפחה ורחוקים מהחברים כל שנותר לנו זה לדמיין איך כולנו מסתדרים.  
משימת כישורי חיים שלכם להיום היא לראיין אחד את השני על **הפינה האהובה עליכם** בביתכם.
  - אנא שילחו לקבוצת הכיתה רעיונות לשאלות אותן נוכל לשאול את חברינו לכיתה בנושא הפינה האהובה עלינו בביתנו. (הילדים ישלחו הצעות לשאלות, המורה תעודד להוסיף תחומי התעניינות).
  - כעת, התקשרו לחבר שאת שמו קיבלתם (המורה תפרסם רשימה בה כתוב לכל אחד למי עליו להתקשר). שימו לב, כל תלמיד יתקשר לחבר מסוים ואליו יתקשר חבר אחר.  
מי שלא יכול להתקשר לחבר שיוודיע לי בפרטי ואבקש מחבר אחר שיחליף אותו.  
בחרו לפחות חמש שאלות מתוך בנק השאלות שיצרנו בכיתה וראינו את החבר.
  - את הראיונות המלאים אנא שלחו לי במייל או שמרו יחד עם כל מה שאתם מכינים עכשיו, והראו לנו כשנחזור, בע'ה, לבית-ספר.

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

- בקבוצת הכיתה אמרו דברי תודה לתלמיד שהתקשר לראיין אתכם. מי שרוצה מוזמן גם לשלוח במייל תמונה של הפינה האהובה עליו בביתו, או לשמור ולהראות כשנחזור לבית-ספר.
- תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חברים לבד – כולנו מוודאים שכל חברי הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

**11. מדעני קורונה –**

תלמידים יקרים. כולנו מאמינים שבע"ה הרפואה והמדע יצליחו לפתח תרופה לנגיף הקורונה ואולי אפילו חיסון כנגדו. עד אז רציתי להציע גם לכם להצטרף למאמץ... היום אני מזמינה אתכם לדמיין שאתם מדענים במעבדה. חישבו והמציאו תרופת פלאים לקורונה, תנו לדמיון שלכם לחגוג, חישבו רחוק, יצירתי ומוזר והמציאו תרופת קסמים לקורונה. את הרעיונות שלכם ספרו בקבוצת הכיתה.

**12. רק רצינו לומר תודה (ג - ו)**

תלמידים יקרים. בימים אלו אזרחי ישראל נשארים בבתייהם ליתר בטחון ולמען בריאות כולנו. היום אבקש מכם לחבר מכתב הערכה לתלמידים כמוכם שנשארו ושנשארים בבידוד למען בריאות כולנו.

**13. שיחת געגוע –**

תלמידים יקרים, היום נפרגן לעצמנו "שיחת געגוע". נתקשר אחד לשני לפי סדר רשימת השמות בכיתה ונשאל:

- מה שלומך?
  - למה אתה הכי מתגעגע בבית הספר?
  - למה אתה לא מתגעגע בבית הספר?
  - בסיום השיחה נאחל משהו טוב לחבר
- מי שלא משיג את החבר או מי שמתקשה לבצע את המשימה אנא פנו אלי ואעזור לו בשמחה.

**תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חברים לבד – כולנו מוודאים שכל חברי הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

**14. טלפון שבור (משחק חברתי) –**

- המורה מתקשרת לתלמידה אחת (שרה) ואומרת לה – את צריכה להתקשר ל...רבקה (בוחרת שם מיקרי מהרשימה) ואת צריכה לומר לרבקה שהסיסמה שלנו היום היא – ואז המורה אומרת מילה מאוד (מאוד) ארוכה.
- אותה תלמידה (שרה) מתקשרת לילדה שאת שמה קיבלה מהמורה (רבקה) ואומרת לה – את צריכה להתקשר ל... רחל (בוחרת שם מרשימת השמות) ואת צריכה לומר לרחל שהסיסמה שלנו היום היא – ואז היא אומרת את מה שהיא זוכרת מהמילה הארוכה שאמרה המורה.
- רבקה מתקשרת לרחל וכך הלאה...
- כל ילדה שהתקשרה לחברה מעדכנת בקבוצה – התקשרתי ל... בשעה... כך זה יראה -
  - המורה – התקשרתי לשרה בשעה...
  - שרה – התקשרתי לרבקה בשעה...

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

○ רבקה – התקשרתי לרחל בשעה...

מוודים זמן ורואים כמה זמן לקח להקיף טלפון שבור כיתתי  
... האחרונה שקיבלה שיחת טלפון אומרת את המילה שהגיעה אליה ובאיזו שעה.  
האם הצלחנו לשמור על המילה הארוכה של המורה? אולי, אבל העיקר שהצלחנו  
ליצור מעגל שיחות כיתתי.  
**תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חברים לבד – כולנו מוודאים  
שכל חברי הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

**15. אני רק שאלה**

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר ודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו  
יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את הרב \_\_\_\_\_ (כל מורה בוחרת רב, שיכולה  
לפנות אליו עם שאלות של תלמידי הכיתה). אמרו לי את שאלתכם, וכשיהיו לי  
תשובות אעביר לכם, ואשתף את כל התלמידים בשאלות רלוונטיות לכל תלמידי  
הכיתה.

**16. אני רק שאלה...**

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר ודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו  
יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את ראש הממשלה. אמרו את שאלתכם בקבוצת  
הכיתה.

**17. אני רק שאלה...**

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר וודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו  
יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את שר החינוך. אמרו את שאלתכם בקבוצת  
הכיתה.

**18. אני רק שאלה...**

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר ודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו  
יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את שר הבריאות. אמרו את שאלתכם בקבוצת  
הכיתה.

**19. שיגרה לא רגילה**

תלמידים יקרים. בהנחיית הממשלה כולנו נשארים בבית, לומדים מהבית ומקווים  
לסייע בכך לצמצם את מעגל הנדבקים בנגיף הקורונה. מי יכול לשתף אותנו בדברים  
לא שגרתיים וחדשים שאתם או משפחתכם עושים בימים אלו של יחד משפחתי?

**20. גם ילדים יכולים לעודד מבוגרים -**

תלמידים יקרים, גם האזרחים המבוגרים נמצאים בביתם, רחוקים מילדיהם  
ומהנכדים.

- חשבו על אדם מבוגר ממשפחתכם שאינו נמצא עמכם באותו בית. נסו לדמיין  
איך עוברים עליו הימים הללו.
- אילו מסרים של עידוד אפשר לומר לאותו אדם? (התלמידים ימסרו בקבוצת  
הכיתה רעיונות למשפטים בוני חוסן ותקווה)
- התקשרו לאותו אדם מבוגר כדי לדרוש בשלומם והביעו באוזניו מסרים בוני  
חוסן ותקווה מבין המסרים שהצענו בכיתה.

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

- עם תום השיחה ספרו בקבוצת הכיתה עם מי דיברתם ואיך הרגשתם אחרי השיחה.

ייעוצות יקרות –

נשמח לקבל גם מכן רעיונות לפעילויות כישורי חיים כיתתיות מותאמות למגזר החרדי ומיעדות ללמידה מרחוק.