



# המאגר הלאומי לשיעורי חברה

תכנית עבודה תש"ף-תשפ"ב  
לשכבות ז'-י"ב

אגף תכנים, תוכניות, הכשרה והשתלמויות

# המאגר הלאומי לשעת מחנך

צירי שעת המחנך לכיתות ז' עד י"ב

זהות ושייכות

מעורבות, שותפות ואחריות

הכיתה כקבוצה חברתית

מחויבות למדינת ישראל

אורח חיים דמוקרטי

מנהיגות

לקראת בגרות בעולם משתנה

# המאגר הלאומי לשעת מחנך

בהלימה למטרות חזון החמ"ד

בין אדם לעצמו

בין אדם לאלוקיו

בין אדם לזולתו

בין אדם לעמו

בין אדם לארצו ולמדינתו



אגף תכנים, תוכניות,  
הכשרה והשתלמויות

## נושא: מנהיגות בין אדם לעצמו



משרד החינוך

יחידת שיעור חינוך לכיתה ח' בנושא:  
פנאי משמעותי כמזמן התפתחות אישית וחברתית



" החופש האנושי הוא  
הביטוי הכי נאצל של  
הרוחניות של האדם "

הרב רפי פוירשטיין



# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

2

חומרי עזר



מיומנויות



ערכים



פרקטיקות



חומרי הוראה



מקורות



בין תחומי



נתונים

1

מבוא למורה

פתיחה

גוף - מהלך

סיכום

שיעור 3

שיעור 2

שיעור 1

3

ציר: מנהיגות

ידע, מיומנויות וערכים

נושא היחידה: פנאי משמעותי  
כמזמן התפתחות אישית וחברתית  
יחידת שיעור חינוך לכיתה ח'

ערכים



- אהבת דעת וחדוות למידה
- צדק חברתי וערכות הדדית

מיומנויות



**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות דיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית  
**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

ביחידה נברר מהו פנאי ומהו פנאי משמעותי. נתבונן בסיפורי הצלחה בניצול פנאי, נברר ונבחן דפוסי פנאי בקרב בני נוער ונעודדם לרתימת חזקותיהם להתפתחות אישית וחברתית. נתמקד בסדרי עדיפויות, בשילוב עשייה חברתית ובפיתוח יכולת ליצור תרבות פנאי איכותית.

**היחידה מחולקת ל-3 שיעורים:**

- שיעור 1 - מהו פנאי
- שיעור 2 - חלוקת הפנאי
- שיעור 3 - פנאי פלוס

4

מטרות ושיקולים לבחירה

- פיתוח תרבות פנאי משמעותי בקרב בני נוער.
- עידוד לניצול הפנאי לעשייה אישית וחברתית.

פרקטיקות

- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית



# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## מהו פנאי

### שיעור 1

מהו פנאי?

מהו פנאי משמעותי?

כיצד אפשר לרתום את הפנאי להתמודדות עם אתגרים?

מהו פנאי? הפנאי הוא פרק הזמן שאדם יכול להקדיש לעיסוקים החביבים עליו, שאינם צורך חיוני, אך בהחלט עשויים למלא צרכים אחרים, למשל: צורך רוחני.

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

צפייה בסרטון: פוחת הדור? הנערים שמתנדבים בחופש

תקציר: הסרטון מתאר בני נוער רבים אשר מנצלים את הזמן הפנוי להתנדבות בקהילה – בעיקר סיוע לקשישים ולנזקקים. הם עושים זאת בלי לוותר על בריכה ועל שאר בילויים.

### שאלות לדיון

- מה אתם עושים בשעות הפנאי שלכם?
- האם גם אתם מנצלים חלק מזמן הפנוי להתנדבות? ספרו.



מיומנויות



ערכים



פרקטיקות

קוגניטיביות: חשיבה ביקורתית, חשיבה

יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית

תוך אישיות: מודעות עצמית, הכוונה

עצמית

בין אישיות: מודעות חברתית, התנהלות

חברתית

• אהבת דעת וחדוות למידה

• כבוד האדם והמשפחה

• צדק חברתי וערבות הדדית

• למידה מהצלחות ככלי מעצים

• למידה באמצעות משחק

• ביצועי הבנה

• פיתוח נקודות מבט מגוונות

• עידוד מעורבות חברתית





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## מהו פנאי

## שיעור 1

**תקציר:** פנאי הוא משאב יקר, בכוחנו לנצלו להתפתחות אישית ולהתמודדות עם אתגרים. בשיעור זה, נבחן באמצעות "מפתח הפנאי" את האפשרויות לניצול שעות הפנאי בצורה מיטבית ומשמעותית.

### מהלך הפעילות

- נחלק את הכיתה לקבוצות בנות שלושה משתתפים.
- כל משתתף יספר על מקרה שבו ניצל זמן פנוי לטובת הכלל. לדוגמה: התנדבות, עזרה בבית עם האחים, חונכות ועוד.
- כל משתתף יכתוב על המפתח מה גרם לו לפנות את זמנו הפנוי לטובת האחר (מה היה המפתח).

### דף פעילות – מפתח לפנאי משמעותי

**במליאה –** נרכז על הלוח את "מפתחות הפנאי" לניצול זמן משמעותי כפי שעלו מן הסיפורים בקבוצות.

### שאלות לדיון במליאה

- עם אלו מפתחות מבין המפתחות שמסייעים לנו בניצול זמן פנוי איכותי הכי הזדהיתם?
- אלו רעיונות חדשים קיבלתם מהפעילות לשימוש בשעות הפנאי שלכם?

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה

יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית

**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה

עצמית

**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות

חברתית



מיומנויות



ערכים



פרקטיקות

• למידה מהצלחות ככלי מעצים

• למידה באמצעות משחק

• ביצועי הבנה

• פיתוח נקודות מבט מגוונות

• עידוד מעורבות חברתית



## תיאור המשימה:

- בסבב, כל אחד מספר על המפתח שלו.
- השניים האחרים מקשיבים וכותבים על צידו השני של המפתח בנקודות:
- מה עזר למספר **לנצל את הפנאי** בהצלחה?
- מה גרם למספר לנצל את הזמן הפנוי שלו לטובת האחר? המקשיבים משקפים למספר את מה ששמעו.





מה שמעתי?

---

---

---

---

---

---

---

---





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## מהו פנאי (סיכום)

## שיעור 1

בשיעור זה, למדנו מהו פנאי ומהו פנאי משמעותי.  
נחשפנו לסיפורים אישיים של חברים לכיתה, קיבלנו רעיונות ומצאנו מפתחות לניצול שעות הפנאי בצורה משמעותית למען הכלל.

"הזמן הזה, כמו כל הזמנים, הוא זמן טוב אם רק נדע מה לעשות בו"  
(ראלף ואלדו אמרסון)

כעת, ניצור קולאז' מהמפתחות ונתלה אותו בכיתה.

### לסיכום השיעור, שאלה למחשבה

- התבוננו בקולאז' וחשבו איזה מפתח לפנאי משמעותי הייתם מאמצים.

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

מיומנויות



ערכים



פרקטיקות



**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית

**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

- אהבת דעת וחדוות למידה
- כבוד האדם והמשפחה
- צדק חברתי וערבות הדדית

- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## חלוקת הפנאי

## שיעור 2

כשאנחנו חושבים על ניהול שעות הפנאי, האסוציאציות הראשונות שעולות הן מילוי טבלאות וחשובי שעות. אך ניהול פנאי נכון מתחיל הרבה קודם. הוא מתחיל בתכנון נכון של תהליכים לטווח ארוך, בצפייה של בעיות העולות לצוץ ובמניעתן, בהשקעה בפיתוח אישי ובפיתוח הסביבה. (סטיבן קובי)

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

### סרטון – סוכריות הג'לי

**תקציר:** הסרטון ממחיש את ערכו הרב של הזמן, את העובדה שאי אפשר להשיבו ואת הצורך בתכנונו בצורה יעילה ונכונה בעזרת סוכריות ג'לי. כן הסרטון מציג את ניצול שעות הפנאי שלנו למען עשייה חברתית.

### שאלות לדיון

- על פי הסרטון, כמה מהזמן הפנוי שלך היית רוצה לכוון לעשייה חברתית?
- כיצד תפנה מזמנך הפנוי לצורך עשייה זו?



**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמי.

**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

- אהבת דעת וחדוות למידה
- כבוד האדם והמשפחה
- צדק חברתי וערכות הדדיות

- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## חלוקת הפנאי

### שיעור 2

#### הדגמה של משל האבנים הגדולות

**משל האבנים** ממחיש את החשיבות שיש בניהול הפנאי באמצעות בחינת סדרי עדיפויות ומתן עדיפות לדברים החשובים בחיינו.

#### מהלך הפעילות

הקרנת **סרטון** משל האבנים **או** הדגמתו בכיתה על ידי המורה:

**חומרים:** □ מכל שקוף □ אבנים □ חצץ □ חול □ מים (יש להחביא את החומרים מעיני התלמידים טרם השימוש בכל אחד מהם).

נספר את **משל האבנים** הגדולות ונדגים לתלמידים על פי הנחיות אלה:

1. ניקח מכל זכוכית גדול ונניח על השולחן בפני התלמידים.
2. ניקח כתריסר אבנים, כל אחת בגודל של כדור טניס.
3. נניח בעדינות אחת אחת בתוך המכל.

4. כאשר המכל יתמלא לגמרי ולא יהיה אפשר להוסיף עוד אבן אחת, נשאל את התלמידים: **האם המכל מלא?**

4. כעת נשפוך אבני חצץ מעל האבנים וננער מעט את המכל (אבני החצץ יסתננו בין האבנים הגדולות וירדו לתחתית המכל). נשאל את התלמידים: **האם המכל מלא?**

6. נשפוך סיר מלא חול לתוך המכל ונשאל את התלמידים: **האם המכל מלא?**

7. כעת נשפוך מים לתוך המכל.

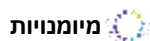
#### שאלות לדיון

- מה לדעתכם המסר העיקרי בהדגמה שערכנו?
- מהן האבנים הגדולות בחייכם? מהו החצץ? החול? המים?
- לאחר שנחשפתם לניסוי, ספרו על דבר אחד שתשנו בניהול הפנאי שלכם.

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום



**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה

יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית

**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה

עצמית

**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות

חברתית

• אהבת דעת וחדוות למידה

• כבוד האדם והמשפחה

• צדק חברתי וערבות הדדית

• למידה מהצלחות ככלי מעצים

• למידה באמצעות משחק

• ביצועי הבנה

• פיתוח נקודות מבט מגוונות

• עידוד מעורבות חברתית





## נספח – משל האבנים הגדולות

מרצה זקן בבית הספר למנהל ציבורי בארה"ב החזמן יום אחד לשאת הרצאה בנושא "תכנון זמן יעיל" בפני קבוצה של 15 מנהלים בכירים בחברות הגדולות ביותר בארה"ב.

ההרצאה הייתה אחת מתוך חמש הרצאות ביום העיון שאורגן למנהלים. למרצה ניתנה שעה אחת "להעביר את החומר". המרצה הזקן עמד לפני קבוצת אליטה זו, שהייתה מוכנה לרשום כל מילה שתצא מפיו, העביר את מבטו עליהם באיטיות ולאחר מכן אמר: "אנו עומדים לערוך ניסוי".

מתחת לשולחן שהפריד בינו לבין מאזיניו הוציא המרצה מכל זכוכית גדול והניחו בעדינות לפניו. לאחר מכן הוציא מתחת לשולחן כתריסר אבנים, כל אחת בגודל של כדור טניס, והניחן בעדינות, אחת אחת, בתוך המכל.

כאשר התמלא המכל לגמרי ולא היה אפשר להוסיף עוד אבן אחת, הרים המרצה את מבטו באיטיות ושאל: "האם המכל מלא?" כולם השיבו "אכן". המרצה המתין שניות מספר ושאל: "האומנם?" ואז התכופף שוב והוציא מתחת לשולחן כלי מלא אבני חצץ. בקפדנות שפך את החצץ מעל האבנים וניער מעט את המכל. אבני החצץ הסתננו בין האבנים הגדולות וירדו לתחתית המכל. שוב הרים המרצה הזקן את מבטו ושאל את הקהל: "האם המכל מלא?"

עתה החלו מאזיניו המבריקים להבין את כוונתו. אחד מהם השיב "כנראה שלא". "נכון", השיב המרצה הזקן. חזר והתכופף והפעם הוציא מתחת לשולחן סיר מלא חול. בתשומת לב שפך את החול אל תוך המכל. החול מילא את החלל שבין האבנים הגדולות ובין החצץ. פעם נוספת שאל המרצה את תלמידיו: "האם המכל מלא?" הפעם, ללא היסוס ובמקהלה, השיבו התלמידים המוחננים: "לא!"

"נכון", השיב להם המרצה הזקן. וכפי שציפו תלמידיו רבי העוצמה והיוקרה, הוא נטל כד מים שעמד על השולחן ומילא את המכל עד שפתו מים. המרצה הזקן הרים את מבטו אל הקהל ושאל: "איזו אמת גדולה אנו יכולים ללמוד מניסוי זה?" בחשבו על נושא ההרצאה, השיב אחד הנועזים והזריזים שבין מאזיניו: "אנו למדים שככל שנראה לנו שהיומן שלנו גדוש ומלא התחייבויות, אם באמת מתאמצים תמיד אפשר להוסיף עוד משימות ומטלות". "לא", השיב המרצה הזקן. "לא זה. האמת הגדולה שמוכיח לנו הניסוי היא זו: **אם לא מכניסים למכל קודם כול את האבנים הגדולות, לעולם לא נוכל להכניס אותן אחר כך.**"

מה עמוקה השתררה באולם, כאשר כל אחד מנסה לתפוס את מלוא המשמעות של דברי המרצה.





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## חלוקת הפנאי – סיכום

### שיעור 2

בשיעור זה, בחנו את סדרי העדיפויות שלנו בניהול שעות הפנאי וביררנו מה הן "האבנים הגדולות" (הדברים המשמעותיים) בחיינו. הבנו כי יש לנו היכולת "להנהיג את הפנאי שלנו" ואף למצוא זמן משותף לנו לחברינו לפעילויות פנאי משמעותיות. מצאנו כי יש ביכולתנו לשלב עשייה חברתית בשעות הפנאי שלנו ולפעול למענה הלכה למעשה.

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

"היו שימושיים. בין אתם דואגים להיות זמינים לחבר או לעמית, בין אתם מקדישים זמן בכל חודש להתנדבות, אין דבר הקוצר תחושת העצמה יותר מאשר לתת שירות לאדם שזקוק לכך." (ג'ליאן אנדרסון)

**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית



**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

- אהבת דעת וחדוות למידה
- כבוד האדם והמשפחה
- צדק חברתי וערבות הדדית



- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית



### שאלה למחשבה

- איזה תוכן חדש הייתם רוצים לשלב בשעות הפנאי שלכם?





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## פנאי פלוס

### שיעור 3

בחינת דפוסי פנאי אישיים וחברתיים בקרב התלמידים.

#### מנהיגים את הפנאי

"צריך לעשות שימוש חכם בזמן הפנאי. זמן שנתון לבחירה חופשית, למנהיגות אישית ולמימוש עצמי. זמן, שאם "צריך" לעשות בו משהו - זה מפני שבחרים בו (מוסף כלכליסט, 2014)."

פתיחה

מהלך הפעילות: נתחיל את השיעור בסקר קצר

שימוש במנטימטר המנטימטר הוא כלי מקוון להפעלת התלמידים במהלך השיעור. הסבר קצר ופשוט על שימוש במנטימטר - נבחר באופציה של סקר ונבקש מכל תלמיד לבחור במשפט אחד שמאפיין אותו - כך זה יראה בכיתה לאחר תשובות התלמידים.

גוף – מהלך

**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית  
**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית



- אהבת דעת וחדוות למידה
- כבוד האדם והמשפחה
- צדק חברתי וערכות הדדיות



- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית

אם אין אפשרות לשימוש בכלי דיגיטלי, נניח על הרצפה שני שלטים גדולים ונבקש מכל תלמיד לעמוד ליד השלט המאפיין אותו:

1. אל תדחה למחר את מה שאתה יכול לדחות למחרתיים.
2. אל תדחה למחר פן יהיה מאוחר.

סיכום

#### שאלות לדיון במליאה

- הסבירו את העמדה שתפסתם. הדגימו.
- מה היתרונות ומה החסרונות שבכל אפשרות?
- האם זמן פנאי הוא בחירה? אם כן, מה עדיף, להיות ספונטני או לתכנן את הפנאי?



75%



אל תדחה למחר  
את מה שאתה יכול  
לדחות למחרתיים.

25%



אל תדחה למחר  
פן יהיה מאוחר

משפט א

משפט ב





**אל תדחה למחר את מה שאתה יכול לדחות למחרתיים**

**אל תדחה למחר פן יהיה מאוחר**





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## פנאי פלוס

### שיעור 3

בשיעור זה, נעלה מדרגה ונבדוק אפשרות לשיתוף פעולה בין תלמידים לצורך יצירת פעולות פנאי משותפות.  
נחשוב על מענה משותף לשאלה מתי כדאי להיות מתוכננים ומתי יש מקום לספונטניות.

**משחק Let's Talk – תקציר:** המשחק פופולרי ומוכר בקרב בני נוער. באמצעות המשחק, התלמידים יבחנו פעילויות שונות שהם נוהגים לעשות בזמנם הפנוי וישתפו בכך.

**מהלך המשחק:** בכל משחק עד חמישה משתתפים. כל משתתף מקבל ארבעה קלפים שעליהם כתוב "אמת" וארבעה קלפים שעליהם כתוב "שקר". במרכז כרטיסיות שאלות (מספר השאלות כמספר המשתתפים בקבוצה).

### שאלות לדיון במליאה

- מה משותף ביניכם בשעות הפנאי שלכם? מה שונה?
- האם גיליתם בקרב החברים בכיתה פעולות פנאי אשר יכולות לתרום לפעולות הפנאי שלכם או להשלים אותן? מה הן וכיצד הן משלימות? (למשל: לנגן על כלי נגינה שונים).
- בעקבות פעילות זו, מתי לדעתכם יש לתכנן את הזמן ומתי יש מקום לספונטניות?



מיומנויות



ערכים



פרקטיקות

**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית  
**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית  
**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

- אהבת דעת וחדוות למידה
- כבוד האדם והמשפחה
- צדק חברתי וערכות הדדיות

- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית

[פתיחה](#)

גוף – מהלך

סיכום



שקר

אמת

## הוראות המשחק

בסבב, כל משתתף מרים כרטיסיית שאלה מבנק השאלות ועונה עליה. הוא בוחר אם לתת תשובה אמיתית או לשקר. האחרים בקבוצה מתבקשים לנחש אם הוא דובר אמת או שקר ולהניח את קלף הניחוש שבחרו על השולחן כשפניו כלפי מטה. המשתתף שסיפר מגלה לחבריו אם תשובתו הייתה אמת או שקר, ושאר המשתתפים חושפים את תשובותיהם, המספר לוקח את הקלפים של אלו שטעו בניחוש (אם לאחד המתמודדים נגמרו קלפים מאחד הסוגים אין לו ברירה אלא לשים קלף מהסוג שנשאר לו ובכך קטן הסיכוי שלו לקלוע בניחוש).  
**המנצח:** המשתתף שצבר הכי הרבה קלפים.



## כרטיסיות (מספר הכרטיסיות כמספר המשתתפים בקבוצה – שאלה לכל משתתף)

ספר על אחד  
התחביבים שלך  
בשעות הפנאי.  
למה בחרת בו?

לאיזו עשייה  
היית רוצה  
להתפנות עד  
סוף שנת  
הלימודים?

מה הדבר הראשון  
שאתה עושה  
כשאתה מגיע  
הביתה בסיום יום  
הלימודים?

מה אתה עושה  
למען הקהילה  
או החברה  
בשעות הפנאי  
שלך?

כמה זמן אתה  
עוסק בפעילות  
מסכים? האם  
היית רוצה  
לצמצם אותה?  
פרט.

ציין:  
- פעילות אחת  
מתוכננת במהלך  
היום.  
- דבר אחד ספונטני  
במהלך היום או  
השבוע?





# תיק תכניות לימודים - יחידות הוראה

## פנאי פלוס – סיכום

### שיעור 3

בשיעור זה, בחנו את דפוסי הפנאי האישיים והחברתיים שלנו. ביררנו את חלוקת הפנאי שלנו, עמדנו על המשותף ועל הייחודי לנו. בדקנו אפשרויות לשיתוף פעולה בפעולות פנאי אשר יכולות לתרום לפעולות שלנו ולהשלימן. מצאנו כי לעיתים אנו חייבים להיות מתוכננים, אך יש מקום גם לספונטניות.

פתיחה

גוף – מהלך

סיכום

**משימה קצרה לסיכום השיעור**

בחרו בתחום אחד מן התחומים המפורטים וכתבו לעצמכם בקצרה (אפשר גם "בפתק" בנייד):

- עיסוק שאני חולם לעסוק בו אך לא התפניתי לכך עד עכשיו.
- עיסוק שאני פעיל וטוב בו ומעוניין להתפתח ולהעמיק בו (חוג וכד').
- עיסוק שיסייע לי לקדם את היעדים שלי (עבודה בשכר, חוג וכד').
- עיסוק שיש בו משמעות שהייתי מעניק למשפחתי, לחברי לכיתה, לבית הספר, לקהילה שבה אני חי או לחברה כולה (התנדבות וכד').

**קוגניטיביות:** חשיבה ביקורתית, חשיבה יצירתית, אוריינות שפתית ודיגיטלית

**תוך אישיות:** מודעות עצמית, הכוונה עצמית

**בין אישיות:** מודעות חברתית, התנהלות חברתית

 מיומנויות

 ערכים

 פרקטיקות

- למידה מהצלחות ככלי מעצים
- למידה באמצעות משחק
- ביצועי הבנה
- פיתוח נקודות מבט מגוונות
- עידוד מעורבות חברתית



# מיומנויות הבוגר 2030

| סוג המיומנויות            | #  | כותרות                |
|---------------------------|----|-----------------------|
| אוריינות שפתית            | 1  | מיומנויות קוגניטיביות |
| אוריינות מתמטית           | 2  |                       |
| אוריינות מדעית            | 3  |                       |
| חשיבה ביקורתית            | 4  |                       |
| חשיבה יצירתית             | 5  |                       |
| אוריינות דיגיטלית         | 6  |                       |
| מודעות עצמית              | 7  | מיומנויות תוך אישיות  |
| הכוונה עצמית              | 8  |                       |
| מודעות חברתית             | 9  | מיומנויות בין אישיות  |
| התנהלות חברתית            | 10 |                       |
| אוריינות גלובלית          | 11 |                       |
| אוריינות גופנית ובריאותית | 12 | מיומנויות גופניות     |



# ערכים

| פירוט                                                                                                                                        | הערכים                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| 1. עידוד הסקרנות והעניין<br>2. שאיפה למצוינות ולמיצוי יכולות<br>3. מחשבה עצמאית ויחמה                                                        | אהבת דעת וחדוות למידה                             |
| 1. הכרת ערכים יהודיים ודמוקרטיים ומחויבות להם<br>2. כיבוד סמלי המדינה ושמירת החוק<br>3. שירות משמעותי<br>4. השתתפות בתהליכים דמוקרטיים בחברה | מחויבות לערכי מדינת ישראל כמדינה יהודית ודמוקרטית |
| 1. מחויבות לערכי המורשת והתרבות הייחודיים לכל קבוצה<br>2. הכרה מכבדת של תרבויות ושל מורשות אחרות במדינה                                      | כיבוד ערכי המורשת והתרבות במדינת ישראל            |
| 1. כבוד לאדם, לזכויותיו, לתרבותו, להשקפותיו ולחירויות היסוד<br>2. שמירה על קדושת החיים<br>3. כיבוד ההורים והמעגל המשפחתי                     | כבוד האדם והמשפחה                                 |
| 1. סולידריות ועזרה לזולת<br>2. מעורבות חברתית ואזרחית<br>3. מחויבות לטבע וקידום צדק סביבתי                                                   | צדק חברתי וערכות הדדיות                           |



# ידע – מהו פנאי

מהו פנאי? הפנאי הוא פרק הזמן שאדם יכול להקדיש לעיסוקים החביבים עליו, שאינם צורך חיוני, אך בהחלט עשויים למלא צרכים אחרים, למשל: צורך רוחני. (מיכאל תבור - מט"ח)

פעילויות פנאי תורמות להתפתחות ילדים ובני נוער, כיוון שהן מספקות הזדמנות לפתח כישורים חדשים, ליצור יחסים חברתיים, להתנסות בזהויות חדשות במהלך ההתבגרות, להגיע להגדרה עצמית. (Kleiber & Kirshnit).

בני נוער שאת זמנם הפנוי מבליים בעיקר לבדם מרגישים "לא מאושרים". לעומתם, מי שבשעות הפנאי שלו מרבים בפעילויות פנאי שונות ומגוונות, הם אלה המרגישים "מאושרים מאוד" (כהן ורומי, 2015).

תרבות הפנאי וחיבתו עוברת שינויים תפיסתיים וערכיים בשנים האחרונות. כך, ניכרת ירידה בחשיבות של הצרכים הקולקטיביים ובהקדשת הזמן לטובת הכלל. ברור גם, שהנגישות לפעילויות הפנאי תלויה בתקצוב, זמינות ופרסום. היא קשורה לתנאים הכלכליים ולמקום המגורים של הנער או הנערה (כהן ורומי, 2015).

פנאי משמעותי הוא שפעילויות הפנאי תורמות להתפתחות אישית, מקדמות אוטונומיה והגדרה עצמית, מעודדות תחושת עצמאות ותורמות לבריאות הגופנית והנפשית של האדם וליחסים חברתיים תקינים (Iwasaki & Mannell, 2000; Passmore & French, 2003).





# ידע – חלוקת הפנאי

בשנת 2013 פרסמה הרשות הארצית למדידה ולהערכה (ראמ"ה) ממצאיו של סקר, שעסק בהרגלי הפנאי של בני נוער בישראל בכיתות י' וי"א בשעות שלאחר הלימודים והשווה אותם לשנים קודמות. בסקר השתתפו 5083 תלמידים, המהווים מדגם מייצג של האוכלוסייה. סקר זה הראה, שהפעילויות השכיחות ביותר של בני נוער בישראל הן אלה שנעשות במסגרת הבית (כ-70% מהמשתתפים) ולאחר מכן בילוי עם חברים בצורה לא מאורגנת (64%-70%). הפעילות שנעשית בשכיחות נמוכה ביותר היא פעילות חברתית מאורגנת, למשל פעילות התנדבותית, פעילות בתנועת נוער או בתוכנית למנהיגות (ראמ"ה, 2014).

נמצאו כמה הבדלים בין המגזרים במספר פעילויות: בילוי זמן רב עם בני משפחה במגזר הערבי (37%) הרבה יותר שכיח מאשר במגזרים האחרים (18% בממלכתי-יהודי ו-17% בממלכתי-יהודי דתי). כך גם בילוי זמן רב לבד: 15% מבני הנוער במגזר הערבי מדווחים שהם מבלים זמן רב לבד לעומת 11% בממלכתי-יהודי ו-8% בלבד בממלכתי-יהודי דתי. הבדלים נוספים נמצאו בתחומים הבאים: השימוש בטכנולוגיות תקשורת, האזנה למוסיקה, פעילויות הספורט, קריאה, השתתפות בתנועות נוער ועזרה בבית. (כהן ורומי, 2015)

63% מבני הנוער היו רוצים יותר טיולים במסגרת בית הספר, כמו כן, 56% רוצים יותר חופש, 49% יותר תמיכה כספית בפעילות בבית הספר 46% יותר מחשבים ו-41% יותר ביטחון אישי. לעומת זאת, מחוץ לבית הספר 68% מהנשאלים רוצים יותר מקומות בילוי מחוץ לבית הספר, 64% יותר הזדמנויות עבודה, 55% יותר תחבורה ציבורית, 54% יותר מתקני ספורט, 84% יותר ביטחון אישי ועוד. באופן כללי ניתן לומר שהתלמידים רוצים לבלות זמן פנוי בפעילויות מגוונות והם מעדיפים פעילות כזו בקהילה ולא בבית הספר. (כהן ורומי, 2015)



# ידע – פנאי פלוס

מנהיגים את הפנאי – יש לעשות שימוש חכם בזמן הפנוי המועט. זמן שנתון לבחירה חופשית, למימוש עצמי, זמן שאם "צריך" לעשות בו משהו – זה מפני שבחרים בו (מוסף כלכליסט, 2014)

פעילויות הפנאי, שהן וולונטריות וכרוכות בשיקול דעת עצמאי, מעודדות תחושת עצמאות, קידום התפתחות האוטונומיה האישית וכישורי קבלת החלטות. (כהן, 2008)

יש להכיר בכך שככל שחינוך פונה לכל תחומי החיים, הרי שפנאי ומשחק הם ערכים חשובים בחינוך. על כן, כפי שסבר ג'ון דיואי (דיואי, 1960), המושגים חינוך ופנאי דרים בכפיפה אחת. במסורת היוונית של אפלטון ואריסטו ראו בפעילויות הפנאי כעיסוק ערכי וכביטוי הגבוה ביותר לחיים ולמצוינות. מעבר לכך, הפנאי נחשב מרכיב מרכזי בחיי הפרט ועל כן יש צורך להשתתף בו במסגרת התהליך החינוכי. מכאן, שהכנה לפנאי מהווה אחת ממטרות החינוך. (דיואי, 1960)

