

מדינת ישראל

משרד החינוך

המנהל הפדגוגי

אגף בכיר - שירות פסיכולוגי ייעוצי

רחוק זה הקרוב החכם

פעילויות כישורי חיים כיתתיות ללמידה מרחוק (יסודי)

- הפעילויות יכולות להתנהל בקבוצת הווסטאפ 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 ולעודד את התלמידים להשתתף בפעילויות כמו גם לשתף את כולם.
- מטרת הפעילויות –
 - לאפשר קירבה רגשית
 - לזמן מקום לשיתוף בחוויות
 - לאפשר חוויית יחד
 - לאפשר חוויית הזדהות

1. לומדים לתאר רגשות במילים – מדי יום המורה תשלח את התלמידים לחפש מילות רגש או תחושה שמתחילות באות מסוימת ולחבר משפטים עם מילות הרגש שנמצאו.

- המורה תשלח לתלמידים את ההודעה הבאה:

א - פ fe רגשות

תלמידים יקרים, בימים הקרובים, מדי יום בשעה קבועה אכתוב בקבוצת הווסטאפ את המשימה הבאה –

האות שלנו להיום היא האות - פ ?

אנא הכינו רשימה על כמה שיותר מילים שמתארות רגש או תחושה ושמתחילות באות הזו. (מומלץ להיעזר במילון). את הרשימה שימרו אצלכם. עשר דקות אחרי פרסום המשימה, שלחו את המילים שמצאתם. גם מילה אחת זה מצוין! גם מילים שמתארות עמדה, חוויה, תחושה זה מעולה!

- אחרי כעשר דקות התלמידים והמורה יספרו כמה מילים מצאו באותה אות.
- המורה תתייחס למילים, תזמין ילדים לכתוב בקבוצה פירוש למילים פחות מוכרות.
- לסיכום, כל תלמיד יתבקש לבחור לפחות שתי מילות רגש ולכתוב בקבוצה משפטים עם המילים הללו. לדוגמה, באות א, רגשות או תחושות כגון – אהבה, איבה, אחריות, אטימות, אפליה, אשם, אחווה, ...

בסוף כל יום המורה תכין רשימה מסודרת של המילים שמצאו שתתווסף

למילון הכיתתי - *k - fe רענות*

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

2. יומן קורונה – תלמידים יקרים, מה דעתכם לכתוב יומן?

כן. כן. יומן כזה אמיתי, במחברת פרטית.

יומן שבו תכתבו, מדי יום מה שלומכם. יומן בו תתארו איך התקופה הזאת, המיוחדת במינה, עוברת עליכם.

איך כותבים יומן? זה דווקא קל:

- בחרו למי היומן פונה – יש ילדים שמעדיפים לכתוב כך - יומני היקר שלום אחרים פונים למישהו מסוים שרחוק מהם וכותבים לאותו אדם. יש ילדים שפשוט כותבים – בוקר טוב, קמתי הבוקר ו...
 - מדי יום פנו לעצמכם זמן לכתיבה ביומן
 - הניחו את היומן במקום מוגן ואישי
 - ביומן תרשו לעצמכם לכתוב, לצייר, לצטט שירים, להדביק תמונות... כל מה שנכון עבורכם.
 - ביומן ספרו מה עשיתם באותו יום, מה הרגשתם, מה חשבתם, מה עבר עליכם, מה קרה בבית, בארץ, בעולם, מה אנשים אחרים עשו ומה דעתכם על כך ועוד ועוד מחשבות משלכם ליומן שלכם.
- אני אשמח, אם תסכימו – זו לא חובה, שמי שכותב יומן יספר לי בווטסאפ האישי שהתחיל לכתוב יומן כדי שאחת לכמה ימים אוכל להתעניין בכך (לא במה שכתבתם אלא בהרגשה שלכם ככותבי יומן). ואם מישהו יתחיל בכתיבת יומן ויפסיק? זה טבעי לחלוטין וקורה לתלמידים רבים, אל תיקחו ללב. אבל אל תהססו לנסות, זו יכולה להיות חוויה נפלאה!

3. 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.

4. 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 הוואטסאפ. תנו שם לתמונת הקולאז' שלכם.

5. ראיון של בן משפחה מבוגר (ב - ו)

- 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).

6. יחד כל הדרך – משימות קבוצתיות: (ג - ו)

- 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 אם לא כולם הגיעו.
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 לידיכם.
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 חברה/ לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!

7. סיפור כיתתי – (ג – ו)

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"**.

8. פינה חמה – (ג – ו)

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 לחברה/ה שיודיע לי בפרטי ואבקש מחברה/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 חברה/ לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!

9. מדעני קורונה –

תלמידים יקרים. כולנו מאמינים ברפואה ובמדע ומקווים שבקרוב נצליח לפתח תרופה לנגיף הקורונה ואולי אפילו חיסון כנגדו. עד אז רציתי להציע גם לכם להצטרף למאמץ... היום אני מזמינה אתכם לדמיין שאתם מדענים במעבדה. חישבו והמציאו תרופת פלאים לקורונה, תנו לדמיון שלכם לחגוג, חישבו רחוק, יצירתי ומוזר והמציאו תרופת קסמים לקורונה. את הרעיונות שלכם שילחו לקבוצת הכיתה.

10. רק רצינו לומר תודה (ג – ו)

תלמידים יקרים. בימים אלו אזרחי ישראל נשארים בבתיהם ליתר בטחון ולמען בריאות כולנו. היום אבקש מכם לחבר מכתב הערכה לתלמידים כמוכם שנשארו ושנשארים בבידוד למען בריאות כולנו.

11. 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.
- תלמידים למען תלמידים ! זכרו, אנחנו לא משאירים חבר/ה לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

12. טלפון שבור (משחק חברתי) –

- המורה מתקשרת לתלמיד אחד (נועם) ואומרת לו – אתה צריך להתקשר ל...רונה (בוחרת שם מיקרי מהרשימה) ואתה צריך לומר לרונה שהסיסמה שלנו היום היא – ואז המורה אומרת מילה מאוד (מאוד) ארוכה.
 - אותו תלמיד (נועם) מתקשר לילד/ה שאת שמו או שמה קיבל מהמורה (רונה) ואומר לה – את צריכה להתקשר ל... עדן (בוחר שם מרשימת השמות) ואת צריכה לומר לעדן שהסיסמה שלנו היום היא – ואז הוא אומר את מה שהוא זוכר מהמילה הארוכה שאמרה המורה.
 - רונה מתקשרת לעדן וכך הלאה...
 - כל ילד שהתקשר לחבר או חברה כותב בקבוצה – התקשרתי ל... כך זה יראה -
 - המורה – התקשרתי לנועם
 - נועם – התקשרתי לרונה
 - רונה – התקשרתי לעדן...
- מוודים זמן ורואים כמה זמן לקח להקיף טלפון שבור כיתתי ו... האחרון שקיבל שיחת טלפון כותב את המילה שהגיעה אליו. האם הצלחנו לשמור על המילה הארוכה של המורה? אולי, אבל העיקר שהצלחנו ליצור מעגל שיחות כיתתי
- תלמידים למען תלמידים ! זכרו, אנחנו לא משאירים חבר/ה לבד – כולנו מוודאים שכל חברי וחברות הכיתה השתתפו בפעילות. גאה בכם!**

13. אני רק שאלה...

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר וודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את ראש הממשלה. כתבו את שאלתכם בקבוצת הכיתה.

14. אני רק שאלה...

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר וודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את שר החינוך. כתבו את שאלתכם בקבוצת הכיתה.

15. אני רק שאלה...

תלמידים יקרים. בתקופות של חוסר וודאות ומתח עולות בנו שאלות רבות. אילו יכולתם, מה הייתם רוצים לשאול את שר הבריאות. כתבו את שאלתכם בקבוצת הכיתה.

16. 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?

17. 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 בשלומו והביעו באוזניו מסרים בוני חוסן ותקווה מבין המסרים שהצענו בכיתה.
- עם תום השיחה כתבו בקבוצת הכיתה עם מי דיברתם ואיך הרגשתם אחרי השיחה.

יועצות יקרות –

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