סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

בדגש על טיפוח ביטחון ובטיחות

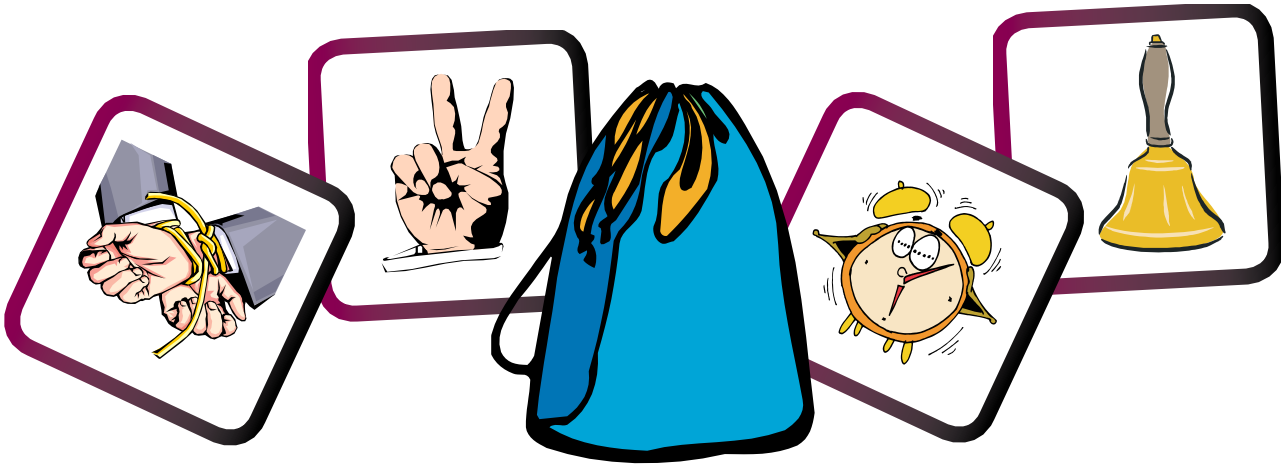
"סוגרים שנה" - קצר ולעניין...

"החיים אינם מסדרון ישר וקל שבו אנו נעים בחופשיות, בלא קושי, אלא מבוך של מעברים שאנו נאלצים לגשש ביניהם את הדרך..." (א' קרונין).

אדם נפרד בשנות חייו מאנשים, ממקומות, מתקופות, ממסגרות ועוד.
גם מעגל החיים הבית-ספרי מאופיין בפרידות ובמעברים צפויים וקבועים: מכיתה לכיתה, מש"כבה לשכבה, ממורה למורה ועוד. דפוסי ההתמודדות של הלומדים עם פרידות אלה מושפעים מהפרידות ומהמעברים שחוו בעבר ומהאופן בו הם תופסים את הפרידה ואת השינויים שהיא טומנת בחובה.
סיום שנת הלימודים והמעבר לכיתה גבוהה יותר מהווים הזדמנות להתבוננות רפלקטיבית בהת"נסויות, בחוויות וברגעים שהיו בשנת הלימודים שחלפה ולשיתוף ברגשות ובמחשבות ביחס למ"עבר ולשינויים הצפויים. חשוב לבחון עם הלומדים את דפוסי ההתמודדות שהם בוחרים לאמץ תוך מתן לגיטימציה לשונות ולהרחבת רפרטואר דפוסי ההתמודדות האפשריים במצבי סיום ופרידה. בנוסף, יש לציידם בכלים שיעניקו להם תחושת ביטחון ביכולתם להתמודד עם השינויים הצפויים.

מודל ההפעלה

"מה בתרמיל?" - כלי לבחינת תפיסות העולם, הרגשות ודפוסי ההתמודדות עם מצבי סיום, מעבר ופרידה.



משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

א. "יוצאים לדרך" – בירור תפיסות עולם בעקבות שיר

הקראת/השמעת השיר: "יוצאים לדרך" מילים: לאה נאור, לחן: נורית הירש (המופיע באתר).

- "אם אתה יוצא לדרך" - המשוררת פונה לאנשים היוצאים לדרך וממליצה להם לקחת עמם "צידה" לדרך. אלו דברים היא מציעה להם להכניס לתרמיל? מה לפי דעתכם מייצגים דברים אלה? (פרטו גם את ההנחיות המיוחדות ביחס לכל אחד מן הדברים).

חלום -

עשוי לייצג: תפילה, משאלה, ציפייה, תקווה, פנטזיה, אמונה ועוד.

הנחיות מיוחדות - "לא כבד מדי", <u>פרשנות אפשרית</u>: חלום שהוא בהישג יד, ריאלי, בר מימוש ועוד.

שמחה -

עשויה לייצג: אופטימיות, מצב רוח טוב, התרגשות לקראת הבאות ועוד.

הנחיות מיוחדות - "לא גדולה מדי", <u>פרשנות אפשרית</u>: שמחה מתונה על מנת שלא להתאכזב בהמשך, שמחה גדולה מדי עלולה לגרום למטיילים להתעלם מהסיכונים שבדרך או לא לזהות אותם.

שיר -

עשוי לייצג: שיר לכת המלווה את המטיילים בדרך, מזמור פנימי חרישי המתנגן בלב כמו תפילה אישית או זיכרון מהמקום אותו עזבו.

הנחיות מיוחדות - "לא ארוך מדי", <u>פרשנות אפשרית</u>: שיר שקל לזכור את מילותיו, שיר המפרט באריכות את העבר עשוי להכביד על רוח האדם במסע ועוד.

- מהו היעד של היוצאים לדרך? מה מייצגים ההרים עבורם? (פסגה, נקודת שיא, שלב בדרך לפסגה נוספת, אתגר/מטרה שהציבו לעצמם ועוד).
- "יש נופים יפים בדרך" - מהם הנופים בדרך? (דמויות חדשות/מוכרות, סביבות חדשות ו/או סביבות המוכרות להם מדרכים אחרות בהן פסעו, חוויות חדשות או כאלה שכבר חוו, למידות חדשות, תמרורים, ציוני דרך ועוד).
- "התרמיל מושך למטה" - למה הכוונה? (התרמיל עשוי להכביד על ההתקדמות או לבלום אותה) מה בתרמיל עלול "למשוך למטה"? (שמחה גדולה מדי, חלום גדול מדי, שיר ארוך מדי, פחדים, עכבות, זיכרונות שליליים מדרכים ומהתנסויות אחרות, דברים מיותרים שהמשוררת ממליצה "לזרוק לרוח" ועוד).
- מה בין השיר לבין סיום שנת הלימודים והיציאה לחופשת הקיץ? (הדרך אל ההרים עשויה לייצג את המסלול בו נצעד בשנת הלימודים הבאה, התרמיל עשוי לייצג את ה"צידה" אותה נושאים עמם הלומדים/המורים/ההורים.)

הוראות: השיר מצמן דיון על אופני פרידה מהמוכר ויציאה לדרך חדשה תוך יצירת הרחקה והתייחסות למעט אותן מוויים אחרים (המטיילים בשיר). באמצעות בחינת סוגיות במעט של האחרים ניתן להגיע מושגים הקשורים למעבר ויציאה לדרך חדשה כמו: משאלות, תלוונות, רגשות, ציפיות, ציפיות מהמעבר שהם עברינת המטען עמו יוצאים לדרך.

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "מפתח הל"ב" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתי"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

ב. מה בתרמיל של המורים והלומדים?

- מה עשויים מורים ולומדים לשאת בתרמיל שייקחו איתם לחופשת הקיץ ולשנת הלימודים הבאה? מדוע? (התייחסו לדברים שהם בוחרים לשים בו בצורה מושכלת ומודעת או לדברים שכבר נמצאים בתרמיל כתוצאה מהתנסויות העבר.)

למנחה:

הנח/הניחי במרכז המליאה את אירוע "מה בתרמיל?" (המופיעים בהמשך) והצמן/הצמיני את המשתתפים לבחור באירוע שאותו יניחו בתרמיל תוך נימוק הבחירה: בחרתי באירוע המצויר... כי בה מייצג עבורי... (תחושות כמו..., התנהגויות כמו..., אירועים/חוויות כמו..., החלטות כמו... ועוד)

- ריכוז תובנות בעקבות דיווחי המשתתפים - בדברים שהועלו במליאה ניתן לזהות:
- רגשות מגוונים המתלווים למצבי מעבר ופרידה.
- דפוסי התמודדות שונים המאפיינים את התנהגות הפרט במצבי מעבר ופרידה.

היודעתם?

התרמיל עמו יוצאים מורים ולומדים לדרך מבשה מכיל: רגשות, דפוסי התמודדות מוקלות יכולות, ציפיות, משאלות לב ועוד.

חלק מאכלוסת התרמיל הוא המטען אותו הם נושאים מהשנה שחלפה ומאתגרי מעבר ופרידה בעברם.

חלק אחר של האכלוסה הוא הציפיה שצמרו להכניס לתרמיל לקראת שנה"ל הבאה.

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

ג. דפוסי התמודדות בפרידה

בדברים שבוחרים באי בית-הספר לשים בתרמיל בסיום שנה ניתן לזהות דפוסי התמודדות שונים במצבי סיום ופרידה כמו:

שיתוף אחרים בסביבה ברגשות, בהתלבטויות, בציפיות ועוד.

עשייה יצרנית, פעלתנות חיובית: ישנם לומדים שדווקא לקראת סיום שנה"ל משקיעים בלמידה על מנת לשפר את הישגיהם כך ששנה זו תיחשב ותיזכר כשנת הצלחה והתקדמות וכדי להעלות את מידת המוכנות שלהם לשנה"ל הבאה.

איתור דרכים לשמירה על קשר ולטיפוח הקשרים החברתיים גם בחופשת הקיץ.

ירידה בתפקוד הלימודי: אי הכנת שיעורי בית, אי הבאת ציוד, הימנעות ממילוי מטלות ועוד.

תלות יתר במורה/בקבוצה.

דחיית המורה שלא ממשיך עם הכיתה: "שיעבור לכיתה אחרת, מי צריך אותו?" "הוא בכלל לא יודע ללמד", "יש מורים טובים יותר" ועוד.

התכחשות לסיום, רצון להיאחז בקיים, במוכר ובידוע.

התמרדות והתרסה: אי ציות להוראות ולכללים, אדישות, חוסר מעורבות, אינטראקציה נמוכה ועוד.

נסיגה להתנהגויות קודמות.

אלימות/התנהגות הרסנית/תוקפנות כלפי: חבר, מורה, ציוד, פעילות ועוד.

הסתגרות פיזית ורגשית.

בכי

ד. תפיסות עולם, רגשות, התנהגויות ומה שביניהם

ניכוס וגבולות לאנשה:

- התנהגות הפרט בסיום ובפרידה מושפעת מתפיסת עולמו ביחס לפרידה.
- תפיסת עולמו של הפרט מושפעת מניסיון העבר שלו, ממשאלותיו, מציפיותיו מעצמו, מציפיות האחרים ממנו ועוד.
- סיום ופרידה מלווים ברגשות שונים העשויים להשפיע על דפוסי ההתמודדות של הפרט בפרידה.
- אותו דפוס התנהגות עשוי לנבוע מרגשות שונים - למשל: שני לומדים נוקטים בדפוס התמודדות של עשייה כאשר האחד מונע מתחושת פחד והאחר מתחושת שמחה.

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

ה. מקומו של המורה במעברים ובפרידות במעגל החיים הבית-ספרי

לאור הדברים שעלו בדיון, מה מקומו של המורה בהכשרת הלומדים להתמודד עם מצבי מעבר ופרידה במסגרת הבית-ספרית? (מכיתה לכיתה, משכבת גיל לשכבת גיל, ממורה למורה, ממבנה למבנה, מיסודי לחטיבה מהחטיבה הצעירה לבית-הספר ועוד).

על המורה:

- לאפשר הצפת מגוון רגשות תוך מתן לגיטימציה לשונות.
- להרחיב את רפרטואר דפוסי ההתמודדות של הלומדים.
- לזהות את החוזקות והכוחות העשויים לסייע להם בהתמודדות.
- ליצור ריטואלים כמו: טקסים, ערב הורים, מסיבות כיתתיות, הענקת תעודות/אותות ועוד.
- לתעד ולאפשר התבוננות רפלקטיבית באירועים ובהתנסויות מתוך השנה שחלפה.
- להפחית את הלא מוכר ואת חוסר הוודאות שבמעבר (להראות להם את המבנה בו ילמדו, להפגיש אותם עם המורים המקצועיים החדשים ועוד).
- להעצים את תחושת הביטחון של הלומדים ביכולתם להתמודד עם הפרידה, המעבר והשינויים שהם טומנים בחובם.

ו. זרקור על אודות המודלים המוצעים לטיפוח תחושת הביטחון של הלומדים:

הדוגמאות היישומיות המלוות את הסילבוס לשעת חינוך בחודש תמוז כוללים מודלים לדיון ולהתנסות סביב היבטים חברתיים-ערכיים הנגזרים מסיום שנה, ממעבר ומפרידה. מודלים אלה מזמנים (כמפורט בטבלה שבהמשך):

- העלאת רגשות ומחשבות "במבט לאחור ובתקווה לעתיד".
- התבוננות בשנה שחלפה מתוך התכוונות לחופשה ולשנת הלימודים הבאה.

?היודעתם

למערכת החינוך מקום חשוב בהכשרת הפרט להתמודד עם מצבי מעבר ופרידה באופן מצמיח, ערכי ומקדם.

התמודדות מושכלת ומועצמת עם מצבים אלה עשויה להשפיע על האופן בו הפרט ינהל בדרכו הבאה ועל האופן בו יתמודד במצבי הפרידה שבפניהם יעמוד. מחקרים מלמדים שהתמודדות מוצלחת עם מעבר ופרידה עשויה "לתקן" ציכרונות לא נעימים מפרידות שחווה הפרט בעברו.

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

יוצאים לדרך

מילים: לאה נאור לחן: נורית הירש

אם אתה יוצא לדרך
העולה אל ההרים,
היזהר שלא תיקח
איתך דברים מיותרים.

פזמון:
קח חלום –
לא כבד מדי,
ושמחה –
לא גדולה מדי,
וגם שיר
לא ארוך מדי.
זה די.

יש נופים יפים בדרך
העולה אל ההרים.
התרמיל מושך למטה,
פה עוזרים רק השירים.

פזמון: קח חלום...

לא אכפת לי מה ארזת
ואת מה אתה אוהב.
מה שבאמת חשוב
זה מה שיש לך בלב.

פזמון: קח חלום...

שב לנוח. זרוק לרוח
את כל מה שמיותר,
ועכשיו בלב בטוח
קח איתך מה שנשאר.

פזמון: קח חלום...

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב" תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

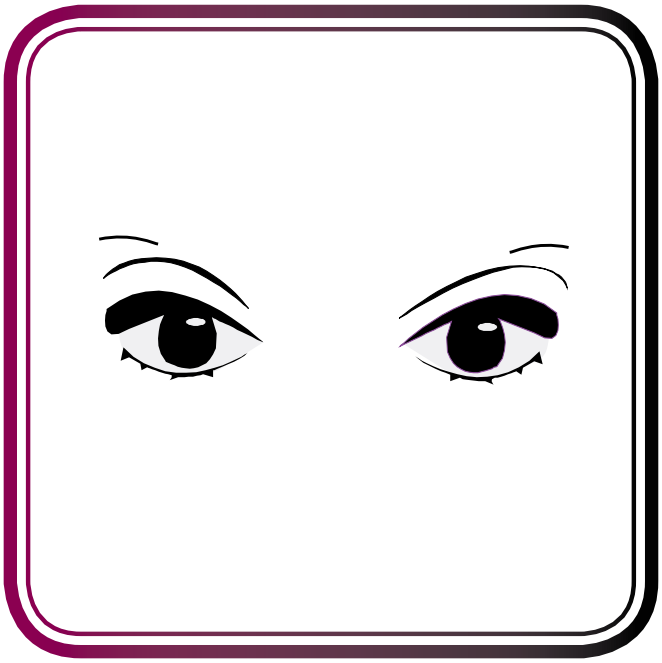
קלפי "מה בתרמיל?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

האיורים שלפניכם עשויים לרמז על "צידה לדרך".

הזמן/הזמיני את המשתתפים לבחור באיור שאותו יניחו בתרמיל תוך נימוק הבחירה: בחרתי באיור המציג...

כי זה מייצג עבורי... (תחושות כמו..., התנהגויות כמו..., אירועים/חוויות כמו..., החלטות כמו... ועוד)



משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

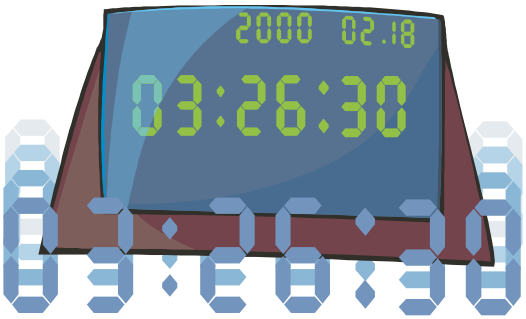
קלפי "מה בתרמילך?"

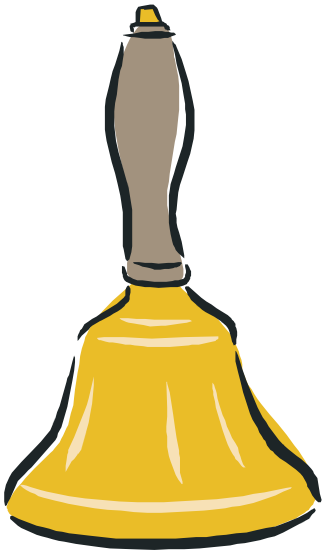
סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

קלפי "מה בתרמילך?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

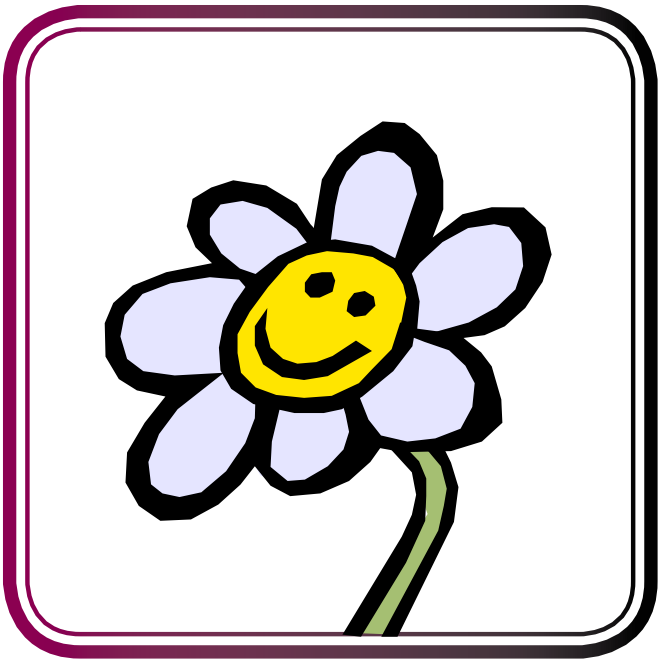




משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

קלפי "מה בתרמיל?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"



משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

קלפי "מה בתרמילך?"

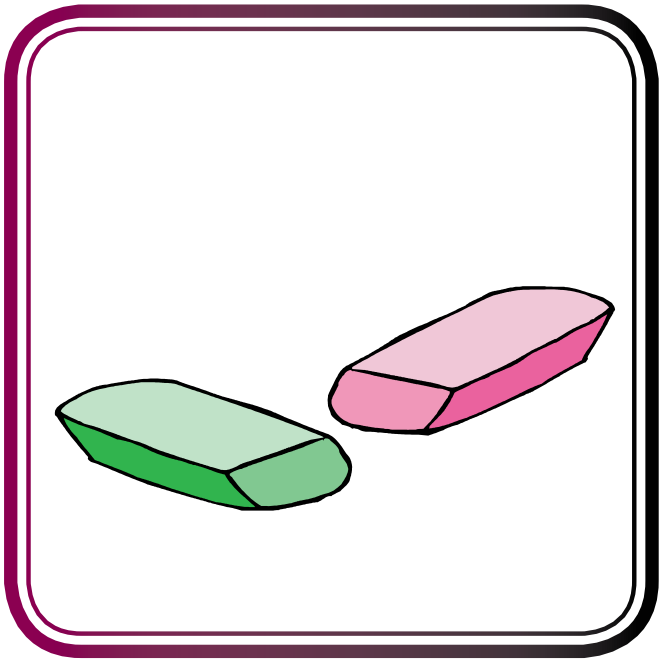
סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

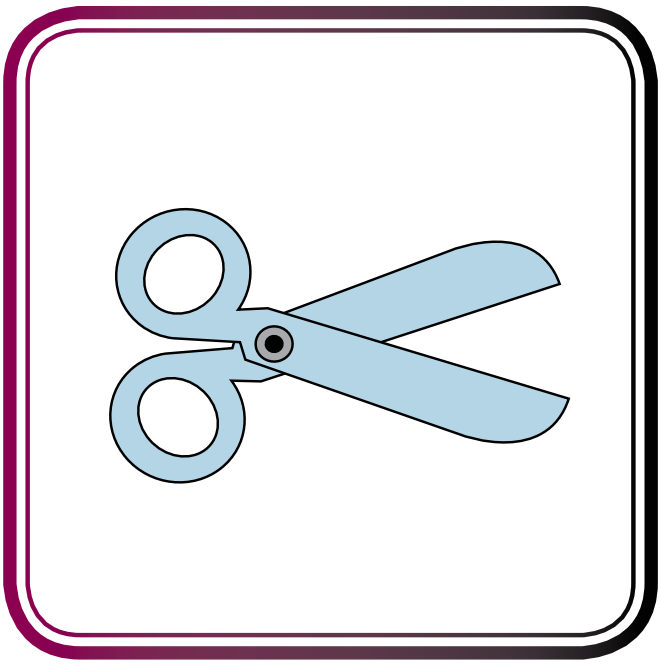
תעודת הוקרה

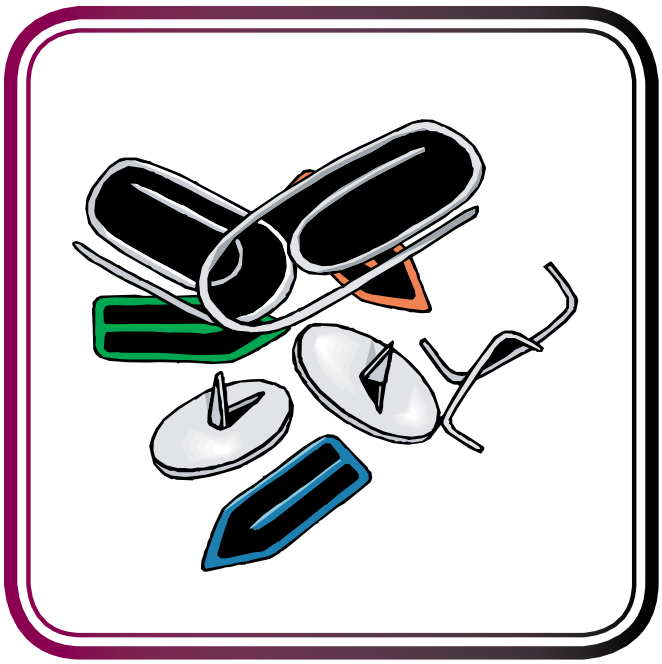
משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

קלפי "מה בתרמילך?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"







משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

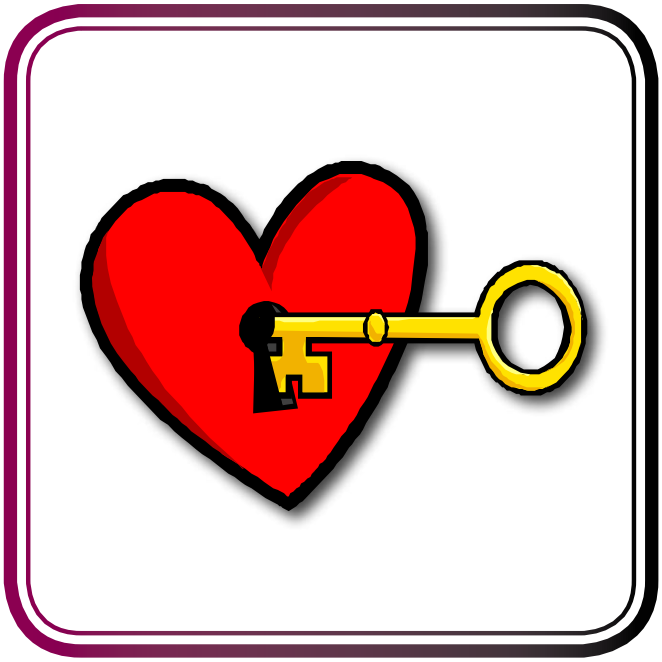
קלפי "מה בתרמילך?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

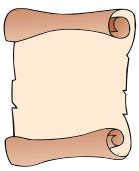
קלפי "מה בתרמילך?"

סדנה לחדרי מורים: "סוגרים שנה"



משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים**http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

טיפוח תחושת הביטחון לקראת מעבר ופרידה - המשך

כיתה	שם הפעילות	מודל ההפעלה	עיסוק בדפוסי התמודדות בפרידה בדגש על טיפוח תחושת הביטחון	הכלים המוצעים במודל
א'	שלום לכיתה א' 	מהלך להתבוננות בחוויות/ רגעים מצבים שונים בשנת הלימודים	בחינת ההתנהגויות העשויות לסייע ללומדים לחוש נעים ובטוח יותר בכיתה ובבית-הספר זיהוי דמויות מבאי בית-הספר העשויות לסייע ללומדים בכל שאלה, עניין ובעיה בכיתה ב'	**""תמונות מכיתה א'"** - התבוננות באלבום הכיתתי מהשנה שחלפה **"יש לי כתובת בכיתה ובבית-הספר"** - כרטיס אישי ללומד
ב'	מעריכים בגאווה, מעניקים באהבה 	מהלך להבעת הערכה לילדי הכיתה ולדמויות נוספות מבאי בית-הספר	זיהוי מעשים טובים במערכות היחסים בקבוצה/בכיתה ובירור השפעת מעשים אלה על תחושות הביטחון והשייכות של חבריה	אותות הערכה - הלומדים מעניקים לחברי הכיתה אותות הערכה על מעשים טובים "מעריכים בגאווה, מעניקים באהבה" - הפקת תוצר המביע הערכה לדמות מבאי בית-הספר ותכנון דרך ההענקה
ג'	מה זה אומר להיות בוגר? 	מהלך לבחינת היבטים שונים בסוגיית בגרותו וצמיחתו של בוגר כיתה ג'	העלאת המודעות לביטחון שעשויה להעניק ההתנהגות הבוגרת (אותה רכשו הלומדים בכיתה ג') במעבר לכיתה ד'	"אני בוגר מה זה אומר?" - כרטיס אישי ללומד באמצעותו יבחן תחומים בהם בגר וצמח בשנת הלימודים

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra

טיפוח תחושת הביטחון לקראת מעבר ופרידה - המשך

כיתה	שם הפעילות	מודל ההפעלה	עיסוק בדפוסי התמודדות בפרידה בדגש על טיפוח תחושת הביטחון	הכלים המוצעים במודל
ד'	הכול אני יכול בחופש הגדול?!	מהלך ליצירת "לוח פעילות שבועי לחופשת הקיץ" בשיח הור-ילד	שיתוף במשאלות ובציפיות ביחס לחופשת הקיץ בחינת השיקולים השונים שיש להביא בעת תכנון פעילויות לחופשת הקיץ	"חלום של חופשה" - איור המזמן שיח לבירור משאלות וציפיות מחופשת הקיץ. "לוח פעילויות שבועי" המביא בחשבון סוגיות כמו: עלויות, ביטחון ובטיחות, לוח זמנים והשותפים לפעילות.
ה'	מטביעים חותם!	מהלך לבירור "החותם הכיתתי" כפי שבא לידי ביטוי בהזדמנויות שונות בשנה"ל	העלאת דרכים מגוונות ל"הטביע חותם" כפרטים וכקבוצה בירור השפעות "החותם הכיתתי" על תחושות הביטחון והשייכות של הקבוצה	"דמויות מטביעות חותם" - כרטיס קבוצתי לבירור החותם שהטביעו בחברה דמויות מופת "מטביעים חותם ככיתה" - כרטיס כיתתי לשיקוף החותם שהטביעה הכיתה בשנת הלימודים
ו'	"רגע לפני שנפרדים"	מהלך לבירור השפעותיה של הפרידה מבית-הספר היסודי	בחינת ההתנהגויות האפשריות במצבי פרידה תוך זיהוי ההתנהגויות העשויות לסייע ללומדים לחוש ביטחון לקראת הפרידה הצפויה	"הפרידה בעינינו" - איור מטאפורי המזמן שיח סביב תפיסות העולם ביחס לפרידה "גם נסיכים נפרדים" - כרטיס קבוצתי לבחינת ההתנהגויות המתלוות לפרידה "אלפון כיתתי" - יצירת אלפון כיתתי הכולל את כרטיס הקשר האישי שהכין כל לומד

משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, האגף לחינוך יסודי, **המחלקה לחינוך לחיים בחברה**, דבורה הנביאה 2 ירושלים 02-5603283/4
מתוך: "**מפתח הל"ב**" **תכנית חברתית-ערכית לשעת חינוך בבתיה"ס היסודיים** http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Yesodi/Hevra