🕵️ קולטים, מבינים ובוחרים לעזור: בלשי הרגשות

כיתה ב' | כישורי חיים | 45 דק' | שיעור לפי מעגל הלמידה · מערך למורה

❓ איך אפשר לדעת שחבר צריך עזרה – גם כשהוא לא אומר את זה?

עיגון בתוכנית הלימודים: הכ"חות שבדרך – ממלכתי יסודי, שיעורים לכיתות ב'–ג': "קולטים, מבינים ובוחרים לעזור" (בהמשך לשיעור "מרגישים ועוזרים עם חיישנית הבטן"). (משרד החינוך, אגף בכיר שפ"י – "הכ"חות שבדרך", מערך "קולטים, מבינים ובוחרים לעזור" לכיתות ב'–ג' (מצגת למורה, שקף "ידע, מיומנויות וערכים"); רשימת השיעורים: שבוע המערכת למוגנות תשפ"ג)

„"ידע, מיומנויות וערכים: הילדים יבינו שהחושים עוזרים לנו במצבי פגיעה או סיכון. היכרות עם דרכים שונות לעזרה לחבר." · "מיומנויות חברתיות (בין-אישי): מודעות חברתית - הבנה וזיהוי מצבים חברתיים. התנהלות חברתית – תקשורת בין-אישית – הקשבה ושיתוף.""

מטרות

מטרה מרכזית: התלמידים יבחרו דרך עזרה מתאימה לחבר במצב נתון וינמקו אותה לפי שלושת הצעדים: קולטים סימנים – מבינים (משערים ובודקים בשאלה) – בוחרים לעזור או לפנות למבוגר.

- התלמידים יזהו לפחות שלושה סימנים של רגש (בפנים, בגוף ובקול) בתמונה או בהמחזה.
- התלמידים ינסחו השערה על מה שהחבר מרגיש ויבדקו אותה בשאלה ("אתה בסדר? מה קרה?").
- התלמידים יתאימו לכל מצב דרך עזרה מתאימה וינמקו את הבחירה.
- התלמידים יבחינו בין מצב שבו עוזרים בעצמנו לבין מצב שבו פונים למבוגר, ויציינו סימן אחד לכך.

ידע קודם: שמות של רגשות בסיסיים: שמח, עצוב, כועס, מפחד (כיתה א'). · המושג "חיישנית הבטן" מהשיעור הקודם בסדרה – הרגשה בבטן שאומרת שמשהו לא בסדר. · כללי שיחה בכיתה: מדברים בתורות ומספרים רק על עצמי.

מושגים: לראות את האחר (הזדהות) · סימנים של רגש (פנים, גוף, קול) · חיישנית הבטן · עזרה מתאימה · פנייה למבוגר

חומרים: כרטיסי תמונה מצוירים של דמויות בתנוחות שונות (בלי פנים של ילדים אמיתיים) · זכוכית מגדלת מקרטון לכל קבוצה (אביזר משחק) · דף "תיק בלש" עם שלוש עמודות: פנים / גוף / קול · מסך להקרנה

בטיחות: אם עולה בשיחה מצב אמיתי של פגיעה או מצוקה – לא להרחיב מול הכיתה, להודות לתלמיד ולשוחח איתו בנפרד, ולעדכן את היועצת.

מהלך השיעור לפי שלבי מעגל הלמידה

1. פתיחת המעגל – איתור ידע קודם **6 דק'**	*חוויה פותחת: לגלות שאפשר "לקרוא" הרגשה בלי מילים, ולאתר ידע קודם על שמות של רגשות.* 1. המורה אומרת: "היום אני לא אדבר – אתם תהיו בלשים." ומציגה בלי מילים שלוש תנוחות: ראש מורכן וכתפיים שמוטות; ידיים קפוצות ורקיעה ברגל; קפיצה עם ידיים למעלה. 2. אחרי כל תנוחה שואלת: "מה אתם משערים שאני מרגישה? מה ראיתם שגרם לכם לחשוב כך?" ורושמת בשתי עמודות על הלוח: הרגש / הסימן. 3. שואלת: "האם אפשר להיות בטוחים רק מהסימנים?" ומשאירה את השאלה פתוחה. 4. מציגה את שאלת השיעור ואת שלוש המילים שילוו אותנו: קולטים – מבינים – בוחרים לעזור. **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "את עצובה – הראש שלך למטה", "את כועסת – רקעת ברגל", "את שמחה – קפצת". • תפיסה שגויה נפוצה: "אם היא לא בוכה היא לא עצובה" ← תגובת המורה: "יש עוד סימנים חוץ מדמעות – מה עוד ראיתם בגוף?"

2. התנסות **12 דק'**	*התנסות: לאסוף ולמיין סימנים של רגש ולשער – לפני שנותנים מושגים.* 1. מחלקת לקבוצות של 4; כל קבוצה מקבלת זכוכית מגדלת, 4 כרטיסי תמונה מצוירים ודף "תיק בלש" (פנים / גוף / קול). 2. מסבירה ומדגימה על כרטיס אחד: "אני רואה גבות למטה ופה עקום – זה סימן בפנים. אני רואה ילד יושב לבד ומחבק ברכיים – זה סימן בגוף." 3. הקבוצות חוקרות 3 כרטיסים ב-6 דקות ורושמות (או מציירות) סימנים, ואז משערות: "הוא מרגיש… ואולי הוא צריך…". 4. מקרינה את הסימולטור; כל קבוצה מתאימה זוג אחד (מה רואים ← איך עוזרים) ומנמקת: "למה זו העזרה המתאימה?" 🕹️ **סימולטור:** מה רואים – ואיך עוזרים? – מצאו עזרה שמתאימה בדיוק למה שהחבר צריך. (בעמוד השיעור באתר) **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "הוא יושב לבד ומסתיר את הפנים – אולי עצוב או מתבייש". • תפיסה שגויה נפוצה: קבוצה כותבת רק רגש בלי סימן ("הוא עצוב") ← תגובת המורה: "בלש צריך הוכחה – מה בדיוק ראיתם בפנים או בגוף?"
3. המשגה **10 דק'**	*המללה והמשגה: מה היה לנו כאן? להגדיר "לראות את האחר", סימנים של רגש, עזרה מתאימה, ומתי פונים למבוגר.* 1. שואלת: "איך ידעתם מה הדמות מרגישה? האם הייתם בטוחים?" ומובילה להבנה: הסימנים הם רמז – את ההשערה בודקים בשאלה. 2. אני מדגימה בקול רם על כרטיס חדש: "אני קולטת: הוא עומד ליד השער ומסתכל לכל הצדדים. אני משערת: אולי הוא מחפש מישהו ומפחד. אני בודקת: אשאל אותו – מה קרה? את מי אתה מחפש? אני בוחרת: אלך איתו למורה התורנית." 3. נעשה יחד: המורה מציגה כרטיס נוסף והכיתה משלימה בקול את ארבעת המשפטים (קולטת / משערת / בודקת / בוחרת). 4. מקרינה מתוך השיעור המצולם של משרד החינוך (14:30–21:00) את החלק "עם אילו קשיים מתמודדים ילדים?" ו"התחשבות ואכפתיות בכיתה", ועוצרת לשאלות הצפייה. 5. מגדירים יחד ורושמים על הלוח: לראות את האחר, סימנים של רגש, עזרה מתאימה, חיישנית הבטן – כשהיא "מצפצפת" חזק או שמשהו מסוכן, פונים מיד למבוגר. **מושגים:** לראות את האחר (הזדהות) – לשים לב לחבר, להבין מה הוא מרגיש ולהרגיש איתו – כאילו אני בנעליים שלו. · סימנים של רגש – רמזים בפנים, בגוף ובקול שמספרים מה מישהו מרגיש. · חיישנית הבטן – ההרגשה בבטן שאומרת: משהו לא בסדר. כדאי להקשיב לה. · עזרה מתאימה – עזרה שמתאימה למה שהחבר צריך עכשיו. לפעמים זה לשאול, לפעמים להציע, ולפעמים לקרוא למבוגר. 🎬 **סרטון:** כיתות: א' כישורי חיים - אכפתיות ועזרה לזולת (מערכת שידורים לאומית - משרד החינוך) – youtube.com/watch?v=m99FMOgzHrc **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "אפשר לשאול אותו אם הוא בסדר". • תפיסה שגויה נפוצה: "אם חבר עצוב תמיד עוזרים לבד" ← תגובת המורה: "מתי זה גדול עלינו? כשמישהו נפגע, כשמישהו מאיים, כשחיישנית הבטן מצפצפת חזק – אז פונים למבוגר." **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • השוו: במה שונה עזרה שבחרנו בלי לשאול מעזרה שבחרנו אחרי ששאלנו את החבר?

4. יישום – ביצועי הבנה **10 דק'**	*יישום: לבחור, להמחיז ולנמק עזרה מתאימה במצב חדש לפי שלושת הצעדים.* 1. כל קבוצה מקבלת כרטיס מצב חדש מחיי הכיתה (חבר שכח את התיק ונבהל; ילדה לא מצליחה לסגור את המעיל; ילד שמשאירים אותו מחוץ למשחק; ילד שנפל ונשרט בברך). 2. הקבוצה מתכננת במשך 4 דקות לפי הכרטיס: מה קולטים? מה משערים? מה שואלים? איך עוזרים? האם צריך מבוגר? 3. שתיים–שלוש קבוצות מציגות המחזה של דקה. אחרי כל המחזה הכיתה מצביעה באגודל: האם העזרה התאימה? ולמה? 4. המורה מחזקת במילים צעד אחד מדויק בכל המחזה ("ראיתי ששאלתם לפני שעזרתם"). **משימה:** קיבלתם מצב חדש. מה רואים? מה החבר מרגיש? מה תשאלו? איך תעזרו? האם צריך מבוגר? **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "נשאל אותו אם הוא רוצה לשחק איתנו ונזמין אותו". • תפיסה שגויה נפוצה: במצב של הילד שנשרט – "נשים לו פלסטר בעצמנו" ← תגובת המורה: "כשמישהו נפגע בגוף – קוראים למבוגר, ובינתיים נשארים לידו." **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • נמקו: למה במצב של הילד שנפל צריך מבוגר, ובמצב של המעיל אפשר לעזור לבד?
5. סגירת המעגל – רפלקציה והערכה **7 דק'**	*סגירת המעגל: הערכה (שאלון וכרטיס יציאה) ורפלקציה אישית.* 1. עונים יחד על השאלון במסך; על כל שאלה התלמידים מצביעים לפני שחושפים את התשובה. 2. כרטיס יציאה: כל תלמיד מקבל פתק עם מצב קצר ועונה (בציור או במשפט) – מה תעשה כדי לעזור? 3. שאלת רפלקציה אחת בסבב קצר: "מתי עזרו לכם פעם? איך הרגשתם?" 4. מסכמים בתנועה ובקול: קולטים (יד לעיניים) – מבינים (יד לראש) – בוחרים לעזור (יד מושטת). **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה בכרטיס היציאה: "אשאל אותה מה קרה ואזמין אותה לשחק". • תפיסה שגויה נפוצה: "אגיד לה לא לבכות" ← תגובת המורה בשיעור הבא: נשוב לשלב "מבינים" – קודם שואלים מה קרה. **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • מה הייתם עושים אם החבר עונה "אני בסדר" אבל הסימנים אומרים אחרת? 📝 **שאלון** (6 שאלות) **ורפלקציה** – בדף לתלמיד. 🎟️ **כרטיס יציאה:** נעמה יושבת לבד בהפסקה ומחבקת את הברכיים. מה תעשו? כתבו או ציירו שני צעדים. • צעד ראשון של בדיקה: שואל/ת מה קרה או אם היא בסדר • צעד שני של עזרה מתאימה: מזמין/ה לשחק, נשאר/ת לידה או קורא/ת למבוגר אם היא נפגעה

הלימה: מטרה – פעילות – עדות

זיהוי סימנים של רגש	התנסות: "תיק בלש" – מיון סימנים לפנים / גוף / קול בכרטיסי התמונה	תיק הבלש של הקבוצה: לפחות 3 סימנים מדויקים לכל כרטיס; שאלון פריט 2
השערה ובדיקה בשאלה	המשגה: הדגמת המורה "אני משערת ש… אז אשאל…" ותרגול יחד	ניסוח השערה + שאלת בדיקה בהצגה של שלב היישום
התאמת עזרה ונימוק	סימולטור התאמה (מצב ← עזרה) והצגות היישום	נימוק בעל פה בסימולטור; כרטיס יציאה
מתי פונים למבוגר	המשגה: "חיישנית הבטן מצפצפת חזק" + מצבי היישום	שאלון פריט 6; כרטיס יציאה (מצב של סכנה ← מבוגר)

התאמה לשונות

מתקשים	• תיק בלש עם סמלים מצוירים (עין לפנים, דמות לגוף, אוזן לקול) במקום מילים • כרטיסי רגש עם פרצופים לבחירה: שמח, עצוב, כועס, מפחד • רצועת משפטים מוכנה: "אני רואה... / אני משער/ת ש... / אשאל... / אעזור..." • בסימולטור: להתחיל משני זוגות עם המורה
בינוניים	• למלא את תיק הבלש לשלושה כרטיסים, לשער ולבדוק בשאלה • להסביר בעל פה למה העזרה שנבחרה מתאימה
מתקדמים	• למצוא מצב שבו אותו סימן (דמעות) יכול להעיד על רגשות שונים – גם שמחה – ולהסביר למה חייבים לשאול • לכתוב "כלל כיתתי" אחד שיעזור שאף ילד לא יישאר לבד בהפסקה ולנמק אותו

מחוון

- מזהה לפחות שלושה סימנים של רגש (פנים, גוף, קול) בכרטיס
- מנסח/ת השערה ובודק/ת אותה בשאלה
- מתאים/ה עזרה למצב ומנמק/ת
- מציין/ת מצב שבו פונים למבוגר וסימן אחד לכך

רב-תחומיות

- עברית – חינוך לשוני: האזנה ודיבור: התלמידים מתארים במדויק סימנים במילים של רגש ומנסחים שאלת בירור בהמחזה – מיומנות של שיח בין-אישי מתחום החינוך הלשוני.

תשובות השאלון: 1–ב · 2–ב · 3–א · 4–ג · 5–ב · 6–א

🕵️ קולטים, מבינים ובוחרים לעזור: בלשי הרגשות

שם _____ כיתה _____ תאריך _____

❓ אֵיךְ אֶפְשָׁר לָדַעַת שֶׁחָבֵר צָרִיךְ עֶזְרָה – גַּם כְּשֶׁהוּא לֹא אוֹמֵר אֶת זֶה?

🕹️ **בסימולטור: מָצְאוּ עֶזְרָה שֶׁמַּתְאִימָה בְּדִיּוּק לְמָה שֶׁהֶחָבֵר צָרִיךְ.**
בְּאֵיזֶה מַצָּב צָרִיךְ לִקְרֹא לִמְבֻגָּר? לָמָּה?

_____

_____

🛠️ **משימה:** קַבְּלָתֶם מַצָּב חָדָשׁ. מָה רוֹאִים? מָה הֶחָבֵר מַרְגִּישׁ? מָה תִּשְׁאֲלוּ? אֵיךְ תַּעַזְרוּ? הַאִם צָרִיךְ מְבֻגָּר?

_____

_____

_____

📝 שאלון

1. מָה זֶה "לִרְאוֹת אֶת הָאַחֵר"?

◯ לִצְחֹק עִם כֻּלָּם ◯ לְשִׂים לֵב לַחֵבֵר וּלְהָבִין מָה הוּא מַרְגִּישׁ ◯ לְנַצֵּחַ בַּמִּשְׂחָק

2. אֵיפֹה מְחַפְּשִׂים סִימָנִים לָרֶגֶשׁ שֶׁל חָבֵר?

◯ רַק בַּבֶּגֶד שֶׁלּוֹ ◯ בַּפָּנִים, בַּגּוּף וּבַקּוֹל ◯ רַק בַּתִּיק שֶׁלּוֹ

3. רָאִיתִי סִימָנִים שֶׁחָבֵר עָצוּב. מָה הַצַּעַד הַבָּא?

◯ לִשְׁאֹל: "אַתָּה בְּסֵדֶר? מָה קָרָה?" ◯ לְהַחֲלִיט לְבַד מָה קָרָה לוֹ ◯ לְהִתְעַלֵּם כְּדֵי לֹא לְהַפְרִיעַ

4. חֲבֵרָה נִפְצְעָה בַּהַפְסָקָה. מָה הֵכִי מַתְאִים?

◯ לְחַכּוֹת שֶׁזֶּה יַעֲבֹר ◯ לְצַלֵּם אוֹתָהּ ◯ לִקְרֹא לִמְבֻגָּר וּלְהִשָּׁאֵר לְדָה

5. חָבֵר כּוֹעֵס וְאוֹמֵר "תַּעַזְבוּ אוֹתִי". מָה מַתְאִים?

◯ לִצְעֹק עָלָיו בַּחֲזָרָה ◯ לָתֵת לוֹ רֶגַע וּלְהַגִּיד שֶׁאֲנִי כָּאן ◯ לָקַחַת לוֹ אֶת הַכַּדּוּר

6. מָה זוֹ "חִישָׁנִית הַבֶּטֶן"?

◯ הַרְגָּשָׁה בַּבֶּטֶן שֶׁאוֹמֶרֶת שֶׁמַּשֶּׁהוּ לֹא בְּסֵדֶר ◯ מַכְשִׁיר שֶׁמּוֹדֵד רָעָב ◯ מִשְׂחָק בַּהַפְסָקָה

🎟️ **כרטיס יציאה:** נַעֲמָה יוֹשֶׁבֶת לְבַד בַּהַפְסָקָה וּמְחַבֶּקֶת אֶת הַבִּרְכַּיִם. מָה תַּעֲשׂוּ? כִּתְבוּ אוֹ צַיְרוּ שְׁנֵי צְעָדִים.

_____

_____

🪞 רפלקציה

מָה לָמַדְתִּי הַיּוֹם עַל סִימָנִים שֶׁל רְגָשׁוֹת?

_____

אֵיךְ הִרְגַּשְׁתִּי כְּשֶׁהָיִיתִי בַּלָּשׁ?

מָה הִפְלִיא אוֹתִי – אֵיזֶה סִימָן לֹא חָשַׁבְתִּי עָלָיו קֹדֶם?

לְמִי אוּכַל לַעֲזֹר מָחָר בַּהַפְסָקָה? אֵיךְ?

מָתַי פַּעַם מִישֶׁהוּ עָזַר לִי, וּמָה הִרְגַּשְׁתִּי?

אני יכול/ה...	בטוח/ה	כמעט	עוד לא
אֲנִי יָכוֹל/ה לְזַהוֹת סִימָנִים שֶׁל רֶגֶשׁ בְּפָנִים, בַּגוּף וּבַקוֹל.			
אֲנִי יָכוֹל/ה לִשְׁאֹל חָבֵר "אַתָּה בְּסֵדֶר?".			
אֲנִי יָכוֹל/ה לִבְחֹר עֶזְרָה שֶׁמַּתְאִימָה לְמָה שֶׁהֶחָבֵר צָרִיךְ.			
אֲנִי יוֹדֵעַ/ת מָתַי לִפְנוֹת לְמְבֻגָּר.			