

## מתכוננים למפגש עם תלמידי כיתות א – ג

### צוותי חינוך יקרים,

עם שובם של תלמידי כיתות א – ג לבתי הספר חוזרים גם אתם לשגרת הוראה ייחודית. במהלך השהייה הכפויה בבתים ובתקופת הלמידה המקוונת, עשיתם מאמץ של ממש כדי להיות קרובים לתלמידים ומעורבים בשגרת חייהם, למרות הריחוק הפיזי. הקשר החינוכי שקיימתם והתקשורת הבינאישית הרציפה ששמרתם סייעו לתלמידים וסייעו לכם ולהם כעת עם החזרה לשגרה. למפגש עמכם ולנוכחותכם משמעות רבה עבור התלמידים והם ממשיכים לשאת עיניהם אליכם.

### החזרה ללמידה מתרחשת באופן מדורג וחשוב שנהיה מודעים לאותם היבטים בה אשר עשויים לאתגר את תלמידינו מבחינה רגשית, חברתית ותפקודית –

- למידה במתכונת מפוצלת (חצי כיתה), לא בהכרח עם המחנכת.
- למידה בתנאי איסור ובצל חוקים רבים חדשים.
- ריחוק חברתי ופיזי אשר מקשה על האינטראקציה הלימודית והחברתית.
- למידה בתנאי לחץ (איום ההדבקה בעינו עומד).
- פרידה מהבית ומההורים אחרי תקופה ממושכת של קרבה.
- חזרה לשגרה אחרי שבועות ארוכים בהם חוו, בדיוק כמונו, טלטלה רגשית והתמודדו עם גזירות השעה.
- חזרה בתנאי אי ודאות באשר להמשך.
- חזרה לנוכח ההבנה שהאחים הגדולים נשארים בבית.

היבטים אלו ועוד רבים אחרים מתקיימים לצד חדוות המפגש, שמחת האיחוד והצורך הטבעי והבסיסי להיות בחברת בני הגיל, ללמוד, ליהנות, להתפתח.

בשיחות בימים הראשונים חשוב לתת מקום למנעד הרגשות, להיות סבלניים לקצב האישי (שלהם ושלכם) ולזכור, אין אנו מתחילים מהנקודה בה נפרדנו. הזמן החולף וקורותיו השפיעו על התלמידים ועלינו. סבלנות ורגישות יסייעו לנו לשמור על עצמנו, על תלמידינו ולבסס חזרה טובה ומיטיבה ללמידה.

במסגרת תכנון הימים הראשונים חשוב למפות מידע חשוב אודות התלמידים:

מעגלי חוסן	מעגלי פגיעה
<b>תלמידים</b> שבמהלך הלמידה המקוונת גילו מעורבות גבוהה, שתפו פעולה, שתפו במתרחש ותיפקדו.	<b>תלמידים</b> שמי ממשפחתם חלה או חלילה אף נפטר.
<b>תלמידים</b> שנקטו יוזמות חברתיות – חגגו יומולדת מקוון לחבר, תלו שלטים, הכינו מחוות.	<b>תלמידים</b> שבני משפחתם עברו משבר אישי בתקופה זו - פיטורין, פשיטת רגל, קשיי פרנסה, מחלה, פרידה.
<b>תלמידים</b> שהוריהם עדכנו שהם בטוב, שהם חיוניים, יצירתיים, יצרניים.	<b>תלמידים</b> שהתמודדו עם משברים אישיים במקביל – מחלה, אשפוז, פגיעה, משברים רגשי.

למענכם רכזנו עקרונות מומלצים לניהול שיח רגשי עם שובם של התלמידים לכיתות.

**בברכת הצלחה ובתפילה לחזרה ברוכה ומוגנת לשגרה**

# עקרונות מומלצים לניהול שיח רגשי עם שובם של התלמידים לכיתות

## חלק ראשון - עיבוד רגשי של תקופת השהייה בבית והסגר

בצד ימין העיקרון המנחה, בצד שמאל שאלות לדוגמה ליישום העיקרון:

**נתעניין בשלומם** – נפנה אליהם ונאמר להם שחשוב לנו לדעת מה שלומם.

מה שלומך? מה שלומכם?

**נאפשר שיתוף** – נעודד את הילדים לשתף בשיחה, בציור, בכתיבת סיפורים ועוד. לאורך הימים הראשונים נפנה **מדי יום** זמן ומקום לילדים לשתף בדרכם באשר על ליבם.

מה תרצו לספר? מי רוצה לשתף במשהו שקרה לו בימי הקורונה? איך הרגשתי בבית? מה חשוב לך כעת?

**נעודד את הילדים לזהות כוחות וחוזקות שלהם** שבאו לידי ביטוי במהלך התקופה

מה עזר לך לזהות חוזקות? מה עשיתם כדי שיהיה לכם מצניין ונעים? למי עזרתם? איזו מחמאה קיבלתם מהני המשפחה בימי הקורונה?

**נזמין את התלמידים לזהות את הקושי והמורכבות שחוו** – נאפשר להם לתאר רגשות מורכבים שחוו, קשיים או בעיות עמם התמודדו.

על מה תגידו "זה היה לי קשה"? מה זרם לך להיות עצובים? מה הפחיד אתכם? ממה דאגתם? מה הכי רציתם שיקרה כבר?

**נעזור לתלמידים לתרגם את התקופה ל"סיפור"** – סיפור שאנו מצליחים לספר, קל לנו יותר להכיל.

מה היה סדר היום שלכם? איזו פעולות משפחתיות עשיתם? מה עשיתם עם האחיות שלכם? במה שחקתם? מה שיצא אתכם?

**נעודד את התלמידים לראות גדילה** – לבדוק עם עצמם מה התפתח, התחדש בהם וצמח

מה הצלחתם לעשות? ספרו על משהו נחמד שיצרתם, משהו מצניין שבניתם, משהו חדש שלמדתם. במה אתם דאגים בצמחכם?

**נעבד את חוויית הלמידה מרחוק** – ללמידה מרחוק היו יתרונות (חוויית קשר, התפתחות) כמו גם חסרונות (כניסה למרחב האישי, התמודדות עם למידה מסוג אחר, אתגר טכנולוגי).

מה חשבתם על השיעורים שלנו 'כשנפגשו' יחד במחשב? מה היה קל? מה היה קצת מסובך? מה היה נעים בשיעורים האלו? מה היה לא נעים עבורכם?

**נעבד את חוויית המרחק מהסבים והסבתות** – עבור רבים מהתלמידים הסבים והסבתות מעורבים מאוד בחייהם וחשובים להם. הריחוק הכפוי לתקופה כה ארוכה אינו קל ועלול להיות מלווה בתחושת געגוע, דאגה אולי אפילו כעס.

מה שלום בני המשפחה שאינם נמצאים אצלכם בבית? למי אתם מתגעגעים? האם אתם דואגים למישהו? איך אתם שומרים על קשר עם סבא וסבתא? למה אתם הכי מתגעגעים לעשות איתם?

**נעבד את חוויית הניתוק הפתאומי שהם חוו** - מבית הספר, מהחברים, מהחוגים ומהרבה הרגלים שהם מכירים ואוהבים כמו לרדת לגן השעשועים, כמו להיכנס לחנות.

מה הפסקתם לעשות באלף הקורונה? לאן כבר לא יכולתם ללכת? איזו דברית שהייתם רגילים לעשות פתאום אסור היה לעשות?

## חלק שני - עיבוד רגשי של החזרה ללמידה ב'שגרה לא שגרתית' בצד ימין העיקרון המנחה, בצד שמאל שאלות לדוגמה ליישום העיקרון:

**נדגיש את השגרה הידועה והמוכרת כמאפשרת תחושת ודאות ויציבות** - נשתמש במושגים הרגילים – כיתה, שיעור, הפסקה, משימה, מורה, תלמידים, צלצול. נזמין את התלמידים לזהות את המוכר והידוע

מה לא השתנה בבית הספר? מה נשאר אותו דבר בכיתה ובבית הספר?

**נעודד את התלמידים להכיר את השגרה החדשה ולזהות את הייחודי בה** - נבנה שגרה חדשה מושגית ומעשית, נמציא שמות לפעילויות החדשות, נהפוך את סדר היום החדש למובן וצפוי, נעודד גמישות מחשבתית.

מה שונה בבית הספר? מה שונה אצלנו בכיתה? למה אנחנו לא רגילים צדיין? איך מילים חדשות למדנו לאחורונה?

**נאפשר זמן הסתגלות** – נזכור שהחזרה לשגרה היא מבורכת אך לא פשוטה. נזכור שזו מעין התחלה חדשה ונהיה סבלניים ואמפתיים לקשיי הסתגלות.

מה קשה לי בחזרה ללימודים? מה יצלח לי לחזור ללימודים? מה יצלח לי להתרגל מחדש לחברים? מה אני צריך מהמורה? מה חשוב לי לומר?

**נעודד את התלמידים לכיוונים יצרניים** – נאפשר להם לתכנן פעילויות, להציע רעיונות, לפעול וליצור מתוך הבנה שעשייה משיבה תחושת שליטה ומגבירה תחושת אונים.

בואו נחשוב ביחד על פצילות מסוימת שתקף עלינו את ההסתגלות המחודשת לשנת בית הספר. (למשל: כל בוקר לכתוב יחד ברכת בוקר טוב לחצי השני שלנו, או שמדי בוקר שני תלמידים יציאו, ישירו או ילמדו את כולנו...)

**נעודד שימוש במסרים בנוי חוסן שמפחים תקווה** – נדגיש את הכוחות ואת החוסן, נעודד את התלמידים לזהות את הכוחות שלהם, להתמקד בחיובי, בהישגים, בנקודות החוזק, בהתקדמות. נשתמש בביטויים של תקווה, זיהוי הטוב, הודיה, עוצמה.

מה קל לי בחזרה לבית הספר? מה נותן לי כוח? מה משמח אותי בכיתה? מה אני מצליח לעשות? מה אני נהנה לעשות בבית הספר? מה אני נהנה ללמוד? עם מי כיף לי בכיתה? למי אני רוצה לומר תודה? מה צולח לי?

**ניצור חוויית רציפות וקשר** – נאפשר לתלמידים לעבד את חוויית הלמידה בשתי קבוצות

מדוע הכיתה התחלקה לשניים? מה קשה לכם בלמידה בשתי קבוצות? מה נחמד בלמידה בשתי קבוצות? מה תרצו לעשות עם מנת לשמור על קשר ושיתוף פעולה עם החצי השני שלנו?

## רעיונות לפעילויות חווייתיות לתקופת ההסתגלות –

- מדי בוקר כל תלמיד יקבל מדבקת לב ויספר מה שלומו הבוקר.
- מדי בוקר כל תלמיד יקבל מדבקת לב ויספר מה הוא רוצה שיקרה לו היום בכיתה.
- מדי סוף יום כל תלמיד יקבל מדבקת לב ויספר מה שלומו
- מדי סוף יום כל תלמיד יקבל מדבקת לב ויספר על משהו שקרה לו היום בכיתה.
- מדי סוף יום המורה תצייר ענן גדול על הלוח והתלמידים יוכלו לבקש משאלות לגבי מחר ("מה ארצה שיהיה מחר בכיתה ובבית הספר"). המורה תרשום ותצלם את הלוח.
- כתיבת מכתב תודה להורים על התקופה בה היינו יחד בבית
- כתיבת מכתב מחזק לאחים שנשארו בבית
- כתיבת מכתב לסבים ולסבתות, לדודים ולדודות
- כתיבת מכתב לצוותים הרפואיים
- עיצוב מסיכות לפי מצב הרוח
- כתיבת מילים מעודדות על גבי מסיכות
- ממציאים מילים חדשות למילים התקופתיות (מסכות, אלכוג'ל, קורונה, בידוד, 2 מטרים...)
- מדי בוקר כל חצי כיתה תכתוב, תצלם או תצייר ברכת בוקר חביבה לחצי השני והמורות יצלמו זאת, ישלחו זו לזו בווטסאפ ויקרינו או יראו לתלמידים.
- מדי בוקר כל תלמיד יגריל שם של ילד מהקבוצה השנייה ויכתוב לו ברכת בוקר טוב קצרה. המורה תצלם, תשלח בווטסאפ למורה השנייה שתראה את הברכה לנמען.
- מכינים יחד פעילות לחצי השני – חידון, הצעה ליצירה, סיפור...

