

פרדיגמה

בונים יציבות בכיתות שח"ר

מנהלים את הרגש – בונים כיתה מנצחת!

פיתוח מיומנויות רגשיות, אחריות אישית ויציבות כיתתית

nm.paradigma@gmail.com | 052-637-6535

01

חיזוק המסוגלות והערך העצמי
של התלמיד ביכולתו להתפתח,
להשתנות ולהצליח

03

כיתה מלוכדת ויציבה יותר
מבחינה רגשית והתנהגותית

02

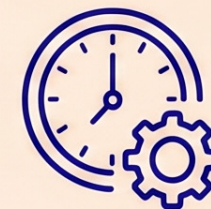
הענקת כלים להתמודדות עם
אתגרים, רגשות מעכבים

04

יצירת אקלים כיתתי המאפשר
למידה אפקטיבית ע"י מורים
מקצועיים

שיטה יישומית לאורך השנה

התכנית מעניקה לתלמידים ולמחנכת **שפה משותפת וכלים מעשיים** שניתן ליישם בשגרת הלימודית לאורך כל השנה.



מעטפת מלאה למחנכת

המחנכת מקבלת ערכה ייעודית הכוללת מערכי שיעור לשעות הינוך וכלים לשיחות אישיות, המאפשרים להמשיך ולחזק את התהליך כתלק מהעבודה השוטפת.



מומחיות עם כיתות שח"ר

ידע וניסיון מוכח בעבודה עם כיתות שח"ר כלל התכנים מותאמים לתלמידי שח"ר



תנאים להצלחת התכנית

1

מפגשים עוקבים אחת לשבוע

עקביות שבועית
מאפשרת עיבוד ובנייה
הדרגתית

2

חדר ייעודי קבוע

מרחב קבוע ומוכר יוצר
תחושת ביטחון ורציפות

3

מחנכת נוכחת במפגשים

נוכחות המחנכת בכל
מפגש היא חיונית
להצלחת התהליך

סילבוס מפגשים

מפגש 2 – אני הקטן, אני הגדול

- בניית מסוגלות בצעדים קטנים לאורך זמן
- הגברת הערך העצמי ללא תלות בהשוואות לאחרים
- הענקת כלים שיעזרו לי לשמור על מוטיבציה גם כשקשה

מפגש 1 – השינוי מתחיל בי

- להבין שכל אחד יכול להשתנות, להתפתח ולהתקדם
- להכיר את הרעיון של התקדמות אישית במקום השוואה לאחרים
- לעורר רצון להתפתחות במהלך שנות התיכון

סילבוס מפגשים (המשך)

מפגש 4 – להיות מנהל ולא מנוהל

- לזהות רגשות כמו כעס, לחץ, תסכול וייאוש שמשפיעים על ההתנהגות שלנו
- להבין כיצד רגשות לא מנוהלים יכולים לעכב אותנו בדרך למטרות שלנו
- להכיר דרכים פשוטות לעצור, לחשוב ולבחור תגובה שמקדמת אותנו

מפגש 3 – לחייך לקושי ולאתגר

- לזהות את האתגרים והקשיים שמשפיעים על הבחירות שלנו ביום-יום
- להבין כיצד הסביבה, החברים והנסיבות יכולים לעכב או לקדם אותנו
- לבחור אתגר אישי אחד שעליו ארצה לעבוד במהלך השנה

סילבוס מפגשים (המשך)

מפגש 6 – אני לוקח אחריות

- לסכם את התהליך שעברתי ואת הדברים המשמעותיים שלמדתי על עצמי
- לבחור תחום אחד שבו ארצה לקחת יותר אחריות במהלך השנה
- לצאת עם צעד מעשי שיחזק את ההתקדמות שלי בהמשך הדרך

מפגש 5 – הרגלים מנצחים

- לזהות כוחות ויכולות שכבר קיימים בי ויכולים לעזור לי להתקדם
- לגלות אילו כוחות אחרים רואים בי גם כשאני לא תמיד מזהה אותם בעצמי
- לבחור כוח אחד שאותו ארצה לחזק ולבטא יותר בחיי היום-יום

איך נעביר את המפגשים?

המפגשים יועברו בדרך חווייתית ומותאמת לאופי הקבוצה



מתודות נוספות

מותאמות לאופי
הקבוצה ולצרכיה



שיח רגשי

שיחות מובנות
ומרחב בטוח לביטוי



צביעה

ביטוי יצירתי
ועיבוד רגשי



קלפים

כלי לשיח רגשי
ולהתבוננות פנימית



משחקים

למידה דרך חוויה
ושיתוף פעולה

מסלול התכנית – 6 מפגשים



מסע של 6 מפגשים לבניית מסוגלות, ערך עצמי ואחריות אישית



בונים יציבות בכיתות שח"ר

nm.paradigma@gmail.com | 052-637-6535

מספר בגפן 25877