



מחנכת יקרה,

לפנייך התוכנית החדשה של כישורי חיים "הכ"חות שבדרך".

התכנית החדשה נכתבת על סמך ידע אקדמי ומחקרי ענף ומגוון, שפוגש את המידע שנאסף מהשטח בסקרי ראמ"ה, במחקר אקדמי, סקרי אגף ייעוץ ובמפגשי שולחנות עגולים עם תלמידים, הורים, מורים, ועם יועצות ויועצים. התכנית מוגשת בצורה אינטראקטיבית ומאפשרת גמישות ושיקולי דעת בהנחייתה הן מבחינת הבחירה בתכנים ובסגנון והן מבחינת ההזמנה לחבר אותה ל"כאן ועכשיו" הכיתתי.

מטרת התוכנית להקנות מיומנויות לתלמידינו להתמודדויות עם מצבי החיים השונים ובכך לחזק אותם בכוחות שיש להם ולפתח אצלם כוחות נוספים לדרך. התכנים נבחרו על פי הצרכים שנמצאו מתאימים ומשמעותיים עבור כל גיל.

לכל נושא יש מספר שיעורים, ולכל שיעור יש קישור לפעילות. הפעילויות מגוונות, מזמינות ומביאות ליצירת שיח רגשי משמעותי שלך עם תלמידייך. בגוף הפעילות קיים הסבר מפורט עבורך על מערך השיעור. השיעור בנוי בתוך מצגת בה יש סרטונים, מקרים לשיח, שאלות לדין ועזרים נלווים כמו דפים להדפסה. כל אלו יסייעו לך בהכנה לקראת השיעור ובהעברתו בכיתה לתלמידייך.

אני מזמינה אותך לפנות אלי בכל שאלה או רצון להתייעץ ולשתף בדברים שחשבת עליהם או שעולים בכיתתך.



מאחלת לך שנה טובה של כ"חות ושותפות

ערבה כהן
יועצת בית ספר

כיתה ו'

מיומנויות SEL מרכזיות שיוקנו ויתורגלו בכיתה ו':

מודעות עצמית – הכרת העצמי; איתור נקודות חוזק; תחושת מסוגלות עצמית; חיפוש משמעות

הכוונה עצמית – קבלת החלטות מושכלת; סנגור עצמי; הצבת מטרות ותכנון עתיד נבחר

מודעות חברתית – זיהוי והבנת מצבים חברתיים; זיהוי נורמות חברתיות והשפעתן

התנהלות חברתית - שמירת גבולות 'העצמי' במסגרת החברתית; מתן עזרה, בקשה וקבלת עזרה; התמודדות עם לחץ חברתי

כיתה ו'- תכנית מורחבת: חיזוק הכוחות לקראת המעבר לחט"ב, התבגרות ומיניות

תוכנית שנתית

מיומנויות לחיזוק כוחות וחוסן להתנהלות מיטבית בשגרה ובחירום (להעברה בחודשים ספטמבר-נובמבר)

- וזוהי רק ההתחלה... : ממלכתי
- מהו אושר? ממלכתי
- מוסיפים אושר לחיים: ממלכתי
- אני היוצר של חיי: ממלכתי
- כל יעד מתחיל בחלום: ממלכתי
- ניהול וארגון זמן למידה ופנאי בדרך להשגת יעדים: ממלכתי
- מזהים כישורים וקשיים ומשתפים: ממלכתי
- לומדים לייצג את עצמנו: ממלכתי
- מודל פתרת": ממלכתי

חברות, סובלנות ומניעת אלימות (להעברה בחודשים נובמבר-דצמבר)

- שיעורים בנושא יעלו בהמשך.

(מיניות בריאה ומניעת פגיעה מינית (להעברה בחודשים ינואר- פברואר

:"התכנית "לצמוח ולגדול

- פתיחה ותיאום ציפיות: [ממלכתי](#)
- ניסוח חוזה כיתתי: [ממלכתי](#)
- מקורות מידע מהימנים ולא מהימנים: [ממלכתי](#)
- נעים להכיר, אני! [ממלכתי](#)
- הבנים והבנות - אילו שינויים מביא עימו גיל ההתבגרות? [ממלכתי](#)
- לגדול עם כל הלב - על שינויים רגשיים וחברתיים: [ממלכתי](#)
- סטריאוטיפים מיניים: [ממלכתי](#)
- לחץ חברתי: [ממלכתי](#)
- שיעור סיכום: [ממלכתי](#)

(חיזוק כוחות (להעברה בחודש מרץ

- התמודדות עם קבלת החלטה: [ממלכתי](#)
- סגנונות בקבלת החלטות: [ממלכתי](#)
- מודל קבלת החלטות: [ממלכתי](#)

מיומנויות לחיזוק כוחות וחוסן להתנהלות מיטבית בשגרה ובחירום (להעברה בחודשים אפריל-מאי)

המעבר לחטיבת הביניים

- הכוח לעבור: [ממלכתי](#)
- העוגנים שלי במעבר: [ממלכתי](#)
- אדם צובר זכרונות: [ממלכתי](#)
- לוקחים לדרך ומטביעים חותם: [ממלכתי](#)
- אורזים ומתקדמים: [ממלכתי](#)
- לכל שאלה תשובה - ידע הוא כוח: [ממלכתי](#)

(התנהלות מיטבית ברשת ומניעת פגיעה + סיום וסיכום שנה (להעברה בחודש יוני

- תראו אותי! [ממלכתי](#)
- רשת של חברים: [ממלכתי](#)
- סיום וסיכום שנה: [חברה ערבית](#)