



ספרים לאמיצים

"אומץ הוא לא תמיד שאגה, לפעמים אומץ הוא קול חלוש בסוף היום
שאומר: אני אנסה מחר שוב" (מרי אן קאדמאכר)



ספרים לאמיצים

ילדים צעירים חווים בימים אלו חוויות מורכבות הקשורות למצב הביטחוני והשפעתו על המסגרות החינוכיות ועל התא המשפחתי שלהם. המציאות המעורערת בחוץ מערערת גם את העצמי. ילדים זקוקים עכשיו לכל המקורות אשר יכולים לחזק את הדימוי העצמי שלהם. **תחושת מסוגלות עצמית תייצר חוסן ותאפשר התמודדות עם האתגרים.**

תחושת מסוגלות עצמית היא המפתח להתמודדות. על פי הפסיכולוג אלברט בנדורה, מסוגלות עצמית היא האמונה של האדם בנוגע ליכולתו להשיג שליטה על אירועים המשפיעים על חייו ובנוגע ליכולתו לגייס את המוטיבציה והמשאבים הקוגניטיביים ולמצוא את הכוחות לבצע את הפעולות הנדרשות על מנת להתגבר על אתגרים או לבצע משימות. תחושת המסוגלות חשובה תמיד, אבל במצב של שגרת חירום היא חשובה כפליים.

בחוברת זאת אספנו ששה ספרים אשר עוסקים בגיבורים ששואלים שאלות על היכולת, הכוחות ודרכי ההתמודדות שלהם במצבי חיים מגוונים. הטקסטים מעלים שאלות כגון מה אני יכול? מה אני מסוגל לעשות? כמה כוחות יש בי? מה החזקות שלי? עד כמה אני מאמין בעצמי? הם מזמנים שיח שיכול לאפשר לתלמידים ולתלמידות לזהות ולחזק את הכוחות שלהם.

החוברת מציגה את ששת הספרים יחד עם פעילויות המתאימות לכיתות א'-ב': מתווים לשיח בכיתה, משימות קריאה וכתיבה, יצירה וידע עולם. לכל אחד מהספרים מצורפים גם רעיונות ללוחות כיתתיים.

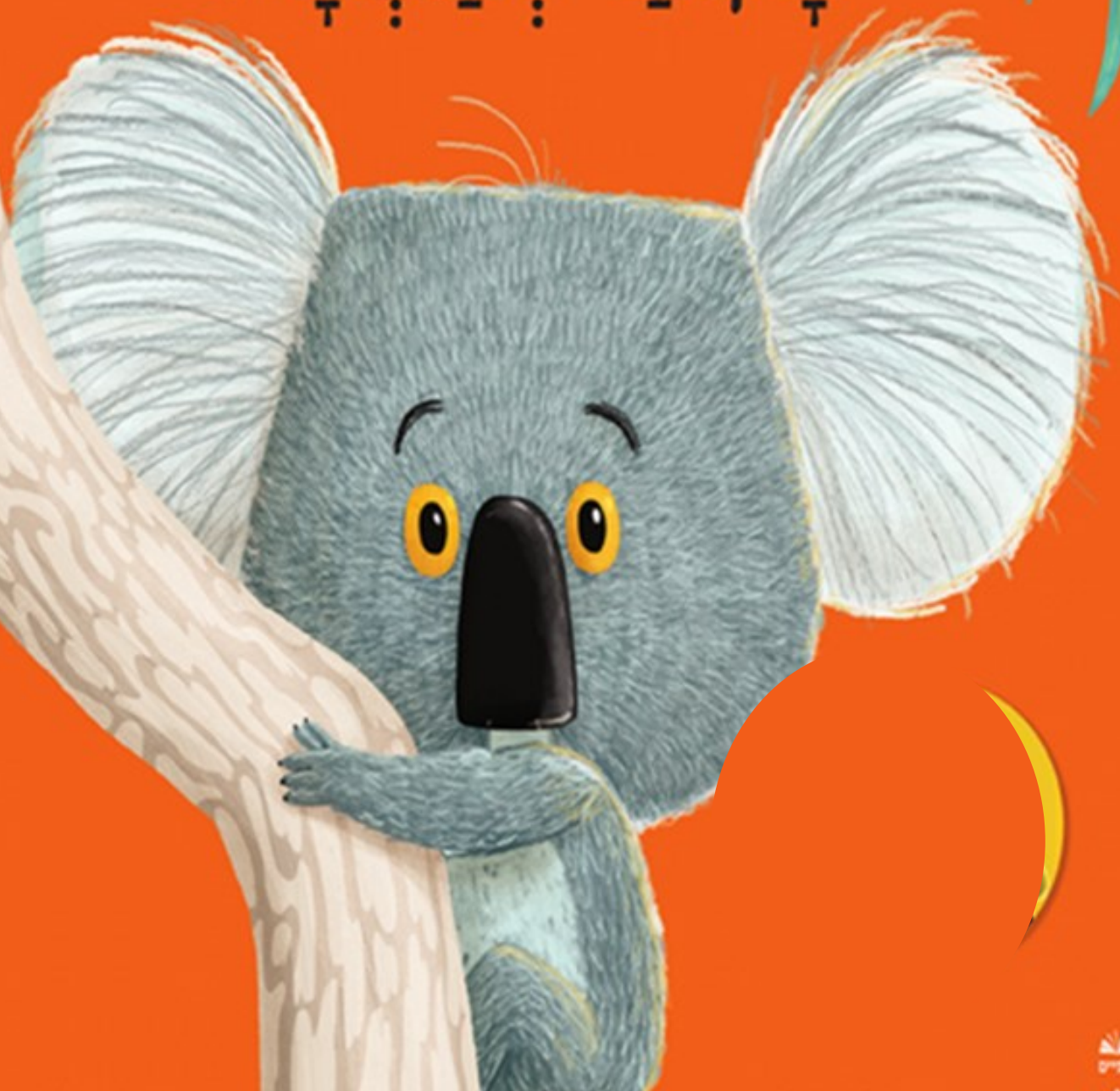
אנו מקוות שאתן והתלמידים והתלמידות שלכן תיהנו מהפעילות סביב קריאת הספרים ושכולנו נרגיש קצת יותר אמיצים.

אורלי רהב, מנהלת פיתוח תוכן, מכון ברנקו וייס

חני ברוך, מדריכת שפה, עיריית בת-ים

קוּיֵן הקִּוּאֵלָה

תְּקוּיֵה לַצֵּמָה לָהּ





קווין הקואלה תקוע למעלה

כתבה: רייצ'ל ברייט

קוין הקואלה נצמד אל העץ שלו ומסרב לעזוב. כל החיות מתרוצצות ומשחקות ביער, אבל קוין מעדיף להישאר במקומו הבטוח על הענף מבלי לדוז. כאשר העץ שלו עומד ליפול, קוין חייב ללמוד להרפות. הסיפור מלמד על שינויים, על יציאה מאזורי הנוחות ועל פתיחות לדברים חדשים.

שאר באהצ'ון שא'ון

על מי מסופר בספר? מה היתה הבעיה של קוין? מה אמרו לקוין החברים שלו? מדוע לא רצה קוין להפסיק להיאחז בענפי העץ? מה קרה לעץ של קוין? מה קרה לקוין כשהעץ קרס? איך הוא הרגיש כשהצטרף לחברים? מה הבין קוין בסוף הסיפור?

דיון על הג'ורנל

הספר מזמן דיון על פחדים ועל הדרך שבה אנו מתמודדים איתם. לפעמים אנחנו נמנעים ומוותרים ולפעמים אנחנו מתמודדים ומעזים. השיח יזמין את התלמידים לחשוב על ההתמודדות שלהם עם פחד; יציע מגוון דרכי התמודדות ויאתגר את התלמידים לנסות ולהעז.

- מה הפחיד את קוין?
- למה קוין היה תקוע?
- מה קוין הרוויח ומה הוא הפסיד כאשר החליט להישאר תקוע על העץ?
- איך הייתם מציעים לקוין להתמודד עם הפחד שלו טוב יותר? (לנסות לרדת בהדרגה, לשנות את הדיבור הפנימי שלו, להיעזר במישהו קרוב)
- איך אתם מתמודדים עם פחד?
- מתי פחדתם ולמרות זאת העזתם?
- מה קורה כשלא מעזים?

או כיתה - "גם אנחנו יכולים לנסות"

נחלק לתלמידים את הפתקים "גם אני יכולה לנסות". נבקש מהם להכין רשימה של דברים שהם יכולים לנסות ולהתמודד איתם. נתלה את הפתקים תחת הכותרת "גם אנחנו יכולים לנסות". כדאי לאפשר לתלמידים לספר בימים שאחרי הפעילות - האם ניסו? מה ניסו? איך הרגישו? מה למדו על עצמם?



או כיתה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידע עולמי

ג'ים פילד

ריוצ'ל ברייט

האריה נבוב פנים





האריה שבפנים

כתבה: רייצ'ל ברייט

עכבר זעיר, בלתי מורגש, שחיות הג'ונגל דורכות עליו ומתעלמות ממנו, מחליט שהגיע הזמן להשתנות. איך? הוא חושב שעליו להיות קצת פחות עכבר, זעיר וחששן, וקצת יותר כמו האריה - מלא ביטחון, יודע לשאוג ולהרעיד את העולם. הוא מחליט ללכת אל האריה וללמוד ממנו איך לשאוג. הוא עולה אל הסלע הגבוה, נעמד אף אל אף מול מלך החיות, ומגלה שהאריה הגדול והנורא פוחד דווקא... מעכברים.

שאלון הסיפור

על מי מספר הספר? מה היתה הבעיה של העכבר? איך העכבר הרגיש? באיזו דרך חשב העכבר לפתור את הבעיה שלו? מה החליט העכבר לעשות? מה קרה כשהעכבר פגש את האריה? מה האריה הרגיש כשהוא ראה את העכבר? מה העכבר הבין? מה קרה בסוף?

דיון על פחד ואומץ

הספר מזמן דיון בשאלות של פחד ואומץ. כל אחד מאיתנו מפחד מדברים מסוימים ומרגיש אמיץ ביחס לדברים אחרים. העכבר שהרגיש קטן וחסר ערך היה אמיץ מאוד כשהחליט לשאוג ופנה לאריה למרות הסכנה שהיתה כרוכה בכך. השיח יזמין את התלמידים להתבונן על עצמם - מתי הם אמיצים ומתי הם מפחדים, תוך כדי הדגשת כוחות ההתמודדות שלהם.

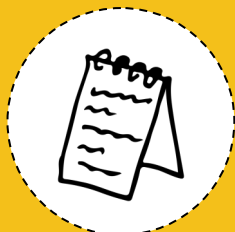
- מי פחד בסיפור?
- מי היה אמיץ?
- האם אפשר גם לפחד וגם להיות אמיצים?
- מתי פחדתם? מתי הרגשתם אמיצים? (נעודד את התלמידים לספר סיפורים שבהם הם התגברו על פחדים, שבהם הרגישו אמיצים, חזקים, מסוגלים)
- למה קוראים לסיפור "האריה שבפנים"?
- למי יש אריה בפנים?

אוף כינה - "אני אריה כש..."

נחלק לתלמידים את הפתקים "אני אריה כש...". נבקש מהם לכתוב מתי הם מרגישים אמיצים. באילו מצבים הם מרגישים חזקים? בטוחים? מתמודדים? נאפשר להם לספר על מה שכתבו ונתלה את הסיפורים שלהם על לוח הכיתה.



אוף כינה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידידות

כַּפְּכָּה אַחַת וְרֵדָה חֲנוּךְ פִּיבּוֹ





כפפה אחת ורודה

כתב: חנוך פיבן

כפפה אחת הלכה לאיבוד ונשארה לבדה. מה כבר יכולה לעשות כפפה אחת לבדה? היא תהתה. במסע שלה, גילתה הכפפה המון אפשרויות. בסוף החליטה לפעול, אספה כוחות ויצאה לחפש את בת הזוג שלה.

שאלות הסיפור

מה קרה לכפפה בדרך לגן? איך הכפפה הרגישה? מה הכפפה חשבה? את מי פגשה הכפפה בדרך? מה כל אחד מאלו שפגשה ביקש ממנה? מה הכפפה הבינה? מה הכפפה החליטה לעשות? מי עזרה לכפפה למצוא את בת הזוג שלה? איפה היא מצאה אותה? מה זוג הכפפות עשו יחד?

דיון על השאלות

הספר מזמן דיון על היכולת להרגיש משמעותיים. הכפפה מרגישה לא שווה כשהיא לבדה, אך כשהיא מוצאת משמעות ומצליחה לעזור לאחרים, היא מגלה את כוחותיה. לפעמים אנחנו עוזרים ולפעמים נעזרים. כשאנחנו עוזרים לאחרים אנחנו מרגישים משמעותיים וחזקים, ואנחנו מתחברים לכוחות שלנו. חשוב גם לדעת לבקש עזרה לפעמים ולא להישאר לבד עם קושי או אתגר. השיח יזמין את התלמידים לזהות את הכוחות שלהם דרך עזרה לאחרים בבית, בכיתה או בשכונה.

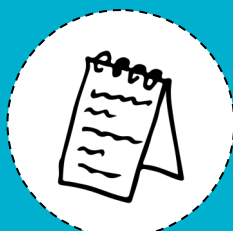
- איך הכפפה הרגישה כשנותרת לבדה? מה היא חשבה?
- למי הכפפה עזרה?
- איך הכפפה הרגישה כשעזרה לאחרים?
- מה הכפפה הבינה כשעזרה לאחרים?
- ספרו מתי אתם עזרתם למישהו? (להזמין סיפורים של עזרה לאחרים תוך הדגשת הכוחות של התלמידים)
- איך אתם מרגישים כשאתם עוזרים לאחרים?
- מתי כדאי לבקש עזרה?
- ספרו מתי נעזרתם במישהו?

או כיתה - "אנחנו מציאים עזרה"

נאפשר לתלמידים לחשוב, לכתוב ולספר במה הם יכולים להציע עזרה לחברים בכיתה. נאפשר זמן בכיתה שבו תלמידים יכולים לתת ולקבל עזרה על פי הלוח.



או כיתה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידע עולם

טיפ טפה
אניץ

ניקולה קינר





טיפ טיפה אמיץ

כתבה: ניקולה קינר

ארנב קטן וחששן מעדיף לא לצאת להרפתקאות מחוץ לביתו. בעקבות ריב עם חברתו לונה הוא יוצא לחפשה. בדרך הוא מגלה שהוא טיפ טיפה אמיץ.

שאר הצור הסיפור

מה לונה אוהבת לעשות? מה נבי אוהב לעשות? למה נבי לא רוצה לצאת מהבית? למה לונה כעסה על נבי? איך הרגיש נבי בשלונה כעסה עליו? מה הוא החליט לעשות? מה סיפרו חיות היער לנבי על לונה? מה הציע העכבר לנבי? מה נבי עשה? מה נבי שמע כשנח על גזע עץ? מה הוא עשה? איך נבי הרגיש בסוף הסיפור?

ביון על פאג ואוהץ

הסיפור מזמן לנו שיח על התמודדות עם פחדים. נבי פחד לצאת מהבית; לונה חברתו אתגרה אותו לצאת, לנסות ולהתמודד. כולנו מפחדים ולכולנו יש אתגרים. לפעמים, כשאנחנו רואים אחרים מצליחים, אנו מקבלים מהם השראה לנסות ולהתמודד. השיח יזמין את התלמידים לזהות מצבים שבהם גילו אומץ והתגברו על פחד או אתגר וגם מצבים שבהם עדיין לא התגברו על הפחד או האתגר.

- מי מכם התגבר על פחד? ממה פחדת? (נעודד תלמידים לשתף תוך הדגשת הכוחות שלהם)
- איך התגברת על הפחד?
- מי או מה עזרו לך להתגבר על הפחד?
- איך מרגישים שמתגברים על פחד?
- מי מפחד ממהו ועדיין לא התגבר על הפחד? (נעודד תלמידים לחזק את מי שמספר, להציע עזרה או להציע הצעות להתגברות על הפחד)

אוה כיתה - "טיפוט על אוהץ"

נחלק לתלמידים את דפי טיפות האומץ (ראו בקישור למטה) ונבקש מהם לכתוב או לצייר מתי הם מרגישים אמיצים, חזקים, מתמודדים. נתלה את טיפות האומץ בביתה.



אוה כיתה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידע על ארץ

זוכה פרס
זלדקס סטונס
ספר הילדים
הטוב ביותר
לשנת 2016

הז'נ !הפסנתר

דיויד ליצ'פילד





הדוב והפסנתר

כתב: דיויד ליצ'פילד

יום אחד, גור דובים מטייל ביער ומוצא חפץ משונה שמפיק צלילים נפלאים. מהר מאוד נאספים סביבו כל חבריו הטובים ומאזינים למנגינות הנפלאות. כשמגיעים בני האדם, הם מיד לוקחים אותו לסבב הופעות והוא זוכה להצלחה עולמית. אבל דווקא בשיא ההצלחה הוא חוזר לביתו שביער בחשש שמא חבריו שכחו אותו.

שטזור הסיפור

מה מצא גור הדובים ביער? אילו צלילים היו לפסנתר בהתחלה? מה עשה הדוב בכל יום? אילו צלילים היו לפסנתר כשהדוב היה גדול והתאמן בנגינה? איך הרגיש הדוב כשניגן? למי הוא ניגן? מה הציעו הילדה והאבא לדוב? מה הדוב החליט לעשות? מה קרה לדוב כשהגיע לעיר? למה הדוב רצה לחזור ליער? מה חשב הדוב כשראה שבקרחת היער אין פסנתר ואין דובים? מה קרה בסוף?

דיון על חזקת וכישרונות

הסיפור מזמן לנו שיח על גילוי חזקות וכישרונות וטיפוחם במאמץ והשקעה. השיח יזמין את התלמידים לגלות בעצמם חזקות וכישרונות, להציג אותם בפני הכיתה ולפרגן לחברים על החזקות והכישרונות שלהם.

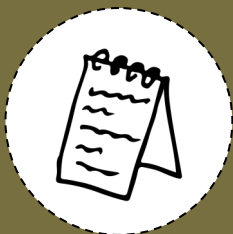
- מה היה הכישרון של הדוב?
- איך הדוב הרגיש כשניגן בפסנתר?
- מה הכישרונות שלכם? במה אתם ממש טובים? (אפשר לסייע לתלמידים ולתת דוגמאות: ריקוד שירה, נגינה, ציור, ספורט, בישול, ידע כללי, תיאטרון)
- מה גרם לדב להצליח מאוד כפסנתרן?
- האם לדעתכם אפשר להצליח גם בלי להתאמץ?
- מתי אתם מתאמצים כדי להצליח? במה אתם רוצים להצליח? איך אתם מתאמצים?
- מה זה "לפרגן"? איך מפרגנים לחבר? (אפשר לעשות סבב פרגונים בו לכל תלמיד בכיתה אומרים משהו טוב)

לוח כיגה - "אני אלוף"

נחלק לתלמידים מדליות "אני אלוף". כל תלמיד יכתוב את הכישרונות והחזקות שלו. אפשר להסתובב עם המדליה במהלך היום ואפשר לתלות אותן על לוח הכיתה.



לוח כיגה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידע עולמי

מַאִירָה בְּרִנֵּעַ-גּוֹלְדֶּבֶּרְג



הִילָדָה שֶׁנֶּסְתָּה

אִיזִרִים: רָמִי טָל



הילדה שניסתה

כתבה: מאירה ברנע-גולדברג

ילדה אחת ניסתה וניסתה (לא נגלה מה), וגם כשכולם צחקו עליה או אמרו שלא תצליח, היא המשיכה לנסות. בסוף היא הצליחה.

שאר הצור הסיפור

על מי מסופר בסיפור? מה עשתה הילדה? מה אמרו לה החברים (ירון, נדב, נטע, יואב, שרון, נמלה, דוב הקוטב, דרקון)? מה צעקה הילדה חצי שעה אחרי השקיעה? מה היא הצליחה לעשות? מה אמרו לה החברים אחרי שהצליחה? מה אמרה הילדה בסוף הסיפור?

ביון על האל והתנהגות

- למה לדעתכם הילדה המשיכה לנסות ולהתאמץ גם כשכולם היו בטוחים שהיא לא תצליח?
- מה אתם חושבים שהילדה אמרה לעצמה בזמן שניסתה?
- איך הייתם מתארים את הילדה הזו שניסתה וניסתה?
- מה היה קורה אם הילדה לא היתה מצליחה בסוף? מה הייתם אומרים לה?
- מתי אתם התאמצתם לעשות משהו? מי עודד אתכם? מה אמרתם לעצמכם בזמן שניסיתם? האם הצלחתם? איך הרגשתם?
- הילדה אמרה בסוף הסיפור: "ידעתי שאצליח" - איך היא ידעה?
- מתי כדאי לדעתכם להתאמץ?

או כיתה - "ננסה נצליח!"

נבקש מהתלמידים לחשוב על אתגר מכל תחום שהוא שבו הם רוצים להצליח ומוכנים להתאמץ על מנת להשיגו. נחלק לתלמידים את הדפים ונבקש מהם לצייר את האתגר שלהם ולכתוב עליו. נאפשר לתלמידים לספר לכיתה על האתגר. נעודד את הכיתה לסייע ולתמוך. נבדוק במהלך השבועות הקרובים מי עדיין מנסה. נעודד ונשבח מאמץ.



או כיתה



קריאה וכתיבה



יצירה



ידע עולם