



תוכנית העשרה חינוכית
ניצנים בכיתות א' - ב'



משרד החינוך
המינהל הפדגוגי
אגף בכיר יסודי
תוכנית הצהרונים הלאומית



מכיר
ומוקיר

תוכן העניינים

5

שבוע ראשון

מי אני -

היכרות בסיסית עם עצמי דרך הגוף, השם, ההעדפות, היכולות והייחודיות האישית.

23

שבוע שני

אני ואתה -

פיתוח ההבנה שלכל אדם יש מידע שונה בהתאם למה שראה, שמע או חווה.

43

שבוע שלישי

כל אחד חושב אחרת -

לכל ילד יש מחשבות, רצונות, ידע והסתכלות שונים.

78

שבוע רביעי

מרגישים יחד -

חיזוק יכולת התבוננות והבחנה של רגשות החבר, אמפתיה והכלה.

"כל הזכויות שמורות 2026 © משרד החינוך.

אין להעתיק, לצלם, להקליט, לאחסן במאגר מידע או להפיץ חלקים כלשהם מפרסום זה ללא קבלת רשות מפורשת בכתב מבעלי הזכויות".



מבוא

בחדש זה נצא למסע חווייתי לעולם הרגש. דרך סיפורים, משחק, יצירה ותנועה, נחזק את תחושת הביטחון והביטוי אישי, נפתח מודעות, נכיר את גופינו, ואת רגשותינו, נכיר בייחודיות של כל אחד ואחד. נחזק את הזהות העצמית, האחדות, האמפתיה והלכידות הקבוצתית.

מטרות

ידע

- הבנת המושגים "דומה" ו"שונה" ופיתוח הבנה ראשונית שלכל אדם יש עולם מחשבות, רצונות וידע פרטי משלו.
- זיהוי ושיום מגוון רגשות אצל עצמי ואצל האחר.

מיומנויות קוגניטיביות

- פיתוח הבנה חזותית ופרשנית שאפשר להסתכל על אותו חפץ או סיטואציה מכיוונים שונים ולראות דברים שונים.
- תרגול שאילת שאלות ממוקדות ושימוש ברמזים מילוליים מתוך הבנה שהשומע אינו שותף אוטומטי למידע שבראשו.
- פיתוח חשיבה יצירתית, גמישות מחשבתית ודמיון דרך השלמת ציורים, משחקי תפקידים וניתוח כיווני פתרון שונים לסיפורים.

מיומנויות תוך-אישיות וחברתיות

- חיזוק תחושת המסוגלות, הבחירה העצמאית והביטחון העצמי מתוך הכרה בייחודיות הבלעדית של הפרט.
- תרגול שיתוף והעברת מידע ברור ומפורט לזולת, לצד פיתוח הקשבה, סובלנות וכבוד כלפי שונות ברצונות של אחרים.
- העלאת פתרונות מעשיים ושיתופיים לפתרון קונפליקטים יומיומיים



ערכים

- חינוך לערכים של ערבות הדדית, נתינה, התחשבות, פרגון ועידוד הדדי בתוך חברת הילדים.
- ביסוס ערך "ואהבת לרעך כמוך" באמצעות פיתוח אמפתיה, הכלה ויצירת מרחב שנעים וטוב לכולם לשהות בו.

מיומנויות רגשיות וויסות עצמי

- פיתוח היכולת להבחין בצורה מוחשית בין רגשות ותחושות נעימות ללא נעימות במגע, בתנועה ובמצבים חברתיים.
- תרגול עצירה, איפוק, ויסות חושי ותגובה מהירה לשינויים דרך תרגילי נשימות, דמיון מודרך ומשחקי תנועה במרחב.



שבוע ראשון

מי אני

היכרות בסיסית עם העצמי דרך הגוף, השם, ההעדפות, היכולות והייחודיות האישית.

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה	
<u>גל</u> <u>רגשות</u>	<u>רכבת</u> <u>האותיות</u> <u>הרגשית</u>	<u>הקשבה</u> <u>בעיניים</u>	<u>השהייה</u>	<u>חשבון</u> <u>הרגשות</u>	פתיחה והתנסות
ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים
<u>אות הכח</u> <u>שלי</u>	<u>אני מספר</u> <u>סיפור</u>	<u>העדפה</u> <u>אישית</u>	<u>הצלחה</u> <u>קובשת</u>	<u>כל אחד</u> <u>הוא מיוחד</u>	פעילות חינוכית העשרתית
<u>אני</u> <u>היום</u>	<u>מה</u> <u>הרגש?</u>	<u>נושמים</u> <u>כמו</u>	<u>כתב</u> <u>סתרים</u> <u>קבוצתי</u>	<u>קפיצות</u> <u>הצלחה</u>	סיום יום

בשבוע זה נפתח את נושא החודש "מכיר ומוקיר" נכיר את עצמינו, את גופינו, את ההעדפות והיכולות שלנו, וכך נזהה ונוקיר את הייחודיות האישית של כל אחד ואחד מאיתנו.

דרך חוויה, משחק, והתנסות מעשית מחיי היום יום נפתח מודעות עצמית, אינטליגנציה ריגשית ובטחון עצמי.



פעילויות פתיחה והתכנסות:

לפניכם פעילויות אותן מומלץ לשבץ בפתיחת היום בעת ההתכנסות הראשונית, לפני ארוחת הצהרים, מטרתן לאפשר מעבר נוח ורציף מפעילות הבוקר לפעילות הצהריים, לבדוק את שמות הנוכחים, להציג את סדר היום, ולהעניק יחס אישי לכל תלמיד. בחרו פעילות אחת לכל יום. תוכלו לחזור להשתמש בכל פעילות אחת לשבוע באופן קבוע במהלך החודש. פעילויות חוזרות מהוות גורם לביטחון אצל התלמיד. מומלץ לגוון ולהרחיב את הפעילויות, להוסיף רעיונות משלכם, ולעודד את התלמידים לקחת חלק, ליזום ולהרחיב בעצמם את הפעילויות.

פעילות פתיחה לימי ראשון גל רגשות

מטרות:

- חיזוק עבודת צוות וסנכרון קבוצתי.
- הבחנה מוחשית בין רגשות שונים דרך קצב התנועה.

מהלך הפעילות:

נעמוד כולנו במעגל גדול ונחזיק ידיים. נסביר לילדים שאנחנו יוצרים עכשיו גל רגשות שזז ביחד. נתחיל להקריא רגשות שונים ונעבור בין מצבים: כשאנחנו אומרים "שמח" – כל הקבוצה קופצת יחד במקום ויוצרת גל גבוה. כשאנחנו אומרים "עצוב" – הקבוצה נעה בצורה איטית מאוד, מורידה את הידיים ומתכופפת קצת. כשאנחנו אומרים "כועס" – אנחנו מבצעים דריכה חזקה ויציבה על הרצפה עם הרגליים. נשנה את הקצב של המילים ונראה איך הגל של הקבוצה משתנה ומתאים את עצמו בכל פעם מחדש.



פעילות פתיחה לימי שני

רכבת האותיות הרגשית

מטרות:

- חיזוק שיתוף הפעולה והחשיבה המהירה.
- חיבור בין רגשות, אותיות ותנועה קבוצתית.

מהלך הפעילות:

נעמוד במעגל ונבחר בכל פעם רגש אחר. נחשוב יחד באיזה אות מתחיל שם הרגש, וניצור אותה עם הגוף כולם ביחד. למשל: "שמח" – נעמד בצורת האות ש', "כועס" – נעמוד בצורת האות כ. אחרי שלמדנו ליצור את האות, אחד הילדים יביע כעס, ומיד שמחה. נסתדר בהתאם לרגש שראינו.

פעילות פתיחה לימי שלישי

הקשבה בעיניים

מטרות:

- פיתוח הבנה שלכל אדם יש מחשבה ורגש פנימיים משלו.
- חיזוק היכולת ליצור קשר עין והקשבה ללא מילים.

מהלך הפעילות:

נחלק את הילדים לזוגות ונבקש מהם לשבת זה מול זה במרחק קצר. נבקש מהם להסתכל אחד לשני בתוך העיניים במשך חצי דקה, בשקט מוחלט ובלי לדבר. ננחה אותם לנסות "להרגיש מה החבר מרגיש" או לחשוב על מה החבר שמולם חושב כרגע. אחרי שהזמן עובר, כל ילד בתורו מנחש מה בן הזוג שלו הרגיש או חשב. נסביר לילדים שלכל אחד מאיתנו יש עולם שלם של מחשבות בתוך הראש, וכשאנחנו מסתכלים ומקשיבים באמת, אנחנו יכולים להתחיל להבין אותו.



פעילות פתיחה לימי רביעי

השהיה

מטרות:

- ביטוי עצמי יצירתי דרך הגוף והפנים.
- תרגול עצירה, איפוק ותגובה מהירה לשינויים.

מהלך הפעילות:

נפעיל מוזיקה קצרה וקצבית בחדר ונבקש מכל הילדים לרקוד ולנוע בחופשיות במרחב. כשאנחנו עוצרים את המוזיקה בפתאומיות, כל ילד חייב לקפוא במקום כמו בובה. ברגע העצירה נכריז על רגש מסוים (למשל: בובה מבוהלת, בובה שמחה או בובה כועסת). הילדים קופאים ומציגים את הבעת הרגש הזו עם כל הגוף והפנים שלהם. נעבור בין הבובות, נשבח את היצירתיות שלהם, ונפעיל את המוזיקה שוב למחזור נוסף של המשחק.

פעילות פתיחה לימי חמישי

חשבון רגשות

מטרות:

- שילוב בין חשיבה חשבונית פשוטה לזיהוי רגשות.
- חיזוק גמישות מחשבתית ותגובה מהירה.

מהלך הפעילות:

נעמוד במעגל. נציג את "קוד הרגשות":

שמש = 2	נקריא תרגילים קצרים כמו:
3 = מופתע	$1+1$
4 = כועס	$2+2$
5 = עייף	$3+2$

הילדים פותרים במהירות את התרגיל ומציגים את הרגש המתאים לתוצאה בעזרת הגוף והפנים



פעילויות חינוכיות העשרתיות

לפניכם פעילויות חינוכיות-העשרתיות בנושא מכיר ומוקיר.

שימו לב יש לתכנן את הפעילויות מראש ולגלות רגישות וגמישות בהתאם לצרכי קבוצת הילדים. מומלץ להרחיב ולהוסיף גם מתוך תחומי הידע והעניין האישיים של מובילי הצהרון.

רבות נאמר על חשיבות הלמידה הפעילה ועל שילוב פעילויות חווייתיות בלמידה הפרונטלית. שילוב משחקים בלמידה גורם לתלמידים להתמודד עם אתגרים ומצבים שלא תמיד באים לידי ביטוי בלמידה פרונטלית כגון חקירה, פתרון בעיות, מעורבות שווה של כל המשתתפים, פיתוח סקרנות, דמיון ויצירתיות, עבודה בצוות ועוד. חשוב לזכור כי שילוב אלמנטים של משחק בלמידה אינו המטרה אלא אמצעי להשגת המטרה הלימודית.



שבוע 1 | יום א': אות הכח שלי

מטרות:

- היכרות בסיסית עם העצמי והייחודיות האישית.
- פיתוח תחושת ערך עצמי וביטחון.

פעילות מרכזית – "אות הכוח שלי"

נניח במרכז המעגל חישוק גדול. כל פעם ילד אחר נכנס לתוך החישוק. הילד בוחר אות מהשם שלו. כל הקבוצה צריכה לחשוב יחד על משהו טוב שמתחיל באותה אות.

לדוגמה:

ד' – דואג לחברים.

נ' – נחמד.

ש' – שמח.

אחרי שבחרנו מילה, כולם מדקלמים יחד בקצב:

" _____ שלנו מיוחד! יש בו המון _____!"

תוך כדי אפשר לגוון:

- נמחא כפיים בקצב.
- נקפוץ לפי מספר ההברות בשם.
- נדקלם בלחש ואז בקול חזק.
- נבצע תנועה שמתאימה למילה הטובה שנבחרה.

הרחבה לבוגרים:

הילד שעומד בחישוק מקבל תפקיד קטן של "מנהל הקצב" והוא מחליט איך כולם יגידו את המשפט: לאט, מהר, בקפיצות, עם מחיאת כף, בעמידה על רגל אחת וכדומה.

סיום: נחתום במשפט מעצים: "אני כל כך שמח שיש לנו בקבוצה כל כך הרבה ילדים נפלאים, וכל אחד מכם הוא פשוט מיוחד במינו!".



שבוע 1 | יום ב': אני מספר סיפור

מטרות:

- חיזוק היצירתיות והביטוי העצמי.
- פיתוח יכולת לחשוב ולבטא רעיונות דרך תנועה.

מהלך הפעילות:

פעילות חווייתית מרכזית – אני מספר סיפור

נסביר לילדים שהיום אנחנו נעשה הצגה בעזרת הגוף, נספר סיפור קצר, והילדים יציגו אותו.

לדוגמה:

"אנחנו מטפסים על הר גבוה... פתאום יש רוח חזקה... עכשיו מצאנו אוצר... ועכשיו אנחנו עייפים וחוזרים הביתה".

במהלך הסיפור נעצור ונשאל:

- איזה איבר בגוף עזר לכם לטפס?
 - איך אנחנו נראים כשאנחנו עייפים?
 - איך אנחנו נראים כשאנחנו מתרגשים?
- בהמשך נתן לילדים להמציא קטעי סיפור קצרים והקבוצה מציגה יחד.

סיום: נתן רצף של תנועות. בהדרגה נאריך את הרצף, ונסבך את ההוראות. לדוגמה:

- מחאו כפיים ואז קפצו.
 - געו בראש, הסתובבו, וחייכו לחבר
 - קפצו פעמיים, לחצו יד לחבר, שבו וקמו.
- בסוף הפעילות נתן הוראה: "קמו שבו, הסתובבו, הרימו יד, נופפו לשלום ואמרו לכולם: להתראות מחר!"



שבוע 1 | יום ג': העדפה אישית

מטרות:

- זיהוי והגדרה של העדפות וטעמים אישיים.
- פיתוח הקשבה וסובלנות כלפי שונות ברצונות של אחרים.
- ביטוי עצמי יצירתי דרך בחירה חזותית.

מהלך הפעילות

פתיחה: נפזר על הרצפה במרכז החדר מספר גדול של כרטיסיות עם תמונות שונות של מאכלים (מהנשפח). נבקש מכל ילד להסתכל על התמונות, לחשוב בלב ולבחור את הדבר שהוא הכי אוהב מכולם. ננחה את הילדים לגשת ולעמוד במעגלים קטנים סביב התמונות שהם בחרו. נסתכל על הקבוצות שנוצרו ונציין זאת בקול: "מעניין מאוד, תראו – דני, יוסי ולוי אוהבים שוקולד, ואילו חיים ומנחם אוהבים מאוד גלידה!".

פעילות חוויית מרכזית, לוח הדברים שאני אוהב

נחלק לילדים דף לבן, נכתוב על הלוח: "מה שאני אוהב". הילדים מעתיקים לאט ובסבלנות את המשפט בראש הדף. נחלק עיתונים ודפי קטלוג. נשב במקומות בשקט. כל אחד מעיין בעיתון ומחפש תמונות של חפצים / בגדים / מאכלים שהוא אוהב. נגזור את תמונות שמצאנו, ונדביק אותם על הדף.

נתלה את כל התמונות על הלוח, נקרא בכל פעם לקבוצת ילדים להתבונן ביצירות של החברים. נדגיש: "תראו, היצירות שונות ומגוונות, כל אחד אוהב משהו אחר!"

סיום: נאסוף את כולם למעגל ונאמר: "איזה יופי שלכל אחד יש טעם משלו ודברים שהוא אוהב! זה מה שהופך את העולם שלנו לצבעוני ומעניין כל כך".









שבוע 1 | יום ד': הצלחה כובשת

מטרות:

- פיתוח והגברת תחושת המסוגלות והביטחון העצמי.
- תרגול התמדה והתגברות על קושי בביצוע משימות יומיומיות.
- עידוד ופרגון הדדי בין חברי הקבוצה.

מהלך הפעילות

פתיחה: נפתח את המפגש בשאלה מפתיעה: "מי חושב שהוא יצליח היום לעשות משימה של גדולים, אפילו אם היא קצת קשה?". נציע משימה מאתגרת לגילם (כמו לרכוס כפתור לבד, לסגור רוכסן, לאכול עם מזלג, או לקשור נעליים).

סיפור האפרוח – "צפצוף יכול, צפצוף מצליח"

נציג לילדים עם האפרוח הקטן שבנספח. ונספר את הסיפור:
זהו צפצוף האפרוח. צפצוף היה בטוח שהוא קטן מדי, חלש מדי ולא יודע לעשות שום דבר לבד. בכל פעם שביקשו ממנו לנסות, הוא היה מציץ: 'אני לא יכול, אני לא מצליח!'. אמא ביקשה מצפצוף לאכול לבד ארוחת ערב, אבל צפצוף אמר: 'אני לא יכול, אני לא מצליח!'. אמא ביקשה מצפצוף להתלבש פיג'מה, אבל צפצוף אמר: 'אני לא יכול, אני לא מצליח!'. כשצפצוף סיים פעם את ארוחת הערב, ביקשה ממנו אמא להניח את הצלחת בכיור, אבל צפצוף רק משך בכנפיו וציץ: 'אני לא יכול, אני לא מצליח!'.
יום אחד, נשבה רוח חזקה והעיפה את הצעיף של צפצוף אל ראש שיח קוצים נמוך. אמא הייתה עסוקה וטיפלה באחים הקטנים. היא בכלל לא ראתה שעף לצפצוף הצעיף. לצפצוף היה מאד קר. "אמא!" הוא קרא "תוריד לי בבקשה את הצעיף מהשיח!" אבל אמא בכלל לא שמעה, היא הייתה עסוקה מאד להרגיע את האח הקטן של צפצוף שבכה בקול גדול.

"מה אעשה?" חשב צפצוף לעצמו "קר לי! איך אוריד את הצעיף מהשיח? אני לא יכול! אני לא מצליח!" צפצוף כמעט בכה. היה לא מאד קר, והצעיף היה כל כך רחוק! (הפסקה לחשיבה). 'אולי אם אנסה כן אצליח?' חשב צפצוף לעצמו. הוא עצר, נשם עמוק, מתח את כנפיו הקטנות, עלה בזהירות על השיח והצליח להוריד את הצעיף! מאותו יום צפצוף



גילה שהוא הרבה יותר חזק ומסוגל ממה שהוא חשב".
נלמד את הילדים את הדקלום הקצר שצפצוף אמר לעצמו, ונבקש מהם לחזור אחריו בקול ובגאווה:
"צעד צעד, לאט לאט,
אני מנסה ומצליח מיד!
גם אם קשה לי, אני לא מוותר,
מנסה שוב ושוב, ומצליח יותר!".

שיח קצר: נשאל את הילדים: "אילו דברים קצת קשים לכם לפעמים בבית או בגן, אבל הייתם מאוד רוצים להצליח לעשות לבד?" (למשל: לנעול נעליים לבד, לאסוף את המשחקים לקופסה, למזוג מים לכוס).

פעילות חווייתית מרכזית

חלק א' - "תחנות ההצלחה שלי"

"תחנות ההצלחה שלי" נקים בחדר 3-4 תחנות קצרות עם משימות יומיומיות המפתחות מסוגלות בהתאם לגיל הילדים (השחלת חרוז גדול, סידור קוביות במגדל יציב, סגירת רוכסן). נחלק את הילדים לקבוצות קטנות, וכל קבוצה תתנסה בתחנה. בסיום הפעילות של כל קבוצה, כל שאר הילדים מוחאים להם כפיים בהתלהבות, ואומרים יחד איתם את הדקלום של האפרוח כדי לחזק את ההצלחה שלהם.

חלק ב' - "אתגר זוגי"

נחלק את הילדים לזוגות. כל זוג מקבל משימה שדורשת שיתוף פעולה והתמדה:

- להעביר כדור בלי ידיים.
- לבנות מסלול קטן יחד.
- לסדר קלפי מספרים לפי סדר בזמן מוגבל.

בסיום נשאל:

- איך עזרתם אחד לשני?
- מה עשיתם כשהיה קשה?
- איך הרגשתם כשהצלחתם?

כך נחוה הצלחה אישית, ונלמד שהתמדה ועידוד של חבר עוזרים להצליח יותר.

סיום: נסכם יחד: "היום ראינו שכולנו, מנסים מצליחים ויכולים!".





שבוע 1 | יום ה': כל אחד הוא מיוחד

מטרות:

- הבנת המושגים "דומה" ו"שונה" דרך חוויה מוחשית.
- טיפוח כבוד, סובלנות וקבלה של האחר.
- חוויה חזותית מוחשית של הייחודיות האישית הבלעדית.

מהלך הפעילות

פתיחה: נזמין שני ילדים לעמוד במרכז. נבקש מהילדים להתבונן בהם היטב. נשאל את הקבוצה: "מה שווה ודומה בין שני החברים שלנו?" (למשל: לשניהם יש שתי עיניים, שניהם לובשים חולצה ירוקה). ואז נשאל: "ומה שונה ביניהם?" (למשל: לאחד יש שיער כהה ולשני בהיר, אחד גבוה יותר, אחד נועל נעליים שחורות והשני כחולות).

פעילות חווייתית "משחק הדמיון והשוני"

נחלק את הילדים לזוגות. ננחה כל זוג לשבת זה מול זה, להתבונן אחד בשני, ולמצוא יחד דבר אחד שבו הם דומים (למשל: לשנינו יש פסים על החולצה) ודבר אחד שבו הם שונים.

הרחבה לבוגרים:

ננחה את הבוגרים למצוא תכונות משותפות. (כמו: שנינו אוהבים לשחק, שנינו ילדים שמחים)

פעילות יצירה מרכזית "טביעת האצבע הייחודית שלי"

נזמין את הילדים לשולחנות היצירה. נסביר להם שלכל אחד מאיתנו יש משהו שאין לאף אדם אחר בעולם כולו – טביעת האצבע – לכל אחד יש טביעת אצבע שונה!
כל ילד טובל בעדינות את האגודל שלו בצבעי ידיים, ומטביע אותה על דף. נרשום את שם הילד ליד טביעת האצבע שלו. נקרוב את הדפים זה לזה ונראה לילדים מקרוב: "תראו איזה פלא! כל הקווים הקטנים של טביעות האצבע, גם אם אנחנו לא רואים, כשמגדילים אפשר לראות, שהם נראים אחרת לגמרי. אין אף טביעת אצבע שדומה לשנייה!"

סיום: נשב במעגל מסכם. נאמר לילדים: "איזה עולם נפלא יש לנו. כמה טוב שאנחנו דומים בהרבה דברים, וכמה מיוחד שאנחנו שונים זה מזה – כי כל אחד מאיתנו הוא יצירה מיוחדת ויחידה!"



פעילויות לסיום היום

פעילות הסיום מסמלת סגירת מעגל יומי, ומסכמת את שלבי הפעילות וסיום ביצוע כל מרכיבי היום בצהרון. היא מסמלת את הפרידה עד ליום שלמחרת. בפעילויות הסגירה ניתן ביטוי לילדים, לספר על מה שהיה, ולאפשר עיבוד, ולרגש לקראת יום המחרת. לפניכם הצעות לפעילויות סיום וסיכום המבטאות דברים אלה.

יום א' - אני היום

נשב כולנו במעגל שקט בסוף היום. נעביר בינינו חפץ קטן (כמו קובייה או בובה). כל ילד שמחזיק את החפץ אומר מילה אחת קצרה ומדויקת שמתארת איך הוא מרגיש ממש עכשיו (למשל: שמח, עייף, מתרגש או רגוע). נסביר לילדים שזה בסדר גמור שכל אחד מרגיש אחרת בסוף היום.

לקטנטנים: ניתן להיעזר בתמונות של הבעות פנים מביעות





יום ב' - מה הרגש?

נשב יחד ונסביר את חוקי המשחק. נבחר בכל פעם ילד אחד שעושה הבעת פנים מיוחדת שמבטאת רגש מסוים. שאר הילדים במעגל מנחשים מה הוא מרגיש. נוסיף חוק משלנו: הילד שידע לנחש נכון את הרגש, הוא זה שמקבל את התור הבא להציג את הפרצוף הסודי שלו.

יום ג' - נושמים כמו

נעצום כולנו עיניים ונשב על הרצפה בנינוחות. נתחיל דמיון מודרך קצר ונעשה נשימות עמוקות בקצב של חיות: "אנחנו נושמים עכשיו לאט כמו ארנב רגוע שמריח פרח, ואז נושמים נשימה עמוקה וגדולה כמו פיל גדול ואיטי". נחזור על הנשימות האלו שלוש פעמים כדי להרגע.

יום ד' - כתב סתרים קבוצתי

נכתוב על הלוח אות גדולה או מספר. נחשוב יחד על כמה שיותר דברים טובים שקשורים אליו.
לדוגמה:

האות ח' – חבר, חיוך, חכם.
המספר 3 – שלושה דברים שאני טוב בהם.

יום ה' - קפיצת הצלחה

נעמוד בשורה אחת. נאמר משפטים קצרים, נאמר: מי שיודע לבצע את מה שאני אומר עכשיו קופץ קפיצה קדימה. לדוגמה:

- אני יודע להכין מערכת.
- אני יודע לעזור לחבר.
- אני יודע להתאפק לפעמים.
- אני יודע לנסות גם כשקשה.



שבוע שני

אני ואתה

פיתוח ההבנה של כל אדם יש מידע שונה בהתאם למה שראה, שמע או חווה בפועל.

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה	
<u>גל</u> <u>רגשות</u>	<u>רכבת</u> <u>האותיות</u> <u>הרגשית</u>	<u>הקשבה</u> <u>בעיניים</u>	<u>השהייה</u>	<u>חשבון</u> <u>הרגשות</u>	פתיחה והתכנסות
ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים
<u>מי</u> <u>יודע</u>	<u>משתפים</u> <u>נכון</u>	<u>מי אני</u> <u>ומה שמי</u>	<u>בינגו</u> <u>הטעמים</u>	<u>פוגשים את</u> <u>עצמינו</u>	פעילות חינוכית העשרתית
<u>אני</u> <u>היום</u>	<u>מה</u> <u>הרגש?</u>	<u>נושמים</u> <u>כמו</u>	<u>כתב</u> <u>סתרים</u> <u>קבוצתי</u>	<u>קפיצות</u> <u>הצלחה</u>	סיום יום

השבו נלמד להבין כי לכל אדם יש מידע שונה בהתאם למה שראה, שמע או חווה בפועל.

נחזק את היכולת להבחין בין "אני יודע" ל"האחר לא יודע",
ונבין שידע של אחרים נבנה רק דרך חשיפה למידע.
דרך חוויה, תרגול ומשחק נתרגל שיתוף במידע באופן הנכון.
נלמד להכיל ולהבין את השני.

נפנים כי לכל אחד העדפות, תחביבים ורצונות משלו.
נזהה ונכיר את העדפות שלנו ושל החברים.



שבוע 2 | יום א'

מי יודע

מטרות:

- הכלה והבנת הזולת
- הבחנה ראשונית בין "אני יודע" ל"האחר לא יודע".
- פיתוח ההבנה שידע של אחרים נבנה רק דרך חשיפה למידע.

מהלך הפעילות

הכנה מוקדמת: נכניס לקופסה מוכרת (כמו קורנפלקס) משחק (מכונית צעצוע / בובה) **פתיחה:** נשב כולנו במעגל במליאה. נציג לילדים קופסה של מוצר שכולם מכירים היטב, למשל קופסת קורנפלקס. נשאל את הילדים: "מה יש בתוך הקופסה הזו?". הילדים יענו מיד: "קורנפלקס!". נמשיך ונשאל אותם: "האם אתם רק חושבים שיש שם קורנפלקס, או שאתם ממש יודעים ובטוחים? איך אפשר לדעת בוודאות? (ממתינה לתשובה) בואו נראה יחד!". נפתח את הקופסה, נוציא מתוכה חפץ שונה לחלוטין שהחבאנו מראש (למשל, מכונית צעצוע) ונראה לילדים שאין שם קורנפלקס. נשאל: "למה בעצם חשבתם שיש שם קורנפלקס? מי באמת ידע מה יש בפנים מההתחלה?".

תרגיל ראשון במעגל "מי ראה ומי יודע?"

נזמין אל החדר ילד או נקרא לאיש צוות אחר, שלא היו נוכחים בחדר בזמן שפתחנו את הקופסה. נשאל אותו בפני כולם: "מה יש בתוך הקופסה הזו? האם אתה בטוח או רק חושב?". לאחר שהוא יענה (וינחש שיש שם קורנפלקס), נשאל את הילדים במעגל: "מה אתם אומרים? למה הוא חושב ככה ואנחנו יודעים אחרת? נכון! כי אתם ראיתם מה באמת יש בפנים, והוא לא ראה!".

שיח קצר: נאמר לילדים: "ככה בדיוק זה הראש שלנו! לכל אחד מאיתנו יש ראש שנראה כמו קופסה סגורה מבחוץ. אי אפשר לדעת מבחוץ מה מישוהו אחר חושב, מה הוא רוצה או מה הוא מרגיש. מי היחיד שיכול לדעת מה יש בתוך הראש שלו? רק הילד עצמו!".



תרגיל שני לתרגול "החפץ המסתתר"

נעמיד מאחורי השולחן או מאחורי קרטון חפץ כלשהו, כך שהילדים לא יכולים לראות. נשאל את הילדים: "האם אתם יודעים מה מונח שם מאחור? מי יודע?". נסביר להם שרק מי שרואה את החפץ יודע. נקרא לילד אחד, נציץ איתו יחד מאחורי השידה ונשאל אותו: "מה יש שם? איך אתה יודע?". הילד יענה: "כי ראיתי!". נשאל את שאר הילדים: "האם גם אתם ראיתם? לא! אז איך אתם יכולים לדעת? רק אם נגלה לכם!". נמשיך עם חפצים שונים, בכל פעם נקרא לילד אחר, ונחזור שוב ושוב על העיקרון. מי יודע? מי שראה.

שיח קצר: נדגים לילדים כדי לתרגל את ההבנה לאט ועם דוגמאות יומיומיות: למשל: מה יש עכשיו ליוסי בתוך התיק שלו? מי יודע? איך אני יכול לדעת מה הוא הביא מהבית? רק אם יוסי יפתח ויראה לנו! מי יודע מה חיים אכל ארוחת בוקר? רק מי שראה.

פעילות חווייתית מסכמת – "בלשי הידיים"

נבקש מכל הילדים לעצום עיניים חזק חזק. נניח בתוך כפות הידיים של אחד הילדים חפץ קטן (כמו קובייה או כדור) ונבקש ממנו לסגור את שתי הידיים שלו היטב. ננחה את כל הילדים לפתוח עיניים. נשאל את כולם: "מי יודע מה מסתתר בתוך הידיים הסגורות של מיכאל?". הילדים ינחשו. נשאל את מיכאל: "מיכאל, האם אתה יודע מה יש לך ביד? כן! למה? כי הרגשת וראית קודם! ואיך החברים ידעו? רק כשתפתח את הידיים ותראה להם!". מיכאל פותח את הידיים ומגלה לכולם. נחזור על הפעילות מספר פעמים.

הרחבה לבוגרים:

נבקש מהילד שמחזיק את החפץ לתת לילדים רמזים מה הוא מחביא ביד. **סיום:** נאמר לילדים: "למדנו היום שמה שאני רואה – אני יודע, אבל החבר שלי שלא ראה, לא יכול לדעת! גם אני אם לא ראיתי, אני לא יכול לדעת. מחר נראה איך זה עוזר לנו לספר סיפורים לחברים".



שבוע 2 | יום ב'

משתפים נכון

מטרות:

- תרגול שיתוף והעברת מידע לאחרים בצורה מפורטת וברורה.
- חיזוק היכולת לתת רמזים מתוך הבנה שהשומע אינו רואה את החפץ.
- פיתוח יכולת שיתוף נכון

מהלך הפעילות

פתיחה: נשב במעגל. נספר לילדים סיפור קצר ומעניין על ילד שמדבר עם חבריו, אך משמיט המון פרטים חשובים שהם לא יכולים לדעת לבד: "הקשיבו מה מספר לנו היום מנדי החמוד: 'ילדים, אתם יודעים? הלכתי אתמול עם שושי, הגענו למקום, והיה לנו כיף ואז הגיע משה. משה הביא לנו את ההפתעה שהוא הבטיח לנו!'". נעצור את הסיפור ונשאל את הילדים: "הבנתם מה מנדי סיפר? את מי הוא פגש ומה הוא עשה?". נפרק את הסיפור יחד ונשאל דבר דבר: "אנחנו יודעים בכלל מי זאת שושי?". נשחק כאילו אנחנו שואלים את הילד שמספר כדי שיסביר לנו כל דבר: "מנדי, תסביר לנו בבקשה – מי זו שושי? אה! שושי זאת דודה שלו, אחות של אמא שלו! ומי זה משה? משה זה דוד שלו, אח של אמא שלו! ולכן הגעתם? אה! הם הגיעו לגינה ושחקו במתקנים. ומה היא ההפתעה? ההפתעה היא ארטיק טעים!". נסביר לילדים: "מנדי שכח שמה שיש לו בתוך הראש, אנחנו לא יכולים לראות! כדי שנבין, הוא צריך לספר לנו את הסיפור עם כל הפרטים".

פעילות חווייתית מרכזית

"קופסת ההפתעה והרמזים"

נציג את קופסת ההפתעות. בכל פעם ניגש עם ילד אחר אל הקופסה, ורק הוא מציץ פנימה ורואה את החפץ המוחבא. שאר הילדים מנסים לנחש מה יש בפנים. נחזק את ההבנה ונאמר: "רק יוסי ראה את החפץ, לכן כרגע רק יוסי יודע מה יש בפנים! יוסי, מכיוון שאנחנו לא ראינו, תן לנו בבקשה רמז קטן על מה שאתה רואה, כדי שגם אנחנו נצליח לדעת". (לדוגמה: יוסי נותן רמז: "זה משהו אדום שכותבים איתו"). הילדים מנחשים ומגלים.



שיח מסכם ושיתוף: נזמין ילד וננחה אותו לשתף את החברים מה הוא הולך לעשות בבית אחרי צהרים לדוגמא: "ילדים, יש לי הפתעה שנגלה היום בצהריים!"

נדגיש: "_____ (שם) כבר יודע איך מספרים, אומרים את כל הפרטים – כי אתם הרי לא יודעים, רק _____ (שם) יודע!". הילד משתף בצורה ברורה: "סבתא שלי תבוא לבקר אותנו היום בצהרים בבית!". נשאל את הילדים: "מה קרה עכשיו? נכון, עכשיו כששמענו את הפרטים, גם אנחנו יודעים!".

הערה: במהלך כל השבוע נשים לב ונחזק באופן מיוחד ילדים שהבינו את הרעיון, וכשהם מספרים משהו הם מוסיפים ומפרטים פרטים כדי שהשומע יבין.

סיום: נסביר לילדים שיש דברים חשובים מאוד שרק הם וההורים יודעים, וכדאי שכולם ידעו אותם היטב. נחלק להם דף קטן להורים: נבקש מההורים לתרגל וללמד את הילדים בבית את כתובת המגורים המדויקת שלהם.

הרחבה לבוגרים: 

נבקש לשנן את מספר הטלפון של אחד ההורים.





אבא ואמא יקרים!

למדנו היום בצהרון, לשתף נכון בפרטים.

בבקשה תלמדו אותי היכן אנחנו גרים.

אנחנו גרים ב: _____



אבא ואמא יקרים!

למדנו היום בצהרון, לשתף נכון בפרטים.

בבקשה תלמדו אותי את
מספר הטלפון של אבא או אמא.

מספר הטלפון: _____



שבוע 2 | יום ג'

מי אני ומה שמי

מטרות:

- תרגול שאילת שאלות ממוקדות כדי להשיג מידע חסר.
- שימוש ברמזים מילוליים והקשבה לזולת.

מהלך הפעילות

פתיחה: נשב במעגל ונקיים שיח קצר. נסביר לילדים שהיום נלמד לשאול שאלות על מנת להגיע לפרטים מדויקים.

תרגיל א' – "משחק הכתרים"

נזמין ילד אחד למרכז המעגל ונניח על ראשו כתר נייר. על הכתר מודבקת כרטיסייה ועליה רשום דמות שהילדים מכירים (לדוגמה: המנהל / השומר) כל הילדים במעגל יכולים לראות בבירור מה מצויר על הכתר, חוץ מהילד שחובש אותו. הילד חובש הכתר צריך לשאול את החברים שאלות כדי לנסות ולגלות מה כתוב על הכתר שלו. ננחה את הילד לשאול שאלות כמו: "זה בן? האם הוא עובד בבית הספר?". החברים עונים לו והוא מנחש את הדמות.

במהלך משחק הכתרים נקבע חוק: אסור לנחש לפני ששאלתי לפחות 3 שאלות. לאחר המשחק נשאל:

"מה קרה כשהתאפקנו ולא ניחשנו מיד?"

נגיע למסקנה שלפעמים כדאי קודם לאסוף מידע ורק אחר כך לענות

תרגיל ב' – "מגלים את הדמות הסודית"

נבצע תרגיל נוסף להעמקת הנושא: נבחר תלמיד אחד והוא יוצא לרגע קצר אל מחוץ לחדר. בזמן שהוא בחוץ, כל התלמידים שנשארו בחדר בוחרים יחד דמות אחת מוכרת שכולם כאן מכירים היטב (למשל, חבר מהקבוצה או דמות מוכרת אחרת). נקרא לתלמיד לחזור פנימה. כעת, עליו לגלות באיזו דמות החברים בחרו.

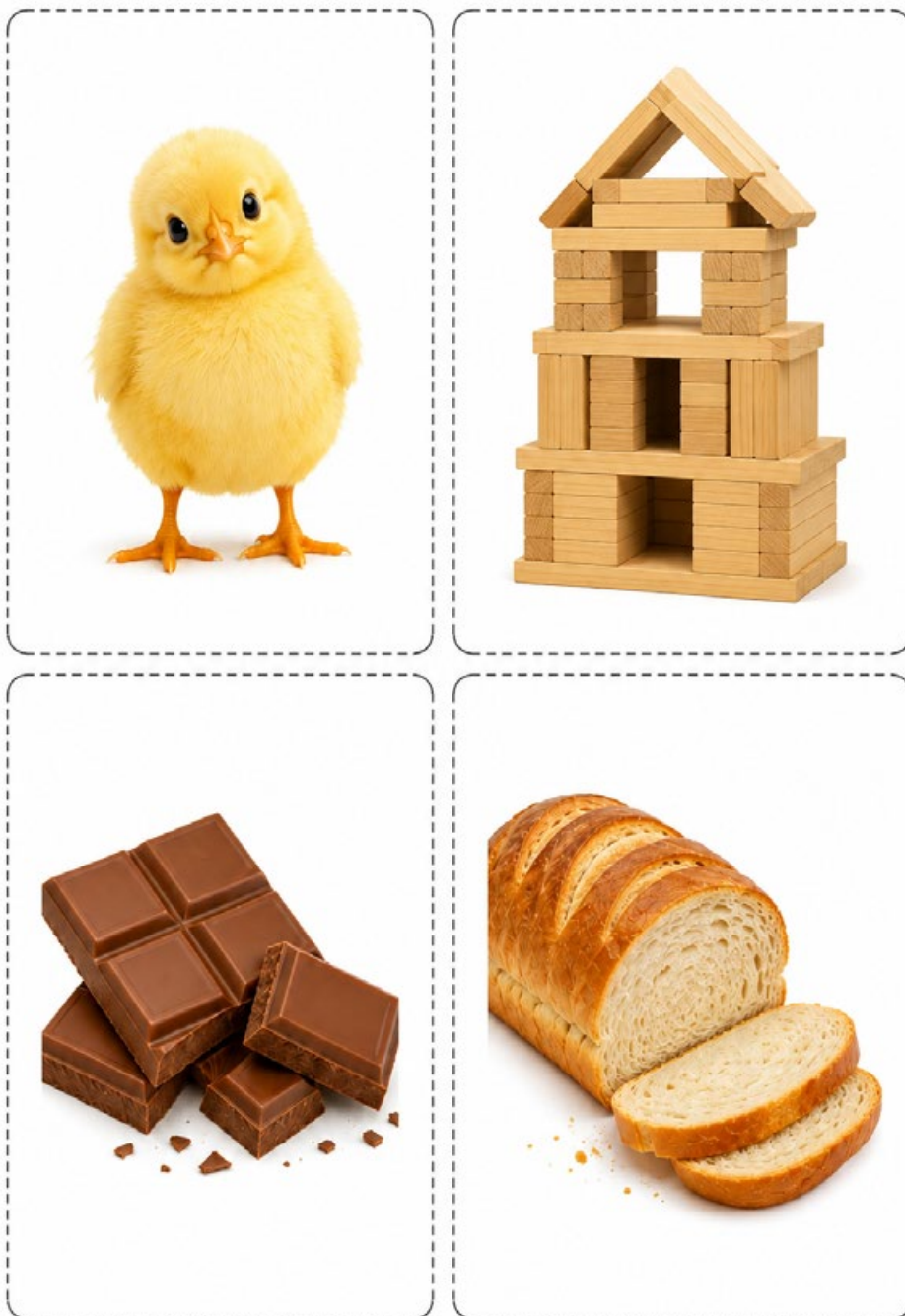


ישנן שתי אפשרויות למשחק:

- אפשרות ראשונה: התלמיד שחזר שואל את החברים שאלות שהתשובה עליהן היא רק "כן" או "לא" (למשל: "האם זו בת?", "האם הדמות הזו נמצאת עכשיו בחדר?").
- אפשרות שנייה: התלמידים במעגל נותנים לו רמזים שונים על הדמות מבלי לגלות את השם שלה בפירוש, והוא צריך לנחש על פי הרמזים שלהם (למשל: "הוא לובש סוודר ירוק", "הוא יושב ליד משה").

סיום: נשב יחד לשיח מסכם בסוף הפעילות. נשאל את הילדים שחבשו את הכתר או יצאו החוצה: "איך זה הרגיש כשכולם מסביב ידעו את התשובה ורק אתם לא ידעתם? מה עזר לכם לגלות בסוף? נכון, השאלות ששאלתם והרמזים שהחברים נתנו לכם!".







שבוע 2 | יום ד'

בינגו הטעמים

מטרות:

- זיהוי, הגדרה וביטוי של רצונות והעדפות אישיות.
- חיזוק הבחירה העצמאית ותחושת הייחודיות של הילד.
- פיתוח סקרנות והקשבה לטעמים של החברים בקבוצה.

מהלך הפעילות

פתיחה: "בינגו הטעמים" נחלק לכל ילד דף בינגו עם 9 משבצות (3×3). בכל משבצת מופיעה הגדרה אחרת (מהנספח). הילדים מסתובבים בין החברים, מחפשים ילד שעונה להגדרה ומחתימים אותו במשבצת המתאימה. לדוגמה: למשבצת של: "אוהב לקרוא" נחפש ילד שאוהב לקרוא, ונבקש ממנו לחתום את שמו במשבצת

שיח קצר לאחר הפעילות

נשב במעגל ונשאל:

- מי גילה חבר שאוהב משהו כמוהו?
- מי גילה משהו חדש על אחד החברים?
- האם היו ילדים שאהבו דברים שונים לגמרי?

נסכם: "לכל אחד יש דברים שהוא אוהב. לפעמים אנחנו דומים לחברים שלנו ולפעמים שונים מהם, וזה מה שהופך את הקבוצה שלנו למעניינת ומיוחדת".

לסיים: נסכם את הפעילות בצורה חווייתית. נחלק לילידים את "דף התגליות" מהנספח, הילדים משלימים מספרים מתאימים לפי מה שגילו על חברים:

השם שלי: _____

מצאתי _____ חברים שאוהבים דברים דומים לי.

גיליתי _____ דברים חדשים על החברים שלי.



☐ אוהב לשחק בכדור



☐ אוהב צבע כחול



☐ אוהב מוזיקה



☐ אוהב לצייר



☐ אוהב גלידה



☐ אוהב בעלי חיים



☐ אוהב פיצה



☐ אוהב לקרוא ספרים



☐ אוהב לבנות בלגו





דף התגליות

השם שלי: _____



1 מצאתי _____ חברים שאוהבים דברים דומים לי.



2 גיליתי _____ דברים חדשים על החברים שלי.



שבוע 2 | יום ה'

פוגשים את עצמנו

מטרות:

- פיתוח היכולת להבין מה מעניין אנשים אחרים ומה הם אוהבים.
- תרגול תגובה מותאמת והתחשבות ברצונות של חברים.
- מציאת נקודות דמיון ושוני בין ההעדפות שלי להעדפות של האחרים.

מהלך הפעילות

משחק ההעדפות: "מתקרבים לחבר"

מטרת המשחק

הכרת העדפותיו של חבר מהקבוצה, זיהוי מכנים משותפים בין הילדים, ותרגול הקשבה ומילוי הוראות בתנועה.

מהלך המשחק

- נתארן במעגל גדול.
- נבחר ילד אחד שיעמוד במרכז המעגל.
- נציג בפניו שאלת בחירה הכוללת שתי אפשרויות (למשל: כדור או דמקה, גלידה או ארטיק, חתול או כלב).
- הילד שבמרכז יבחר בקול את האפשרות המועדפת עליו.
- כל הילדים שבחרים באותה אפשרות יתקדמו צעד אחד לכיוון מרכז המעגל.
- נמשיך להציג שאלות בחירה נוספות, ובכל פעם רק הילדים השותפים לבחירתו של הילד שבמרכז יתקדמו צעד נוסף.
- לאחר מספר שאלות ניתן להתבונן ולראות אילו ילדים נשארו קרובים ביותר למרכז, ולגלות כמה העדפות משותפות יש ביניהם.
- נחזור למעגל הגדול, נבחר ילד חדש שיעמוד במרכז ונפתח סבב נוסף עם שאלות חדשות.
- נסכם כי למרות שלכל אחד יש העדפות שונות, תמיד אפשר למצוא דברים משותפים שמחברים בינינו.



בנק שאלות מוצעות לפי קטגוריות

משחק

- כדור או דמקה?
- פאזל או לגו?
- מחבואים או תופסת?
- קוביות או פלסטלינה?

אוכל

- לחם או עוגה?
- תפוח או בננה?
- פסטה או אורז?
- מרק או סלט?

בגדים

- נעלי ספורט או מגפיים?
- חולצה כחולה או חולצה ירוקה?
- כובע מצחייה או כובע צמר?
- בגדי קיץ או בגדי חורף?

פעולות יומיומיות

- סיפור או שיר?
- לצייר או לכתוב?
- לשטוף ידיים בסבון נוזלי או סבון מוצק?
- לסדר את הצעצועים או לעזור לערוך את השולחן?

פעילות חווייתית מרכזית – "חבר דומה וחבר שונה"

נחלק לכל ילד בקבוצה כרטיס קטן אחד עם קטגוריה מסוימת. ננחה את הילדים לקום, להסתובב בחדר ולחפש בין החברים:

1. חבר אחד שאוהב בדיוק אותו דבר כמוהו תחת הקטגוריה הזו (למשל: שנינו אוהבים צבע כחול).



2. חבר אחד שאוהב משהו אחר ושונה ממנו תחת אותה קטגוריה (למשל: אני אוהב סגול והוא אוהב תכלת).

נחלק כרטיס עם קטגוריה נוספת ונחזור על הפעילות. כך נמשיך עם כל הקטגוריות. הילדים משוחחים ביניהם ומגלים זה את הטעם של זה בקטגוריות כמו: צבע, מאכל, ספר, שיר, משחק בחצר או משחק קופסה.

לקטנטנים: נשתמש רק ב-2-3 קטגוריות לפי היכולת שלהם

סיום: נשב יחד ונשאל כמה ילדים: "את מי מצאתם שאוהב כמוכם? ומי אוהב משהו אחר? נכון שזה כיף לגלות מה החברים שלנו אוהבים? עכשיו אנחנו מכירים אותם הרבה יותר טוב!".









שבוע שלישי

כל אחד חושב אחרת

לכל ילד יש מחשבות, רצונות, ידע והסתכלות שונים.

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה	
<u>גל</u> <u>רגשות</u>	<u>רכבת</u> <u>האותיות</u> <u>הרגשית</u>	<u>הקשבה</u> <u>בעיניים</u>	<u>השהייה</u>	<u>חשבון</u> <u>הרגשות</u>	פתיחה והתכנסות
ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים
<u>מחשבה</u> <u>אישית</u>	<u>זווית</u> <u>ראיה</u>	<u>בטעם</u> <u>שלי</u>	<u>מחוץ</u> <u>לקופסא</u>	<u>שונים אך</u> <u>חברים</u>	פעילות חינוכית העשרתית
<u>אני</u> <u>היום</u>	<u>מה</u> <u>הרגש?</u>	<u>נושמים</u> <u>כמו</u>	<u>כתב</u> <u>סתרים</u> <u>קבוצתי</u>	<u>קפיצות</u> <u>הצלחה</u>	סיום יום

השבוע נעמיק ונפתח את המודעות האישית והקבוצתית לתחביבים,
לרגשות ולרצונות של העצמי ושל הזולת. נפנים ונשנן כי לכל אחד
נקודת מבט אחרת וייחודית.

נלמד להתנהל בסיטואציות חברתיות של קונפליקט בין רצונותינו לרצונות הזולת.



שבוע 3 | יום א'

מחשבה אישית

מטרות:

- הבנה ראשונית שלכל אדם יש עולם מחשבות פנימי ופרטי משלו.
- זיהוי דרכים שונות שבאמצעותן ניתן לנסות ולהבין מה הזולת חושב (הקשבה, התבוננות, שאילת שאלות).
- פיתוח הדמיון והבנה שמאותו מצב יכולים להתפתח כיווני מחשבה שונים.

מהלך הפעילות

פתיחה: נשב במעגל. נביט בילדים, נשתוק לרגע בחיוך ואז נשאל במפתיע: "ילדים, על מה אני חושב עכשיו? מי יודע?". הילדים מנסים לנחש.

שיח קצר: איך בעצם אנחנו יכולים לדעת בוודאות מה החבר שלנו חושב עכשיו? נכון מאוד! הדרך הכי טובה היא פשוט לשאול אותו. אבל לפעמים, אם נסתכל טוב-טוב לאן הוא מביט, או אם נקשיב למילים שהוא אומר, נוכל גם אנחנו לנסות ולהבין על מה הוא חושב.

תרגיל הניחושים - "בלון המחשבה"

נציג לילדים ציור קומיקס. בציור רואים ילד שמסתכל על ילד אחר שמלקק סוכריה, ומעל הראש שלו מצויר "בלון מחשבה". נבקש מהילדים לנחש: "על מה הילד בציור חושב עכשיו? (הוא רוצה גם סוכריה) ולמה אתם חושבים דווקא ככה? (זה נראה שהוא מתגרה)". לאחר מכן נציג כרטיסיות עם ציורים של מצבים שונים ונשאל את הילדים:

- אם ילד מסתכל על שעון גדול שתלוי על הקיר – מה הוא יכול לחשוב עכשיו? (למשל: "מתי אמא כבר באה לקחת אותי?", "האם כבר הגיע זמן ארוחת הצהריים?" או: "מה השעה").
 - אם ילד עומד בתחנה ומסתכל על הכביש – מה הוא חושב? (למשל: "מתי האוטובוס או מתי אמא תרד מהאוטובוס?").
 - אם יש לי שקית של בייסקוויטים טעימים על השולחן וילד מביט עליה – מה הוא חושב לעצמו בלב? (למשל: "אני ממש רוצה לבקש בייסקוויט אחד").
 - אם כשאני משחק עם חבר, ילד אחר מסתכל עלינו – מה הוא חושב? (למשל: "אני רוצה לשחק גם").
- נקשיב לתשובות הילדים. נשדל אותם להגיע לבד למסקנות על מה הילד בתמונה חושב.



פעילות חווייתית מרכזית "סוף הסיפור שלי וסוף הסיפור שלך"

נספר לילדים סיפור קצר: מוישי חזר הביתה אחרי הצהרון, הוא היה מאד עייף, והיה לו חם. כל הדרך הוא חיכה כבר להגיע הביתה, לפתוח את הדלת, ולראות את אמא מחכה לו עם כוס מיץ קר ומזגן דולק. אבל, כשמוישי מגיע הביתה הוא מגלה שהדלת נעולה. מוישי מתחיל לדפוק על הדלת, לצלצל בפעמון, אבל הדלת לא נפתחת.

נעצור כאן, בנקודת שיא. נבקש מכל ילד לחשוב בשקט-בשקט בלב על סיום לסיפור. נזמין בכל פעם שני ילדים ונשמע מהם מהו הסוף שהם חשבו עליו.

לקטנטנים: נדגים שני סוגים שונים של סיומים לסיפור, כדי להמחיש להם את הרעיון באופן ברור.

לדוגמא:

סיום א': השכנה יצאה ואמרה למוישי להגיע אליה. אמא של מוישי לא בבית כי נולד למוישי אח קטן ואמא בבית החולים.

סיום ב': אמא הגיעה מתנשפת וסיפרה שהיא איחרה, כי האוטובוס התקלקל בדרך.

סיום: נמחא כפיים ונאמר: "ראיתם איזה פלא? הסיפור הוא אותו סיפור, אבל בראש של כל אחד מאיתנו עלה סוף אחר לגמרי! כמה יפה שלכל אחד יש מחשבות מיוחדות משלו!".











כיתה א'1



שבוע 3 | יום ב'

זווית ראייה

מטרות:

- פיתוח הבנה חזותית מוחשית שאפשר להסתכל על אותו חפץ מכיוונים שונים ולראות דברים שונים.
- תרגול מיומנויות מוטוריקה עדינה דרך יצירה חווייתית.
- פיתוח הבנה שלכל אחד הסתכלות משלו, דרך חיי היום יום

מהלך הפעילות

לפני הפעילות: נדביק זה לזה את ציורי התמונות מהנספח, כך שיהיו תמונות משני הצדדים. (תמונת בית ומאחוריו תמונת עץ, תמונת כלב ומאחוריו תמונת דג, תמונת צבע ומאחוריו תמונת בקבוק)

פתיחה: נעמיד את הילדים בשני טורים. נעמוד באמצע, נציג לילדים את התמונות שהכנו מראש, כך שטור אחד יראה תמונה אחת, והטור השני יראה תמונה אחרת.

נשאל: "מה אתם רואים בתמונה?"

כל טור יענה תשובה אחרת, כי כל טור רואה תמונה אחרת.

להגברת העניין נשאל שוב: "מה אתם רואים?"

נשמע שוב את תשובות הילדים.

נשאל את טור א': "אתם בטוחים שזה מה שראיתם?" הילדים עונים: "כן!"

נשאל את טור ב': "אתם בטוחים שזה מה שראיתם?" הילדים עונים: "כן!"

נשאל: איך זה יכול להיות? זה אותו דף!

נהפוך את הדף ונראה לילדים שיש שני כיוונים, בכל צד תמונה אחרת.

שיח קצר: טור א', ראו תמונה אחת, טור ב' ראו תמונה אחרת. איך יכול להיות?
כי כל אחד הסתכל מכוון אחר. ככה זה גם בחיים, לכל ילד יש מחשבות, רצונות, ידע והסתכלות שונים.



פעילות יצירה מרכזית "תעתוע הגשם והענן"

נזמין את הילדים לשולחנות היצירה. נחלק לכל ילד שני דפי נייר קטנים: על דף אחד מודפס ציור של ענן, ועל הדף השני מודפס ציור של טיפות גשם.

1. הילדים צובעים בעדינות את הענן ואת טיפות הגשם.
2. ננחה את הילדים להדביק את דף הענן מצד אחד של קצה העיפרון, ואת דף הגשם מהצד השני שלו (גב אל גב).
3. כעת, נראה לילדים קסם: כאשר מחזיקים את העיפרון בין שתי כפות הידיים ומסובבים אותו במהירות קדימה ואחורה – הציורים מתחברים בעיניים ונראה כאילו יורד גשם מתוך הענן!

הרחבה לבוגרים:

נראה לילדים תמונות של תעתועי ראייה, נסביר להם שהראש שלנו מראה לנו שהאיורים זזים, למרות שבאמת האיורים מודפסים על דף ולא יכולים לזוז.

סיום: נסובב כולנו יחד את העפרונות ונשמח ביצירה החווייתית. נאמר לילדים: "זה נראה כאילו יורד גשם! העיניים והראש שלנו חיברו את שני הציורים יחד! לפעמים צריך להסתכל טוב כדי להבין את התמונה המלאה".





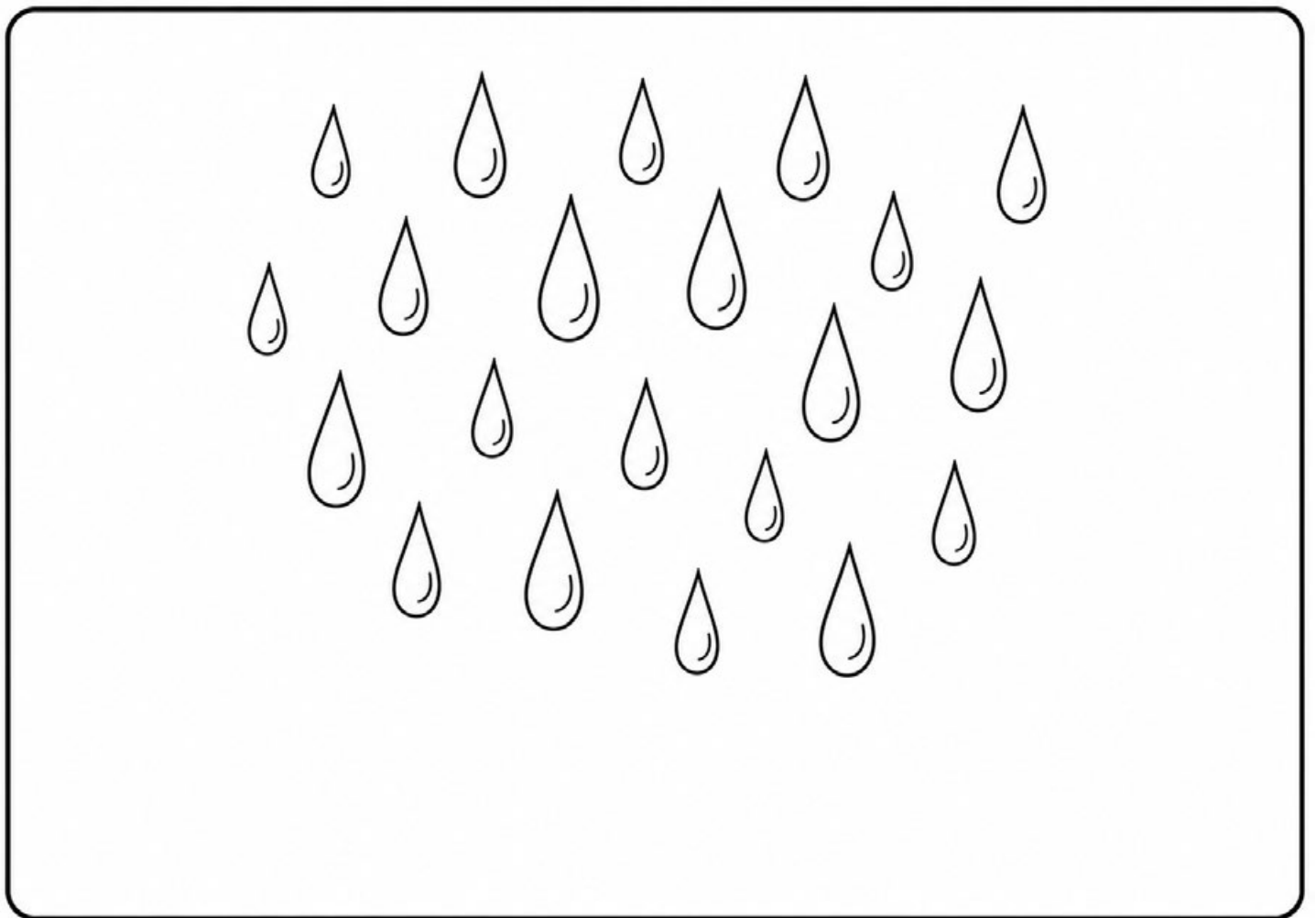
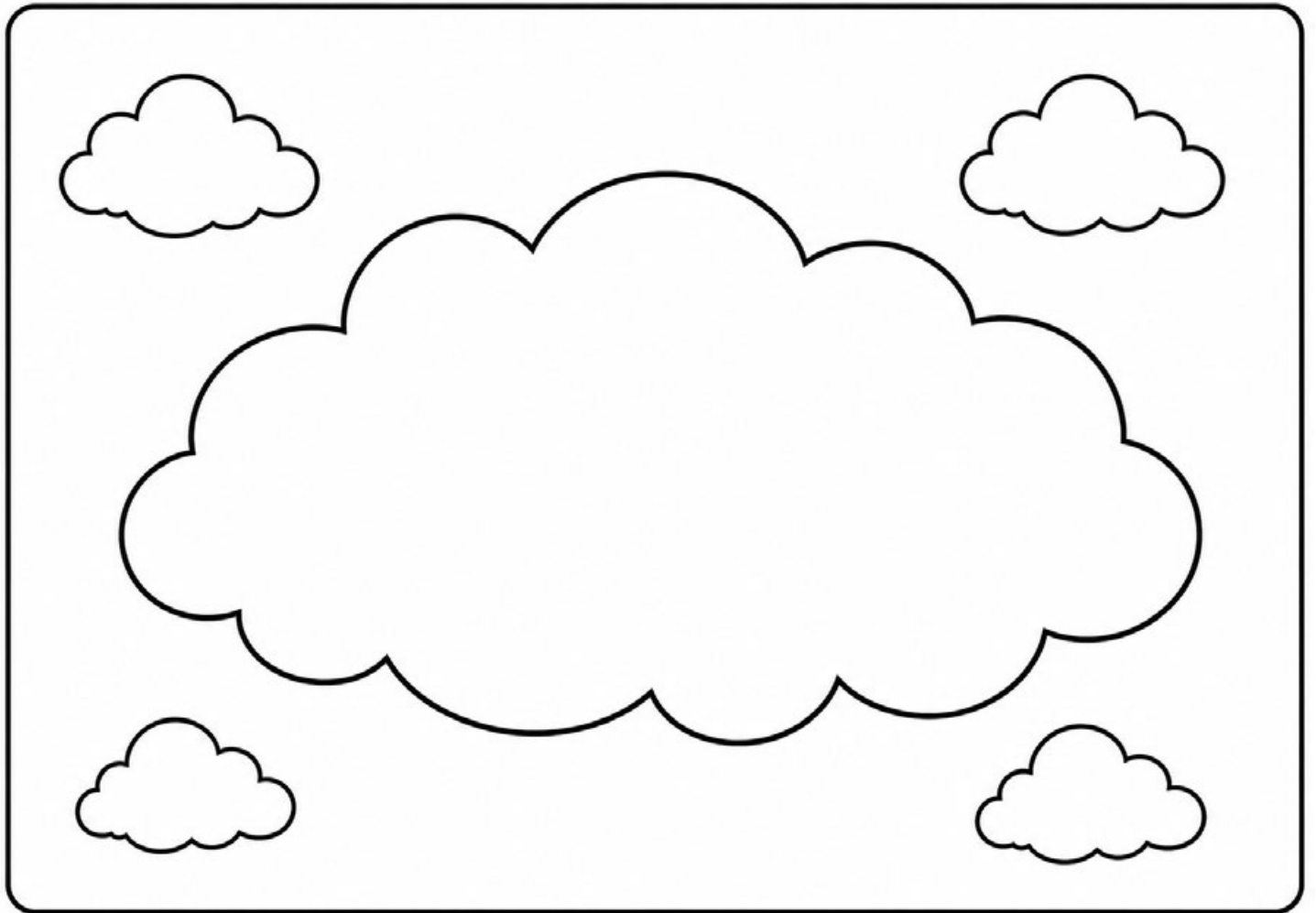




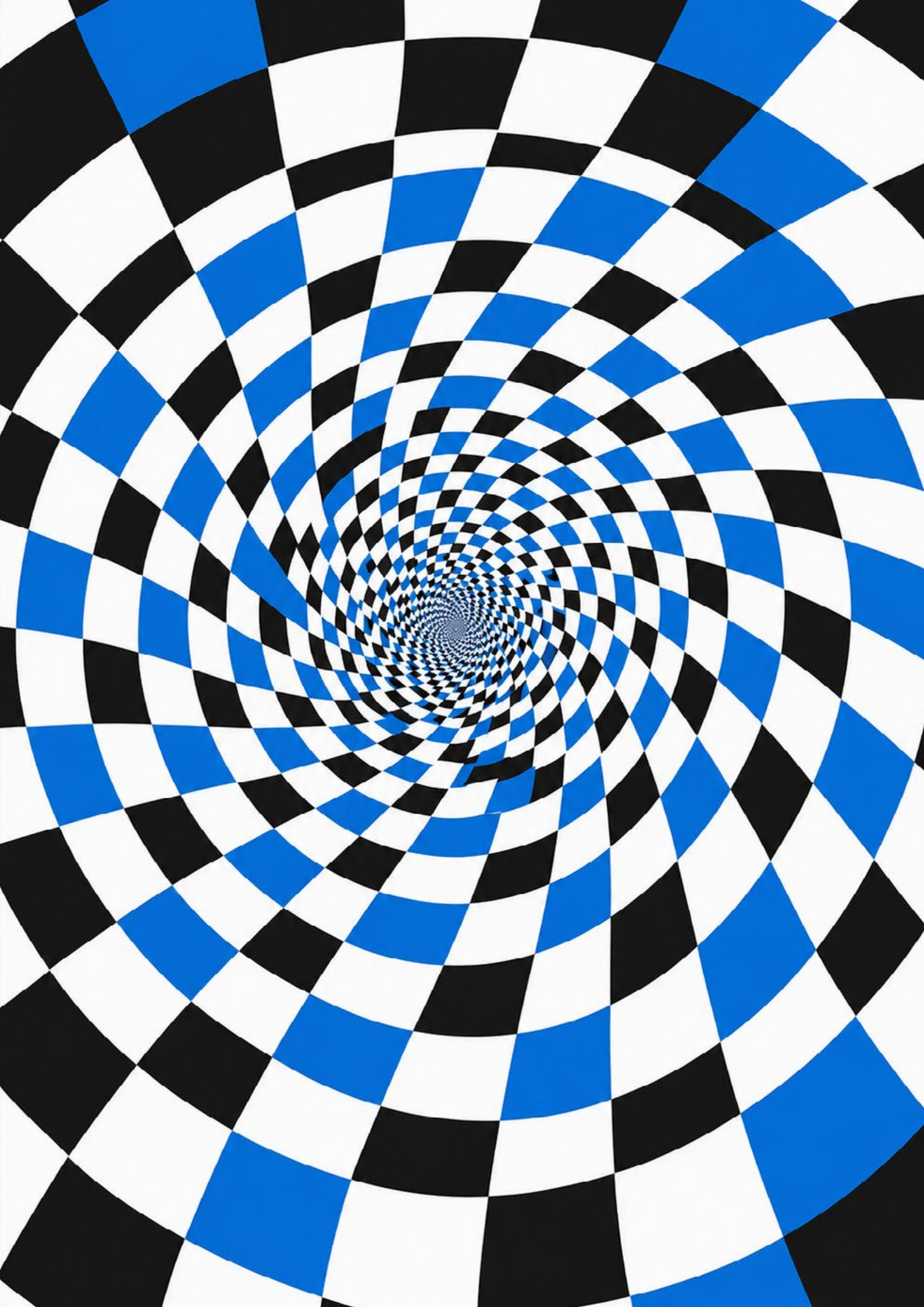












שבוע 3 | יום ג'

בטעם שלי

מטרות:

- הבנה שלכל אדם יש פרשנות והסתכלות אישית ושונה על המציאות.
- חיזוק הבחירה העצמאית והבנה שאין "צודק" אחד בביטוי יצירתי.
- פיתוח שיח מכבד וסובלני סביב תוצרים שונים בקבוצה.

מהלך הפעילות

פתיחה: נשב במעגל. נסביר לילדים שהיום כל אחד יקבל דף שיש בו התחלה של ציור, אבל את ההמשך של הציור כל אחד ימשיך לבד איך שהוא רוצה.

פעילות יצירה אישית – "הציור האישי שלי"

- נחלק לכל ילד דף מיוחד. נבחר באחת משתי האפשרויות הבאות המותאמות לגילם:
- **אפשרות א':** דף ועליו ציור בסיסי של עיגול ופסים בשני הצדדים. ננחה את הילדים לחשוב בשקט מה זה יכול להיות, ואז לצבוע ולהמשיך את הציור בהתאם למה שהם החליטו בלב.
 - **אפשרות ב' (יותר מאפשרת לקטנים):** דף שיש עליו ריבוע פשוט, הילדים ממשיכים את הקו הזה באופן חופשי לחלוטין לציור אישי משלהם.
- נבקש מהילדים לעבוד באופן עצמאי ובשקט, כדי שכל אחד יקשיב רק למחשבה הפרטית שלו.

הרחבה לבוגרים:

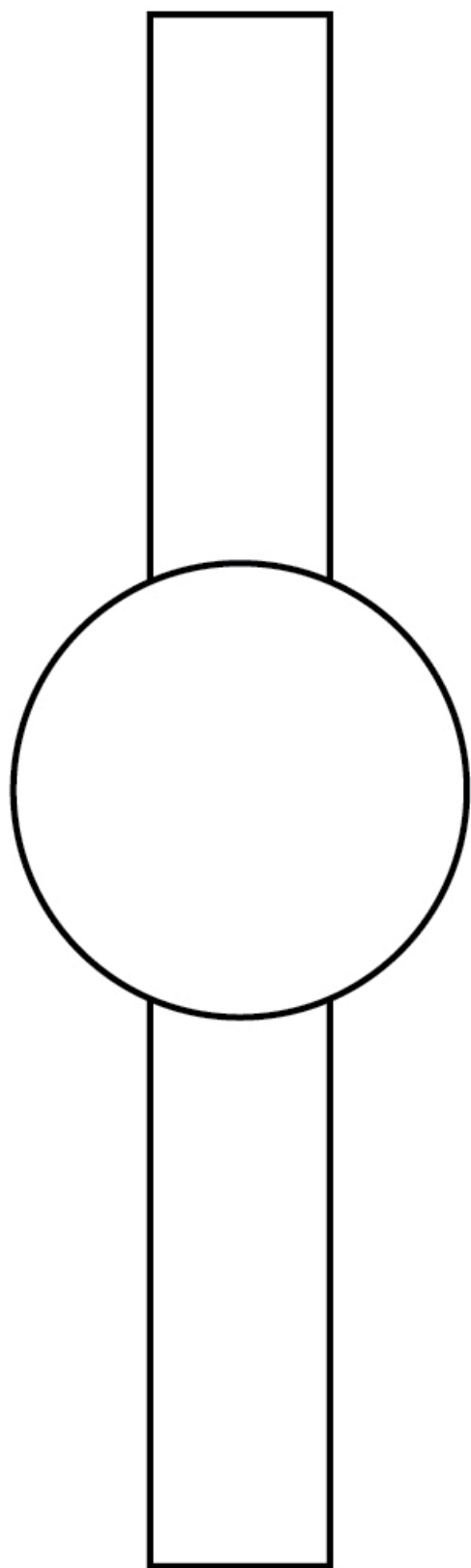
כדי לאתגר את הבוגרים ניתן ציור מורכב יותר להשלמה.

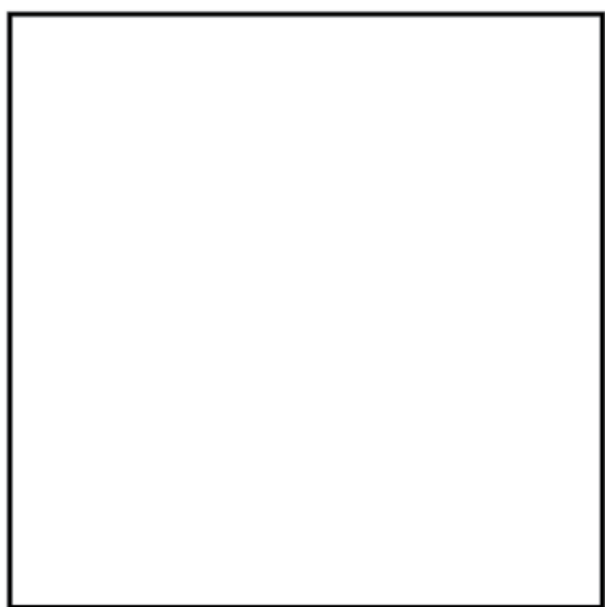
שיח מסכם ותערוכה קבוצתית: בסיום העבודה, נאסוף את כל הדפים ונציג אותם זה לצד זה על השולחן או על הרצפה במרכז המעגל. נזמין את הילדים להתבונן בתוצרים.

שיח קצר ומעצים: "ילדים, תסתכלו על הפלא הזה! כולם קיבלו בדיוק את אותו קו התחלה, אבל איך זה יכול להיות שכל אחד עשה משהו אחר לגמרי? מי צודק? מה יותר טוב? נכון מאוד, כולם צודקים והכול יפה! זה מראה לנו מה יש לנו בתוך הראש ואיך כל אחד מאיתנו מסתכל על דברים בצורה מיוחדת משלו".

סיום: נשבח את הילדים על המקוריות ונאמר: "כמה טוב שהראש שלנו חושב אחרת, ככה קיבלנו תערוכה צבעונית, מעניינת ומגוונת!".











שבוע 3 | יום ד'

מחוץ לקופסא

מטרות:

- פיתוח גמישות מחשבתית ויצירתיות קבוצתית מתוך הקשבה לזולת.
- תרגול מיומנות של חזרה והדהוד קבוצתי של דברי החבר.
- שילוב תנועה וערנות כמענה קבוצתי חווייתי.

מהלך הפעילות

פתיחה: "מעגל היצירתיות של החפצים"

נשב כולנו במעגל גדול. נחזיק כדור רך ונציג אותו לילדים. נסביר להם שאנחנו הולכים להעביר את הכדור מאחד לשני, וכל ילד שמקבל אותו צריך להדגים עם הידיים ולומר בקול מה הכדור הזה יכול להיות חוץ מכדור (למשל: תפוח טעים, סוכריה גדולה, גלגל של מכונית). לאחר סבב קצר, נחליף את החפץ ונעביר במעגל מקל קצר. הילדים ידגימו מה המקל יכול להיות (למשל: מברשת שיניים, משקפת, שופר). כלל חשוב: כל ילד אומר רעיון חדש שלא נאמר עדיין. כדי שהילדים יתאמצו להרחיב את החשיבה.

פעילות חווייתית בקבוצות

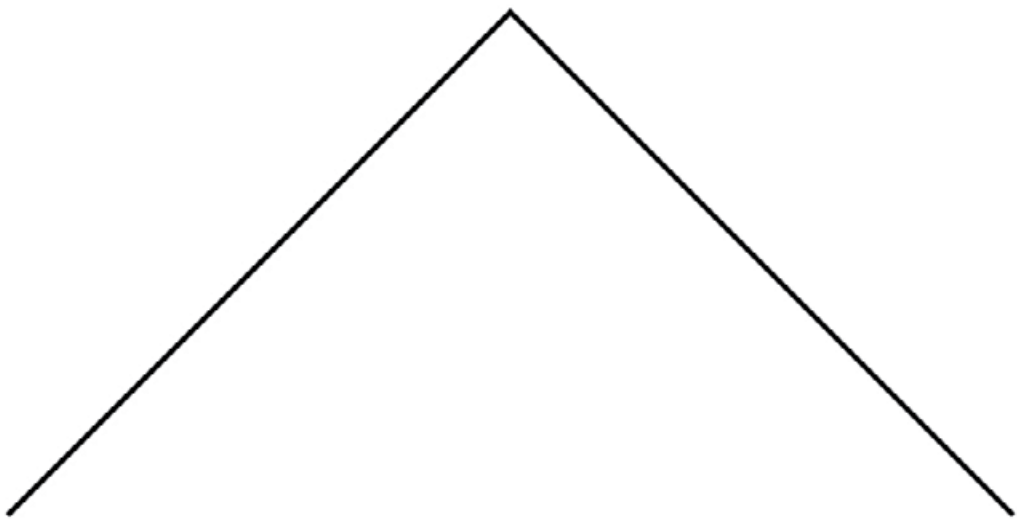
"אני חושב שזה...". נחלק את הילדים לקבוצות קטנות. נניח על הרצפה דף ועליו ציור פשוט שאינו מזוהה בבירור (מהנספח). נעבור בין הקבוצות וננחה את הילדים לבצע סבב שבו כל אחד בתורו אומר מה הוא חושב שחבוי בציור, וכל שאר חברי הקבוצה חוזרים יחד בקול על דבריו ומכבדים אותו. לדוגמה: יוסי אומר: "אני חושב שזה נחש!". כל חברי הקבוצה אומרים יחד: "יוסי חושב שזה נחש! כל אחד חושב אחרת" (וכך הלאה, לפי התור). לאחר שנסיים את הסבב, נחליף את הדפים, בין הקבוצות ונערוך סבב נוסף, כך עד שנסיים את כל הדפים.

משחק תנועה מסכם – "כרטיס הצבעה אישי"

נחלק את הכרטיסים עם התמונה של הקו מתפתל (מהנספח). כל ילד מקיף את האפשרות הנראית לו ביותר.

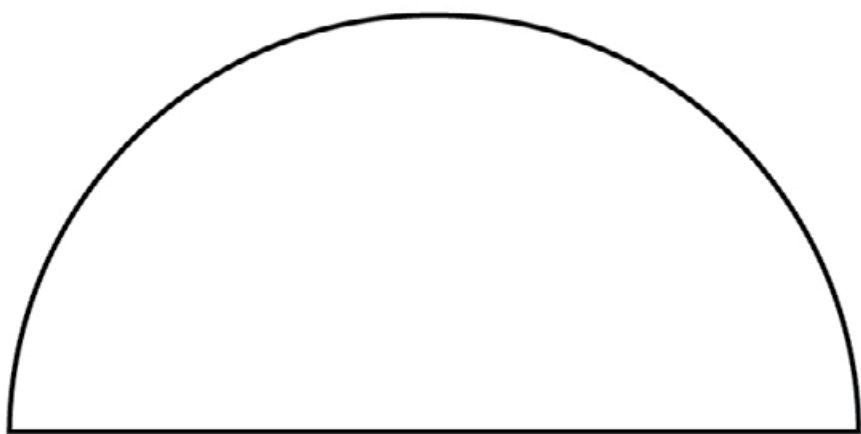
לאחר מכן, נאסוף את הכרטיסים ונראה לילדים שלצורך אחד יש אפשרויות שונות
סיום: נאמר לילדים: "איזה יופי של משחק! ראינו שצורות קטנות ופשוטות יכולות להפוך בדמיון שלנו להמון דברים נפלאים. כל אחד חושב אחרת".

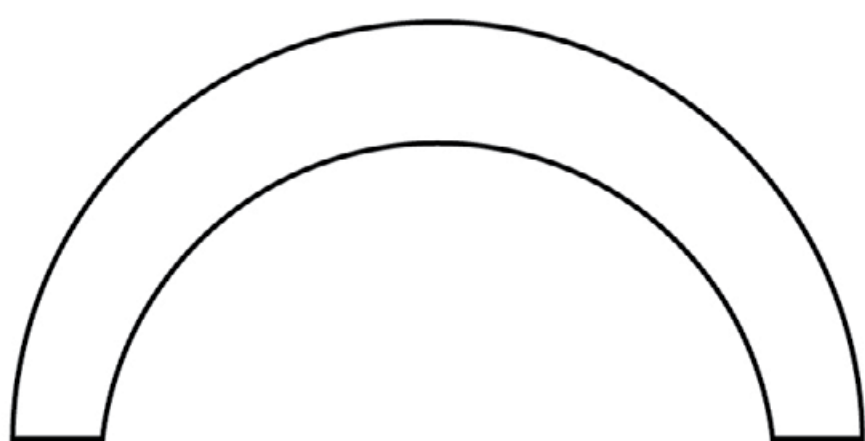


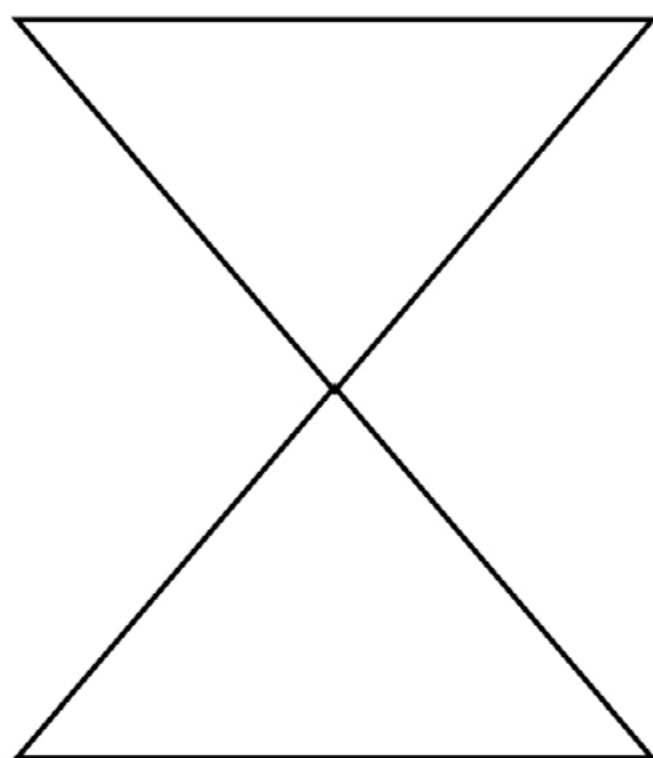


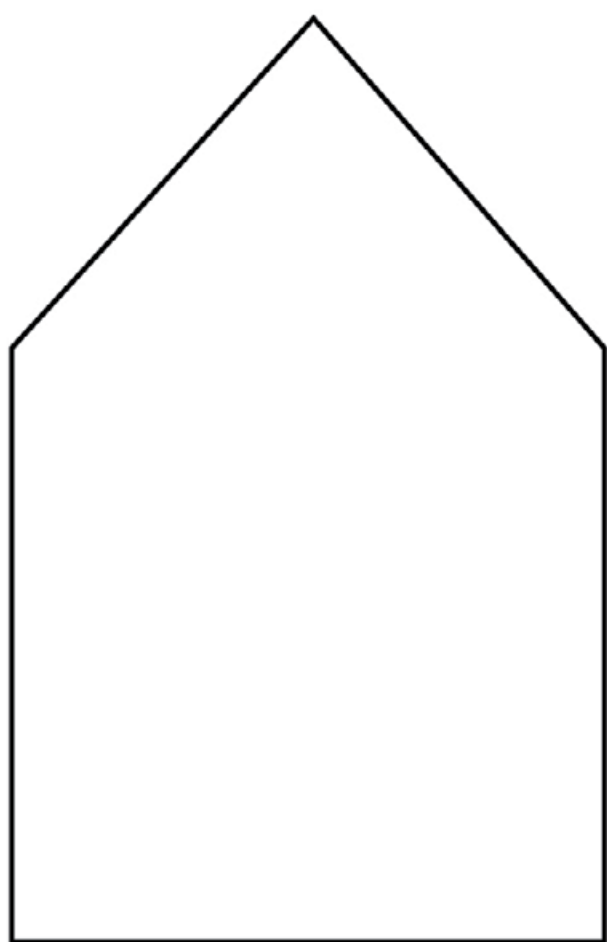












שבוע 3 | יום ה'

שונים אך חברים

מטרות:

- הבנה והפנמה שזה בסדר שלזולת יש רצונות שונים.
- הבנה ששוני ברצונות אינו הופך אף אחד לצודק.
- העלאת פתרונות מעשיים ושיתופיים לפתרון קונפליקטים יומיומיים.

מהלך הפעילות

פתיחה וסיפור – "הביקור בפינת החי" נשב במעגל ונפתח בסיפור חוויתי:

"שני חברים טובים, מנדי ואפרים, הגיעו יחד ביום שישי לביקור בפינת החי המקסימה. מנדי שמח מאוד וקרא בהתרגשות: 'בוא מהר אפרים, נרוץ קודם כל לראות את הארנבים המתוקים!'. אבל אפרים עצר, הניע את ראשו ואמר: 'לא, אני בכלל רוצה ללכת קודם לראות את התוכים הצבעוניים!'. מנדי כעס ואמר: 'אבל הארנבים הרבה יותר מעניינים!', ואפרים ענה: 'לא נכון, התוכים הרבה יותר שווים!'. אפרים ומנדי התחילו להתווכח 'הארנבים חמודים יותר' קרא מנדי 'לא נכון! התוכים מציצים בכזה ציוץ מתוק' צעק אפרים 'ולארנבת יש פרווה רכה' מנדי החזיר 'ואז מה?' אמר אפרים 'לתוכים יש כנפיים' 'אז מה נעשה?' שאלו שני החברים ביחד..".

נעצור את הסיפור בדיוק בנקודה הזו, לפני שהם מוצאים פתרון.

שיח קצר: נשאל את הילדים במעגל: "ילדים, תגידו לי, מי מהחברים צודק בסיפור? נקשיב לתשובות הסותרות של הילדים. נשאל: האם זה אומר שמישהו מהם פחות חכם או פחות טוב? ודאי שלא! שניהם חברים טובים, וזה בסדר גמור שלכל אחד יש רצון שונה. חבל שמנדי ואפרים רבים".

נרד לשיח קצר על החיים של הילדים: "מתי קורה לכם בצהרון ששני ילדים רוצים משהו שונה באותו הזמן? (למשל: שני ילדים שמתווכחים ביניהם באיזה משחק חצר לשחק). האם זה אומר שמישהו אחד לא צודק?".



פעילות חוויתית מרכזית, "מציגים"

נבחר נציגים מהילדים הגדולים ונבקש מהם להציג בפני כולם סיטואציה אמיתית מהיום-יום בה שני חברים רוצים משהו אחר (כמו בחירה של משחק, פעילות מועדפת או צבע מסוים)

הרחבה לבוגרים "סולם הפתרונות":

לאחר הצגת המקרים נבקש מהילדים לחשוב על כמה שיותר פתרונות אפשריים.

למשל: "כל אחד רוצה משחק אחר"

הקבוצה מעלה רעיונות:

1. קודם משחק אחד ואחר כך את השני.

2. מטילים גורל.

3. כל אחד בוחר בתורו.

4. מחפשים משחק אחר ששניהם אוהבים.

בסיום מדגישים: "כשיש ויכוח, בדרך כלל יש הרבה פתרונות. ככל שחושבים יותר – מגלים יותר אפשרויות".

הפתרון של הציפור החכמה: נציג לילדים את הציפור החכמה (מהנספח) שבאה לבקר אותם במעגל. הציפור מדברת אל הילדים ומסבירה להם: "ילדים חביבים, לכל אחד מאיתנו יש מחשבות אחרות ורצונות אחרים בלב. כל אחד מכם הוא מיוחד במינו! עכשיו, בואו נחשוב יחד – איך החברים בסיפור או אנחנו כאן בגן יכולים להסתדר יחד בצורה נעימה?". נאסוף מהילדים פתרונות מעשיים ויצירתיים ומכוון אותם לערכים הנכונים:

- לעשות "תור-תור" (קודם נלך למקום אחד ואחר כך למקום השני).

- שכל אחד יעשה בזמן הזה את מה שהוא הכי אוהב, ואחר כך ניפגש.

נבקש מהילדים רעיונות כיצד לפתור את הקונפליקטים שהצגנו בפעילות "מציגים"

סיום ודקלום מסכם: נחתום את הפעילות ואת השבוע כולו בדקלום קצבי המלווה בתנועות ידיים, המחדד את המסר החשוב: "אנחנו שונים, אנחנו חברים, לכל אחד יש רצונות אחרים! מוותרים, מקשיבים ומסתדרים, כי כל הילדים אוהבים ויקרים!"





שבוע רביעי

מרגישים יחד

חיזוק יכולת התבוננות, והבחנה של רגשות החבר, אמפתיה והכלה.

יום א	יום ב	יום ג	יום ד	יום ה	
<u>גל</u> <u>רגשות</u>	<u>רכבת</u> <u>האותיות</u> <u>הרגשית</u>	<u>הקשבה</u> <u>בעיניים</u>	<u>השהייה</u>	<u>חשבון</u> <u>הרגשות</u>	פתיחה והתכנסות
ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים	ארוחת צהרים
<u>שפה</u> <u>רגשית</u>	<u>מה</u> <u>שטוב לי</u>	<u>ממששים</u> <u>ומרגישים</u>	<u>בלשי</u> <u>הרגשות</u>	<u>יד</u> <u>ליד</u>	פעילות חינוכית העשרתית
<u>אני</u> <u>היום</u>	<u>מה</u> <u>הרגש?</u>	<u>נושמים</u> <u>כמו</u>	<u>כתב</u> <u>סתרים</u> <u>קבוצתי</u>	<u>קפיצות</u> <u>הצלחה</u>	סיום יום

השבוע נביא לידי מעשה את היסודות אותם רכשנו בכל החודש ונפתח את האמפתיה, ההקשבה וההכלה לחבר. נלמד להקשיב לשדר הסמוי של השני, נבין מה הוא חושב ומרגיש כדי שנוכל לעזור לו ולהשתתף ברגשותיו. נלמד להציב גבולות באופן נעים ומכבד. נרכוש כישורי חיים, בהבנת הזולת ובעזרה מתוך הכרת צרכיו.



שבוע 4 | יום א'

שפה רגשית

מטרות:

- זיהוי ושיום רגשות שונים אצל עצמי ואצל האחר.
- פיתוח הבנה שלכל אחד יכול להיות רגש שונה באותו מצב.

מהלך הפעילות:

פתיחה: סיפור של מנדי ואפרים בפינת החי:

נפתח בסיפור: זוכרים את מנדי ואפרים שיצאו לבקר בפינת החי? אני רוצה להמשיך לספר לכם מה ארע שם: מנדי ואפרים התקרבו לעבר הארנבות, הם רצו ללטף אותם. מנדי מתקרב בשקט בשקט לארנבת קטנה לבנבנה וחמודה, הוא הושיט את היד... ולפתע... הארנבת קפצה לכוון של מנדי ואפרים! מנדי צחק, ורדף אחרי הארנבת, אבל אפרים התחיל לצעוק: "הצילו!".

נעצור לרגע בסיפור ונשאל את הילדים: מה מנדי מרגיש עכשיו? ומה אפרים מרגיש? האם שניהם מרגישים אותו הדבר?

נמשיך בסיפור: אחר כך הגיע יעקב – האיש שאחראי על פינת החי, והביא לכל ילד גזר להאכיל את הארנבות. מנדי רץ לארנבת הקטנטנה והגיש לה את הגזר, הפנים שלו ממש זרחו. אפרים לעומתו, עמד בצד ולא ניגש לאף אחת מהארנבות. "למה אתה לא הולך להאכיל את החיות? שאל יעקב את אפרים.

נעצור שוב ונשאל: מה אפרים מרגיש כשהוא מאכיל את החיות? למה מנדי עומד בצד? מה הוא מרגיש?

נמשיך את הסיפור: "כי אני מפחד" ענה מנדי בשקט הוא ממש התבייש לספר ליעקב, שהוא – מנדי הגדול מפחד מארנבות קטנטנות. "לא נורא" אמר יעקב, "מותר לפחד. כל אחד מפחד מדבר אחר, כל אחד מרגיש רגשות שונים במצבים שונים".

שיח קצר: נשאל: איך יכול להיות שאפרים כל כך נהנה עם הארנבות ומנדי מפחד ונבהל? נשנן: כל אחד חושב אחרת, כל אחד מרגיש אחרת.



פעילות חווייתית מרכזית – "מראה של רגשות":

נציג לילדים כרטיסיות עם ציורים של הבעות פנים: שמחה, עצב, כעס ופחד (מהנספח). נבקש מהילדים לחקות את ההבעה (למשל: "עכשיו כולם עושים פנים שמחות!"), "עכשיו פנים עצובות"). נאמר יחד את השמות של הרגשות כדי שהילדים יכירו אותם היטב. לבוגרים נציג קשת רחבה יותר של רגשות – ונוסיף תמונות של הפתעה ורוגע.

הרחבה לבוגרים:

נציג לילדים הגדולים סיטואציות קצרות. עליהם להראות רק בעזרת הפנים (בלי לדבר) את ההבעה המתאימה.

דוגמא לסיטואציות:

- אבא הביא לי מתנה יפה לכבוד יום ההולדת שלי (הפתעה)
- קבלתי מכה בברך (עצב)
- חזרתי הביתה לבד והדלת נעולה (פחד)
- אנחנו יוצאים לטיול (שמחה)

סיום: נסכם ונאמר לילדים: כל אחד מאיתנו הוא מיוחד, ולפעמים אותו מקרה משמח את האחד ומפחיד את השני וזה בסדר גמור! נצעק ביחד ונבצע תנועות מתאימות: כל אחד חושב אחרת! (נצביע על הראש) כל אחד מרגיש אחרת! (נצביע על הלב)









שבוע 4 | יום ב'

מה שטוב לי

מטרות:

- זיהוי העדפות אישיות.
- הבנה שלכל חבר יש רצונות ובחירות שונות משלו.

מהלך הפעילות:

פתיחה: דקלום הבחירה: לפני שמתחילים, נאסוף את הילדים ונסביר: כל אחד אוהב להתעסק בפעילויות אחרות. יש ילד שאוהב לצייר, יש ילד שאוהב לשחק, יש ילד שאוהב דווקא להסתכל בספרים. היום כל אחד יבחר לעשות מה שנעים לו טוב. נדקלם: "כל אחד בוחר, משחק אחר! טוב לי וטוב לך! ואהבת לרעך!"

פעילות חווייתית מרכזית

חלק א', תחנות העדפות:

נציג לילדים את ארבעת התחנות, נסביר שכל ילד בוחר את התחנה המועדפת עליו. כל ילד חושב רגע מה יעשה לו טוב וכיף כרגע, ובוחר בעצמו לאיזו תחנה ללכת.

1. תחנת ספרים – להתבונן בשקט בספרים מהספריה.
 2. תחנת קפלות – לבנות מגדל גבוה ויפה.
 3. תחנת ציור – לצבוע ולצייר באופן חופשי.
 4. תחנת משחקי רצפה – להסיע מכוניות רכבת.
- כעבור כמה דקות, נאפשר לילדים להחליף תחנה ולבחור דבר נוסף שעושה להם טוב. בין תחנה לתחנה, נחזור על המוטיב המרכזי: כל אחד בוחר, משחק אחר! טוב לי וטוב לך! ואהבת לרעך!

חלק ב', "בחירה ונימוק"

נחלק לכל ילד כרטיס קטן:

השם שלי: _____



היום בחרתי ב:

☐ יצירה

☐ בנייה

☐ ספרים

☐ משחק

בחרתי בזה כי: _____

הילדים משלימים את הכרטיס. נאסוף את הכרטיסים, נקרא אותם בקול ונחזק את הילדים על התשובות. נדגיש: לכל אחד העדפות שונות.

שיח קצר – להכיר את עצמי: נושיב את הילדים במעגל ונשאל: "כשאתם מרגישים לפעמים קצת עצובים או כועסים, מה הדבר שהכי יכול להרגיע אתכם ולעשות לכם טוב בלב?" (נשמע רעיונות כמו: חיבוק מאמא, לשמוע ניגון, לשחק בקוביות בשקט).

הרחבה לבוגרים:

נשב במעגל. נאמר:

- "תעברו מקום אם אתם אוהבים לצייר".
- "תעברו מקום אם אתם מעדיפים משחקי קופסה".
- "תעברו מקום אם אתם אוהבים לבנות".
- "תעברו מקום אם אתם מעדיפים לשחק עם חברים".

הילדים מגלים שבכל פעם קמים ילדים אחרים.
בסיום נשאל: "מה גיליתם על החברים שלכם?"
נשים לב: גם כשכולנו באותה קבוצה, לכל אחד העדפות שונות.

סיום: נבקש מהילדים לשתף אותנו באיזו תחנה הם בחרו. נסיים בדקלום שלנו: "כל אחד בוחר, משחק אחר! טוב לי וטוב לך! ואהבת לרעך".



השם שלי: _____

היום בחרתי ב:

יצירה ☐



בחרתי בזה כי: _____

השם שלי: _____

היום בחרתי ב:

בניה ☐



בחרתי בזה כי: _____

השם שלי: _____

היום בחרתי ב:

ספרים ☐



בחרתי בזה כי: _____

השם שלי: _____

היום בחרתי ב:

משחק ☐



בחרתי בזה כי: _____

שבוע 4 | יום ג'

ממששים ומרגישים

מטרות:

- פיתוח מודעות לתחושות שונות, נעימות ולא נעימות
- פיתוח היכולת להביע התנגדות בצורה מכבדת ("לא נעים לי, בבקשה תפסיק").
- תרגול זיהוי התחושות של האחר בסיטואציות יומיומיות.

מהלך הפעילות

פתיחה – בר המרקמים:

- נשב במעגל, במרכז נשים שולחן ועליו קערות עם החומרים הבאים: קמח, מלח, סבון נוזלי, אבקת כביסה, מים, אבני חצץ או חול מהחצר.
- נקרא לכל ילד בתורו, נבקש ממנו לגעת בחומרים שנעים לו לגעת בהם. אחר כך נבקש מכל ילד לבחור חומר אחד שלא נעים לו לגעת בו.
- נזהה חומרים שנעימים לילד אחד ולא נעימים לילד השני. נספר על "קונפליקט" שיכול לקרוא במצב כזה. (לדוגמה: לדניאל נעים לשחק בחול, לחיים לא נעים לשחק בחול, מה נעשה כשנצא לחצר וחיים ירצה לשחק במתקנים, ודניאל בחול?) נשמע פתרונות מהילדים (לדוגמה: כל אחד ישחק במשהו אחר, או "שיעשו תור תור")
- נשנן את הכלל: אנחנו דואגים שיהיה נעים לכולם.

הרחבה לבוגרים:

נפתיע את הילדים בשאלה: מי זוכר מה היה נעים ל... (ננקוב בשם של אחד הילדים) מי זוכר מה לא היה נעים ל...? נחזק את הילדים שזוכרים מה נעים ומה לא נעים לחברים שלהם.



פעילות חווייתית מרכזית "קופצים לחישוק המתאים"

נניח את שני החישוקים במרכז החדר. נסביר לילדים: חישוק ירוק פירושו "נעים לי וטוב לי", חישוק אדום פירושו "לא נעים לי ומציק לי". נציג בפני הילדים בכל פעם סיטואציה יומיומית מוחשית. הילדים מקשיבים, חושבים, וקופצים יחד אל תוך החישוק המתאים לפי מה שהיו מרגישים:

- **סיטואציה 1:** ילד אחר מגיע וחוטף לך צעצוע מהיד בלי לשאול ובלי לבקש רשות.
- **סיטואציה 2:** חבר רואה שאתה בונה מגדל קוביות ומציע לך: "רוצה שנבנה יחד מגדל גבוה?"
- **סיטואציה 3:** אנחנו משחקים במשחק תורות, וילד אחד מחליט לדלג עליך בכוונה ולא לתת לך את התור שלך.
- **סיטואציה 4:** חבר מדבר אליך בקול רגוע, נעים ומזמין, ומבקש יפה: "אפשר לקבל בבקשה את הצבע הצהוב?"

נמשיך עם סיטואציות שונות התואמות את הגיל ואת הקבוצה.

שיח קצר מונחה בתוך החישוקים: נעצור בחישוק האדום ונלמד את הילדים כלי מעשי: "כשחבר עושה משהו שלא נעים לכם, אל תרביצו ואל תצעקו חזק. תסתכלו לו בעיניים ותגידו בקול ברור ורגוע: 'לא נעים לי, בבקשה תפסיק!'". נתרגל את המשפט הזה יחד בקול. נמשיך: אם החבר אומר שמשהו לא נעים לו, נפסיק מיד ונדאג שיהיה נעים לכולם.

סיום: נעמוד כולם במעגל רחב, נחזיק ידיים ונאמר: "אנחנו שומרים על החברים שלנו, ועושים רק מעשים שנעימים וטובים לכולנו!"



שבוע 4 | יום ד'

בלשי הרגשות

מטרות:

- זיהוי רגשות של האחר מתוך הקשר וסיפור.
- תרגול מיומנות ניחוש והבנת תחושות הזולת בסיטואציות מונחות.

מהלך הפעילות:

פתיחה: הסיפור של שרוליק: נספר לילדים סיפור מרתק: "שרוליק לוקח את התיק והולך בבוקר לגן. הוא מנגן לעצמו שיר עליז. פתאום, אויה! שרוליק נופל ומקבל מכה חזקה בברך!" נעצור ושאל את הילדים: מה שרוליק מרגיש עכשיו? נמשיך: "אחר כך, בהפסקת האוכל, שרוליק פותח את התיק ומגלה שאמא שמה לו היום את המעדן שהוא הכי אוהב!" נעצור ושאל: ומה שרוליק מרגיש עכשיו? נמשיך: "בצהריים, שרוליק בנה מגדל ענקי מלגו, אבל חבר שעבר שם בטעות נתקל במגדל והכל נפל והתפזר על הרצפה." נעצור ושאל: מה שרוליק מרגיש עכשיו?

פעילות חווייתית מרכזית

חלק א': "מנחשים את ההרגשה":

נזמין בכל פעם 2-3 ילדים וננחה אותם להציג בפני הקבוצה סצנה קצרה בלי מילים **לדוגמא:**

- ילד מחפש את התיק שלו ולא מוצא.
 - ילד מקבל סוכרייה.
 - ילד נופל ומקבל מכה
 - ילד מצייר ציור יפה ומחמיאים לו עליו
- שאר הילדים צריכים להביט היטב ולנחש: מה יכול להיות שהילדים האלו מרגישים בסיטואציה הזאת?
- לאחר כל הצגה נשאל:
- מה גרם לכם לחשוב שהוא עצוב?
 - מה ראיתם בפנים שלו?



- מה הוא עשה עם הגוף שלו?
- איזה רמז עזר לכם להבין?

לדוגמה:

- "הוא הסתכל למטה."
- "הכתפיים שלו היו שמוטות."
- "הוא חיך."
- "הוא קפץ מרוב שמחה."

כך הילדים לומדים שרגשות אפשר לזהות דרך סימנים ולא רק לנחש.

חלק ב', "מה עובר לו בראש?"

אחרי שהילדים זיהו את הרגש, נשאל:

"אם הייתם נכנסים לראש של הילד בסיפור, מה לדעתכם הוא היה חושב עכשיו?"

לדוגמה:

ילד איבד את התיק:

- "אוי לא, איפה הוא?"
- "אולי מישהו לקח אותו?"
- "אני מקווה שאמצא אותו."

ילד קיבל מחמאה:

- "איזה כיף שהצליח לי!"
- "שמו לב למה שעשיתי!"

כך הילדים מתרגלים להבין לא רק את הרגש של החבר אלא גם את המחשבות שעומדות מאחוריו.

הרחבה לבוגרים:

נבקש מהילדים הגדולים להציע פתרון: אם ניחשנו שהחבר בסצנה מרגיש עצוב כי הוא איבד משהו, מה אנחנו יכולים להגיד לו או לעשות כדי לעזור לו?

סיום: נמחה כפיים לכל המציגים והמנחשים, ונשבח את הילדים על כך שהם יודעים להביט בחבר ולהבין מה עובר עליו בלב.



שבוע 4 | יום ה'

יד ליד

מטרות:

- מעבר מהבנת הרגש של השני לעשייה אקטיבית ועזרה.
- חיזוק ערך הנתינה וההתחשבות בחבר.

מהלך הפעילות:

פתיחה: תיאטרון בובות: נציג לילדים הצגה קצרה עם שתי בובות. הבובה "דובי" חווה קושי: הוא מנסה לפתוח את הקופסה של הצבעים, הקופסה נפתחת בבת אחת וכל הצבעים עפים על הרצפה. דובי מתחיל לבכות.

נעצור ברגע הקושי ונשאל את הילדים: מה דובי מרגיש עכשיו כשקרה לו משהו לא נעים? נלמד את הילדים לפעול לפי שני שלבים בעזרת דקלום קצר וקולע, ונבקש מהם לחזור אחריו:

"שלב ראשון – בלב חושבים: מה החבר מרגיש בפנים?

שלב שני – פועלים: לחבר שלנו מיד עוזרים!"

נשאל את הילדים: לפי שני השלבים, מה אנחנו יכולים לעשות עכשיו כדי לעזור לדובי? (הילדים יציעו לעזור לו לאסוף)

נמשיך בהצגה: כל החברים נוטלים ידיים לפני ארוחת בוקר, דובי פותח את התיק ומגלה ששכח את הלחם בבית.

נעצור ונשאל את הילדים: מה דובי מרגיש עכשיו כשקרה לו משהו לא נעים? נחזור על הדקלום: **"שלב ראשון – בלב חושבים: מה החבר מרגיש בפנים? שלב שני – פועלים: לחבר שלנו מיד עוזרים!"**

נשאל את הילדים: לפי שני השלבים, מה אנחנו יכולים לעשות עכשיו כדי לעזור לדובי? (לספר למורה, לכבד אותו מהאוכל שלנו)



פעילות חווייתית מרכזית מתרגלים שותפות:

נציג לילדים 2-3 סיטואציות שבהן הם צריכים לפעול לפי שני השלבים שלמדנו בדקלום:

סיטואציה 1:

חבר יושב בצד בגינה ומחזיק את הרגל שלו כי הוא קיבל מכה.

שלב א' - נשאל: מה החבר מרגיש? (כואב לו והוא ועצוב).

שלב ב' - נשאל: איך אפשר לעזור לו? (ניגש, נשאל לשלומו).

סיטואציה 2:

ילד חדש הגיע היום לצהרון והוא עומד לבד ליד הקיר ולא מכיר אף אחד.

שלב א' - נשאל: מה החבר מרגיש? (הוא מתבייש)

שלב ב' - נשאל: איך אפשר לעזור לו? (נדבר איתו ונזמין אותו לשחק)

סיטואציה 3:

ילד חוזר הביתה ומראה לאח שלו ממתק שקיבל ביום הולדת בגן.

שלב א' - נשאל: מה האח מרגיש? (הוא מקנא)

שלב ב' - נשאל: איך אפשר לעזור לו? (נכבד אותו בממתק)

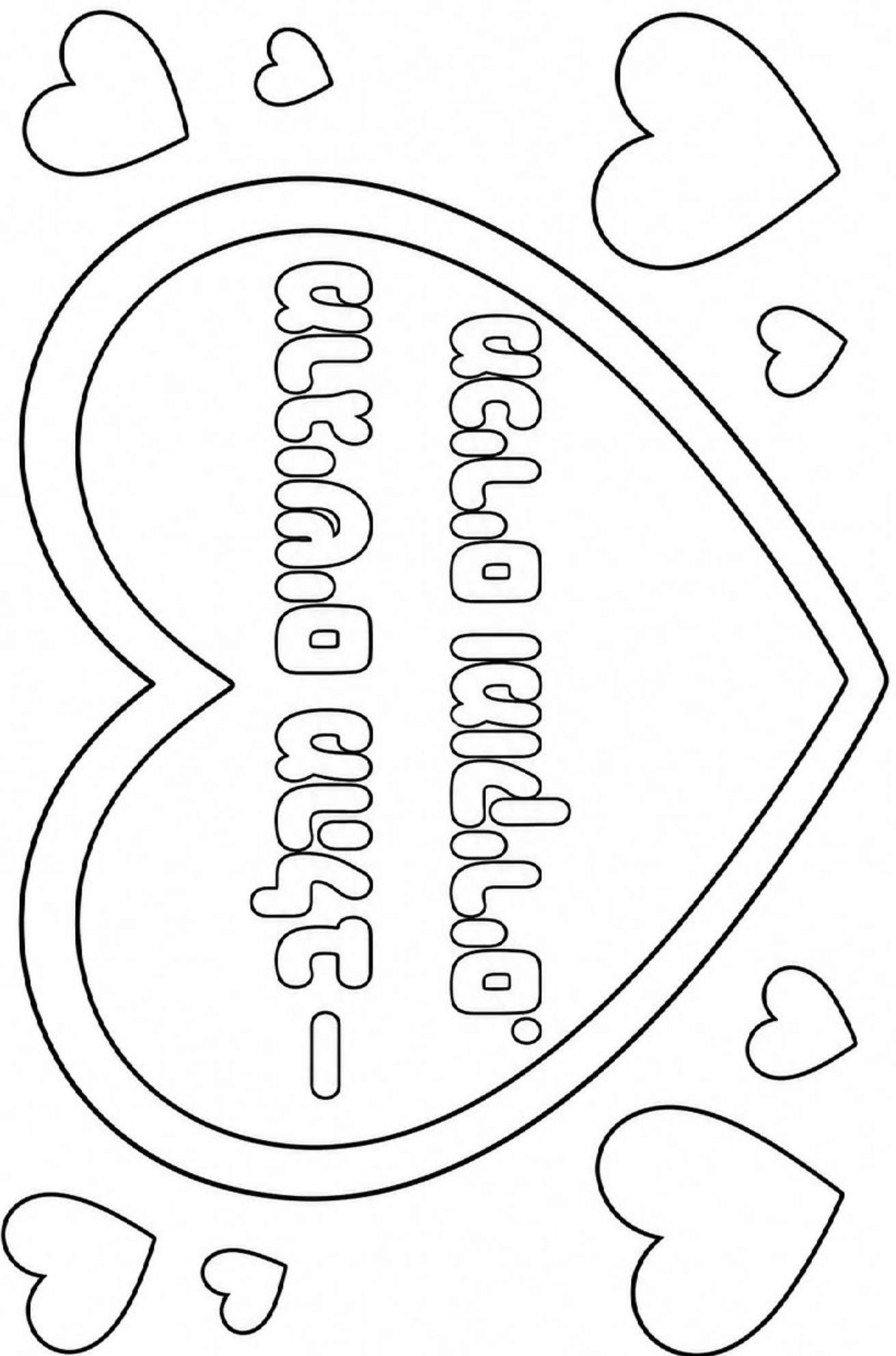
הרחבה לבוגרים:

נבקש מהילדים הבוגרים לחשוב על מעשה טוב אמיתי שהם יכולים לעשות כבר היום בבית כדי לשמח את הזולת.

סיום: "מרגישים מהלב": נחלק לכל ילד דף גזור בצורת לב יפה (מהנספח). הילדים צובעים את הלב ומקשטים אותו בהרבה מדבקות צבעוניות. כל ילד לוקח את הלב המקושט שלו הביתה, כדי להראות להורים כמה למדנו השבוע להכיר את עצמנו, להוקיר ולשמח את החברים שלנו!



అలరింపు అలరింపు
- అలరింపు అలరింపు -



אביזרים נדרשים:

שבוע 1

- כדור
- משחק שאפשר לבנות ממנו מסלול (כמו קפלות)
- כרטיסי מספרים (משחק מלחמה)
- קופסה מקושטת עם מראה קטנה המודבקת בתחתית הקופסה (בפנים)
- חישוק מקושט
- כדורים קטנים כמספר הילדים
- עיתונים, קטלוגים
- מספרים
- דבק
- מספר אביזרים לתחנות הצלחה (כמו שרוכים להשחלה, כפתורים גדולים, קוביות לבניית מגדל)
- צבעי ידיים
- דפים לבנים
- מגבונים לחים לניקוי הידיים

שבוע 2

- קופסת קורנפלקס מוכרת, שבתוכה יש חפץ מפתיע ושונה לחלוטין (כמו בובה או מכונית)
- חפצים קטנים נוספים (כמו מגבון או צבע) להחבאה מאחורי השולחן
- חפצים קטנים להחבאה בתוך הידיים של הילדים, כך שיוכלו להסתיר את החפץ שבידיהם
- קופסה אטומה וסגורה ("קופסת ההפתעות") ובתוכה חפץ או משחק מהצהרון.
- כתרי נייר פשוטים
- כדור
- צבעים



שבוע 3

- עפרונות כמספר הילדים
- צבעים
- כדור משחק רך
- מקל קצר

שבוע 4

- קפלות
- דפים וצבעים
- משחקי ריצפה שונים
- שמיכה רכה
- קערות עם החומרים הבאים: קמח, מלח, סבון נוזלי, אבקת כביסה, מים, אבני חצץ או חול מהחצר.
- חישוק ירוק וחישוק אדום
- 2 בובות כפפה לתיאטרון בובות (או בובות רגילות)
- צבעים
- מדבקות עיטור יפות.
- ספרים
- קפלות
- דפים
- משחקי ריצפה





דרך ארץ קדמה לתורה

כבוד

לדברים טובים
לדברים נכבדים

אחריות

לדברים טובים
לדברים נכבדים
לדברים אחרים