

נושא יחידת ההוראה:

פיתוח חוסן רגשי

למי מיועדת יחידת ההוראה?

הלמידה מיועדת למורים המעוניינים לשכלל את יכולות הוויסות הרגשי שלהם לשיפור ביצועי ההוראה, פיתוח הרווחה הנפשית שלהם והקניית ידע משמעותי זה לתלמידים על מנת לשפר את ההצלחה בלימודים ובכישורי חיים בסיסיים. יחידה זו הועברה ליותר מ-500 לומדים פעילים. זמן הלמידה חצי שעה עד שעה עם יכולת הרחבת הידע.

מטרות היחידה

- א. הבנת הצורך של כל אדם בפיתוח היכולת לוויסות רגשות ותרומתה לאיכות חיים ולמידה.
- ב. הבנת תהליכים בוויסות רגשות וכלים בסיסיים לוויסות רגשות.
- ג. יישומים של ויסות רגשות בעבודת המחנך.
- ד. התנסות בלמידה מתוקשבת ומשתפת.

תהליך הלמידה

שלב א' – פיתוח המודעות ליכולת לוויסות רגשות (ממלאים שאלון אקסל)
שלב ב' – למידה א- סינכרונית חלק א' – צופים בסרטון למידה יוטיוב
שלב ג' – שיתוף בקבוצת ב- Padlet ("רגע לעצור")
שלב ד'- למידה א- סינכרונית חלק ב' – צופים בסרטון למידה יוטיוב
שלב ה' - שיתוף בקבוצת הלומדים בפייסבוק ("תעבירו את זה הלאה")
שלב ו' – מעניין אתכם? רוצים ללמוד יותר? מוזמנים להאזין לפודקאסט של שחר צדוק.
"פיתוח חוסן וויסות רגשי" - [למעבר לחצו כאן](#)

בברכת הצלחה

שחר צדוק, נתיבי ידע - פיתוח מקצועי באינטרנט

www.e-yeda.co.il

szmail6@gmail.com