

יחד כל הדרך'

נשארים יחד גם כשקשה

לחט"ב ולתיכון

מטרות:

1. שיתוף כיתתי\קבוצתי ברגשות כדי לאוורר ולהגביר את תחושת היחד.
2. לזכור שאנחנו לא מתמודדים עם המצב לבד, שהשותפות יכולה לתת לנו כח להתמודד עם מצבים מורכבים כמו מצב חירום מתמשך שמתאפיינים בפחד, עירעור, חוסר וודאות ואף שיעמום לעיתים.
3. לחשוב ולהסכים על ביטויים כיתתיים\קבוצתיים אפשריים ליחד הזה.

למחנכת / מנחה:

אנחנו בתוך שבוע מורכב של הסלמה, הגדלת טווח הטילים מצפון שמשפיע על יותר ויותר מאיתנו, וחווים חוסר ודאות לגבי איך תיראה התקופה הקרובה. כל תלמידה עשויה לחוות את הדברים אחרת. מטרת השיעור לשתף כדי להיות יותר יחד, לאפשר מרחב מכיל ואחראי לפרוק את התחושות והחווייה של הימים האלה. מטרה חשובה נוספת היא לחשוב ולהסכים איך לחזק את היחד הכיתתי בתקופה הקרובה. בעזרת כמה כלים/ הסכמות פשוטות אפשר להפיג בדידות, ולפתוח אפשרויות של לעזור ולהיעזר.

מהלך המפגש:

1. **אמרו לפתיחה במילותיכם** כמה מילים על המצב בצפון בימים האחרונים וספרו על מטרת השיעור מבחינתכם.

2. **"גלגל המזל" - מתודת שיתוף ברגשות ומחשבות** - קישור - [מה קורה איתנו?](#)
סובבו את הגלגל, הגלגל יעצר ואז כל תלמידה לפי תור\בחירה שלכם יענו על השאלה שתופיע.

השאלות:

- ממ"ד - חוויה שזכורה לי מהשהות בממד/ מקלט מהימים האחרונים. מה אצלנו עושים בממ"ד?
- כוח - מה נותן לי כוח בימים אלו? מה מחזק אותי?
- רגש - רגש שהכי עלה בי בימים האחרונים
- חבר - חבר מהכיתה שלדבר איתו עזר לי
- עזרה - משהו שאני עושה/ יכול לעשות כדי לעזור בבית/ בשכונה
- חוויה - חוויה שזכורה לי מהימים האחרונים - מפחידה, מצחיקה וכל מה שתרצו...
- בי"ס - למה אני מתגעגע בבית ספר?

3. סרטון - "עדיף ביחד" - קישור -

https://www.youtube.com/watch?v=gVOM4AEgK00&ab_channel=%D7%90%D7%A0%D7%92%D7%99

דיון:

- מה הסרטון מראה?
- מה עוזר לכם ולאנשים בכלל להרגיש פחות לבד?
- כמה זה באמת משנה אם נתמודד ביחד? הרי המצב במדינה בימים האלו לא תלוי בנו...

- אילו רעיונות יש לכם לדברים שאפשר לעשות ככיתה גם כשאי אפשר להיפגש?
*עדיף שיעלו רעיונות מהקבוצה אבל אם לא, הכנו כאן כמה רעיונות אפשריים שיכולים לעזור.

הנה כמה רעיונות:

- בסוף כל יום כל אחד כותב משהו טוב שקרה לו היום בקבוצת ווטסאפ הכיתתית/קבוצתית
- גמד-ענק כיתתי/קבוצתי: בודקים מה שלום החבר.ה שהגרלתי, ושולחים משהו קטן שיעודד/ יראה שאכפת לנו
- לארגן ככיתה תרומות של ציוד למקלטים
- להציע לארח את מי שצריך דרך קבוצות ווטסאפ מרוכזות
- לעודד קנייה מעסקים בצפון
- להעביר פעילויות לילדים צעירים מאיתנו ביישוב/בניין/שכונה
- להעביר פעילויות לעצמנו ככיתה/קבוצה- משחקים מגבשים
- שיעור "TED"- שיעור שבו כל פעם חניך.ה אחר מספרים 10 דקות על נושא שמעניין אותם

בחרו דבר אחד או שניים לעשות יחד ככיתה בשבוע הקרוב.

סכמו במילותיכם.

בתקווה לימים שקטים וטובים יותר במהרה

מרכז הדרכה 'המערור'