



מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף א' שרות פסיכולוגי ייעוצי  
אגף תכניות סיוע ומניעה



מפגש צוות חינוכי לקידום יישום תכנית כישורי חיים – סדנא לפתיחת שנה

## "שיעורי כישורי חיים מהם ומה משמעותם?"<sup>1</sup>

### מטרות

- המורים יתנסו בשיח רגשי
- המורים יבינו מה הם התנאים המאפשרים שיח רגשי איכותי, המהווה בסיס לשיעורי כ"ח
- המורים ילמדו את הכלי הבסיסי בכ"ח – מעגל הלמידה.
- המורים יזהו את המוטיבציה האישית שלהם להעביר שיעורי כ"ח

### הכנות לקראת הפעילות

נחלק את הצוות למספר קבוצות טרוגניות – מחנכים, מורים מקצועיים, רכזי מקצוע ושכבות. נמנה מנחה לכל קבוצה. נקצה חדר נפרד לכל קבוצה, בו מחשב ומקרן. נכין מראש ציוד כתיבה, וכן פתקאות נייר בשני צבעים.

### מהלך הפעילות

המנחה תזמין את המורים לחשוב על שני דברים המעסיקים אותם לקראת פתיחת שנת הלימודים: מחשבה על חוויה חיובית או ציפייה חיובית, ומחשבה מדאיגה/ מטרידה. (התחברות לרגשות המציפים אותם).

המנחה תחלק לכל משתתף שתי פתקאות נייר. ותבקש לכתוב את המחשבות (החיובית והשלילית), כל אחת על פתק נפרד.

לאחר הכתיבה, המנחה תבקש מכל מורה ליצור קשר עין עם עמית אחד במעגל, איש צוות אתו הוא ממעט לתקשר בחיי היום יום בבית הספר.

המנחה תזמין את המורים להתיישב בזוגות הנ"ל. ותבקש מהזוגות – בשיח אישי, לשתף את בן הזוג באחת מהחוויות (ע"פ בחירתו).

### שיחה

לאחר השיתוף, המורים יחזרו למעגל לדיון. המנחה תזמן את השאלות הבאות:  
**איך הרגשתם מאהלך השיח?** (תחושה טובה, מבוכה, פתיחות, שמחה על היכרות מסוג אחר עם המורה הפחות מוכר וכו')

**מה לדעתכם אפשר שיהיה כנה?** ניתן לכתוב על הלוח במושגים את דברי המורים. (יצירת הסטינג – הזמן והמקום, תחושת מכנה משותף, תחושה של שותפות במשימה, קבלת הזדמנות לחלוק ברגשות שממילא מציפים אותנו בפתיחת שנה, העדר שיפוטיות, רצון טוב והקשבה הדדית וכו')

**האם לדעתכם ניתן וחשוב לזמן שיח מסוג כנה בכתה, עם תלמידים? מה התוצאת השיח כנה? מה צלולים להיות הקשיים?**

### המשגה

<sup>1</sup> כתבה נירית בשן מדריכת כישורי חיים מחוז דרום

מדינת ישראל  
משרד החינוך  
מינהל פדגוגי  
אגף א' שרות פסיכולוגי ייעוצי  
אגף תכניות סיוע ומניעה

המנחה תסביר ששיח מסוג זה הוא ממהותו של שיעור כ"ח. (בכל תחום תוכן שאנו עוסקים). שיח אותנטי, בנושאים רלוונטיים, בו התלמידים יכולים להביא לידי ביטוי את רגשותיהם ומחשבותיהם, להקשיב זה לזה, למצוא את המשותף והמבחין, בעזרת המנחה ללמוד מושגים הקשורים בנושא. שיעור כ"ח שואף לזמן למידה רגשית וחברתית. אם יתקיימו בו כל התנאים עליהם דיברנו קודם, תתאפשר למידה מיטבית. בבסיס שיעור כ"ח ישנו מבנה הנקרא "מעגל הלמידה". (מדובר במתודת העברת השיעור, המתאימה לכל תוכן שנבחר). ניתן להדגים את מעגל הלמידה בהתנסות שקיימנו כאן בסדנא:

**החוויה הראשית** – התחברות לרגשות ומחשבות המעסיקות אותנו. השיתוף בהן.  
**המחשבה החוויה** – תיאור הרגשות במהלך השיח.  
**המעשה** – מה אפשר את השיח? יצירת הכללות, הסקת מסקנות, למידות משותפות.  
**יישום** – המחשבה על העברת שיח מסוג זה לכתות, לשיעור כ"ח עם התלמידים.

במהלך השנה היועצת תסייע למחנכים לבנות שיעורי כ"ח, ולזמן שיח רגשי בכתה. ניתן לחבר לפסיכו פדגוגיה – בכל תהליך למידה מתקיים תהליך רגשי, ומערכת יחסים בין המורה ותלמידיו, התלמידים בינם לבין עצמם, ובין התלמיד והתוכן הנלמד. אם נזמן שיח רגשי נוכל לקדם תהליכי למידה מיטביים בכל המקצועות.

#### לסיום

הקרנת סרטון: "[שניים על הגשר](#)".  
להזמין את המורים לחשוב יחד, איך ניתן להשתמש בסרטון עם תלמידים, כדי להדגים מהם שיעורי כ"ח:  
א. לשחזר יחד את תוכן הסרטון.  
ב. לחשוב אילו התנהגויות קידמו את פתרון הקונפליקט? ואילו התנהגויות לא אפשרו פתרון? ההתנהגויות המקדמות – שיתוף פעולה, תקשורת, היכולת לוותר, חשיבה יצירתית וכו', הן למעשה כ"ח, שניתן ללמוד ולשכלל תוך העמקת מודעות.