

תלמידי כיתות ג - ו



אופי: א-סינכרוני



עזרים - אין



זמן חיבור

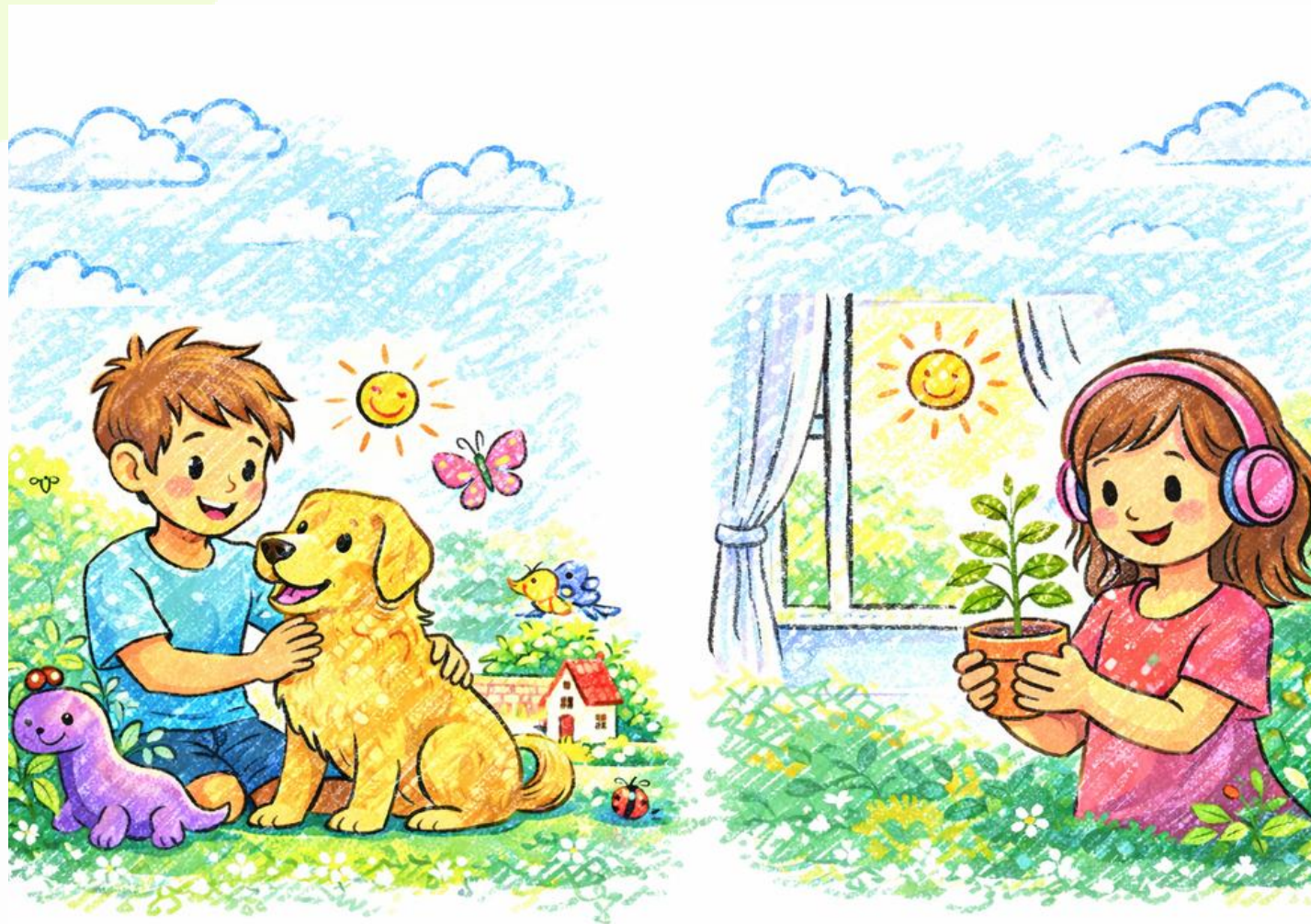
מטרות

סדרת פעילויות קצרות וא-סינכרוניות לחיזוק תחושת השליטה, הנראות והשייכות הכיתתית של התלמיד. המשימות מיועדות לביסוס יציבות ונוכחות דרך צילום, זיהוי משאבי חוסן אישיים וקבוצתיים ושימור הקשר החברתי ללא צורך בשיח ישיר, במטרה להעצים את תחושת המסוגלות והפעלנות של התלמידים.

הנחיה למורה: הפעילויות במצגת זו מעודדות את תלמידים לפעול בסביבתם הקרובה. השיתוף בסוף התהליך הוא ה"עוגן" החברתי שמאפשר להם להרגיש שייכים גם מרחוק.

ניתן לשתף את התלמידים בפעילות אחת בכל פעם לקראת המפגש הבא.





צילום ממרחק נגיעה עוצרים רגע להסתכל סביב

לפעמים כשהכול מסביב קצת רועש או לחוץ, הכי טוב זה פשוט לעצור ולהסתכל על הדברים הקטנים שטובים לנו.

המשימה: צאו לסיבוב קצר בבית או במרחב המוגן. חפשו דבר אחד שגורם לכם לחייך - או דבר אחד שגורם לכם להרגיש חזקים ורגועים. זה יכול להיות צעצוע, עציץ, השמש בחלון או אפילו הכלב שלכם.

מצלמים ומשתפים



כותבים

הוסיפו הסבר קצר מדוע בחרתם
לצלם דווקא את זה



מעלים

העלו את התמונה לקלאסרום הכיתתי



מצלמים

צלמו בעזרת מכשיר סלולרי



תיבת הכלים של הלב בונים את תיבת הכלים של הלב

לכל אחד מאיתנו יש "כוחות על" קטנים שעוזרים לו לעבור ימים פחות נעימים. אלו דברים שעוזרים לנו להעביר את הזמן או פשוט להרגיש יותר טוב.
דוגמאות: לשחק בלגו, לשחק במחשב, להכין שוקו חם, לקרוא ספר או לדבר עם חבר.

הרשימה המנצחת

כתבו 3 דברים שעזרו לכם להרגיש טוב יותר ביומיים האחרונים.



הוסיפו ליד כל דבר אימוג'י שמתאים לו במיוחד.



העלו את הרשימה לקלאסרום.



זכרו: הרעיונות שלכם יכולים לעזור לחברים אחרים למצוא דברים חדשים שישמחו אותם!





פלייליסט של תקווה שיר שעושה את ההבדל

שמתם לב שלפעמים שיר אחד יכול לשנות את מצב הרוח?
מוזיקה היא דרך מעולה להתחבר אחד לשני גם כשאנחנו לא באותו החדר.

המשימה: חשבו על שיר אחד שנותן לכם כוח, שמרגיע אתכם
או שפשוט כיף לכם לשמוע עכשיו.



לינק

אם יש לכם קישור ליוטיוב - צרפו
אותו.



פרטים

היכנסו לקלאסרום וכתבו את שם
השיר, את שם הזמר או הזמרת
ומה אתם אוהבים בשיר.

בינגו מהלב



בכל פעם שסיימתם משימת בינגו - סמנו X בלוח. ✓

המטרה היא להשלים את כל 9 המשימות בלוח. 🏆

שתפו במפגש הבא שלנו באיזה תאריך ושעה סיימתם! 📺

להתקשר לחבר או לחברה מהכיתה ולשאל "מה שלומך?"	לעזור בסידור השולחן או בפינוי הכלים בסיום הארוחה	להכין פתק עם ציור או מילה טובה ומשמחת ולתלות בבית
לתת מחמאה אמיתית למישהו שנמצא איתכם בבית	להכין נשנוש או שתייה לבן משפחה	לסדר פינה אחת בבית
להתקשר לסבא, לסבתא או לדודים ולשאל: "מה שלומכם?"	לשלוח הודעה מצחיקה או סרטון נחמד לחבר או חברה	להגיד "תודה" מכל הלב למישהו בבית

סיימתי את כל המשימות בלוח הבינגו בתאריך _____ שעה: _____

