



משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
האגף לחינוך יסודי
תוכנית הצהרונים הלאומית

משפחה קהילה ואני

תוכנית העשרה חינוכית

ניצנים בכיתות א' – ב'



בתוכנית
משולבים:
ט"ו בשבט
ויום המשפחה

הקדמה

תוכנית ההעשרה שלפניכם מיועדת להפעלה במסגרת צהרוני ניצנים בכיתות א' – ב'. התוכנית כוללת מערכי פעילויות יומיים. כל מערך כולל פעילות לפתיחת היום, פעילות העשרה חינוכית ופעילות לסיום היום. בתוכנית משולבים: סיפורים, משחקים, פרויקטים אמנותיים ודיונים קבוצתיים כדי לחזק את הנושא, תוך קידום יצירתיות ופיתוח מיומנויות חברתיות. הפעילויות יתמקדו במתן ביטוי אישי ובחירה לתלמידים. התלמידים שותפים, פעילים, מעורבים ומשפיעים. הנושא המרכזי של תוכנית זו הוא:

"משפחה קהילה ואני"

התוכנית "משפחה, קהילה ואני" נבנתה מתוך ההבנה שתלמידים בגיל צעיר מתחילים לפתח זהות אישית, תחושת שייכות ויכולת לראות את עצמם כחלק ממעגלים רחבים של חיים משותפים. במסגרת התוכנית נעסוק במשפחה כבסיס הראשוני לחיי התלמידים ונרחיב את המבט אל שכבות קהילתיות נוספות: חברים, שכונה וקהילה רחבה. התוכנית משלבת שיח רגשי, חוויות למידה, יצירה, עבודת צוות ופעילות חברתית, ומאפשרת לתלמידים להבין כי הם חלק מרשת של קשרים, אחריות וערבות הדדית. לאורך המפגשים, יגלו כיצד מעגלי החיים שלהם משפיעים עליהם – וכיצד הם עצמם יכולים להשפיע בחזרה, להיות חלק פעיל, תורם ומשמעותי בקהילה.

ידע:

היכרות עם מבנים שונים של משפחה ודרכי ביטוי שונים לשייכות משפחתית. הבנה מהי קהילה: מי מרכיב קהילה, מה תפקידיה וכיצד היא תומכת בחברה. הכרות עם בעלי תפקידים בקהילה (שכנים, אנשי מקצוע, נותני שירות). הבנת הקשר בין היחיד, המשפחה והקהילה – וכיצד מעגלים אלו קשורים בחיי היום-יום.

מיומנויות:

נעודד הקשבה, ביטוי עצמי, סיפור אישי ושיח מכבד. עבודת צוות, תיאום, קבלת החלטות משותפת. נכיר דרכים כיצד מתמודדים עם מצבים חברתיים בתוך המשפחה או הכיתה. נעודד אמפתיה וראיית האחר - הבחנה בין נקודת מבט אישית לנקודות מבט של אחרים.

ערכים:

נעודד שייכות, תחושת בית, ביטחון וחיבור למעגלים חברתיים שונים. נעודד כבוד לשונות, קבלת האחר והבנת הערך של כל אדם. ערבות הדדית – עזרה לחבר, תרומה לכיתה, נדיבות ושיתוף. אחריות אישית – בחירה בהתנהגות תורמת ומשפיעה בסביבה הקרובה. חברות ואכפתיות – טיפוח יחסים חיוביים, תמיכה ושמירה על תחושת קירבה. קהילתיות – הבנה שאנו חלק ממהו גדול יותר, וכולנו משפיעים זה על זה.

הפרוייקט מבוצע ע"י חברת אקסיומה הישגים בהשכלה
עבור היחידה לתוכניות משלימות למידה, משרד החינוך
תוכן ועיצוב גרפי: הגר אורן

שבוע ראשון

מי אני?

טו בשבט					
יום ה'	יום ד'	יום ג'	יום ב'	יום א'	
אני יכול	אני מבפנים	אני אוהב לעזור	מהו ט"ו בשבט	יוגלה	מפגש פתיחה והתכנסות
ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים
אני והשם שלי	הפוסטר שלי	העץ שמספר עליי	תפקידו של העץ	המעגלים שלי	פעילות העשרה חינוכית
טביעת האצבע שלי	כל אחד הוא משהו מיוחד	הביטו על העץ שלי	גדלים כמו העץ	אני אוהב להיות אני	פעילות סיום

למובילים:

*יש לשים לב כאשר נכנסים לקישורים של שירים או סיפורים ביוטיוב במידה ויש פרסומות יש לדלג עליהן לפני הצפייה עם התלמידים. אין לאפשר לתלמידים לצפות בפרסומות



פעילות פתיחה – יוגלה

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לפתיח מוזיקלי יוגלה

קלפי יוגלה

קישור למוסיקה שקטה

מהלך הפעילות:

נפתח את השבוע בפעילות יוגה מרגיעה.

נשמיע את מוסיקת פתיח יוגלה ונבקש מהתלמידים לשבת על הארץ ליד הכיסאות. ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על מושב הכיסא ואת הראש על הידיים. נבקש מהתלמידים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט).

ננחה את התלמידים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים:

"שלוש" - ננחה את התלמידים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות, כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה לספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" - עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהתלמידים לקחת נשימה עמוקה ולמתוח את שתי הידיים למעלה לצדי האוזניים ולספור לאט עד שתיים. כעת נבקש להוריד את הידיים באיטיות ולקחת שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את התלמידים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה, להושיט את שתי הידיים ו"לחבק" כל אחד את עצמו חיבוק חזק כאשר הגוף מוטה מעט לפנים.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נראה את קלפי היוגה נזמין את אחד התלמידים שמעוניינים להדגים את התנוחות שעל הקלפים.

נחלק אותם לשש קבוצות, ניתן לכל קבוצה קלף אחד – תלמידי הקבוצה יתנסו בעצמם בתנוחה.

ננחה אותם להשאר בתנוחה מספר שניות, לשחרר וחוזר חלילה. לאחר שכולם התנסו, נעביר את הקלפים בין הקבוצות השונות עד שכולם ביצעו את כל התרגילים.

פעילות יוגלה תסתיים בישיבה מזרחית על הארץ, גב זקוף, עיניים עצומות וחמש נשימות עמוקות.

פעילות העשרה חינוכית –

המעגלים שלי

בפעילות זו נפתח את החודש שלנו בנושא: משפחה קהילה ואני – נכיר לתלמידים את שלושת מעגלי החיים: **אני – המשפחה שלי – הקהילה שלי** נעודד תחושת שייכות וביטחון וניצור סקרנות והתרגשות לקראת החודש הקרוב.



עזרים:

גיר

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל גדול. נספר כי היום אנו מתחילים חודש מיוחד. חודש שבו נדבר על מי אני, על מי קרוב אליי, ועל מי שחי סביבי. המובילים יעמדו במרכז המעגל וישאלו: מי עומד כאן במרכז? לאחר תשובת התלמידים נאמר: כמו שאני עכשיו במרכז - באמצע כל אחד מכם הוא המרכז של החיים שלו.

המובילים יכולים לצייר על הארץ בעזרת גיר שלושה מעגלים.

המעגל הראשון הוא – **אני**

המובילים יזמינו תלמיד אחד שמעוניין לעמוד במרכז. ואז נאמר: זה אני. לי יש גוף, רגשות, מחשבות, רצונות ודברים שאני אוהב. נשאל את התלמיד שבמרכז: האם יש משהו שאתה יכול לספר לנו שאתה אוהב בעצמך? נאפשר למספר תלמידים שמעוניינים לשתף לעמוד במרכז המעגל ולשתף.

כעת נעבור למעגל השני – **המשפחה שלי**

נזמין שניים או שלושה תלמידים שיעמדו סביב התלמיד שבמרכז. (או להשאיר את האמצע ריק)

ואז נשאל?

מי האנשים הקרובים אליי ביותר? - המשפחה שלי הם שומרים עליי, אוהבים אותי, ומכירים אותי טוב. נזמין את כלל החברים המעוניינים לספר על החברים במשפחה שלהם בקצרה.

הקהילה שלי – כעת נעבור למעגל השלישי –
נזמין עוד תלמידים שיצטרפו ויצרו מעגל רחב.

ונספר:
מעבר למשפחה, יש עוד אנשים שחיים איתנו:
חברים בגן והמשפחות שלהם, צוות הגן, שכנים, מכרים ועוד.

כעת נחבר את המעגלים ונספר:
כולנו חיים בתוך מעגלים.
כשאני מרגיש טוב – זה משפיע על המשפחה.
וכשכולנו מתנהגים בצורה נעימה ומתחשבת – זה משפיע על החיים שלנו בקהילה.

נזמין את כל התלמידים להחזיק ידיים במעגל גדול
ונאמר: אנחנו שונים – אבל כולנו מחוברים.
ובחודש הקרוב נלמד איך להיות טובים לעצמנו, למשפחה שלנו ולקהילה שלנו.

פעילות סיום – אני אוהב להיות אני

מהלך הפעילות:

נשחק משחק בתנועה: "מי אני?"
נזמין את התלמידים לחשוב ולספר על התכונות שלהם,
נאפשר להם לשתף בתכונות
ואחרי שאיפשרנו לכל מי שרצה לשתף,
נוסיף תכונות שלא נאמרו.
בכל פעם שישתפו תכונה מסויימת נציין יחד איתם
איזה סוג של תכונה זו.
קטגוריות לדוגמה: תכונות ריגשיות, תכונות חשיבה,
תכונות חברתיות, תכונות הקשורות לגוף ותנועה
או תכונות הקשורות ליצירה ודימיון.
מצרפת רשימת תכונות לנוחיותכם –
הוסיפו כרצונכם מתוך הכרותכם עם התלמידים.

- בסוף הפעילות נספר לתלמידים
- כי מחר נציין את חג ט"ו בשבט.



תכונות רגשיות:

לפעמים שמח , לפעמים עצוב
מתרגש מדברים קטנים
נעלב בקלות
צריך חיבוק כשקשה
אוהב לעודד אחרים
מתגעגע מהר
מתאכזב אבל מתגבר
מרגיש גאווה כשמצליח

תכונות חשיבה:

סקרן ושואל שאלות
אוהב לדעת איך דברים עובדים
חושב לפני שפועל
לפעמים מתבלבל
מוצא פתרונות בדרך שלו
מדמיון סיפורים
שם לב לפרטים קטנים
לומד מטעויות

תכונות חברתיות:

אוהב לשחק עם חברים
צריך זמן לבד לפני משחק
משתף חברים
לומד לבקש תור
עוזר כשמבקשים
יודע לבקש סליחה
מקבל חברים חדשים לאט

תכונות גוף ותנועה:

אוהב לזוז הרבה
אוהב לקפוץ ולטפס
חזק ומהיר
מתעייף מהר
אוהב לרקוד

תכונות יצירה ודמיון:

אוהב לצייר
אוהב לבנות
ממציא משחקים
משחק בדמיון
שר לעצמי



פעילות פתיחה – מהו ט"ו בשבט?



למובילים- כמה מילים על ט"ו בשבט:

(מתוך הפורטל לעובדי הוראה/ המרחב הפדגוגי)

מקור החג: ראש השנה לאילנות.

ט"ו בשבט מבשר התחלה של שנה חדשה לפירות האילן. ראש השנה לאילנות נקבע בחודש שבט, חודש שבו העצים מחדשים את פריחתם ואת הבשלת פירותיהם. ט"ו בשבט הוא היום הקובע את סיומה של שנה אחת ואת תחילתה של שנה אחרת. יום זה הוא נקודת ציון שעל פיה קובעים את מניין שנות הפרי והפרשת תרומות ומעשרות. לכן, פירות שחנטו (החלו להבשיל) לפני ט"ו בשבט נחשבים לפירות של השנה שעברה, ופירות שחנטו אחרי ט"ו בשבט נחשבים לפירות של השנה החדשה.

עזרים:

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור לסרטון הסבר קצר וחביב על ט"ו בשבט

מהלך הפעילות:

נצפה עם התלמידים בסרטון הקצר המספר על חג ט"ו בשבט. לאחר שצפינו בסרטון נשאל את התלמידים מי יכול לספר לנו מה הם יודעים על חג ט"ו בשבט? למי חוגגים? מה התחדש בטבע? מומלץ לפתוח לוח שנה ולהראות להם כיצד כותבים תאריכים בלוח השנה ולהסביר ששם החג הוא התאריך שבו אנו חוגגים אותו.





פעילות העשרה חינוכית – תפקידו של העץ

עזרים:

ציור של עץ בלי עלים
פתקים בצורת עלים ופירות משני צבעים
טושים
סרט הדבקה / מגנטים

מהלך הפעילות:

נפתח את הפעילות ונשאל את התלמידים מה לדעתם תפקידו של העץ?
מה נותן העץ – ומה הוא מקבל?

התלמידים יגלו שעץ הוא לא רק משהו שנותן פירות וצל, אלא חלק ממערכת יחסים:
הוא נותן לסביבה – וגם מקבל ממנה.

כולם יודעים מה העץ נותן לנו.
אבל האם חשבתם פעם מה העץ צריך מאיתנו ומהסביבה?

נחלק את הלוח לשניים ונרשום בכל צד
מה העץ נותן?
מה העץ צריך?

נזמין את התלמידים להתחלק לקבוצות קטנות סביב שולחנות.
כל קבוצה מקבלת פתקים וכותבת:

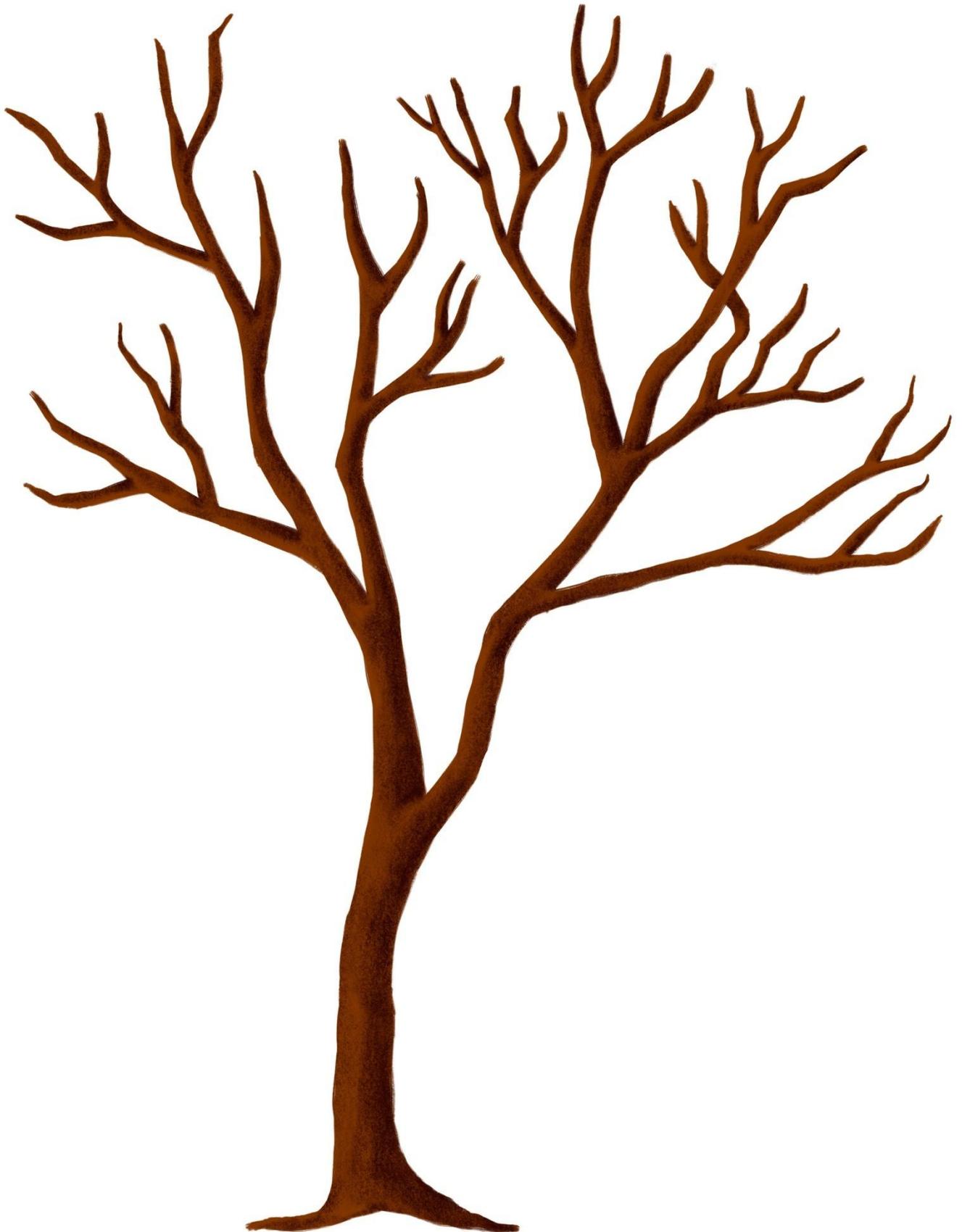
על עלים בצבע אחד נכתוב או נצייר דברים שהעץ נותן
לדוגמה: חמצן, פירות, צל, יופי, בית לציפורים

על עלים בצבע אחר – דברים שהעץ צריך
לדוגמה: מים, שמש, אדמה טובה, שמירה, זמן

כל קבוצה תדביק את העלים והפירות על העץ:
צד אחד של העץ מתמלא בנתינה
צד שני מתמלא בצרכים
נדגיש בפני התלמידים כי עץ חזק הוא עץ שמקבל וגם נותן.

נשוחח עם התלמידים:
מה קורה לעץ שלא מקבל את מה שהוא צריך?

האם זה דומה גם לבני אדם?
מה האחריות שלנו כלפי עצים?
נסכם ונאמר כי ט"ו בשבט הוא לא רק חג של נטיעה,
אלא חג של קשר בין האדם לטבע.



פעילות סיום – "אנחנו כמו העץ"

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור למוזיקה רגועה מהטבע

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים להתפזר במרחב ונפתח את המפגש:
"בט"ו בשבט אנחנו חוגגים את העצים.
היום נזוז ונרגיש – איך זה להיות עץ."

נזמין את התלמידים (מי שמעוניין) לעצום עיניים לשנייה
לנשום עמוק, להרגיש את כפות הרגליים נוגעות ברצפה
נשמיע את המוסיקה הנעימה ברקע וננחה בקול שקט:
בואו נעמוד בפישוק קל, הברכיים רכות
כפות הרגליים כמו "שורשים" באדמה
דמיינו שהשורשים שלכם נכנסים לאדמה, מחזיקים אתכם חזק, יציבים.

עכשיו ניתן דחיפה עדינה של הרגליים לרצפה
נענוע קל של הגוף בלי לאבד יציבות (כמו עץ ברוח)
אפשר לשאול כאן את התלמידים:
מה נותן לנו יציבות כמו שורשים?

כעת נזמין אותם להמשיך ולדמיין
כיצד הגוף מתארך למעלה
עמוד השדרה כמו גזע עץ, ארוך ונישא.
המובילים יכולים גם להדגים:

תנועה איטית לצדדים עצירה וחזרה למרכז
נאמר בשקט:

"הגזע חזק וקשיח, אבל גם יודע להתכופף ברוח."
נדגיש כי עלינו להשאר יציבים, לא ליפול ולשמור על איזון
"הידיים נפתחות לענפים, האצבעות – עלים"
נמתח את הידיים חזק ובאריכות למעלה ולצדדים
ונשחרר את הגוף ונזמין את התלמידים לשבת במעגל.

איך מרגיש עץ ברוח?
איך הוא נשאר עומד?

כמו עץ – גם אנחנו גדלים.
יש לנו שורשים שמחזיקים אותנו,
גזע שנותן כוח,
וענפים שגדלים ומתפתחים.

אפשר לבקש מהתלמידים לסיום לחשוב ולבחור חלק אחד בעץ שמרגיש להם הכי חשוב
ולנסות להסביר מדוע בעיניהם.



פעילות פתיחה - אני אוהב לעזור

עזרים:

קוביית משחק

מהלך הפעילות:

לעזור לאחרים זה דבר נפלא שנותן גם לנו הרגשה טובה. נזמין את התלמידים המעוניינים להשתתף לפי התור להטיל את הקובייה על הארץ לפי המספר שיצא בקובייה נבקש מהתלמידים לבחור חברים. לדוגמה: יצא לי המספר 2. אזמין שני חברים ואומר לכל אחד במה אני יכול לעזור להם. אפשר גם לבקש מהחברים להשיב ולומר במה הם יכולים לעזור לאחרים.

פעילות העשרה חינוכית –

העץ שמספר עלי

עזרים:

בריסטול עבה או קרטון ממוחזר (A3)
גזעי עצים דקים או ענפים מהטבע (מחצר הצהרון)
חוטי צמר או חוטי קנבס
צבעי גואש
ספוגים קטנים או מברשות
דבק פלסטי או דבק סטיק
עלים, זרעים, תרמילים, קליפות (מהטבע)
טושים עבים



מהלך הפעילות:

היום כל תלמיד יצור עץ אישי שמספר עליו:

שורשים – מי נותן לי כוח

גזע – מי אני

ענפים ופירות – מה אני יודע, מה אני אוהב ומה אני רוצה להיות כשאהיה גדול.

נפתח את המפגש ונספר כי בט"ו בשבט אנחנו חוגגים לעצים.

אבל כל עץ הוא שונה – ויש לו סיפור.

גם לכל אחד מכם יש סיפור של גדילה.

איך נולדתם ואיך לאט לאט גדלתם והתפתחתם.

נציג בפני התלמידים תמונה של עץ עם שורשים גלויים ונשאל:

"מה עוזר לעץ לגדול?"

"מי עוזר לנו לגדול?"

נתחיל את יצירת העץ שלנו:

השורשים – חיבור לקרקע

התלמידים בוחרים חוטי צמר או חוטי קנבס

ומדביקים אותם בתחתית הדף כשורשים.

כעת נכין את הגזע – הגוף והלב

התלמידים ידביקו מקל טבעי כגזע

ויצבעו סביבו בספוג או עם מכחול עבה

"הגזע מחזיק את כל העץ – כמו הגוף שלנו"

הענפים והעלים – מה גדל בי

נזמין את התלמידים לצייר ענפים ולהדביק עליהם, זרעים, פירות קטנים שאספתם בחצר

הצהרון.

אם התלמידים מעוניינים המובילים יכולים לסייע בכתיבת משפטים קצרים שהתלמידים

בוחרים:

"אני אוהב"...

"אני טוב ב"..."

"אני רוצה לגדול להיות"...



פעילות סיום – הביטו על העץ שלי

עזרים:

מחשב / רמקולים

[קישור למוסיקת רקע נעימה מהטבע](#)

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים למפגש נשמיע את המוסיקה השקטה ונזמין את התלמידים שמעוניינים להציג את העץ שלהם ולספר על הקשר ביניהם ובין העץ שיצרו.



פעילות פתיחה – אני מבפנים

מהלך הפעילות:

נפתח את היום במשחק קצר ושקט.
על העולם פנימי, המחשבות, הרצונות והבחירה האישית של כל אחד מאיתנו.
נזמין את התלמידים לחשוב על משהו שמשמח אותם או שמדאיג אותם
משהו שהם חושבים עליו או מרגישים בתוך הלב,
נזמין את מי שמעוניין לשתף באופן מילולי או בתנועה (לא חובה לדבר).

פעילות העשרה חינוכית - הפוסטר שלי

עזרים:

חצאי בריסטולים לבנים או גליונות נייר גדולים
ירחונים צבעוניים
מספריים
צבעי פסטל
טושים
דבק סטיק
מדבקות שונות
פונפונים
אביזרי יצירה מגוונים שיש בזהרון



מהלך הפעילות:

כל אחד מאיתנו הוא מיוחד במינו.
אנחנו דומים, כולנו בני אדם, יש לנו עיניים, אוזניים, פה ועוד,
אבל כולנו שונים ומאד מיוחדים.
כל אחד מאיתנו גר בבית אחר או בסביבה אחרת
היום כל תלמיד יוכל ביצירה חופשית ליצור משהו שמייצג את עצמו.
לאו דווקא דמות אלא באופן כללי, תנו לתלמידים רעיונות
אולי להכין מחומרים שונים את הבית שלנו, או החדר שלנו או בעל חיים שיש לנו
או דברים שאהובים עלינו.
נחלק לכל תלמיד חצי בריסטול גדול ונניח על השולחנות מבחר חומרי יצירה.
ננחה את התלמידים למלא את הפוסטר במידע על עצמם בכל דרך שיראו לנכון
(כגון שם, גיל, צבע אהוב, בעל חיים אהוב, תחביבים ועוד)
לאחר שהפוסטר שלהם מוכן הזמינו תלמידים שמעוניינים לשתף את הפוסטר שלהם עם
החברים ולהסביר מה מייחד אותם.

***המובילים מוזמנים לערוך תערוכה נפלאה של עבודות התלמידים ולתת להם מקום של כבוד בזהרון. אפשר להזמין את המשפחות לצפות בתערוכה.**

פעילות סיום - כל אחד הוא מיוחד

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר "אתה משהו מיוחד"
מילים: רוני נדלר לחן: רוני נדלר ורועי כהן
מילות השיר מופיעות בתחתית הסרטון

מהלך הפעילות:

נסיים את היום בהקשבה לשיר מקסים המספר על ייחודיות של כל תלמיד ותלמידה. מילות השיר מופיעות בתחתית הסרטון ביוטיוב. תוכלו להקריא לתלמידים את המילים לפני ההאזנה לשיר. אפשר לעשות סיבוב בין כל התלמידים שיאמרו כל אחד על עצמו במה הם מיוחדים ולסיום להקשיב שוב לשיר ולהצטרף בפיזמונים. אפשר לסיים את היום בריקוד חופשי קצבי לצלילי השיר.



פעילות פתיחה – אני יכול

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל ונפתח את המפגש: לפעמים קורה שבכל מיני מצבים אנחנו חושבים על משהו ש"אני לא יכול" (אני לא אצליח) היום נבדוק מה קורה כשמשנים את המשפט ל "אני יכול".

חשיבה חיובית מביאה הרבה פעמים להצלחה. בואו נפתח את היום עם מחשבות חיוביות שיעזרו לנו להאמין בעצמנו ולכוון את עצמנו להצלחה.

נזמין את התלמידים לעצום עיניים ולנשום. נתחיל דמיון מודרך בקול שקט ונעים.

עיצמו עיניים, או פשוט הסתכלו על נקודה אחת בשקט.
קחו נשימה עמוקה...
ונשיפה איטית.

דמיינו רגע שבו ניסיתם לעשות משהו,
ולא הייתם בטוחים שתצליחו.



אולי זה היה משהו חדש,
אולי משהו שקצת הפחיד,
אולי משהו שדרש מאמץ.

עכשיו דמיינו את עצמכם אומרים בלב:
"אני יכול לנסות".

תראו את עצמכם ממשיכים,
צעד קטן אחרי צעד קטן.

אולי לא הכל מצליח מיד –
וזה בסדר.

דמיינו רגע אחד שבו אתם מרגישים:
"התקדמתי".
"השתפרתי".
"לא ויתרתי".

שימו לב איך הגוף מרגיש עכשיו.
איך הנשימה.
איך הלב.

זכרו את התחושה הזו.
זו תחושה של "אני יכול".

קחו עוד נשימה אחת...
וכשאתם מוכנים – פקחו עיניים.

נסיים במשפט שמזכיר:
"התחושה הזו נמצאת אצלכם תמיד – ותמיד אפשר לחזור אליה".



פעילות העשרה חינוכית -

אני והשם שלי

עזרים:

דפי בריסטול
דבק פלסטי
פונפונים בצבעים ומרקמים שונים
טושים
מדבקות שונות
ירחונים ועיתונים
מספריים

מהלך הפעילות:

לכל אחד מאיתנו שם מיוחד. והוא שלנו.
למרות שיש תלמידים שקיבלו מהוריהם
שמות זהים עדיין כל אחד מאיתנו
הוא מיוחד במינו וגם את השם שלנו
אנו נושאים בצורה ייחודית לנו.

היום נכין קולאז' (תצרף) אומנותי מאותיות השם שלנו.
נזמין את התלמידים לכתוב את השם שלהם בגדול באותיות חלולות על דפי הבריסטול.
הזמינו אותם לעבור עם דבק על קווי האותיות ולהדביק פונפונים בצבעים מגוונים.
הניחו על השולחנות מבחר ירחונים ויעיתונים כדי שיגזרו מהם אותיות התואמות לשמם.
אפשרו להם לקשט את הקולאז' בצבעים, מדבקות או ציורים.
אפשר להדביק חפצים קטנים, גזרי נייר, כפתורים, מדבקות פונפונים מכל הבא ליד.
אפשר להכין את היצירה הזו גם רק מחומרים שבאים מהטבע.
אפשר ומומלץ לתלות את היצירות לתצוגה.



פעילות סיום – טביעת האצבע שלי

טביעות אצבע הן ייחודיות לכל אדם, מה שהופך אותן לדרך מצוינת ללמד את התלמידים על הייחודיות שלהם. פעילות זו לא רק עוזרת לתלמידים להעריך את ייחודם, אלא גם מחזקת את הדימוי והיצירתיות של כל אחד ואחד מהם.



הכנה מראש:

להכין מספר קעריות קטנות עם צבעי גואש שונים (סמיך בלי לדלל במים)

עזרים:

קעריות עם מעט צבעי גואש שונים
דף בריסטול לכל תלמיד
טושים
מגבונים

מהלך הפעילות:

לסיום היום, נספר לתלמידים על הייחודיות של טביעת האצבע של כל אחד מאיתנו לאף אחד בעולם אין טביעת אצבע כמו שלנו. נבקש מהתלמידים להתבונן על האגודל שלהם ואחר כך להתבונן אל אגודלים של חברים ולראות את השוני והייחודיות של כל אחד. אפשר לשאול את התלמידים האם פעם ראו מישהו שמשתמש בטביעת האצבע היחודית שלו לפתוח את המכשיר הטלפון שלו ולספר על כך.

נזמין את התלמידים לשולחנות העבודה כשליד כל תלמיד נניח דף בריסטול לבן. נזמין את התלמידים שניים בכל פעם לטבול את האגודל שלהם במעט צבע גואש ולשוב לדף שלהם

להטביע את טביעות האצבע שלהם כמה פעמים שירצו על הדף. לאחר שסיימו ינגבו את הצבע בעזרת מגבון. בעזרת הטושים הצבעוניים נזמין אותם להמשיך את הציור של טביעות האצבעות שלהם ולהפוך אותן לחלק מציור גדול יותר.

שימו לב להראות לתלמידים כיצד מטביעים חותמת אצבע בלחיצה קלה בלי "למרוח" את האצבע על גבי הנייר.

שבוע שני

אני וחברים

יום ה'	יום ד'	יום ג'	יום ב'	יום א'	
מי צריך חברים?	מי אני?	שמים לב	ארגז הדמיון	יוגלה	מפגש פתיחה והתכנסות
ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים
צל בצבעים	הצל שלנו	שרים עם חברים	"חברים הכי טובים"	מהי חברות?	פעילות העשרה חינוכית
שרשרת החברות	משחקים ביחד	כדור החברות	מה חבר טוב היה עושה עכשיו?	להקשיב לחבר	פעילות סיום





פעילות פתיחה – יוגלה

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לפתיח מוזיקלי יוגלה

קלפי יוגלה

קישור למוסיקה שקטה

מהלך הפעילות:

נפתח את השבוע בפעילות יוגה מרגיעה.
נשמיע את מוסיקת פתיח יוגלה ונבקש מהתלמידים לשבת על הארץ ליד הכיסאות.
ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על מושב הכיסא ואת הראש על הידיים.
נבקש מהתלמידים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט).
ננחה את התלמידים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים:

"שלוש" - ננחה את התלמידים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות,
כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה
נספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" - עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהתלמידים לקחת נשימה עמוקה
ולמתוח את שתי הידיים למעלה לצדי האוזניים ולספור לאט עד שתיים.
כעת נבקש להוריד את הידיים באיטיות ולקחת
שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את התלמידים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה,
להושיט את שתי הידיים ו"לחבק" כל אחד את עצמו חיבוק חזק כאשר הגוף מוטה מעט לפנים.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נראה את קלפי היוגה
נזמין את אחד התלמידים שמעוניינים להדגים את התנוחות שעל הקלפים.

נחלק אותם לשש קבוצות, ניתן לכל קבוצה קלף אחד – תלמידי הקבוצה יתנסו בעצמם
בתנוחה.

ננחה אותם להשאר בתנוחה מספר שניות, לשחרר וחוזר חלילה.
לאחר שכולם התנסו, נעביר את הקלפים בין הקבוצות השונות
עד שכולם ביצעו את כל התרגילים.

פעילות העשרה חינוכית – מהי חברות?



עזרים:

חוטי פלסטיק צבעוניים
חרוזים גדולים (בטיחותיים)
סרטי בד או חוט גומי עגול
מספרים גדולים (למובילים)
קופסאות קטנות לחרוזים

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל ונספר כי השבוע נדבר על משהו מאוד חשוב – מהי חברות?
שאלות לדוגמה:
מה זה חבר בעיניכם?
איך מרגישים כשיש חבר?
מה חברים עושים יחד?
איך יודעים שמישהו הוא חבר שלנו?
למה אתם חושבים שחשוב שיהיו לנו חברים?
המובילים ישקפו את התשובות וידגישו שאין תשובה אחת נכונה.

לחיזוק תחושת השייכות ועידוד קשר חברי נכין את צמידי החברות שלנו.
נסביר כי כמו שצמיד עשוי מהרבה חרוזים – גם חברות בנויה מהרבה דברים קטנים.

רצוי לערוך את הפעילות הזו בקבוצות קטנות.

נכין על השולחנות – חוטים, קעריות עם חרוזים גדולים.
הנחו את התלמידים להשחיל חרוז אחד ולקשור אותו בקצה
(להשאיר מספיק חוט לקשירת הצמיד)
נזמין את התלמידים להשחיל בכל פעם חרוז נוסף
בכל קבוצה, כאשר לפני כל חרוז שהתלמיד משחיל, עליו לומר לקבוצה שלו
מה החרוז הזה מייצג?
(עזרה / חיוך / הקשבה / סובלנות)
התלמידים ישחילו חרוז אחד לכל תכונה.
כמובן שהתלמידים מוזמנים לבחור את התכונות בעצמם.

נאפשר לבחור:

לענוד על היד

או לתת לחבר או חברה במתנה.



פעילות סיום – להקשיב לחבר

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר שמח – חברים טובים

מהלך הפעילות:

נשחק משחק לחישות. נזמין את התלמידים לשבת במעגל. המובילים ילחשו מילה לתלמיד הראשון שלצידם והתלמידים מעבירים את המילה בלחישה. נקפיד על מילים טובות הקשורות לחברות.

לדוגמה:

ביחד

חיוך

לשתף

עזרה

סבלנות

הקשבה

בתום המשחק נשוחח:

מה עזר לנו לשמוע?

מה קורה כשלא מקשיבים?

האם זה נעים כשמקשיבים לי?

נסיים בריקוד חופשי, נזמין את התלמידים לרקוד בזוגות, שלישיות, מעגל

העיקר לצרף כמה שיותר חברים.



פעילות פתיחה – ארגז הדמיון

הכנה מראש:

ארגז קרטון ללא סממנים חיצוניים

עזרים:

ארגז קרטון

כמה חפצים פשוטים

(לא כולם חייבים להיות קשורים ישירות לחברות)

דוגמות לחפצים:

בובה קטנה

לב / מדבקה

כדור קטן

צעף

כף

קובייה



מהלך הפעילות:

המובילים יציגו את הארגז ויאמרו בקול שקט:

יש לי כאן ארגז מיוחד... ארגז הדמיון.

בפנים יש דברים שיכולים לעזור לנו להבין מה זה חברים טובים.

נשאל את התלמידים:

מה אתם חושבים שיש בפנים?

האם ארגז יכול לעזור לחברים?

איך חפץ יכול להיות חבר?

כעת המובילים יוציאו בכל פעם חפץ אחר וישאלו:

איך החפץ הזה יכול לעזור לחבר?

מה חבר טוב יכול לעשות עם זה?

לדוגמה:

כדור - משחקים יחד

צעף - מחמם, דואג שלא יהיה לו קר

בובה – מרגיעה ומנחמת

לב - אני אוהב / מתחשב

לסיום נסגור את הארגז ונאמר:

עכשיו, כשפתחנו את הדמיון שלנו,

נשמע סיפור על חברים טובים ונראה אם הם עושים דברים דומים.

פעילות סיום – מה חבר טוב היה עושה עכשיו?

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל.
המובילים יציגו בכל פעם מצב קצר מהחיים בצהרון ואז ישאלו:
מה חבר טוב יכול לעשות כאן?

מצבים לדוגמה:

חבר רוצה לשחק ואתה כבר משחק לבד
חבר נפל ונפצע
שני חברים משחקים וחבר שלישי רוצה להצטרף
שני תלמידים רוצים את אותו צעצוע
חבר יושב לבד כשכל שאר החברים משחקים
חבר שמח ומראה ציור

נזמין את התלמידים להציע פתרונות.
נסכם כי אין פתרון אחד נכון – יש הרבה דרכים להיות חבר טוב.



פעילות פתיחה – שמים לב

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש ונאמר כי אנחנו רגילים לחשוב הרבה על עצמנו – וזה טבעי. עכשיו ניקח כמה דקות להסתכל באמת על מי שלידנו, לשים לב.

נזמין את התלמידים לשבת במעגל בשקט ונדריך:
בחרו חבר או חברה מהצהרון.

לא צריך להסתכל עליו עכשיו – רק לחשוב עליו או עליה.
נדגיש כי המחשבה פנימית בלבד, ללא דיבור.
נסו לחשוב:

מה אני יודע עליו?

מתי ראיתי אותו עוזר למישהו?

מתי ראיתי אותו מתאמץ או מתמודד עם משהו?
האם גיליתי תכונה חדשה שמצאה חן בעיני?

כעת נזמין את התלמידים שמעוניינים לשתף:
החוקים ברורים: מדברים בכבוד, לא צוחקים, לא מגיבים בשלילה
המובילים מודים לכל מי שמתקף בלי להרחיב.

נסכם:

לפעמים שינוי גדול מתחיל מדבר קטן
מלראות מישהו אחר,
מלהקשיב,
מלשים לב!



פעילות העשרה חינוכית –

שרים עם חברים

עזרים:

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור לשיר חברים טובים

מילים: אהוד מנור לחן: צוף פילוסוף



מהלך הפעילות:

היום נכיר שיר חדש ודרכו נפתח שיח חברתי ורגשי, נחזק את ערך החברות ונעודד הקשבה פעילה למילים ולמסר.

נזמין את התלמידים לשבת במעגל ונפתח בשיח רגוע:

מה זה בעיניכם חבר?
איך מרגישים כשיש חבר טוב?
מה חבר טוב עושה כשחבר שלו שמח?
ומה הוא עושה כשחבר קצת עצוב?

חברות היא קשר מיוחד.
היום נכיר שיר שמספר על חברים טובים.

נבקש מהתלמידים להקשיב בשקט בפעם הראשונה בתום ההאזנה הראשונה נבקש מהם לספר במילים שלהם על מה הם שמעו שמסופר בשיר.

כעת נשמיע את השיר בפעם השנייה ונבקש שינסו לשמוע איזה דברים חברים עושים יחד בשיר.

איך הרגישו החברים בשיר?
האם היה רגע בשיר שהזכיר לכם משהו שקרה לכם עם חבר?

יש הרבה דרכים להיות חבר טוב,
ולכל אחד זה מרגיש קצת אחרת.

נזמין כל תלמיד ותלמידה (מי שמעוניין) לומר פעולה אחת של חברות טובה בעיניהם.
לסיום נשמיע את השיר שוב וננסה לשיר ביחד.

פעילות סיום – כדור החברות

עזרים:

כדור

מהלך הפעילות:

נשב במעגל גדול.

המובילים ימסרו את הכדור לתלמיד ויאמרו מילה טובה או משפט נעים שאפשר לומר לחברים. ממשיכים למסור את הכדור לכל שאר החברים עם מילים טובות או משפטים טובים עד שהכדור עבר אצל כל החברים.



פעילות פתיחה – מי אני?

מהלך הפעילות:

כל אחד מאיתנו הוא "אני" אבל ה"אני" שלנו לא חי לבד. הוא חי בתוך משפחה, בתוך קהילה. נזמין את התלמידים לעצום עיניים לרגע או הביטו בנקודה שקטה. ונאמר: חישבו קודם רק על עצמכם, מי אתם? מה חשוב לי?

(אנו ממליצים לגלות רגישות רבה למורכבויות החיים בהקשרים של משפחה ולהיות מוכנים לשיח סביב הורים גרושים, השלכות המלחמה וכדומה)

עכשיו חישבו על המשפחה שלכם מי מחזק אותי שם? מה אני מקבל מהמשפחה? ועכשיו חישבו על הקהילה הצהרון, הכיתה, השכונה, האנשים שסביבכם. מה המקום שלי שם? מה אני נותן לאחרים? נזמין שניים או שלושה תלמידים שמעוניינים לומר מה הרגישו כשחשבו על הדברים. נסכם: "כשאני מכיר את עצמי, קל לי יותר להיות חלק ממשפחה ומקהילה."

פעילות העשרה חינוכית – הצל שלנו



בפעילות זו נעודד התבוננות ומיומנויות פרטים
חיזוק קשר בין חברים ותחושת שייכות
פיתוח ביטוי יצירתי ומוטוריקה עדינה.

עזרים:

קיר חלק (כמו בתמונה)
אור טבעי או פנס או מנורה להדגשת הצל
דפי ציור גדולים A3
עפרונות
טושים



מהלך הפעילות:

היום נעקוב בציור אחרי קווי המתאר (הקווים החיצוניים של פניו) של החברים שלנו,
ננסה לשים לב לפרטים הכי מיוחדים בהם.

נזמין את התלמידים להתחלק לזוגות.
אפשר לקיים את הפעילות בחלוקה לקבוצות של ארבעה זוגות בכל פעם.
המובילים תולים על הקיר 4 דפי A3 במרחק סביר האחד מהשני.
בעזרת פנס או מנורה או אור טבעי הנכנס דרך החלון ומסייע להטיל צל על הנייר
יזמינו המובילים את התלמידים להחליט מי מצייר ראשון – התלמיד שנבחר שיציירו את הצל
שלו נעמד בפרופיל ליד הקיר כאשר האור מאיר כך שרואים את הפרופיל שלו על הנייר.
התלמידים שמציירים, בעזרת עיפרון יעברו על קווי המתאר של הצל.
כשכל קבוצה מסיימת רישמו על הדפים את שם הצייר ושם המצויר.

נמשיך בפעילות זו מחר.

פעילות סיום – משחקים ביחד

עזרים:

מנורה או פנס קטן להדגשת הצל
מחשב / רמקולים
קישור למוסיקה שקטה

מהלך הפעילות:

התלמידים מתחלקים לזוגות: תלמיד "חיקוי" ותלמיד "מקור".
כל זוג עומד מול הקיר כך שהצל של התלמיד נופל על הקיר
התלמיד "מקור" מבצע תנועות איטיות (ידיים, רגליים, ראש).
התלמיד "חיקוי" מנסה לחקות את התנועה בדיוק כמו הצל.
לאחר דקה מתחלפים בתפקידים.

ניתן להוסיף חברים נוספים: התלמיד המקורי מזמין חבר נוסף שמצטרף לצל.
אפשר לשלב תנועות רגשיות: שמחה, הפתעה, עצב – ולדבר על איך זה נראה.

אפשר לשוחח בסוף המשחק:

מה הרגשת כשחיקו אותך?
מה הרגשת כשחיקית את חברך?
איך הצליח החבר לעזור לך לחוות את התנועה?

חברות היא להקשיב, לשים לב ולהיות יחד בצורה נעימה ובטוחה.



פעילות פתיחה – מי צריך חברים?

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש בבדיקת נוכחות כאשר הפעם כל תלמיד ותלמידה שיקראו בשמם במקום לאשר את המצאותם יאמרו מי לדעתם צריך חברים.

(אנחנו, ההורים שלנו, צוות הצהרון, סבא וסבתא ועוד) נסכם כי שיש חברים זו הרגשה מאד נעימה ומשמחת.



פעילות העשרה חינוכית – צל בצבעים

עזרים:

הדפים עם קווי המתאר של החברים שהכנו אתמול
צבעי עיפרון
טושים
לורד שחור
מספריים
ירחונים צבעוניים
דבק סטיק

מהלך הפעילות:

היום נמשיך את העבודה שעשינו אתמול ונהפוך אותה ליצירת אמנות דמיונית.

נחלק לכל תלמיד את הדף שבו הוא מצויר ונזמין את התלמידים להפוך את הקווים ליצירה דמיונית וצבעונית כיד הדמיון הטובה עליהם.
אפשר להזמין אותם לעבור על קווי המתאר עם לורד שחור להדגשה ולאחר מכן נזמין אותם לקשט כרצונם. ציור, צביעה, גזרי נייר צבעוניים בהדבקה.
*מוזמנים לערוך תערוכה של היצירות המוגמרות. תערוכת "הצל שלנו בצבעים"

פעילות סיום – שרשרת החברות

עזרים:

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור לשיר חברים טובים

מילים: אהוד מנור לחן: צוף פילוסוף

חוט פלסטיק ליצירה
כפתורים שונים עם חורים גדולים

מהלך הפעילות:

לסיום שבוע החברות נזמין את התלמידים להכין שרשרת חברות.

כמו שהכנו את צמידי החברות לכל תלמיד, כעת נכין שרשרת המורכבת ממילים טובות של כל החברים בצהרון.



נשב במעגל ונזמין כל תלמיד בתורו לבחור כפתור, לבוא אליכם ולהשחיל את הכפתור על שרשרת החברות ולומר: (כמה אפשרויות לבחירתכם בהתאמה לגיל)

- מה אני יכול לעשות בשביל חבר טוב?
- איך אתה מרגיש כשחבר משחק איתך?
- מתי היית חבר טוב היום?
- מה עושים כשחבר עצוב?
- איך מראים לחבר שאכפת לנו ממנו?
- איך משחקים עם חברים בלי להתווכח?
- מה עושים אם חבר רוצה לשחק בצעצוע שלך?
- איך אפשר להיות חבר טוב בצהרון שלנו?
- מה עושה חבר כשאתה מצחיק אותו?
- איך מראים תודה לחבר?
- מתי חשוב להגיד לחבר סליחה?

נמלא את שרשרת החברות במילים ומעשים טובים שעושים עם חברים.

כשהשרשרת מוכנה נשמיע את השיר חברים טובים ונשיר יחדיו.

שבוע שלישי

אני והמשפחה שלי

יום ה'	יום ד'	יום ג'	יום ב'	יום א'	
משפחה זה בית 2	משפחה זה בית	יום המשפחה	משפטים של משפחה	יוגלה	מפגש פתיחה והתכנסות
ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים
"עץ אבא"	כולנו ביחד משפחה ענקית	"עץ שורשים"	הבית שלי	מי במשפחה שלי?	פעילות העשרה חינוכית
התערוכה החגיגית "המשפחה שלי"	הזמנה לתערוכה	זה העץ שלי	מציגים משפחה	אנחנו חלק חשוב במשפחה	פעילות סיום

*בתחילת שבוע המשפחה נבקש מהתלמידים להביא תמונות עדכניות שלהם ותמונות של ההורים, האחים והאחיות, הסבים והסבתות שלהם. רצוי תמונות שאפשר לגזור את הפנים שלהם מהתמונה לצורך הכנת עץ שורשים.



פעילות פתיחה – יוגלה

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לפתיח מוזיקלי יוגלה

קלפי יוגלה

קישור למוסיקה שקטה

מהלך הפעילות:

נפתח את השבוע בפעילות יוגה מרגיעה. נשמיע את מוסיקת פתיח יוגלה ונבקש מהתלמידים לשבת על הארץ ליד הכיסאות. ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על מושב הכיסא ואת הראש על הידיים. נבקש מהתלמידים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט). ננחה את התלמידים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים:

"שלוש" - ננחה את התלמידים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות, כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה מספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" - עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהתלמידים לקחת נשימה עמוקה ולמתוח את שתי הידיים למעלה לצדי האוזניים ולספור לאט עד שתיים. כעת נבקש להוריד את הידיים באיטיות ולקחת שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את התלמידים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה, להושיט את שתי הידיים ו"לחבק" כל אחד את עצמו חיבוק חזק כאשר הגוף מוטה מעט לפנים.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נראה את קלפי היוגה נזמין את אחד התלמידים שמעוניינים להדגים את התנוחות שעל הקלפים. נחלק אותם לשש קבוצות, ניתן לכל קבוצה קלף אחד – תלמידי הקבוצה יתנסו בעצמם בתנוחה. ננחה אותם להשאר בתנוחה מספר שניות, לשחרר וחוזר חלילה. לאחר שכולם התנסו, נעביר את הקלפים בין הקבוצות השונות עד שכולם ביצעו את כל התרגילים. פעילות יוגלה תסתיים בישיבה מזרחית על הארץ, גב זקוף, עיניים עצומות וחמש נשימות עמוקות.

למובילים – השבוע נעסוק במבנה המשפחתי.

העיסוק במשפחות רגיש ויש לשים לב:

יש להימנע מהשוואות בין משפחות

לכבד מבנים משפחתיים שונים

לחזק תחושת ערך ושייכות

פעילות העשרה חינוכית –

מי במשפחה שלי?



עזרים:

כדור רך

מחשב / רמקולים

קישור לשיר "פתחו את השער"

מילים: קדיה מולדובסקי תרגום/ נוסח עברי: פניה ברגשטיין לחן: נחום נרדי

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל ונשמיע בשקט את השיר ונקשיב. נשאל את התלמידים מה הם שמעו בשיר? על מי מסופר שם?

נספר כי לכל אחד מאיתנו יש משפחה וכל משפחה נראית קצת אחרת.

מי גר בבית שלך?
עם מי אתה אוהב להיות?
מה אתם עושים יחד?

נזמין את התלמידים לשבת במעגל.
נעביר את הכדור בין התלמידים.
מי שמחזיק בכדור מוזמן לומר שם של מישהו מהמשפחה שלו (אמא, אבא, אחות, סבתא וכו'). אין חובה לפרט מעבר לכך.
המטרה שלנו היא חשיפה עדינה ומכילה.

שאלות נוספות אותן אפשר לשאול: (רק מי שרוצה לחלוק)
מי גר בבית שלך?
עם מי אתה אוהב להיות?
מה אתם עושים יחד?

כל אחד הוא חשוב ומשמעותי במשפחה שלנו.

פעילות סיום – אנחנו חלק חשוב במשפחה

מהלך הפעילות:

לסיום היום נזמין מי שרוצה לשתף כיצד הוא חלק ממה שקורה בבית שלו.
במה הוא שותף? במה הוא עוזר?
אפשר להזמין תלמידים שמעוניינים ולהציג ביחד הצגות מצחיקות
המדגימות איך הם עוזרים.
גם מי שלא רוצה להציג יוכל לומר כיצד הם שותפים להתנהלות בבית.

לסיום נדגיש: כל משפחה היא טובה ומיוחדת, אני חשוב ומשמעותי במשפחה שלי.

פעילות פתיחה – משפטים של משפחה

הכנה מראש עזרים:

המובילים יכתבו על רצועות דפי בריסטול משפטים או שאלות
המתארים משפחות ומצבים שונים בחיי המשפחה.

מהלך הפעילות:

המובילים יקריאו בכל פעם משפט אחר הקשור למשפחה
והתלמידים שמעוניינים בוחרים את המשפט המתאים להם
ומוזמנים לבוא לקחת את המשפט ולהניח על הארץ.
כך יתווספו עוד ועוד משפטים.
אפשר להניח אותם על הארץ
כאשר אנו מכוונים ליצירת צורה של לב גדול.

נעודד שיח בין התלמידים על המשפטים שבחרו.



רעיונות למשפטים:



המשפחה שלי אוהבת אותי.
המשפחה שלי שומרת עליי.
המשפחה שלי עוזרת לי כשקשה לי.
המשפחה שלי משמחת אותי.
המשפחה שלי מחבקת אותי.
המשפחה שלי מקשיבה לי.
המשפחה שלי משחקת איתי.
המשפחה שלי מלמדת אותי.
המשפחה שלי עושה לי טוב בלב.
המשפחה שלי היא הבית שלי.

במשפחה שלי אוכלים יחד.
במשפחה שלי צוחקים יחד.
במשפחה שלי לפעמים מתווכחים ולפעמים משלימים.
במשפחה שלי עוזרים אחד לשני.
במשפחה שלי אומרים מילים טובות.

במשפחה שלי אוהבים חיבוקים
כשאני עצוב המשפחה שלי עוזרת לי
אני אוהב לשחק עם...מהמשפחה שלי
אני אוהב לעשות דברים שונים עם המשפחה שלי
אני מרגיש בטוח במשפחה שלי

אני שייך למשפחה שלי.
במשפחה שלי יש לי מי שאוהב אותי.
יש לי בית.
יש לי אנשים ששומרים עליי.
אני חשוב למשפחה שלי.



פעילות העשרה חינוכית – הבית שלי



הכנה מראש:

הדפסת דפי הבסיס להכנת הבית

עזרים:

דפים מודפסים

מחשב /טלפון חכם

קישור לצפייה למובילים השלבים להכנת הבית

מדבקות של פרחים ועצים

צבעי עיפרון

טושים

מספרים

דבק סטיק

מהלך הפעילות:

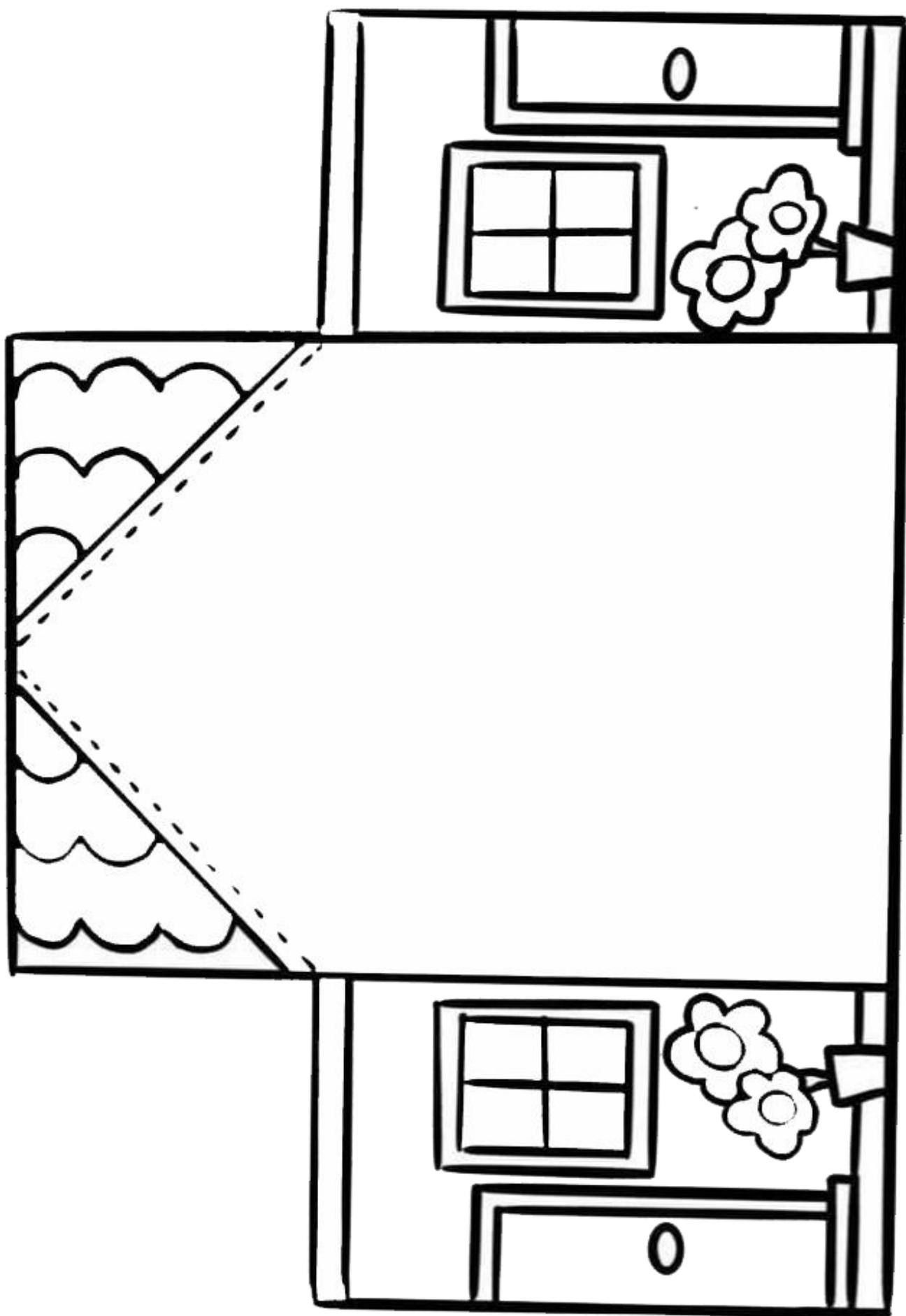
נחלק לתלמידים את דפי הבסיס להכנת הבית.
בשלב הראשון נגזור את כל האיור של הבית לפי קווי המתאר סביב.
נזמין אותם לצבוע ולעטר כרצונם.
אפשר להוסיף מדבקות של פרחים ועצים לשימושם.
אחרי שזה מוכן ננחה את התלמידים לקפל את שני הצדדים של הבית אחורנית
ואת הגג לפי הקו המנוקד גם כן , את חלקי הגג יש להדביק בעזרת דבק סטיק.

למובילים: לחצו כאן על מנת לראות בקלות את סדר העבודה.

כעת נזמין אותם לצייר מי במשפחה שלהם בתוך הבית.

הבתים שלנו מוכנים 😊

הזמינו אותם לרשום על כל בית את שם התלמיד ושם משפחתו או רק את שם המשפחה.
נשמור את העבודות הנפלאות לתערוכה שנקיים בסוף השבוע.



פעילות סיום – מציגים משפחה



מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים המעוניינים להציג בפני החברים להתחלק לקבוצות קטנות של עד 4 שחקנים ולהכין הצגות קצרות המתארות מצבים שונים בחיי המשפחה. כל תלמיד יחליט איזו דמות הוא במשפחה. אפשר לתת לתלמידים תאור מצבים שונים ולהזמין אותם להציג, או לתת להם להמציא לבד. התאימו לתלמידים בצהרון שלכם.

פעילות פתיחה – יום המשפחה

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר "המשפחה שלי"

מילים: יורם טהר לב לחן: נורית הירש

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש ונספר לתלמידים כי היום נציין את יום המשפחה. יום המשפחה הוא יום מיוחד שבו אנחנו חושבים על המשפחה שלנו. המשפחה היא האנשים שגרים איתנו או קרובים אלינו, אלה שאוהבים אותנו, שומרים עלינו ועוזרים לנו לגדול. בכל משפחה יש אנשים שונים, ויש משפחות קטנות ויש גדולות, וכל משפחה היא טובה וחשובה כמו שהיא. ביום המשפחה אנחנו אומרים תודה, נותנים חיבוק, ומראים אהבה למי שבלב שלנו. המשפחה היא כמו שורשים של עץ היא מחזיקה אותנו חזקים ועוזרת לנו לגדול נערוך את בדיקת הנוכחות ולאחר מכן נשיר יחדיו את השיר המוכר והאהוב "המשפחה שלי".

• קישור לפינטרסט לדוגמות שונות ליצירת עצי שורשים מסוגים ומחומרים שונים לשימושכם.

פעילות העשרה חינוכית – עץ שורשים

הכנה מראש:

הדפסת דפי עץ השורשים – דף לכל תלמיד

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר עץ המשפחה עפרה ועידן – ילד מוסיקה

תמונות של התלמידים ובני משפחתם (חשוב לוודא שאלה תמונות שאפשר לגזור)

מספרים

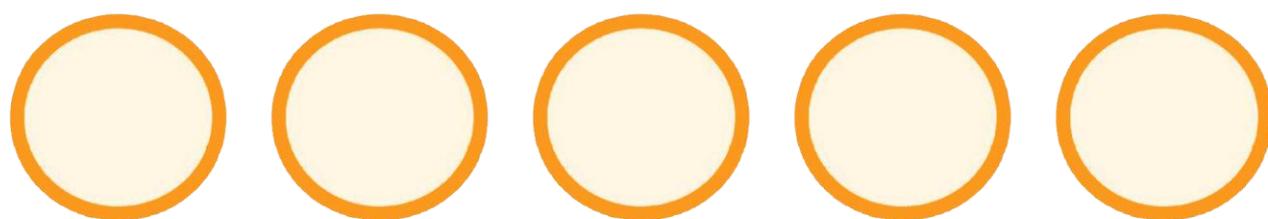
דבק סטיק

טושים

דפי בריסטול / קרטון ביצוע בגודל A4 לכל תלמיד

מהלך הפעילות:

נפתח את הפעילות ונשאל את התלמידים מי יודע מה זה אומר להכין "עץ שורשים"?
האם זה אומר לנטוע עץ? למה מתכוונים?
נסביר שכשאנחנו מכינים עץ שורשים עם תמונות המשפחה, אנחנו מספרים את הסיפור מהיכן באנו.
כמו שעץ עומד חזק בזכות השורשים שלו,
כך גם אנחנו גדלים ומרגישים בטוחים בזכות האנשים שאוהבים אותנו, דואגים לנו ונותנים לנו מקום בעולם.
התמונות על העץ מזכירות לנו מאיפה באנו ומי האנשים שמרכיבים את המשפחה שלנו וכמובן עוזר לנו להכיר בני משפחה שחיו מזמן.
נזמין את התלמידים לשולחנות העבודה, נחלק לכל תלמיד את דף הבסיס של עץ השורשים. כל תלמיד יגזור את הפנים שלו בעיגול קטן וידביק בעיגול המרכזי עם המסגרת הכחולה. לאחר מכן לפי הסדר יגזרו את תמונות בני המשפחה הנוספים, אחים אחיות הורים סבים וסבתות וידביקו לפי הסדר.
התלמידים יעטרו ויוסיפו לעץ השורשים כרצונם. לתלמידים שמעוניינים לכתוב את השמות של בני המשפחה ניתן לסייע.
את העצים המוכנים נדביק לקרטון ביצוע או דף בריסטול ליציבות יתרה.



***אם יש צורך בחברי משפחה נוספים אפשר לגזור ולהוסיף עיגולים.**

פעילות סיום – זה העץ שלי



עזרים:

כל עצי השורשים שהתלמידים הכינו.

מהלך הפעילות:

לסיום היום נזמין את התלמידים לשבת במפגש ונזמין את התלמידים שמעוניינים לחלוק ולהציג את עץ השורשים שלהם. לספר על בני המשפחה ואולי על דברים נחמדים שהם אוהבים לעשות עם כל אחד מבני המשפחה.

נשמור את עצי המשפחה ובסוף השבוע נערוך תערוכה נפלאה אליה אפשר להזמין את בני המשפחה.

פעילות פתיחה – משפחה זה בית

עזרים:

סלסלות עם חלקי לגו

מהלך הפעילות:

נספר לתלמידים כי היום ומחר בפעילות הפתיחה אנו עומדים לבנות בתים מקסימים מלגו. אפשר להתחלק לשתי קבוצות ובכל פעם להזמין קבוצה אחרת. תוך כדי בדיקת הנוכחות אפשר לבקש מכל תלמיד שקראנו בשמו אם הוא מעוניין לספר על דבר אחד שהוא אוהב במיוחד בבית שלו. מחר נחליף בין הקבוצות. קבוצה אחת בונה והקבוצה השנייה מספרת על דברים אוהבים בבית. אם יש אפשרות שימרו את הבתים הבנויים לתערוכה.

פעילות העשרה חינוכית – כולנו ביחד משפחה ענקית

הכנה מראש:

מומלץ למובילים לקרוא את המילות השיר ולצפות בסרטון הדרכה לתנועות הריקוד. אם אין ברשותכם מקרן – למדו את עצמכם את תנועות הריקוד כדי שתוכלו ללמד את התלמידים.

עזרים:

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור לשיר " משפחה ענקית"

מילים: סמדר שיר לחן: משה דץ

קישור למילות השיר בשירונט



מהלך הפעילות:

היום נכיר שיר מקסים הנקרא "משפחה ענקית" שכתבה סמדר שיר והלחין משה דץ. נשמיע לתלמידים את השיר פעם אחת ונבקש ממי שמעוניין לספר על מה מסופר בשיר. כעת נלמד את התלמידים את תנועות הריקוד אם בצפייה בסרטון המצורף או שהמובילים מלמדים

את התנועות לצלילי השיר.

אפשר ללמד את התלמידים את מילות הפזמון שתוכלו לשיר ביחד. ביום האחרון השבוע כאשר נזמין את בני המשפחה לצפות בתערוכה תוכלו להופיע בפניהם עם הריקוד שלמדתם היום.

הזמנה למשפחות לתערוכה – אפשר להדפיס למלא את הפרטים ולחלק לתלמידים וגם לשלוח להורים דיגיטלית.

משפחות יקרות,

הנכם מוזמנים לתערוכה החגיגית

בנושא המשפחה שלנו.

התערוכה תתקיים ב:

מתרגשים ומצפים לראות אתכם

משפחות יקרות,

הנכם מוזמנים לתערוכה החגיגית

בנושא המשפחה שלנו.

התערוכה תתקיים ב:

מתרגשים ומצפים לראות אתכם



פעילות סיום- הזמנה לתערוכה

הכנה מראש:
הדפסת ההזמנות

עזרים:
ההזמנות מודפסות ומוכנות
מחשב / רמקולים

קישור לשיר "כולנו ביחד משפחה ענקית"
מילים: סמדר שיר לחן: משה דץ

מהלך הפעילות:

נזכיר לתלמידים את התערוכה שאנו עורכים בסוף שבוע זה.
נסביר לתלמידים מראש מה נעשה ביום של התערוכה.
המשפחות תגענה קצת יותר מוקדם ואנו נזמין אותם לצפות
ביצירות הנפלאות שהכנתם.
לסיום נשיר ביחד את השיר "משפחה ענקית".

אפשר ורצוי לשאול את התלמידים אם יש להם רעיונות מה עוד היו רוצים
לעשות עם המשפחות שלהם כשיגיעו אלינו לצהרון.

פעילות פתיחה - משפחה זה בית 2

עזרים:

סלסלות עם חלקי לגו

מהלך הפעילות:

היום נמשיך בבניית בתים מקסימים מלגו.

לפי שתי הקבוצות שהתחלקנו את מול, נזמין את הקבוצה שעדיין לא בנתה בתים לבנות אותם מהלגו.

הקבוצה השנייה תוך כדי בדיקת הנוכחות נבקש מכל תלמיד שקראנו בשמו אם הוא מעוניין לספר על דבר אחד שהוא אוהב במיוחד בבית שלו. שימרו את הבתים הבנויים לתערוכה.



פעילות העשרה חינוכית –

עצים מצפים לגשם

מאת: רקפת זיו-לי • איורים: נעה מישקין

המלצה:

בספר הזה מסופר על קשר נפלא שיש לילד עם סבו. אם תרצו אפשר לבקש מהילדים לשאול את סבא וסבתא שלהם אם ירצו לבוא לצהרון ולספר זיכרונות ילדות שלהם.

על הספר: (מתוך ספריית פיג'מה)

כמה טוב לנסוע לסבא בתל אביב וללכת יחד לחוף הים בחורף בתנאי שמזג האוויר יאפשר זאת. הסבא והנכד מאזינים לתחזית מזג האוויר ולמנגינה נושנה שמביאה איתה זיכרונות ילדות מתוקים ממקומות רחוקים, בשפת הלדינו, שפת ילדותנו של סבא.

עזרים:

הספר "עצים מצפים לגשם"
מחשב / רמקולים

קישור לסיפור "עצים מחכים לגשם"

מהלך הפעילות:

נראה לתלמידים את הכריכת הספר ונספר מי כתבה ומי אייר את הספר. נקריא את הסיפור.

(מתוך ספריית פיג'מה)

חבריו של הסבא בסיפור מספרים לנכד על הילד שסבו היה. גם אתם המובילים תוכלו אם תרצו לספר על הילדים שהייתם, מה אהבתם לעשות, למה אתם מתגעגעים, ותוכלו אפילו לשתף בתמונות מילדותכם. כדאי גם לשאול את התלמידים: מה הייתם מספרים על עצמכם כילדים צעירים יותר? איזה זיכרון משמח או מרגש במיוחד יש לכם מפעם? אפשר לבקש מהם "לקרוא את התמונות" ולגלות לנו את סוף הסיפור.



פעילות סיום - התערוכה החגיגית "המשפחה שלי"

הכנה מראש:

המובילים יכינו מפות אלבד ושלטים המתארים את היצירות השונות ואם תרצו תוכלו לתת שם לתערוכה.

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר משפחה להשמיע ברקע

קישור לשיר "כולנו ביחד משפחה ענקית"

מילים: סמדר שיר לחן: משה דץ

שולחנות

מפות

שלטים

יצירות של התלמידים

מהלך הפעילות:

נחלק את התלמידים לכמה קבוצות ולכל קבוצה ניתן משימה. אנו עומדים להכין יופי של תערוכה.



קבוצה 1: מסדרים את השולחנות
קבוצה 2: פורסים את המפות על השולחנות
קבוצה 3: סידור היצירות על השולחנות
*הכל נעשה בשיתוף פעולה ובהנחיית המובילים.

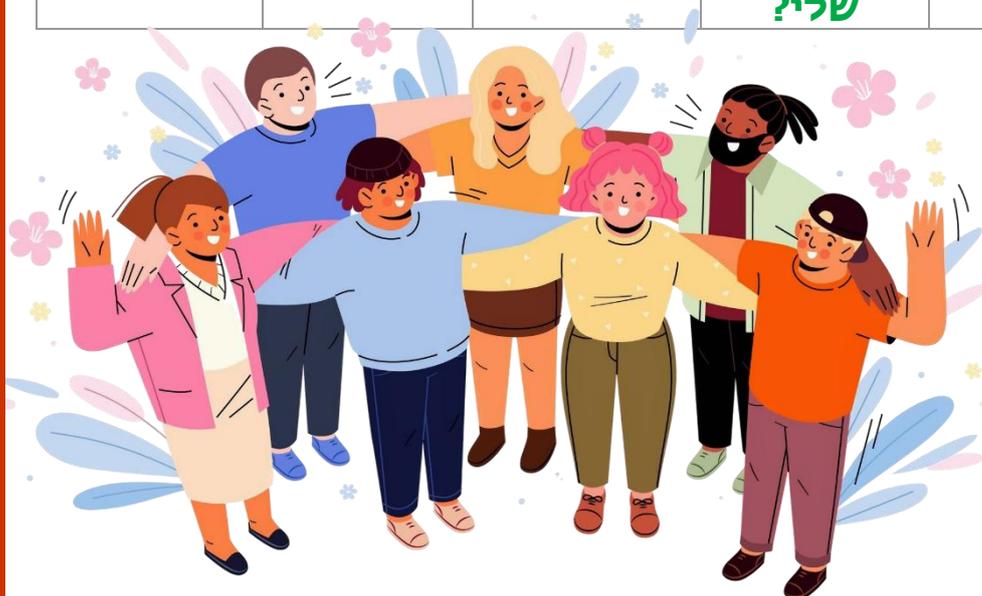
בני המשפחה מוזמנים להגיע מוקדם, התלמידים יציגו בגאווה את העבודות.

לסיום נזמין את התלמידים ומשפחותיהם לשיר ביחד את השיר "כולנו ביחד משפחה ענקית".

שבוע רביעי

הקהילה שלי

יום ה'	יום ד'	יום ג'	יום ב'	יום א'	
פסל קהילתי	אחריות חברתית	אנשים בקהילה שעוזרים לנו	שלום קהילתי	יוגלה	מפגש פתיחה והתכנסות
ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים	ארוחת צוהריים
אנשים טובים	מרכיבים קהילה	בונים קהילה	להיות מנומסים	מהי קהילה?	פעילות העשרה חינוכית
שרשרת הנתינה	המגדל המשותף	מי נותן למי?	איך אני תורם לקהילה שלי?	הציור שלא נגמר	פעילות סיום





פעילות פתיחה – יוגלה

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לפתיח מוזיקלי יוגלה

קלפי יוגלה

קישור למוסיקה שקטה

מהלך הפעילות:

נפתח את השבוע בפעילות יוגה מרגיעה.
נשמיע את מוסיקת פתיח יוגלה ונבקש מהתלמידים לשבת על הארץ ליד הכיסאות.
ננחה אותם להניח את שתי הידיים משולבות על מושב הכיסא ואת הראש על הידיים.
נבקש מהתלמידים לעקוב אחר ההנחיות ולבצע את התנועות. (הקפידו לדבר בקול רך ושקט).

ננחה את התלמידים לעצום את העיניים ונפתח בתרגילים:

"שלוש" - ננחה את התלמידים לקחת 3 נשימות איטיות ועמוקות,
כאשר אחרי כל שאיפת (הכנסת) אוויר דרך האף, נעצור את הנשימה
נספור בלב עד שלוש ואז אט אט נוציא את האוויר.

"שתיים" - עדיין עם עיניים עצומות, נבקש מהתלמידים לקחת נשימה עמוקה
ולמתוח את שתי הידיים למעלה לצדי האוזניים ולספור לאט עד שתיים.
כעת נבקש להוריד את הידיים באיטיות ולקחת
שתי נשימות עמוקות.

"אחת" - ננחה את התלמידים לקחת שוב נשימה אחת עמוקה,
להושיט את שתי הידיים ו"לחבק" כל אחד את עצמו חיבוק חזק כאשר הגוף מוטה מעט לפנים.

בתום 3 דק' של נשימות ומתיחות, נראה את קלפי היוגה
נזמין את אחד התלמידים שמעוניינים להדגים את התנוחות שעל הקלפים.
נחלק אותם לשש קבוצות, ניתן לכל קבוצה קלף אחד – תלמידי הקבוצה יתנסו בעצמם
בתנוחה.

ננחה אותם להשאר בתנוחה מספר שניות, לשחרר וחוזר חלילה.
לאחר שכולם התנסו, נעביר את הקלפים בין הקבוצות השונות
עד שכולם ביצעו את כל התרגילים.
פעילות יוגלה תסתיים בישיבה מזרחית על הארץ, גב זקוף, עיניים עצומות וחמש נשימות
עמוקות.

פעילות העשרה חינוכית – מהי קהילה?

למובילים:

קהילה היא המעגל החברתי הרחב של התלמיד מעבר למשפחה: אנשים, מקומות ותפקידים שמקיפים אותו ביומיום. דרך חקירה, משחק, יצירה ושיח – התלמידים מפתחים תחושת שייכות, ביטחון חברתי והבנה שהם חלק ממארג אנושי תומך.

עזרים:

קרטיסי תמונות של אנשים שונים שיש להם תפקידים שעוזרים בקהילה

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש ונשאל את התלמידים מי יכול לספר לנו מי גר בבית שלנו? משפחה. נכון.

ומי גר בבניין שלנו או בבתים לידינו, או ברחוב שלנו? שכנים.

ומי גר ברחובות שבעיר שלנו? אנשים. וכולם הם חלק מהקהילה שלנו.

נספר לתלמידים כי בכל קהילה יש גם אנשים שהתפקידים השונים שלהם הוא לעזור לאנשים בקהילה.

למשל:

נראה לתלמידים בכל פעם קלף אחד עם דמות אחרת (גננת, רופא, נהג, לוחם אש, שוטר, מוכר בחנות)

ונשאל: מי זה? מה תפקידו/ה? איך הוא עוזר לנו?

נעודד תחושת שייכות לקהילה הקרובה

ונערוך לתלמידים היכרות עם אנשים ותפקידים בסביבה שבה הם חיים

יש סביבנו אנשים שעוזרים, שומרים ודואגים.

נשאל את התלמידים: כשאתם יוצאים מהבית – את מי אתם פוגשים?

מי גר לידכם או עובד לידכם?

אתם מכירים מישהו שעוזר לנו ביום-יום?

נסכם:

כל האנשים האלה יחד נקראים קהילה.

הקהילה היא כל מי שחי סביבנו, עובד לידנו, ועוזר לנו להרגיש בטוחים ושייכים.

שימו לב לא לתקן תשובות. כל אזכור של אדם מהסביבה הוא נכון.



פעילות סיום – הציור שלא נגמר



עזרים:

2 בריסטולים

טושים / צבעים

מחשב / רמקולים

קישור לשיר "המשפחה שלי"

מילים: יורם טהר לב לחן: נורית הירש

מהלך הפעילות:

כולנו תורמים לקהילה.
נזמין את התלמידים לשבת בארבע קבוצות סביב ארבעה חצאי בריסטולים.
כל תלמיד מצייר פרט קטן אחד בלבד ואז מעביר את הצבע לחבר.
אין לתקן ציור של חבר. בסוף מתקבל ציור משותף גדול.
אפשר להשמיע את שיר המשפחה שלי ברקע בזמן הפעילות.
כשהציורים מוכנים הזמינו את התלמידים להניח את כל הבריסטולים האמצע ולשבת סביבם במעגל.
נזמין את התלמידים להתבונן על כל הציורים ונשאל:
מה קרה לציור כשכל אחד הוסיף?
האם כל הציורים היו אותו דבר?
נעים לחיות בקהילה כשכל אחד תורם משהו לקהילה.

פעילות פתיחה – שלום קהילתי

מהלך הפעילות:

תוך כדי בדיקת הנוכחות נזמין כל תלמיד שקראנו בשמו לקום וללחוץ את ידו של התלמיד הבא שקראנו בשמו.
(אפשר ללחוץ ידיים, לומר "שלום" זה לזה כמו ברחוב, להנהן עם הראש ולחייך)
נסכם:
תראו כמה נעים לנו כשאנחנו נעימים לאחרים.
כשאני מתנהג בצורה נעימה בקהילה שלי – כך יתנהגו גם אלי.

פעילות העשרה חינוכית –

נעים לחיות יחד

על נימוסים והליכות

בפעילות זו נערוך היכרות עם כללי נימוס בסיסיים
הבנת החשיבות של דיבור והתנהגות מכבדים

עזרים:

כרטיסיות מילים ומשפטים (הצעות כאן משמאל)
שלט גדול: "מילים טובות בקהילה"

מהלך הפעילות:

נשאל את התלמידים: איך מרגישים כשאומרים לנו תודה?
איך מרגישים כשלא מקשיבים לנו?
נימוסים הם מילים ומעשים שעוזרים לכולם להרגיש טוב ונעים.

המובילים יזמינו בכל פעם שני חברים המעוניינים להציג
ויתנו להם תאור של מצבים שונים.
אפשר גם לחלק את כל הקבוצה לשלישיות
ושכולם יציגו / ישחקו ביחד.
לדוגמה:

איך מבקשים צעצוע?

איך ממתינים בתור?

איך מתנצלים אחרי טעות?

איך מבקשים לעבור במקום חסום?

איך מבקשים משהו לקום מהכסא שלי?

אם אני נכנס למעלית עם אבא או אמא

ויש שם אנשים מה כדאי לומר?

לסיכום נשאל: איך דיברנו?

איך זה שינה את המצב?

נזמין את התלמידים לבחור מילה טובה או משפט
ולהדביק אותם על השלט הגדול.

ונאמר לסיים:

מילים טובות בונות קהילה נעימה.

בבקשה

תודה

סליחה

ברשותך

בשמחה

כבוד

נימוס

עדינות

הקשבה

סבלנות

התחשבות

כבוד

אכפתיות

אדיבות

נימוס

דרך ארץ

האם אפשר בבקשה?

תודה שעזרת לי

סליחה, לא התכוונתי

אפשר לחכות לתור?

אני מקשיב לך

אני מחכה בסבלנות

אפשר לדבר בנימוס

אני מדבר בשקט

אני מכבד אחרים

אני נותן לחבר לסיים לדבר

אני מסתכל כשמדברים אליי

אני לא מפריע

גם לדעה אחרת יש מקום

אני שומע גם אם אני לא מסכים

אני מחכה לתורי

אני מדבר יפה גם כשאני כועס

אני מבקש ולא לוקח

סליחה שפגעתי

טעיתי ואני מתקן

לא שמת לי לב, סליחה

אני מבקש סליחה ומנסה שוב

אני אומר שלום כשנכנסים

אני מדבר בכבוד

אני שומר על ניקיון בכל מקום

אני עוזר כשצריך

פעילות סיום – איך אני שומר על הקהילה שלי?

מהלך הפעילות:

נשאל את התלמידים: מה עושה מקום לנעים?
מה פחות נעים?
כעת נשחק משחק:
המובילים יצרו מצבים שונים וישאלו מי רוצה למצוא פתרון למצב על ידי מציאת כרטיס מתאים או לומר מה הוא חושב שכדאי לעשות.

לדוגמה:

אשה שנקרעה לה השקית של הקניות
תלמיד עומד בתור עם אמא ורוצה לעקוף אנשים
מישהו מדבר בקול רם באוטובוס
תלמיד לוחץ על כפתורי מעלית שוב ושוב
מישהו פותח דלת ולא מחזיק אותה למי שמאחוריו. (פשוט מניח לה להסגר)
מישהו פוגש שכנה ולא אומר שלום
תלמיד רוצה משהו מהמוכר ולא מחכה שיסיים עם לקוח אחר
תלמיד מפריע לעובד שעובד (שומר, גנן, מנקה)
תלמיד צוחק על מישהו שנראה שונה
תלמיד רואה אשפה זרוקה על המדרכה
תלמיד רואה מישהו שנפל
תלמיד רואה כלב קשור ונוגע בלי לשאול
תלמיד רואה תלמיד אחר בוכה בגינת המשחקים
תלמיד מצויר על ספסל ציבורי
תלמיד זורק אוכל בגינה
תלמיד קוטף פרחים במקום ציבורי
תלמיד משאיר צעצוע על שביל



אחרי שאיפשרנו לתלמידים למצוא פתרונות נשאל:

איך אתם הייתם מרגישים אם כולם היו מתנהגים בצורה כזו?
מה אפשר לעשות אחרת?
איך היינו רוצים שיתנהגו אלינו?

נזמין את התלמידים להציע פתרונות.
נסכם: כל אחד מאיתנו יכול לתרום לקהילה ולהרגשה הטובה - כל אחד יכול להשפיע.

פעילות העשרה חינוכית – בונים קהילה

הכנה מראש:

לפעילות זו נערך מראש ונבקש מהתלמידים להביא לצהרון מבחר חומרים למיחזור (ראו בעזרים) נכין שולחן אחד מרכזי עם כל החומרים לבחירת התלמידים

על הפעילות:

בפעילות זו נערוך היכרות עם מבני הקהילה והשירותים שבה נבין תפקידים קהילתיים שונים, נעבוד בשיתוף פעולה ונעודד יצירתיות ושימוש חוזר בחומרים.



עזרים:

חומרי מיחזור שונים
קופסאות קרטון בגדלים שונים (נעליים, דגנים, תרופות)
גילי נייר מגבת
קופסאות פלסטיק של גבינות מעדנים וכדומה
בקבוקי פלסטיק
מכסים, פקקים שונים
אריזות מזון נקיות

חומרי יצירה
קרטון עבה לבסיס העיר (קרטון ביצוע)
ניירות צבעוניים
טושים, צבעי גואש
מספריים
דבק פלסטי

מדבקות לבנות - לכתיבת שמות המבנים

מהלך הפעילות:

נפתח את המפגש ונשאל את התלמידים מה זאת עיר?
מי גר בעיר?
אילו מקומות חשובים יש בעיר?
מה קורה אם אין בית חולים? אם אין בית ספר או גנים?

נסביר כי עיר היא מקום שבו אנשים חיים יחד, וכל אחד עוזר בדרך שלו.
יש מקומות שעוזרים לנו ללמוד, להיות בריאים, בטוחים ולקנות מה שצריך.

נציג לתלמידים את הפעילות שלנו היום:
היום אנחנו נבנה יחד עיר משלנו – עיר קהילתית מחומרי מיחזור.
נשוחח עם התלמידים על מבנים שונים שנותנים שירותים בקהילה לדוגמה:



בית ספר
גן תלמידים
תחנת כיבוי אש
משטרה
בית חולים
מרפאה וטרינרית
חנויות
ספרייה / פארק / מתנ"ס
ועוד

נשאל מס' שאלות על כל מקום
לוודא שהתלמידים מבינים

מי עובד במקום הזה?
איך המקום הזה עוזר לנו?
מי משתמש בו?

כעת נצא לדרך – היום נכין את כל המבנים ומחר נרכיב את העיר שלנו.
נחלק את התלמידים לקבוצות קטנות כארבעה – חמישה תלמידים סביב שולחן.

נעבוד בזוגות בשיתוף פעולה
אפשר לעזור לצעירים לתכנן את מה שהם רוצים להכין.
אפשר בהתחלה לשאול את התלמידים כדי לעזור להם לתכנן:

איך ייראה המבנה שאתם רוצים להכין?
איזה חומרים יתאימו?
באיזה צבע כדאי להשתמש?
מה לכתוב על השלט?

נזמין את התלמידים לבחור את חומרי הבסיס ולהתחיל – לצבוע, להדביק, לצייר
להוסיף חלונות, דלתות, שלטים ועוד כרצונם.

המובילים יסתובבו בין כולם, יסייעו ויתווכו.
כשכל המבנים מוכנים, נראה לתלמידים את קרטון הביצוע הגדול
שעליו אפשר לצייר כבישים, דשא וכדומה.
החליטו מי יכין את הבסיס בהתאם לגילים בצהרון שלכם.
לצעירים מאד המובילים יכינו את הבסיס.
נניח את כל המבנים על שולחן מכוסה בניילון להתייבש עד מחר.
מחר נמשיך את הכנת העיר שלנו.
נסכם: כמו קהילה שמורכבת מהרבה אנשים – גם עיר לא בנויה מבניין אחד –
אלא מהרבה מקומות שמחוברים יחד.

פעילות סיום – זה תלוי רק בנו

עזרים:

מחשב / רמקולים

קישור לשיר "עולם הילדים" מילים: הגר אורן לחן: מירון מינסטר

למובילים: אם תרצו להכיר את קצב הדיקלום אתם מוזמנים להאזין לשיר לפני תחילת הפעילות.

מהלך הפעילות:

נלמד את התלמידים דיקלום מוסיקלי קצר, שניתן יהיה להשתמש בו לאורך השנה.
אפשר להשמיע לתלמידים את השיר ולהקשיב למילים
ובסוף ההאזנה לשאול אותם מה שמעו בשיר, על מה הוא מספר?

**אִם נֶעְצַם אֶת הָעֵינִים
וְנִדְמִין עוֹלָם אַחֵר
עוֹלָם בּוֹ יֵשׁ שָׁלוֹם
וְכָל אָדָם הוּא כְּמוֹ חֵבֵר
נְבִיט אֶל הַשָּׁמַיִם
וְנִדַּע עֵמֶק בְּפָנִים
זֶה תְּלוּי רֶק בְּנוֹ
אֲנַחְנוּ הַיְלָדִים**

פעילות פתיחה – אחריות חברתית

בפעילות זו נעודד תחושת אחריות כלפי אחרים ונבין שלמעשים שלנו יש השפעה על הסביבה נחזק ערכים של אכפתיות, עזרה ושמירה על הכלל.

עזרים:

בובת כף יד או בובה גדולה

רשימת מצבים שונים (תלמיד נפל, צעצוע על הרצפה, מישהו בוכה, לכלוך בחצר)

מהלך הפעילות:

נפתח את הפעילות ונכיר לתלמידים את הבובה

זו _____ הבובה שלנו. היא גרה בקהילה כמו שלנו.

לפעמים היא רואה דברים שקורים סביבה ולא תמיד יודעת מה לעשות.

אולי תוכלו לעזור לה ולהגיד לה – איך מתנהגים בקהילה אכפתית?"

הנה מצבים שונים שאפשר להציע לתלמידים:

רואה תלמיד שנפל ולא קם מיד.

שומעת מישהו בוכה בצד.

רואה הרבה לכלוך על הרצפה.

רואה תלמיד שעומד לבד ולא משחק עם אחרים.

רואה שני תלמידים שמתווכחים.

שומעת דיבור לא יפה בין תלמידים.

רואה מים שנשפכו על הרצפה.

רואה תלמיד שמחכה לתור ואחר עוקף אותו.

רואה ספרים מפוזרים ולא במקום.

רואה חבר שמתקשה לסגור מעיל.

רואה תלמיד שמחפש משהו שאבד לו.

רואה תלמיד שלא מצליח להשתתף במשחק.



שומעת חבר שקורא לעזרה.
רואה כיסא שנפל באמצע החדר.
רואה פח מלא ולידו אשפה.
רואה צמחים שנרמסים.
רואה שער פתוח שלא אמור להיות פתוח.
רואה צעצוע שבור.
רואה בלגן גדול אחרי משחק.
רואה תלמיד שרוצה לדבר ואף אחד לא מקשיב.
רואה מישהו שלא מבינים מה הוא רוצה.
רואה תלמיד חדש שלא מכיר את המקום.

אפשר לשאול:

"מה אפשר לעשות?"

"מי יכול לעזור?"

"איך זה משפיע על כולם?"



לסיכום נשאל:

מי אחראי למה שקורה סביבנו?

איך אפשר לעזור בלי שמבקשים?

אחריות = לראות, לחשוב, ולפעול.

פעילות העשרה חינוכית -

מרכיבים קהילה

הכנה מראש:

המובילים יצבעו לוח גדול מקרטון ביצוע בירוק.

עזרים:

דבק חם (לשימוש המובילים בלבד)
מדבקות
פלסטלינה
(לדמויות ואלמנטים קטנים כמו אנשים, עצים, פרחים, מכוניות, ספסלים)
גלילי נייר מגבת
פקקים

מהלך הפעילות:

כל המבנים שהכנו אתמול כבר מוכנים.
היום ניצור מכל המבנים שהכנו את העיר שלנו.

נתחיל בחלוקת פלסטלינה בצבעים שונים ונזמין את התלמידים לנסות ליצור אנשים קטנים, עצים, פרחים ועוד.
אפשר ליצור מכוניות קטנות בעזרת גלילי נייר מגבת ופקקים. ראו דוגמה.



נזמין בכל פעם שני חברים עם היצירה שלהם ונדביק אותה לקרטון הביצוע בעזרת דבק חם. (לשימוש המובילים בלבד)
שימו לב שכשאתם מדביקים את המבנים דמיינו כבישים שעוברים בין הבניינים והשאירו מקום לציור כבישים והוספת דמויות.

אחרי שכל המבנים מודבקים הדביקו או ציירו בעזרת טוש כבישים ושבילים בין המבנים.
הזמינו את התלמידים שסיימו להדביק את הדמויות שלהם ברחבי העיר.



פעילות סיום- המגדל המשותף

עזרים:
קוביות

מהלך הפעילות:

נסיים את היום במשימה.

אפשר לחלק אותם לארבע קבוצות קטנות יותר.

נסביר לתלמידים כי לכל קבוצה יש משימה - לבנות יחד מגדל אחד – בלי לדבר.

נסביר כי המטרה שלנו לא להשתמש במילים אלא:

להתבונן

להבין כוונות של חברים

לוותר לפעמים

להזכיר כי המגדל לא נמדד לפי גובה – אלא רק לפי יציבות.

בסוף הפעילות נשב עם התלמידים סביב המגדלים ונשוחח:

מי הוביל בלי שימוש במילים?

איך הבנתם אחד את השני? אפשר לנצל את ההזדמנות ולשוחח על שפת הגוף שלנו,

כיצד אנו מביעים מסרים באמצעות הגוף כאשר אנו לא משתמשים במילים.

מה היה קשה יותר: לא לדבר או לוותר?

נשבח את התלמידים ונסכם כי קהילה נבנית מהקשבה, סבלנות ועבודה משותפת.



פעילות פתיחה – פסל קהילתי

עזרים:

טלפון חכם עם מצלמה

מהלך הפעילות:

כל אחד ואחת מאיתנו חשובים בקהילה שלנו
בואו נשחק יחדיו ונבנה פסל של קהילה שמורכב מהרבה אנשים.
*אחד או אחת מאנשי הצוות יהיו אחראיים לצילום בניית הפסל (ופירוקו) בוידאו.
נזמין תלמיד אחד שיעמוד במרכז המרחב בתנוחה מסויימת
אחריו נכנס עוד תלמיד – מוסיף תנוחה שמשלימה.
כך עד שכל הקבוצה יוצרת פסל חי אחד.
כשהפסל מוכן נבקש מהתלמידים לא לזוז (ונצלם שוב בוידאו)
ונזמין בכל פעם שני חברים לצאת מהפסל ולשוב למקום
עד שהפסל נעלם.
עכשיו נזמין את התלמידים לשבת על הארץ מולנו ונראה להם את מה שצולם.
ראו כיצד הרבה אנשים בודדים יכולים ליצור קהילה שלמה.
הקהילה שלנו טובה ומוצלחת רק כמו האנשים הטובים שמרכיבים אותה.
ומה קורה אם אנשים לא תורמים לקהילה?
מה קורה לפסל אם מישהו יוצא?
נראה להם את הוידאו שצולם כאשר כולם עוזבים לאט לאט.
האם כל תנועה של כל אחד ואחת חשובה?
לבוגרים - איך זה מרגיש להיות חלק ממשהו גדול?
נסכם כי בקהילה – לכל אחד יש מקום, וגם תפקיד קטן הוא חשוב
וכולנו תורמים לקהילה בה אנו חיים.

פעילות העשרה חינוכית – אנשים טובים

מאת: נעמי שמר • איורים: יוסי אבולעפיה



על הספר מתוך ספריית פיג'מה –

השיר האהוב "אנשים טובים" מזכיר לכל אחד ואחת לפקוח את העיניים ולראות שהעולם מלא באנשים טובים שמוכנים לעזור, לתרום ולהיות שותפים לדרך. השיר מתאר את החברה האנושית שאנו חיים בה, את האנשים הטובים החיים בה, את הנתינה, את העשייה למען האחר ואת קירוב הלבבות.

עזרים:

הספר "אנשים טובים"

מחשב / רמקולים / מקרן

קישור למילות השיר בשירונט

קישור למידע על נעמי שמר

מהלך הפעילות:

נספר לתלמידים מה שמו של הסיפור וננסה לשער רק בעקבות השם על מה מסופר. נספר להם מי כתבה ומי אייר את הסיפור ונקריא אותו.

מתוך "ללמוד עם שיר" - משרד החינוך המזכירות הפדגוגית – אגף שפות הפיקוח על הוראת העברית ביסודי:

שיר זה שכתבה נעמי שמר מזמין אותנו להביט סביב ולהבחין באנשים טובים שאנו פוגשים בדרכנו. בכל בית בשיר מתוארים האנשים השונים שפוגשים באמצע הדרך "ואיתם אפשר לצעוד".

האופי העליז של השיר – במלים ובלחן – מבטא את חדוות העשייה והתרומה לקהילה. נשמיע את מנגינת השיר [בגרסת קריוקי](#) ונשאל איזו הרגשה מעוררת בהם המנגינה, האם היא שמחה או עצובה.

נקרין את הסרטון עם השיר ונזמין את התלמידים לשתף באופן חופשי בתחושותיהם ובמחשבותיהם בעקבות ההאזנה.

נציג את מילות השיר על המסך ונקריא אותו לתלמידים. לפני שנקריא את השיר נזמין את התלמידים לשים לב

מה נותנים האנשים בשיר. נשוחח על המשמעות של ה"מתנות" השונות.

נשאל: מי הם בעיניכם אנשים טובים? מדוע? נציע לילדים לספר על אנשים טובים שיש בחייהם ומה הם מקבלים מהם.

נזמין את התלמידים לשתף במעשה טוב שהם עצמם עשו או רוצים לעשות;
מה הם היו נותנים, למי ולמה.
נדבר על כך שיש אנשים טובים בינינו שעושים מעשים טובים עבורנו כחברה ועבור הסביבה.
אפשר לשוחח עם התלמידים על מעשים טובים כאלה.
אפשר להשמיע את השיר פעם נוספת ולשיר ביחד.

פעילות סיום – שרשרת הנתינה



עזרים:

רצועות נייר צבעוני
טושים או צבעים
שדכן
סלסלה או קופסה

מהלך הפעילות:

נזמין את התלמידים לשבת במעגל ונספר כי לפעמים אנחנו עושים משהו קטן
והוא עושה למישהו אחר טוב בלב.

כשעושים טוב – זה ממשיך הלאה, כמו שרשרת.

נשאל:

מה זה לדעתכם לעזור למישהו? תוכלו לתת דוגמה?
איך מרגישים כשעוזרים?
האם גם משהו קטן יכול להיות חשוב?

כעת המובילים יראו לתלמידים רצועת נייר אחת ויסבירו:

כל רצועת נייר תהיה מעשה טוב אחד,
כשנחבר את כולן – תיווצר שרשרת גדולה של נתינה.

המובילים יחלקו את הסרטים והתלמידים יכתבו את המשפט על הסרט והם יקשטו את הסרט
ואחר כך יחברו את כל הסרטים לשרשרת ארוכה של נתינה ומעשים טובים.
אפשרו להם לנסות לעשות כל ללא עזרתכם – רק אם ממש יבקשו.
אפשר לסיים בתליית שרשרת הנתינה ולשאול את התלמידים:

האם נעים לחיות במקום שכולם עוזרים ועושים מעשים טובים?
איך זה גורם לך להרגיש?
איך זה גרם לאחרים להרגיש?



רשימת עזרים לתוכנית זו:

קלפי יוגלה
גיר
קוביית משחק
בריסטול עבה או קרטון ממוחזר (A3)
גזעי עצים דקים או ענפים מהטבע (מחצר הצהרון)
חוטי צמר או חוטי קנבס
צבעי גואש
ספוגים קטנים או מברשות רחבות
דבק פלסטי
דבק סטיק
עלים, זרעים, תרמילים, קליפות (מהטבע)
טושים עבים
חצאי בריסטולים לבנים או גיליונות נייר גדולים
ירחונים צבעוניים
מספריים
צבעי פסטל
טושים
מדבקות שונות
פונפונים
אביזרי יצירה מגוונים שיש בצהרון
דפי בריסטול
פונפונים בצבעים ומרקמים שונים
ירחונים ועיתונים
קעריות עם מעט צבעי גואש שונים
מגבונים
חוטי פלסטיק צבעוניים
חרוזים גדולים (בטיחותיים)
סרטי בד או חוט גומי עגול
קופסאות קטנות לחרוזים
ארגז קרטון
כמה חפצים פשוטים (לא כולם חייבים להיות קשורים ישירות לחברות)
דוגמות לחפצים:
בובה קטנה
לב / מדבקה
כדור קטן
צעף
כף
קובייה

פנס או מנורה
דפי ציור גדולים A3
עפרונות
חוט פלסטיק ליצירה
כפתורים שונים עם חורים גדולים
מדבקות של פרחים ועצים
חפצי בית פשוטים שיש בצהרון (מטאטא צעצוע, בובה, קערה, כף)
סלסלה עם בובות כף יד שונות (רצוי דמויות משפחה)
סלסלות עם חלקי לגו
כרטיסי תמונות של אנשים שונים שיש להם תפקידים בקהילה (מצורף בתוכנית להדפסה)
חומרי מיחזור שונים
קופסאות קרטון בגדלים שונים (נעליים, דגנים, תרופות)
גלילי נייר מגבת
קופסאות פלסטיק של גבינות מעדנים וכדומה
בקבוקי פלסטיק
מכסים, פקקים שונים
אריזות מזון נקיות
דבק חם (לשימוש המובילים בלבד)
פלסטלינה
(לדמויות ואלמנטים קטנים כמו אנשים, עצים, פרחים, מכוניות, ספסלים)
גלילי נייר מגבת
פקקים
קוביות
ציור של עץ בלי עלים
פתקים בצורת עלים ופירות משני צבעים
טושים
סרט הדבקה / מגנטים

ספרים:

"אבד כלבלב"
"עצים מצפים לגשם"
"אנשים טובים"