

רחוק לך הקרוב החזק

פעילויות כישורי חיים כיתתיות ללמידה מרחוק על יסודי

- הפעילויות יכולות להתנהל בקבוצת הווטסאפ של תלמידי הכיתה והמורה
- מומלץ לפרסם יום קודם את שעת הפעילות שצפויה מחר ואת אופייה כדי שהתלמידים יוכלו להיערך בהתאם.
- יש להקפיד ולוודא שאף תלמיד לא נשאר מחוץ למעגל ההשתתפות
- מטרת הפעילויות –
 - לאפשר קירבה רגשית
 - לזמן מקום לשיתוף בחוויות
 - לאפשר חוויית יחד
 - לאפשר חוויית הזדהות

1. קפיצה לעתיד - מכתב לילדי -

תלמידים יקרים,
דמיינו את עצמכם כהורים בעוד הרבה שנים (אתם נראים נהדר כאמהות וכאבות).
ודמיינו שיש לכם ילד או ילדה, בדיוק בגילכם (אולי הוא או היא קצת דומים לכם?)
ועכשיו, כתבו לילד או לילדה שלכם מכתב שמתאר את המצב - מכתב שבו אתם
מספרים לו מה זה קורונה, ומה קורה במדינה ובעולם ועל כך שאתם לומדים מרחוק
מהבית. ותספרו גם על עצמכם, איך אתם מסתדרים ומה עוזר לכם, מה קצת קשה
ומה קל, מה כיף גדול ומה מאכזב... ועוד ועוד.
לסיום המכתב תנו לילד או לילדה שלכם עצות טובות איך מסתדרים בתקופות
מאתגרות.
ואל תשכחו לומר לו כמה שאתם אוהבים אותו (ובבקשה תמסרו לו ד"ש מהמורה
שלכם).
את המכתבים אפשר לשלוח בקבוצת הכיתה או אלי לווטסאפ הפרטי, מה שנוח לכם.

2. כל זמן הוא זמן טוב לדמיין - תלמידים יקרים, שמעון פרס ז"ל אמר "אני לא

אהב פנטזיה - לא צוים דברים פנטסטיים". היום אשמח אם תשתפו את
כולנו מה הדבר הפנטסטי שאתם הייתם רוצים להשיג, לעשות או לקדם? אתם
יכולים לחשוב על רעיונות שקשורים לנגיף הקורונה ולמצב הנוכחי, אך לא רק.

מבחינתי אתם תלמידים פנטסטיים בעלי חלומות ומשאלות, שתפו אותנו כאן בקבוצת הווטסאפ הכיתתית ברעיון הפנטסטי שלכם.

3. קולאז' תמונות פנאי

- תלמידים יקרים, אנא חפשו במילון הגדרה למילה 'פנאי' (התלמידים ישלחו תשובות)
- תודה על התשובות. אכן "פנאי זה..." (כאן תשתמשו בתשובות הילדים כדי להגדיר מהו פנאי).
- מה אתם אוהבים לעשות בשעות הפנאי שלכם בדרך כלל?
- אילו פעילויות פנאי נוספו לכם בימים אלו של למידה מהבית, כשאינן בית ספר, אין חוגים, אין תנועות נוער ואין מפגשים חברתיים?
- אנא בקשו מבני המשפחה שלכם לצלם אתכם בפעילויות פנאי שאתם עושים בבית בימים אלו, ערכו את התמונות כקולאז' ושלחו אלינו לקבוצת הווטסאפ. תנו שם לתמונת הקולאז' שלכם.

4. ראיון של בן משפחה מבוגר

- תלמידים יקרים, דמיינו שאתם כתבי נוער בתכנית רשת, תכנית טלוויזיה או בעיתון. אילו שאלות הייתם שואלים אדם מבוגר לגבי האופן בו הוא מתמודד עם ימים אלו? (התלמידים ישלחו רעיונות לשאלות)
- פנו לאחד המבוגרים בסביבתכם (אח או אחות בוגרים, הורים, דודים) והזמינו אותם לראיון בנושא – "ימי הקורונה ואני". ספרו להם מראש שאת הריאיון הכתוב תגישו לי.
- לפני הריאיון החליטו על חמש שאלות אותן תשאלו בראיון.
- את הריאיון עליכם לכתוב או להקליד ולשלוח אלי.
- בנוסף, בחרו שורה אחת מתוך הריאיון שהעניקה לכם תקווה, שעוררה בכם השראה או שנתנה לכם כוח.
- את השורה הזאת שלחו לקבוצת הכיתה תחת הכותרת – **'מקום' למקווה'** (מי שמתקשה לבחור שורה, שיכתוב לי בפרטי ואשמח לעזור לו).

5. יחד כל הדרך – משימות קבוצתיות:

- תלמידים יקרים, מחר נתחלק למשימות בקבוצות:
להלן חלוקת הכיתה לרביעיות (כאן המורה תפרט את החלוקה)
המשימה – עליכם להגיע למטבח שלכם בשעת ארוחת העשר בבית הספר ולהיכנס לפייס טיים.
לא מתחילים במשימה עד שכולם מצטרפים.
קעת עליכם להכין, במקביל, כל אחד במטבח שלו או שלה, כריך או צלחת קורנפלקס, או קערית פירות.
סיימתם להכין? שבו לאכול יחד.
בתום הארוחה שלחו תמונת פייס טיים משותפת לקבוצה בתיאבון!
- תלמידים יקרים, מחר נתחלק למשימות בקבוצות:
להלן חלוקת הכיתה לרביעיות (כאן המורה תפרט את החלוקה)
המשימה – לצייר יחד את אותו ציור בפייס טיים.

בשעה שתקבעו מראש עליכם להיכנס לפייס טיים, לשבת מול גיליון נייר חלק עם צבעים או טושים לידכם.

לא מתחילים במשימה עד שכולם מצטרפים.

בסבב, כל אחד בתורו מתאר משהו אחד שהוא היה רוצה שתציירו בתמונה. כל חברי הקבוצה מציירים זאת על הדף שלהם ועוברים לחבר הבא שממשיך את התמונה ומוסיף פריט. הנחיות – אסור לומר לחבר אם הפריט מתאים או לא מתאים, זו בחירה אישית אבל אסור לבקש לצייר פריטים לא צנועים או אלימים.

בתום הסבב הראשון אפשר להמשיך לסבב שני או לסיים, לבחירתכם. בתום היצירה שלחו תמונת פייס טיים משותפת לקבוצה בנוסף, צלמו את הציורים ושלחו אותם אלי לפרטי.

תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חבר/ה לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!

6. סיפור כיתתי –

תלמידים יקרים, חישבו רגע על מילה, סתם מילה שעולה בראשכם. כתבו את המילה בקבוצת הכיתה

כעת, כל אחד ואחת מכם מתבקש לחבר סיפור קצר שיכלול את כל המילים שהצעתם.

(אם מילה אחת הופיעה יותר מפעם אחת, יש לכלול אותה כמספר הפעמים בהם הופיעה בכיתה).

את הסיפורים שחיברתם שילחו לקבוצת הכיתה תחת הכותרת – **“סיפור כיתתי”**.

7. פינה חמה –

בימים אלו בהם כולנו ספונים בבתים, קרובים למשפחה ורחוקים מהחברים כל שנותר לנו זה לדמיין איך כולנו מסתדרים.

משימת כישורי חיים שלכם להיום היא לראיין אחד את השני על **הפינה האהובה עליכם** בביתכם.

- אנא שילחו לקבוצת הכיתה רעיונות לשאלות אותן נוכל לשאול את חברינו לכיתה בנושא הפינה האהובה עלינו בביתנו. (הילדים ישלחו הצעות לשאלות, המורה תעודד להוסיף תחומי התעניינות).

- כעת, התקשרו לחבר שאת שמו קיבלתם (המורה תפרסם רשימה בה כתוב לכל אחד למי עליו להתקשר). שימו לב, כל תלמיד יתקשר לחבר או לחברה מסוימים ואליו יתקשרו אליו חבר או חברה אחרים.

מי שלא יכול להתקשר לחבר/ה שיודיע לי בפרטי ואבקש מחבר/ה אחר שיחליפו אותו.

בחרו לפחות חמש שאלות מתוך בנק השאלות שיצרנו בכיתה וראינו את החבר או החברה.

- את הראיונות המלאים אנא שלחו אלי באופן פרטי.

- בקבוצת הכיתה שלחו דברי תודה לתלמיד שהתקשר לראיין אתכם. מי שרוצה מוזמן גם לשלוח תמונה של הפינה האהובה עליו בביתו.

תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חבר/ה לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!

8. שיחת געגוע –

תלמידים יקרים, היום נפרגן לעצמנו "שיחת געגוע". נתקשר אחד לשני לפי סדר רשימת השמות בכיתה ונשאל:

- מה שלומך?
 - למה את/ה הכי מתגעגע/ת בבית הספר?
 - למה את/ה לא מתגעגע/ת בבית הספר?
 - בסיום השיחה נאחל משהו טוב לחבר או לחברה
- מי שלא משיג את החבר או החברה או מי שמתקשה לבצע את המשימה אנא כתבו לי ואעזור לו בשמחה.
- מי שהתקשרו אליו, מתבקש לכתוב זאת ברשימת הכיתה כדי שנוכל לעקוב אחר שרשרת השיחות.
- תלמידים למען תלמידים! זכרו, אנחנו לא משאירים חבר/ה לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

9. אני רק שאלה...

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר ודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את ראש הממשלה, את שר החינוך, את שר הבריאות, את חולי הקורונה שהבריא, את הרופאים, את המדענים או כל דמות אחרת מהעולם או מישראל. כתבו את שאלותיכם בקבוצת הכיתה.

10. שיגרה לא רגילה

תלמידים יקרים. בהנחיית הממשלה כולנו נשארים בבית, לומדים מהבית ומקווים לסייע בכך לצמצם את מעגל הנדבקים בנגיף הקורונה. מי יכול לשתף אותנו בדברים לא שגרתיים וחדשים שאתם או משפחתכם עושים בימים אלו של יחד משפחתי?

11. גם ילדים יכולים לעודד מבוגרים

תלמידים יקרים, גם האזרחים המבוגרים נמצאים בביתם, רחוקים מילדיהם ומהנכדים.

- חשבו על אדם מבוגר ממשפחתכם שאינו נמצא עמכם באותו בית. נסו לדמיין איך עוברים עליו הימים הללו.
- אילו מסרים של עידוד אפשר לומר לאותו אדם? (התלמידים ישלחו לקבוצת הכיתה רעיונות למשפטים בוני חוסן ותקווה)
- התקשרו לאותו אדם מבוגר כדי לדרוש בשלומם והביעו באוזניו מסרים בוני חוסן ותקווה מבין המסרים שהצענו בכיתה.
- עם תום השיחה כתבו בקבוצת הכיתה עם מי דיברתם ואיך הרגשתם אחרי השיחה.

12. צחוק, צחוק אבל...

תלמידים יקרים, הרשת שופעת מידע ועדכונים לא פשוטים. ובמקביל אנשים רבים בוחרים לפרסם ולשתף פוסטים מצחיקים על המצב. הומור עצמי והומור שחור ידועים כמנגנון הגנה יעיל במצבי לחץ ודחק. הומור מאפשר לאדם לנשום לרגע, למתן במעט את הדאגה ולהפיח בו עצמו ובסביבתו מידה של תקווה ואמונה בכוחות להתמודד ולשאת את הדאגה.

היום גם אנחנו ננסה לחבר פוסטים שמציעים התבוננות מחויכת על המצב, בקריצת עין, קצת הומור שחור ובעיקר מסר שצחוק הוא התרופה הכי טובה (גם לקורונה...). אנא, חפשו ומצאו את הפוסט או השיתוף שהצחיקו אתכם במיוחד ושלחו אותם לקבוצת הכיתה (כל אחד פוסט אחד בלבד – שלא ניצור פקק! 😊)

כעת, לבד או בזוגות, התבוננו על סגנונות הניסוח והכתיבה של הפוסטים המשעשעים, הביטו סביב ומצאו לעצמכם רעיון מצחיק, הומוריסטי ושנון על המצב. את הרעיון שלכם כתבו על גבי חולצה (מצ"ב) ושלחו לקבוצת הכיתה.



13. "כשהגלים מתחזקים החזקים מתגלים"

תלמידים יקרים, בימים אלו של התמודדות עם הלמידה מרחוק כולנו מחזקים זה את זה ואת עצמנו. האם גם אתם מזהים בעצמכם כוחות או רעיונות שמסייעים לכם להתמודד עם חוסר הוודאות, עם היציאה מהשגרה או עם המרחק מהחברים? היום אבקש מכם להביט סביב על קרוביכם ולהביט פנימה אל תוכם ולזהות כוחות וחוזקות של קרוביכם או שלכם. אנא שלחו אלינו לקבוצת הכיתה תיאור של כוח או חוזקה שזיהיתם ככזה אשר מסייע לקרוביכם או לכם להתמודד עם המצב, והסבירו מה מיוחד בהתמודדות זו בעינכם.

14. שירים הם חברים" -

תלמידים יקרים. לא אחת השירה מהווה מזור לנפש, מקור לשלווה ולכוחות. שיר טוב יכול לעורר בנו תקווה או רוגע. שיר טוב מספר פעמים רבות את הכאב שלנו, הרגש שלנו או את המחשבה שלנו. לפעמים שיר מעורר בנו את התחושה שהמשורר או הזמר פשוט מכירים אותנו ואת מחשבותינו הכמוסות. היום אבקש מכולכם להקשיב לשירים שאתם אוהבים, שירים מתוך הפליי-ליסט הפרטי שלכם. מתוך אותם שירים אנא בחרו שורה אחת או שתיים עמן אתם מזדהים בימים אלו, או שורה או שתיים שמפיחות בכם תקווה ומחזקות אתכם. את השורה בה בחרתם שלחו אלינו לקבוצת הכיתה, כציטוט בתוך מירכאות, בליווי שם המשורר ושם הזמר. כמו כן הסבירו בקצרה את בחירתכם.

לסיכום, נפתח לעצמנו פלייליסט כיתתי ביוטיוב מהשירים שבחרתם. מי מתנדב להתחיל?

ו...תלמידי היקרים, מי מכם שכותב שירים לעצמו ובעצמו ורוצה לשתף, מוזמן בשמחה ובכבוד לשלוח את שירו לקבוצת הכיתה או לווטסאפ הפרטי שלי.

15. "אני מישהו"

תלמידים יקרים, חישוב רגע, בינכם לבין עצמכם על מישהו מהימן וחסון שעליו אתם סומכים. נסו לזהות אילו תכונות אופי או מאפיינים יש באותו אדם שאתם מוצאים כמעוררי בטחון בעיניכם. חשבתם? מצאתם? נהדר.

כעת, ברצוני לצטט משפט שקראתי בפייסבוק, ולצערי איני יודעת מי כתב אותו, אבל רציתי לשתף אותו עמכם: **"הרבה זמן קיוויתי שמישהו יצא משהו לאבי האצלה, ואז הבנתי - אני מישהו."**

חישוב - אילו מהתכונות שמעוררות בכם אמון, מהימנות וחוסן יש גם בכם. ובהיותכם "מישהו" (חשוב, חסון וחכם לכל הדעות ולדעתי במיוחד) כתבו לכולנו בקבוצת הכיתה משהו אחד שאתם יכולים לעשות כדי לסייע לעצמכם להתמודד טוב יותר עם המצב.

16. עזרה בבית -

תלמידים יקרים, בימים אלו אתם זוכים לזמן בית ארוך וממושך. והבית? גם הוא זוכה בכם לזמן ארוך וממושך. וטוב שכך.

בתקופות כגון אלו אתם יכולים לראות מקרוב כיצד מתנהל הבית, אילו תפקידים ומשימות יש לבצע על מנת לשמור על שיגרת החיים המשפחתית, ואילו פעולות אפשר לעשות האחד למען השני.

אנא ספרו לנו בקבוצה על תפקידים, משימות או פעולות שהחל מהשבוע אתם נוקטים בבית כחלק מהמאמץ לשמור על שיגרה ברוכה, מוגנת ונעימה. ספרו לנו על מחוות ורעיונות שנקטתם כגון - בישול ארוחה משפחתית, קיפול כביסה, שמירה על האחים הצעירים (אפשר תמיד לגייס אותם לעזור לכם בקיפול או בבישול 😊), סחיטת מיץ תפוזים להוריקם שעובדים מהבית ועוד...

צרפו תמונה ממעשה ידיכם ואם אפשר, הוסיפו ציטוט שבני המשפחה אמרו לכם כשזכו ליהנות מהפינוקים שלכם.

17. מחפשים את המילה הנכונה -

תלמידים יקרים, שיגרת הלמידה שלנו אינה שגרתית... בימים לא שגרתיים אנחנו משתדלים להתאים את סדר היום שלנו ואת הפעולות שלנו למצב החדש. היום אזמין אתכם להתאים גם את השפה שלנו למצב החדש.

אנא מכם, חפשו במילון מילים גבוהות ומיוחדות או ביטויים שמתארים רגשות מורכבים. מילים וביטויים שביום יום אינכם נוטים לשבץ בשיחה או בכתב וכעת הם עשויים להתאים לתיאור השגרה הלא שגרתית. רוצים דוגמה?

מהיום במקום לומר אני חושש, אפשר גם לומר אני רועד כעלה נידף.

מהיום במקום לומר אני שמח, אפשר גם לומר ליבי צוהל.

חפשו דוגמאות משלכם ושלחו לקבוצת הכיתה.

בהמשך, בחרו את אחד הביטויים או אחת המילים שהציעו חבריכם ושלחו משפט בעברית גבוהה ויפה עם אותן מילים.

ובכלל, בימים מיוחדים אלו נסו לשזור בשפת היומיום שלכם מילות רגש חדשות ומפתיעות וביטויי מיוחדים, זה לא *יסולא קסז* עבורכם כדוברים וזה יהיה *נסומ* *נס* עבור המאזינים לכם. ובעיקר, זה יהיה משעשע.

יועצות יקרות –

נשמח לקבל גם מכן רעיונות לפעילויות כישורי חיים כיתתיות ללמידה מרחוק.