

# סִיּוּל – הַכֵּנָה לַיּוֹלָד הַשֵּׁנִי לֹא לַעֲזוֹב יַדַּיִם

עבור תלמידים רבים, הסיול השנתי מהווה אתגר וגם הזדמנות למצוא את מקומם בקבוצה, להעז להשתתף וגם לפתוח את המעגל לאחרים. בפעילות זו נגע בגמישות ובתעוזה הנדרשות מאיתנו כדי להצטרף לקבוצה וכן באומץ הנדרש לפעמים כדי לתת לאחרים את המקום והביטחון לעשות זאת בעצמם.



- מערך זה הינו הזדמנות לתרגל מיומנויות חברתיות מורכבות, ביניהן:
- « אמפתיה - הכרת נקודת המבט המורכבת של האחר, והיכולת לבטא זאת כך שהאחר ירגיש מובן.
  - « גמישות מחשבתית - היכולת להסתגל לשינויים בסביבה ובחוויות אישיות דרך גמישות מחשבתית. לדוגמה: היכולת לסלוח, לקבל שינויים בתוכניות.
  - « שיתופיות - ההבנה שאני חלק מקבוצה, היכולת לשתף, להשתתף וגם לוותר ולחלוק – חפצים, זמן ועוד.
  - « הצטרפות לקבוצה - ההבנה שההצטרפות לקבוצה היא בחירה ויוזמה של היחיד, והיכולת להצטרף ולהישאר חלק מקבוצה פועלת.
  - « התמודדות עם עלבון - היכולת להתמודד עם מצבי דחייה ועלבון, כשהקונפליקט הוא חלק אינהרנטי במערכות יחסים. זיהוי הדפוס האישי במצבי עלבון, תוך שאיפה לתגובה מסתגלת.

## מִהְיָא: פתיחה

- 1 **תרגילי גמישות** - נתחיל עם 2 דקות של תרגילי גמישות – מתיחות של הזרועות, הרגליים, הגב.
- 2 **משחק "מולקולות"** - הילדים משוטטים ברחבי החדר בזמן שהמורה אומרת "מולקולות... מולקולות... מולקולות...". כאשר המורה אומרת "מולקולות של \_\_", הילדים צריכים להזדרז ולהסתדר בקבוצות של אותו המספר שנאמר. לדוגמה, אם המורה אומרת "מולקולות של 4", הילדים צריכים להסתדר בקבוצות של 4 ילדים. מטרת המשחק: להתחלק במהירות מבלי שאף ילד יישאר לבד! אם כולם התחלקו ונותרו ילדים ללא קבוצה, עליהם להצטרף במהירות לקבוצה שהכי קרובה אליהם.
- 3 **משחק הנחש** - הילדים עומדים במעגל ומחזיקים ידיים. מבקשים ממישהו להתנדב להיות "ראש הנחש". אותו תלמיד עוזב יד אחת ומתחיל לטייל בתוך המעגל ברחבי החדר, בעודו מוביל אחריו את יתר הילדים. מטרת המשחק: לא לעזוב ידיים! על ראש הנחש לאתגר את הקבוצה ולנוע בין הילדים (כשהם צריכים ליצור "גשר" עם הידיים כדי לאפשר לו לעבור), מעל כיסאות, סביב שולחנות וכו'.

## סימולציות

- 1 נחלק את הילדים לקבוצות קטנות. כל קבוצה תקבל פתק שעליו מתוארת סיטואציה טיפוסית שיכולה להתרחש בטיול שנתי, שבה ילד מרגיש לבד או לא רצוי. דוגמאות לסיטואציות: חלוקה למקומות ישיבה באוטובוס, חלוקה לחדרים או אוהלים, הליכה מאחור במסלול, או סיטואציה בה יושבים לאכול ארוחת ערב עם חברים ומישהו אוכל לבד. הילדים יקבלו כמה דקות לשוחח על הסיטואציה המתוארת ולחשוב יחד על השאלות הבאות: איך הייתם מרגישים אם הייתם הילד הזה שנשאר לבד? מה הייתם עושים במצב כזה? מה הילדים האחרים יכולים לעשות בסיטואציה כדי שהילד לא ירגיש לבד?
- 2 נחזור למליאה. נזמין כל קבוצה לשתף בקצרה בסיטואציה שקיבלו, ולאחר מכן נעשה יחד עיבוד קצר. נשאל: מה קרה בסיטואציות האלה? איך לדעתכם הרגיש הילד? מה הוא חשב? למה לדעתכם התנהגו הילדים באופן הזה? (רמז: זה בדרך כלל לא מרוע).



## שיתוף ושיח כיתתי

במליאה, נזמין את הילדים לשתף בדברים שעלו בקבוצות שלהם ונרשום על הלוח את הרעיונות שהעלו.

**נגיד:** אלו סיטואציות שאפשר להתכונן אליהן מראש, אבל לא תמיד זה כל כך ברור. נשאל:

איך אפשר לזהות ילד שרע לו, שמרגיש בודד או לא שייך?

איך אנחנו יכולים לשים לב יותר לילדים סביבנו?

איך אנחנו יכולים לבקש עזרה ולשפר את המצב כשאנחנו בעצמנו מרגישים רע, בודדים או לא שייכים?

מה אנחנו יכולים לעשות אצלנו בכיתה לקראת הטיול ובטיול עצמו כדי שכולם ירגישו שייכים, ושאכפת לנו זה מזו?

## סיכום

נסיים עם המחשבה הבאה (לשיקול המורה, ניתן לתרגם את זה להסכם כיתתי):

כדי להבטיח שאף אחד לא יישאר מאחור וירגיש לבד, אנחנו יכולים לאמץ שתי גישות חשובות:

- 1 **גמישות** – לפעמים, מעט גמישות ונכונות להתפשר או לוותר יכולים להפוך בעיה להזדמנות. לדוגמה, התעקשות לשבת ליד ילד מסוים באוטובוס עלולה להוביל לסכסוכים או להשאיר מישהו אחר לבד. אך גמישות מחשבתית תאפשר לי "לשחרר" ולשבת ליד מישהו אחר, ובכך לעזור ולשמור על אווירה חברית וחיובית.
- 2 **גישת ה"פלוס 1"** – כולנו אוהבים להיות בחברת החברים שלנו, והטיול השנתי הוא הזדמנות מיוחדת לבילוי יחד. חשוב להכיר בלגיטימיות של הרצון הזה, ובמקביל, לעודד את הכיתה לאמץ את גישת ה"פלוס 1" – כלומר, לדאוג תמיד להשאיר מקום בקבוצה ואף לפתוח אקטיבית את הדלת עבור עוד מישהו או שניים שיצטרפו. העיקרון החשוב הוא לזכור שעבור הקבוצה זהו צעד קטן, אך המשמעות שלו עבור אותו הילד שזכה להצטרף היא אדירה.

