מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את המושגים חוסן, שייכות ומעגלי תמיכה
- לזהות דרכים לחיזוק שייכות בכיתה
- לתרגל כתיבה אישית על תמיכה וקשרים חברתיים

גרסה רגילה – כל הפריטים.

חלק א' – הבנה בסיסית

1. ב – אנשים שתומכים בי ועוזרים לי
2. ב – הרגשה שאני חלק מהקבוצה
3. ב – יכולת להתמודד ולהתאושש מקושי
4. ג – בחירת פעולה אחת מ'ההתחייבות שלי' וקיומה
5. ב – קו - שורה, טור או אלכסון

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. נכון – כל אדם שתומך בנו שייך למעגל התמיכה שלנו
2. לא נכון – שייכות אמיתית כוללת את כל התלמידים בכיתה
3. נכון – הבעת הכרת תודה מחזקת מערכות יחסים
4. נכון – פעילות משותפת יוצרת הזדמנות להכיר אנשים חדשים
5. לא נכון – חוסן הוא היכולת להתמודד עם קושי ולהתאושש ממנו

חלק ג' – השלימו את המשפט

1. תמיכה
2. שייכות
3. הכלה
4. חוסן
5. משותף

חלק ד' – התאימו בין המשימה לסוג שלה

- 1 – ה (משימה בסיסית)
- 2 – א (משימה מעמיקה)
- 3 – ד (משימת אתגר)
- 4 – ג (משימת חובה)
- 5 – ב (משימה מעמיקה)

חלק ה' – כתיבה אישית

1. תלמיד/ה יזהה אנשים קרובים (משפחה, חברים טובים) ואנשים רחוקים יותר (מכרים, מורים) וינמק את מיקומם
2. מילים כמו: הכלה, הקשבה, כבוד, שיתוף, חברות
3. רעיון יצירתי כמו עבודה בזוגות אקראיים, פעילות הפסקה משותפת, או פרויקט קבוצתי

כרטיס יציאה – מה לחפש

- אנשים שתומכים ועוזרים לי
- למשל: לשתף פעולה, להכיל, לעזור לחבר חדש
- משימת חובה חייבים לבצע, משימה בסיסית היא רמת קושי נמוכה אך לא חובה

טיפים להפעלה:

- אפשר לקיים שיחה פתוחה לפני הדף על הרגשת שייכות בכיתה
- מומלץ לאפשר לתלמידים לשתף רק אם נוח להם, בלי לחץ
- ניתן לשלב את הדף עם עבודה בפועל על לוח הבחירה המקורי

דף תרגול: חוסן ושייכות – מעגלי התמיכה שלנו

דף התלמיד/ה רגיל

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בדף זה נתרגל את המושגים שעליהם מבוסס לוח הבחירה - מעגלי תמיכה, שייכות וחוסן, ונכתוב על חברים ובני משפחה שתומכים בנו.

1 חלק א' – הבנה בסיסית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מהו מעגל תמיכה?

א) רשימת שיעורים ב) אנשים שתומכים בי ועוזרים לי ג) משחק בהפסקה ד) מבחן בכיתה

2. מהי שייכות?

א) להיות הכי חזק בכיתה ב) הרגשה שאני חלק מהקבוצה ג) לקבל ציון גבוה ד) לשחק לבד

3. מהו חוסן נפשי?

א) לא להרגיש כלום ב) יכולת להתמודד ולהתאושש מקושי ג) לרוץ מהר ד) לדעת לשיר

4. לפי הלוח, איזו משימה היא חובה לכולם?

א) ראיון עם בן משפחה ב) כתיבת מדריך הישרדות ג) בחירת פעולה אחת מ'ההתחייבות שלי' וקיומה ד) ציור מעגלי תמיכה

5. כדי לנצח בלוח הבחירה צריך ליצור:

א) עיגול ב) קו - שורה, טור או אלכסון ג) משולש ד) רק נקודה אחת

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	מעגל תמיכה יכול לכלול בני משפחה וחברים	☐	☐
2	שייכות כיתתית אומרת שרק חלק מהתלמידים מרגישים שייכים	☐	☐
3	כתיבת מכתב תודה היא דרך לחזק קשר עם מישהו שתומך בנו	☐	☐
4	תכנון פעילות הפסקה משותפת יכול לעזור לתלמידים שלא מכירים להתחבר	☐	☐
5	חוסן נפשי אומר שאף פעם לא מרגישים קושי	☐	☐

3 חלק ג' – השלימו את המשפט

השלימו את המילה החסרה.

1. אנשים שתומכים בי ועוזרים לי נקראים מעגל _____

2. הרגשה שאני חלק מהקבוצה נקראת _____

3. לקבל כל אחד כמו שהוא נקרא _____

4. היכולת להתמודד עם קושי ולהתאושש ממנו נקראת _____

5. כדי לחבר תלמידים שלא מכירים אפשר להציע פרויקט _____

4 חלק ד' – התאימו בין המשימה לסוג שלה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. ציור מעגלי התמיכה שלי	___	**א.** משימה מעמיקה
2. כתיבת מכתב תודה	___	**ב.** משימה מעמיקה
3. כתיבת מדריך הישרדות לתלמיד חדש	___	**ג.** משימת חובה
4. בחירת פעולה מ'ההתחייבות שלי'	___	**ד.** משימת אתגר
5. תכנון פעילות הפסקה משותפת	___	**ה.** משימה בסיסית

5 חלק ה' – כתיבה אישית

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. ציירו או תארו במילים את מעגלי התמיכה שלכם - מי נמצא במעגל הקרוב ביותר ומי במעגלים הרחוקים יותר?

2. כתבו 5 מילים שמתארות כיתה שבה כל התלמידים מרגישים שייכים

3. הציעו רעיון לפרויקט כיתתי שיחבר בין תלמידים שלא מכירים מספיק אחד את השני

כרטיס יציאה

מהו מעגל תמיכה?

תנו דוגמה אחת לפעולה שיוצרת שייכות בכיתה

מה ההבדל בין משימת חובה למשימה בסיסית בלוח?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀