



תת נושא 1: הכרת המושג ייצוג עצמי ופיתוח מיומנויות וכישורים לייצוג עצמי

פירוט תת הנושא ודיוקו:

גילוי עצמי והכרות עם עצמי - הכרות של היחיד עם מגוון המאפיינים, עמדות, רצונות, תחומי עניין, צרכים ורצונות שלו וחשיבות ייצוגם מול הסביבה במגוון מצבי חיים. היכולת לייצג את עצמי, רעיונותי, העדפותי ורצונותי באופן מותאם.

מטרות:

1. התלמידים יכירו את עצמם: מאפייניהם, תחומי העניין שלהם, העדפותיהם, רצונותיהם ועמדותיהם.
2. התלמידים ירכשו ידע אודות המגבלה שלהם וצרכיהם הייחודיים.
3. התלמידים יבינו את חשיבות ומשמעות היכולת לייצוג עצמי במגוון מצבי חיים.
4. התלמידים יפעלו לייצג את עצמם, לקידום ומימוש רצונותיהם וצרכיהם.

לשם פיתוח התנהלות אוטונומית והשתלבות מיטבית בחברה ולשם קידום איכות החיים.



רכיבי התכנית	יעדים	פירוט מושגים, תיאור
ידע	- הכרת המושגים עצמאות, תלות ואוטונומיה והבחנה ביניהם. - הכרת מושגים הקשורים לייצוג עצמי. - רכישה והעמקת ידע אודות האפיון והמגבלה והמשמעויות שלה. - הכרת המושגים חלומות, שאיפות והמשמעות שלהם כחלק מתמונת עתיד.	צרכים, רצונות, העדפות, בחירה, קבלת החלטות, הבעה עצמית, סגנון אישי, ייצוג עצמי, מטרות, יעדים
מודעות עצמית	- הכרת מאפיינים אישיים. - הכרות ומודעות למוגבלות, משמעותיה והשלכותיה האישיות והייחודיות. - פיתוח מודעות לזכות לבחור ולקבל החלטות באופן מותאם במגוון מצבי חיים. - הכרת ערך פעולות הייצוג עצמי עבור הפרט.	- שם מלא, גיל, מראה (גובה, צבע עיניים/שיער, דמיון ל...), מגדר, מקום מגורים, מקום לימודים, תכונות אופי, תחומי עניין, חוזקות/אתגרים, העדפות, רצונות ועמדות, חסמים ומאפשרים. - יתרונות וחסרונות, תחושות ורגשות בעת ולאחר פעולות ייצוג עצמי
מיומנויות	- רכישת אסטרטגיות מקדמות מיומנויות ייצוג עצמי ויישומן. - ביצוע פעולות ייצוג עצמי במגוון מצבים וסביבות בחיי היום יום. - פעולה למימוש רצונות וצרכים אישיים, ולמימוש זכות הבחירה וקבלת החלטות במגוון מצבים וסביבות חיים. - פניה מותאמת לעזרה בעת הצורך.	- מודל יואן, מודל פתרת"י - סביבת בית הספר, בית, מרחבים קהילתיים, מול דמויות סמכות, בין חברים, משפחה. - הבעת רצון, הבעת מחאה, בניית טיעון-הסבר, קבלת החלטות, בחירה, שימוש באמצעים מילוליים/בלתי מילוליים, תת"ח - למי פונים? מתי פונים? איך פונים?



• התייחסות לשאיפות, חלומות, תקוות, תמונת עתיד קרובה/רחוקה, רגשות • אישיים, קבוצתיים, כיתתיים	• יצירת תמונת עתיד. • הצבת מטרות ויעדים	
--	---	--