

כישורי חיים

תכנית ליבה לכיתה ב'

מותאמת לבתי הספר במגזר הממלכתי-דתי

הגדלת מרחב העצמאות והתחלת התייחסות לכיתה כקבוצה חברתית

התוכנית הותאמה לממ"ד ע"י:

מרים בן ישר, שרה טוויל והרב איתן לוי

רקע תיאורטי, התפתחותי ויישומי

תכנית ליבה לכיתות ב'

פרישת המפגשים:

מפגש מס' 1: פתיחה - חוזה לשיעורי כישורי חיים

מודעות עצמית לגוף ולרגשות:

מפגש מס' 2: להכיר את גבולות גופי

מפגש מס' 3: להכיר את המרחב האישי

מפגש מס' 4-5: היכרות עם החושים שלי

מפגש מס' 6: להכיר את עצמי באמצעות החושים

מפגש מס' 7: בסוד הרגשות - נחשו: מה אני מרגיש? מה אני מרגישה?

מפגש מס' 8: שפת הגוף

שמירה על הגוף

מפגש מס' 9: בריאות זה כל העניי

מפגש מס' 10: כריך מגוון – זה כל העניין!

מפגש מס' 11: שמירה על הגוף והימנעות משימוש בחומרים ובחפצים מסוכנים

מפגש מס' 12: שימוש לטובה ושימוש לרעה בתרופות

שמירה על המרחב האישי – נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות

מפגש מס' 13: נגיעות מתאימות ונגיעות לא מתאימות

מפגש מס' 14: להפסיק נגיעות לא מתאימות

מפגש מס' 15: סוד טוב וסוד רע

התחלקות עם חברים

מפגש מס' 16: נלמד להקשיב לחברים

מפגש מס' 17: לבקש עזרה... להגיש עזרה לחבר

מפגש מס' 18: נתינה

מפגש מס' 19 : שיתוף פעולה

תקשורת מילולית ואלימות

מפגש מס' 20 : מילים מרגיזות

מפגש מס' 21 : מה עושים כשכועסים

מניעת אלימות באמצעות טיפוח יחס כלפי בעלי חיים

מפגש מס' 22-23 : עטלף בחצר בית הספר - התייחסות לחלש וחסר האונים

מפגש מס' 24 : מניעת אלימות כלפי בעלי חיים או חינוך ליחס הומאני

מתמודדים עם בעיות ומקבלים החלטות

מפגש מס' 25 : לכל בעיה יש יותר מפתרון אחד

מפגש מס' 26 : מה שבחרתי... ומה שלא בחרתי...

מפגש מס' 27 : לפתור בעיה באמצעות דוגמה - לפעמים זה עוזר ולפעמים זה מכשיל

זיהוי והתמודדות עם מצבים מסוכנים

מפגש מס' 28 : כיצד לא להיקלע למצבים מסוכנים

למידה

מפגש מס' 29 : מצאי של למידות

מפגש מס' 30 : איך זה קורה שלומדים?