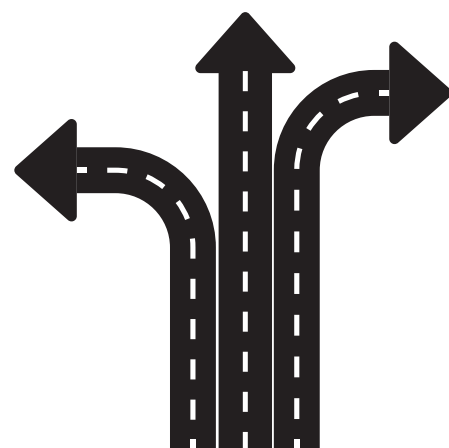


ציוני הדרך להתפתחות



ערכה לכיתות ה'-ו' לסיכום מחצית ראשונה
ולתכנון המחצית השנייה של שנת הלימודים



ציוני הדרך להתפתחות

לצוותי החינוך ולרכזות החברתיות,

לרשותכם ערכת "ציוני הדרך להתפתחות" המקדמת התבוננות רפלקטיבית במחצית השנה ותכנון המחצית הבאה על פי השלבים הבאים:

שלב א. שיתוף בעקבות הטקסט "ציוני הדרך"

שלב ב. יצירת מפת "ציוני דרך" אישית שבה ציוני דרך משמעותיים מהמחצית החולפת (הצלחות, אתגרים, חוויות) וציוני דרך להמשך

שלב ג. בחירת תמרורים המתאימים למסע האישי של כל תלמיד/ה

שלב ד. שיתוף וסיכום

דגשים:

✓ המפה היא שלב מקדים לתמרורים – היא עוזרת לתלמידים להבין את התהליך שלהם לפני העמקה.

✓ בחירה אישית – התלמידים בוחרים את התמרורים שמתאימים להם.

✓ חשוב לייצר אווירה תומכת ומכילה ולעודד שיח מקדם.



שלב א

1. קריאת הטקסט "ציוני הדרך".
2. כל תלמיד יסמן בטקסט או יכתוב במחברת שניים-שלושה משפטים שהוא התחבר אליהם.
3. נקודות לדיון:
 - מה הרגשתם בזמן קריאת הטקסט? מדוע?
 - מה חשבתם? מדוע?
 - שתפו: לאילו חלקים מהשיר אתם מתחברים במיוחד? מדוע?
 - מה למדתם על עצמכם במחצית שנת הלימודים?

שלב ב. "מפת ציוני הדרך שלי"

ציוד נדרש:

בריסטולים או דפי A3. ניתן להשתמש בדוגמאות או לייצר מפה אישית (אפשר לבחור בצורת שביל, כביש אוכל מסלול) מדבקות/סמלים (כוכבים, לבבות, חצים, תמרורים) טושים, עפרונות צבעוניים, דבק, מספרים

משימה אישית:

צרו את מפת הדרך האישית במחצית השנה:

- ✓ יש לשרטט שביל – הדרך יכולה להיות ישרה, מתפתלת או מלאה בצמתים.
- ✓ יש להוסיף תמרורים או ציוני דרך – כל תחנה היא רגע חשוב במסע, לדוגמה:
 - ☀ תמרור ההצלחה – רגע שבו השגת מטרה, אפילו קטנה.

👊 תמרור ההתמודדות – אתגר שהתמודדת איתו.

🔄 תמרור שינוי כיוון – רגע שבו שינית גישה או ניסית דרך חדשה.

❤ תמרור התמיכה – מי או מה עזר לך בדרך? (חבר, מורה, משפחה)

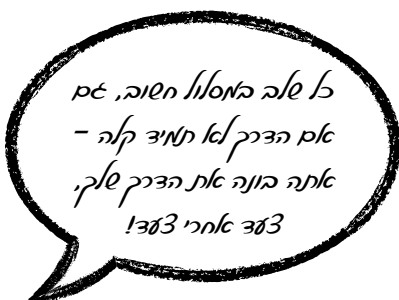
🔧 תמרור הכלים שברשותי – אילו מיומנויות או ידע עזרו לך להתקדם?

🎯 תמרור היעד הבא – לאן אתה שואף להגיע בהמשך?

🌱 פרח הצמיחה האישית – משהו שגילית על עצמך במהלך הדרך.

🚀 המשגר קדימה – מה נותן לך מוטיבציה להמשיך?

✓ יש לצייר את התחנות שבהן עברתם. הן מספרות את סיפור המסע עם רגעי ההצלחה, הלמידה וההתמודדות.





שיתוף במליאה

תלמיד שמעוניין בכך ישתף במפה שלו ובתהליך שעבר.

בחירת תמרורים והעמקה רפלקטיבית:

הניחו בחדר תמרורים שונים (קישור).

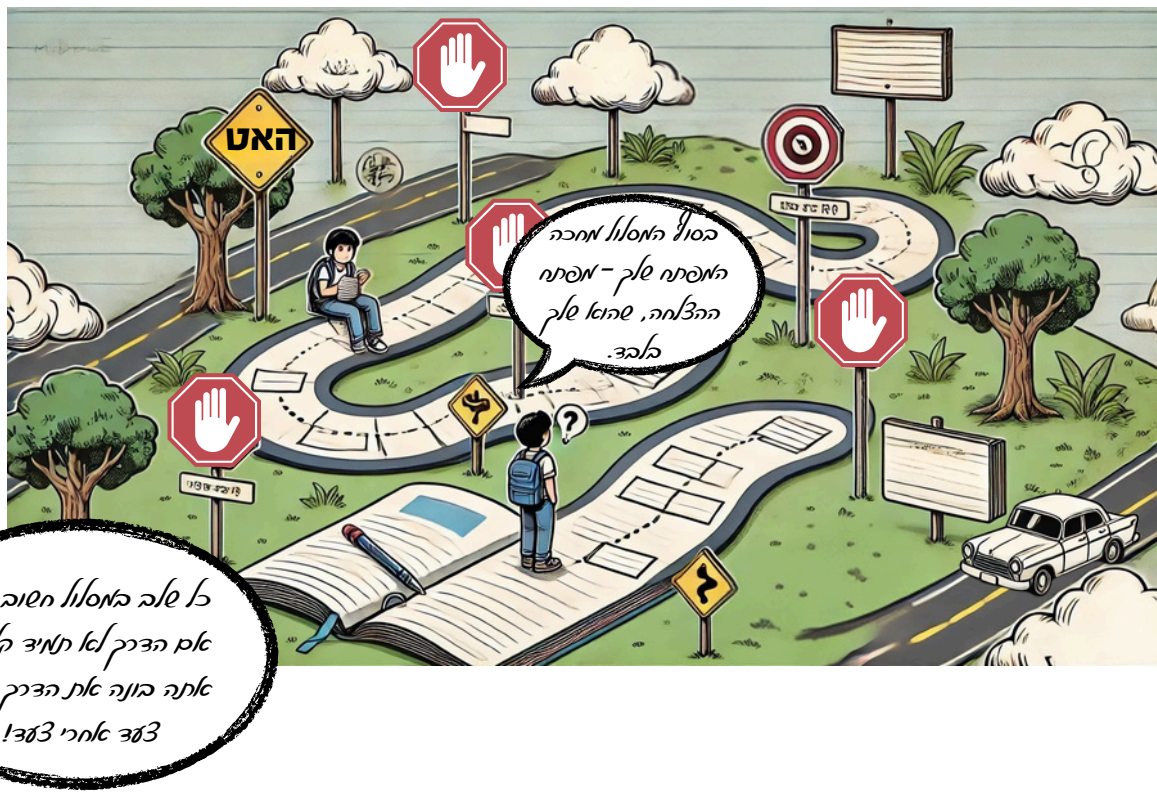
כל תלמיד יבחר 3-4 תמרורים שמתאימים למסע האישי שלו וידרג את עצמו בשלושה מדדים:

מד האתגר (1-6)

מד ההשקעה (1-6)

מד האנרגיה (1-6)

בהמשך, כל תלמיד יכתוב: כיצד התמודד? מה למד? מה יעשה על מנת להשתפר?



למורה:

- ♦ מומלץ לקיים את הפעילות בקבוצות קטנות או בשיח אישי.
- ♦ ניתן לתת לתלמידים לבחור בעצמם את התחנות והתמרורים שלהם, כך שכל מפה תהיה ייחודית ומשמעותית.
- ♦ בסיום הפעילות אפשר לקיים שיח משותף שבו כל תלמיד משתף נקודה משמעותית אחת בהדרך שלו.



ציוני דרך

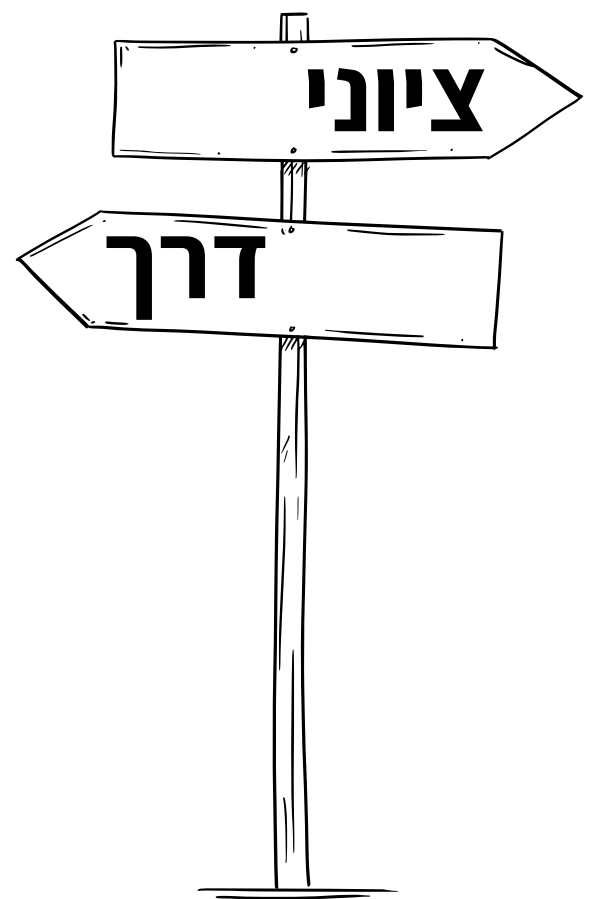
סיומה של מחצית השנה שחלפה,
מעלה בי זיכרונות מדרך יפה,
על חוויות, מחשבות ותובנות
שצברתי בתחנות השונות:

למדתי לוותר כשצריך,
למדתי ללכת עד הסוף.
להמשיך ולצוף על המים,
גם אם בא לי לחזור אל החוף.

למדתי לדעת להקשיב
למדתי גם איך להשיב,
כשבווער מבפנים, להפעיל את הראש,
להגיב בחוכמה ובלי לחשוש.

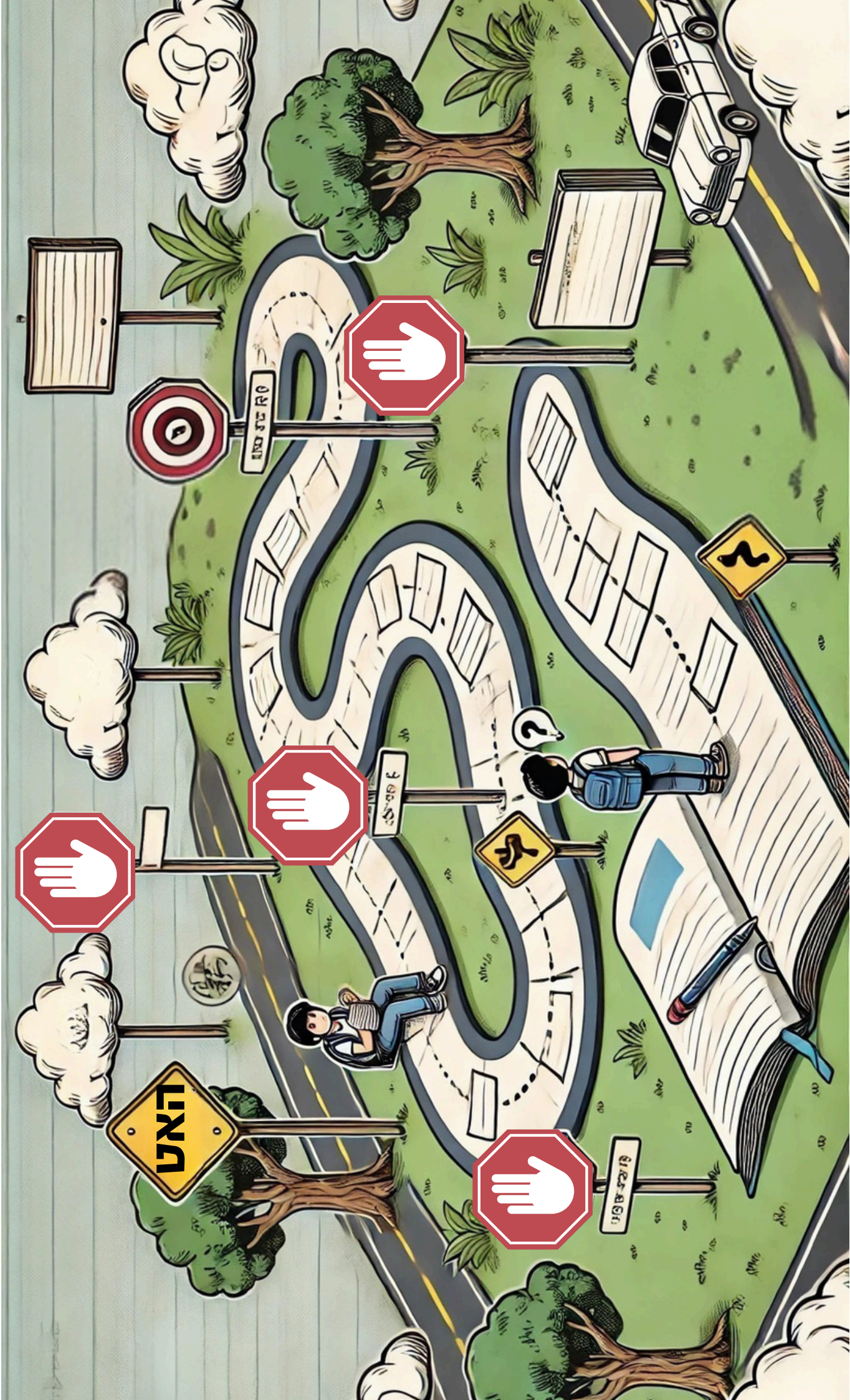
למדתי שעצירה היא חלק מההתפתחות, שטעויות - הן הזדמנות
והכי חשוב להתאזר בסבלנות!
הבנתי שאפשר לקום מכל נפילה,
כי היכולת לתקן היא דבר נפלא.

למדתי שבתעודה, מעבר להערכות ולציונים,
חשוב שציוני הדרך, יישארו מסומנים.
כדאי לכוון בצמתים הבאים לבחירות הנכונות,
לא לחפש אשמים ולא לבוא בטענות.
לדעת מה לשמר ומה לשנות,
ולהישאר אני - להמשיך לחזק ולבנות.
התעודה היא רפלקציה, כמו מראה,
מראה לי את ציוני הדרך להצלחה במחצית הבאה.





מפת צווי הדרך





במהלך הפעילות תתבקש/י להתבונן על עצמך דרך כל תמרור במפת הדרך ולדרג את מצבך בשלושה תחומים שונים.

המטרה היא לסייע לך לזהות מה עוזר לך להתקדם ואיפה כדאי לך להשקיע כדי להשתפר.

לכל תמרור יש שלושה מדדים שעליכם לדרג מ-1 (נמוך) עד 6 (גבוה):



מד האתגר

- מד האתגר בוחן כמה קשה או מאתגר היה עבורך להתמודד עם הנושא שהתמרור מציג. שאל/י את עצמך: כמה מאמץ

נדרש ממני?

- האם זה היה תחום שקל לי בו, או שהוא דרש ממני להתמודד עם משהו חדש?



מד ההשקעה

- מד זה מתייחס לכמה השקעת בנושא שהתמרור מציג. שאל/י את עצמך: האם באמת הקדשתי את הזמן והמאמץ

הדרושים?

- האם הייתי ממוקד/ת במשימה ומחויב/ת לה או למטרה שעמדה מולי?



מד האנרגייה

- מד האנרגייה בוחן את מידת המוטיבציה והאנרגייה שהייתה לכם במהלך הדרך. שאלו את עצמכם: עד כמה הייתי מלא

מרץ ונחישות להתמודד?

- האם הייתי מרוכז ומלא כוחות, או שחשתי עייפות או חוסר מוטיבציה?

לסיים, חשוב לברר:

- מה עזר לי להעלות את ה"מדים"?

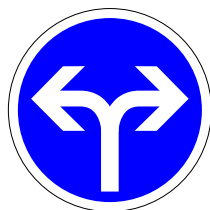
- איך אפשר לשפר את המצב באזורים שבהם הדירוג היה נמוך?

- זו הזדמנות ללמוד על עצמך ולציין לעצמך "ציוני דרך" אישיים להמשך!





נבחר את ציוני הדרך שלנו במחצית



צומת לפניך

מתי במחצית הזו עמדת מול "צומת דרכים" שבה היית צריך לבחור בין כמה אפשרויות? אילו אפשרויות עמדו בפניך בצומת הזה?

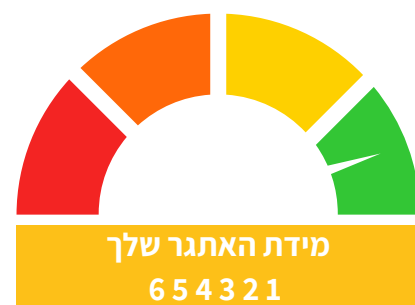
באיזו דרך בחרת בסופו של דבר?

מה עזר לך להחליט? עצה של מישהו? תחושת בטן? משהו אחר?

האם ההחלטה שקיבלת הביאה לתוצאות שרצית? מדוע כן? מדוע לא?

אם היית שוב באותו צומת, האם בחירתך הייתה משתנה?

איך אפשר להיעזר בניסיון הזה בצמתים הבאים בדרכך?





נבחר את ציוני הדרך שלנו במחצית



אין כניסה

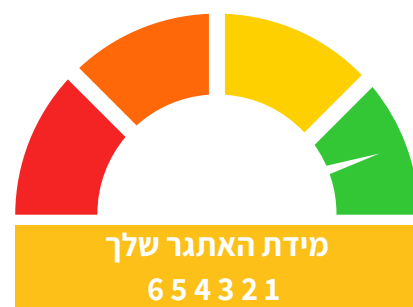
האם היו רגעים שבהם הרגשת שיש "אין כניסה" בלב שלך? (למשל, הימנעות ממה שהרגיש לך קשה או מאיים).

מאילו סיטואציות נמנעת?

מה הרגשת אז? מה גרם לך להימנע? פחד? חשש שלא תצליח?

אם היית יכול לחזור לרגע הזה, האם היית מנסה "להיכנס" בכל זאת? מה היית עושה אחרת?

איך לדעתך תוכל בפעם הבאה להתמודד עם התחושות הללו ולעבור את "מחסום אין הכניסה"?





נבחר את ציוני הדרך שלנו במחצית



עצור

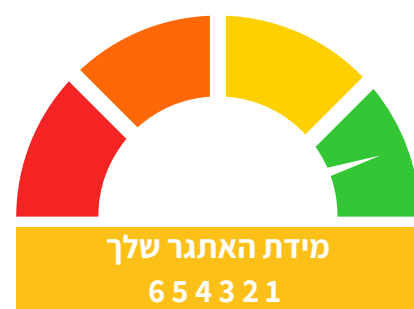
באיזה רגע במחצית הזו עצרת לחשוב לפני שקיבלת החלטה?

מה גרם לך לעצור? האם משהו שחששת ממנו או שרצית להבין טוב יותר?

כשעצרת, מה למדת על עצמך? האם העצירה עזרה לך לבחור נכון יותר?

האם היו מקרים שבהם פעלת בלי לעצור? מה קרה בעקבות זאת?

אילו דברים היית רוצה לעצור ולחשוב עליהם יותר במחצית הבאה?





תן זכות קדימה

האם היה לך רגע במחצית הזו שבו נאלצת לתת "זכות קדימה" למשימה חשובה לפני משהו כיפי שרצית לעשות?

איך הרגשת?

איך הצלחת להתגבר על הרצון לעשות קודם את הדבר המהנה?

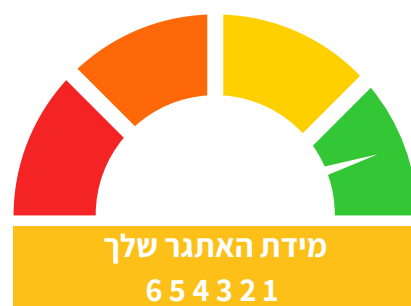
האם קרה שבחרת לעשות קודם את הכיף, ואחר כך התקשית להשלים את המשימה? מה למדת מזה?

האם היית מוכן לוותר על משהו שרצית מאוד כדי לעזור לחבר או להקשיב לו?

מה הייתה ההרגשה כשוויתרת על משהו שרצית לטובת מישהו אחר?

אילו רגעים גרמו לך להבין שהמתנה או ויתור לפעמים שווים את התוצאה?

איך אפשר להפעיל את "תן זכות קדימה" בחיים שלך במחצית הבאה במשימות? בלמידה? ביחס לאחרים?





"עבודות בכביש"

מה היה הפרויקט או המקצוע שבו עבדת הכי קשה במחצית הזו?

מה עזר לך להמשיך לעבוד גם כשזה היה קשה?

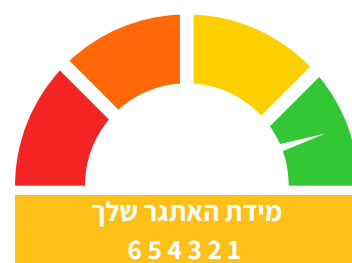
אילו דברים גורמים לך מוטיבציה להתחיל או להמשיך לעבוד על משהו?

האם קרה שהרגשת ירידה במוטיבציה? איך התמודדת עם הירידה?

איזה תמריץ פנימי או חיצוני עזר לך להשלים את "עבודות הכביש" שלך?

אם היו "מכשולים בכביש", מה עזר לך לעבור אותם?

איך אפשר להשתמש במקורות המוטיבציה שלך גם בתחומים אחרים בחיים?





האט

האם היה רגע במחצית הזו שבו עצרת כדי להאט את הקצב? (בלימודים, בחברות ועוד...)

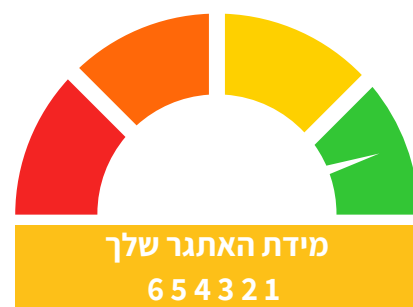
מתי היה לך צורך לקחת רגע לנשום ולהירגע?

איך ההאטה עזרה לך להבין דברים טוב יותר או לפעול אחרת?

האם היו מצבים שבהם פעלת מהר מדי? איך זה השפיע על התוצאה?

באילו רגעים היה רצוי להאט?

מה למדת על עצמך ברגעים שבהם אפשרת לעצמך להאט ולא למהר?





"איסור פרסה":

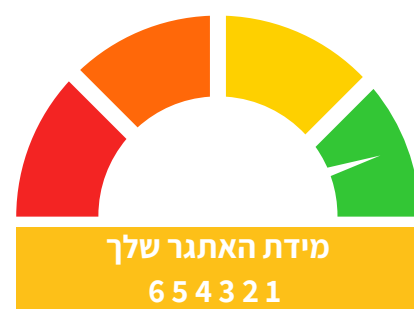
האם היו רגעים במחצית שבהם רצית "לחזור אחורה" במקום להתמודד?
(למשל, ויתור על משימה, חזרה להרגלים ישנים או הימנעות מאתגר חדש).

מה גרם לך לרצות לחזור אחורה? (פחד מכישלון? קושי להתמודד עם אתגר? תחושה שזה לא אפשרי?)

מה קרה כשבחרת לא לנסות משהו חדש או כשויתרת באמצע הדרך? איך הרגשת אחרי זה?

בפעם הבאה שתיתקל/י במצב דומה, מה תוכל/י לעשות?
(לדוגמה: למצוא פתרון יצירתי, לבקש עזרה, לתת לעצמך זמן להתארגן).

מה למדת מהמקרה הזה על החשיבות של המשך ההתקדמות? איך ניתן להפוך את הקושי להזדמנות?





סיבוב חד

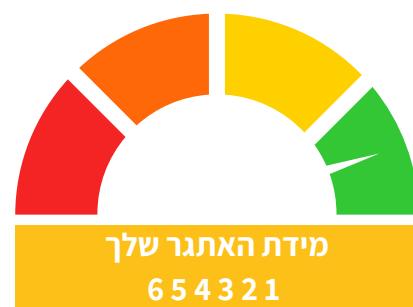
האם היה רגע שבו הרגשת שהדרך שבחרת לא מובילה אותך אל היעד?

מה גרם לך להבין שצריך "לסובב את ההגה" ולשנות כיוון?

איזו דרך חדשה ניסית? האם היה לך קל או קשה לשנות גישה?

איך השינוי שעשית השפיע על התוצאה?

האם יש התמודדות שמצריכה לחשוב אחרת או לנסות גישה חדשה?





המשך ישר

האם הייתה מטרה שהחלטת להתרכז בה במהלך המחצית הזו? מה הייתה המטרה?

אילו אתגרים או הסחות דעת עמדו בפניך בדרך? איך הצלחת להתמודד איתם?

האם היו רגעים שרצית "לרדת מהמסלול"? מה עזר לך להמשיך ולהתקדם?

מה עזר לך לשמור על מיקוד במטרה שלך?

איך ההתמדה שלך השפיעה על התוצאה הסופית?

האם יש מטרה נוספת שהיית רוצה להתמקד בה? איך ניתן ליישם את מה שלמדת על התמדה?





הצעות להתבוננות מטאפורית בתמזורים



- לעודד מודעות עצמית: להדגיש את חשיבות העצירה כדי לחשוב לפני פעולה.
- לחזק סבלנות ואיפוק: להראות שתמיד יש ערך בלתת לעצמנו זמן לעבד דברים.
- לשאול: "מה היית רוצה להאט בחיים שלך? איך זה יכול לעזור לך להגיע למטרה?"



"עבודות בכביש"

- חיזוק מיומנויות ניהול זמן: להבין מה חשוב ודחוף ומה פחות.
- סדר עדיפויות: לחשוב איך להתארגן טוב יותר בעתיד ולהיות מודעים לסדר העדיפויות.
- חיבור אישי: להבין איך הבחירות וסדר העדיפויות משפיעים על התוצאות ועל ההרגשה האישית.
- לשאול: "מה יקבל עדיפות גבוהה יותר במחצית הבאה ואיך נוודא שכך יקרה?"



תן זכות קדימה

- ויתור: לשוחח על יתרונות הויתור ותרומתו למערכת היחסים.
- חיבור ליום-יום: להתמקד בדוגמאות קטנות ומעשיות מחיי היום-יום.
- לשאול: "מה הדבר הקטן ביותר שתוכל לתת לו 'זכות קדימה' השבוע?"



צומת לפניך

- בחירה בתהליכי קבלת החלטות: לשוחח על התמודדות במצבי בחירה.
- למידה להמשך: לחשוב איך ליישם את הלקחים של בחירות העבר.
- לשאול: "מה למדת על עצמך מהבחירה שעשית בצומת הזה?"



אין כניסה

- לעורר מודעות: הילד יזהה רגעים של המנעות ויבין מה גרם לו להימנע.
- לתת כלים: לחשוב איך להתמודד עם מצבים דומים בעתיד.
- לחזק ביטחון עצמי: להראות להם שהימנעות היא טבעית, אבל אפשר גם להתגבר עליה.
- "מה היית אומר לעצמך כדי לשכנע אותך 'להיכנס' בפעם הבאה?"



הצעות להתבוננות מטאפורית בתמורות

- **ויסות ואיפוק:** לשוחח על חשיבות העצירה למחשבה לפני פעולה.
- **מודעות עצמית:** לשוחח כיצד העצירה יכולה להיות גם מתוך בחירה.
- **התפתחות:** לברר כיצד העצירה מהווה אמצעי לגדילה ולשיפור אישי.
- **לשאול:** "מה הדבר הכי חשוב שלמדתי כשעצרתי לחשוב?"



עצור

- **לעורר מודעות:** לזהות מצבים שבהם נעשתה בחירה לחזור אחורה או לוותר.
- **לחזק אחריות אישית:** לחשוב על הבחירות וההשלכות שלה.



איסור פרסה

- **לטפח התמדה וגמישות מחשבתית:** ללמד כיצד ניתן להתמודד עם קושי ולהמשיך קדימה במקום לוותר.
- **לעורר השראה לחשיבה קדימה:** להפוך חוויות של חזרה אחורה למנוף לצמיחה אישית ולהתמודדות חיובית בעתיד.

- **לעורר מודעות לגמישות מחשבתית:** לעודד את התלמידים לזהות מתי הדרך שבה הם פועלים לא עובדת ולהבין ששינוי כיוון אינו כישלון אלא הזדמנות.
- **לפתח כישורי פתרון בעיות:** ללמד את התלמידים לבחון אתגרים בדרכים יצירתיות ולהתנסות בגישות חדשות.
- **לעודד ביטחון בשינוי:** להפחית את הפחד משינויים ולהראות כיצד הם יכולים להיות חלק מהצלחה.



סיבוב חד

- **לחזק את ערך ההתמדה:** לעודד את התלמידים להמשיך להשקיע ולהתמקד, גם כשזה לא קל.
- **לטפח מיקוד במטרה:** לעזור לתלמידים להבין איך להישאר נאמנים למטרותיהם גם מול אתגרים.
- **להעלות מודעות להסחות דעת:** ללמד לזהות את מה שמפריע להתקדמות ולהתמודד איתו.
- **לפתח אחריות אישית:** להראות איך התמדה ועקביות מובילות להצלחה.



המשך ישר