

מודעות עצמית | מפגש 2

למורה: יש להתחיל את המפגש עם דירוג עצמי של שלושת התחומים של משולש א.י.ל. כלומר, כל אחד יבצע התבוננות עצמית על כיצד הוא מרגיש, כיצד מתנהלים יחסיו עם אחרים וכיצד הוא מתמודד עם הלמידה. בנוסף, יש לבצע מעקב אחר תהליך השגת המטרות האישיות. הדירוג העצמי והמעקב מעלים את המודעות העצמית בשלושת התחומים ובקשרים ביניהם.



סדר המפגש:

- הצגת סרטון.
- דיון בתחושות של עילאי ובהתנהגות חבריו לכיתה.
- זיהוי החוזקות והקשיים של עילאי.
- דף עבודה בנושא הסרטון.
- סיכום המפגש.

“מה שלומכם? לפני שנתחיל את המפגש תספרו לי איך אתם מרגישים היום?”

נושא המפגש שעליו נדבר היום הוא מודעות עצמית, המפגש של היום הינו המשך למפגש הקודם שהיה לנו בנושא זה.

זוכרים את המפגש הקודם? מי זוכר מהי מודעות עצמית? מאיזו שורש מורכבת המילה מודעות? למה מתכוונים כשאומרים “מודעות עצמית”?

שוחחנו גם על החוזקות והחולשות שלנו ואירגנו את המידע בטבלה. מדוע אירגנו את המידע בטבלה? מה הטבלה מאפשרת לנו? מהן החוזקות של הטבלה? מהן החולשות של הטבלה?

נסו להיזכר בחוזקות שכתבתם על עצמכם, מהן החוזקות שלכם? ומהם הקשיים שהעלתם?

לאחר שנזכרנו מה עשינו במפגש הקודם, אספר לכם מה נעשה במפגש הנוכחי.”

“לפניכם סרט שנעשה על תלמידים שמתמקד בתלמיד אחד ושמו עילאי. תהיו קשובים לסרט ובמהלכו חשבו על החוזקות והקשיים של עילאי.”

<http://bit.ly/1i9I8R4>

בשלב הראשון, הקרינו את הסרט עד לשלב בו נגמר המפגש ולפני שעילאי יוצא להפסקה (עד 20:1 בסרטון) ושאלו את התלמידים: “ממה חושש עילאי? איך הוא מרגיש לדעתכם? מה דעתכם על התנהגותם של חבריו? איך אתם הייתם מגיבים?”

צפו בחלק השני של הסרט. דיון: “מה אומרים הילדים על עילאי? מה הם חושבים עליו? מה הוא מרגיש בזמן זה? מה דעתכם על התנהגותם? איך אתם הייתם מתנהגים?”

מה ראינו בסרט? מהן החוזקות של עילאי? מהן הקשיים של עילאי? כיצד אתם מציעים לעילאי להתמודד עם הקושי? האם הוא יכול להשתמש בחוזקות שלו כדי להתמודד עם הקשיים?”

כל הזכויות שמורות ליחידה ללקויות למידה והפרעות קשב, המרכז הבינתחומי הרצליה



נספח מס' 9: דף עבודה על חוזקותיו וקשייו של עילאי ושל חבריו.

"כעת השיבו על דף העבודה המצורף".

"כעת נסכם את המפגש: ראינו היום סרטון על תלמיד שיש לו קושי אך יש לו גם נקודות חוזק, כמו לכולנו... לכל אחד מאיתנו יש מוקדי קושי וגם מוקדי כוח שמאפשרים לנו להתמודד עם תחומי הקושי".



למורה: חשוב לשים לב בשלב זה לתלמידים שמתקשים להביע את עצמם בכתב. שימי לב האם יש תלמידים שהצליחו להביע את דעתם בעל פה בצורה טובה, אך מתקשים להביע זאת בכתב. ניתן לכתוב על הלוח התחלה של משפטים אשר יסייעו לתלמידים אלו, למשל: ראיתי כי לעילאי קשה.... עילאי מאוד טוב ב..... אני הייתי עוזר לעילאי בכך ש.....



נספח מס' 10: כרטיסיות השלמת משפטים.

במידה ואין אפשרות להקרין את הסרט ניתן לבצע פעילות חלופית. התלמידים יתחלקו לזוגות שהם בוחרים. בשלב הראשון, כל זוג יקבל את נספח מס' 10 ויגזור את הדף לכרטיסיות. בשלב השני, יש להפוך את הכרטיסיות ולערבב אותן כאשר הן הפוכות.



"כעת כל חבר בזוג ירים כרטיסיה אחת וישלים את המשפט המופיע על גבי הכרטיסיה. לאחר מכן, החבר השני ירים כרטיסיה נוספת וישלים את המשפט המופיע על גביה. כך כל אחד בתורו, עד שכל הכרטיסיות נהפכו והתלמידים השלימו את המשפטים הכתובים עליהן. לאחר שתסיימו לדבר על כל הכרטיסיות, כל זוג יבחר נציג והנציג יספר לכל הכיתה על אחת מהכרטיסיות, לפי בחירתו".

למורה: מעבר לחיזוק מודעות עצמית, התרגיל יסייע לתלמידים להיחשף למגוון תחומי חוזק של כלל התלמידים ויעודד יחסי קרבה ועזרה בין התלמידים בכיתה.

סיכום: "האם אתם זוכרים מה למדנו היום? אילו פעילויות עשינו היום? מה הכי אהבתם? האם משהו שעשינו היה קשה? לאפשר לתלמידים לשתף. "למדנו נושא שמאוד חשוב לנו בחיים, גם בבי"ס וגם מחוץ לבית ספר. למדנו לשים לב לחוזקות שלנו וגם לתחומי הקושי. חשוב מאוד להכיר את התחומים האלו כי ככל שאנחנו מכירים אותם, אנחנו יודעים טוב יותר מתי אנחנו צריכים עזרה ומה יכול לעזור לנו. אנחנו יכולים לעזור לעצמנו טוב יותר וגם לאחרים. להכיר את עצמנו זה תהליך חשוב שאנחנו מתפתחים בו עוד ועוד, לאורך כל החיים".