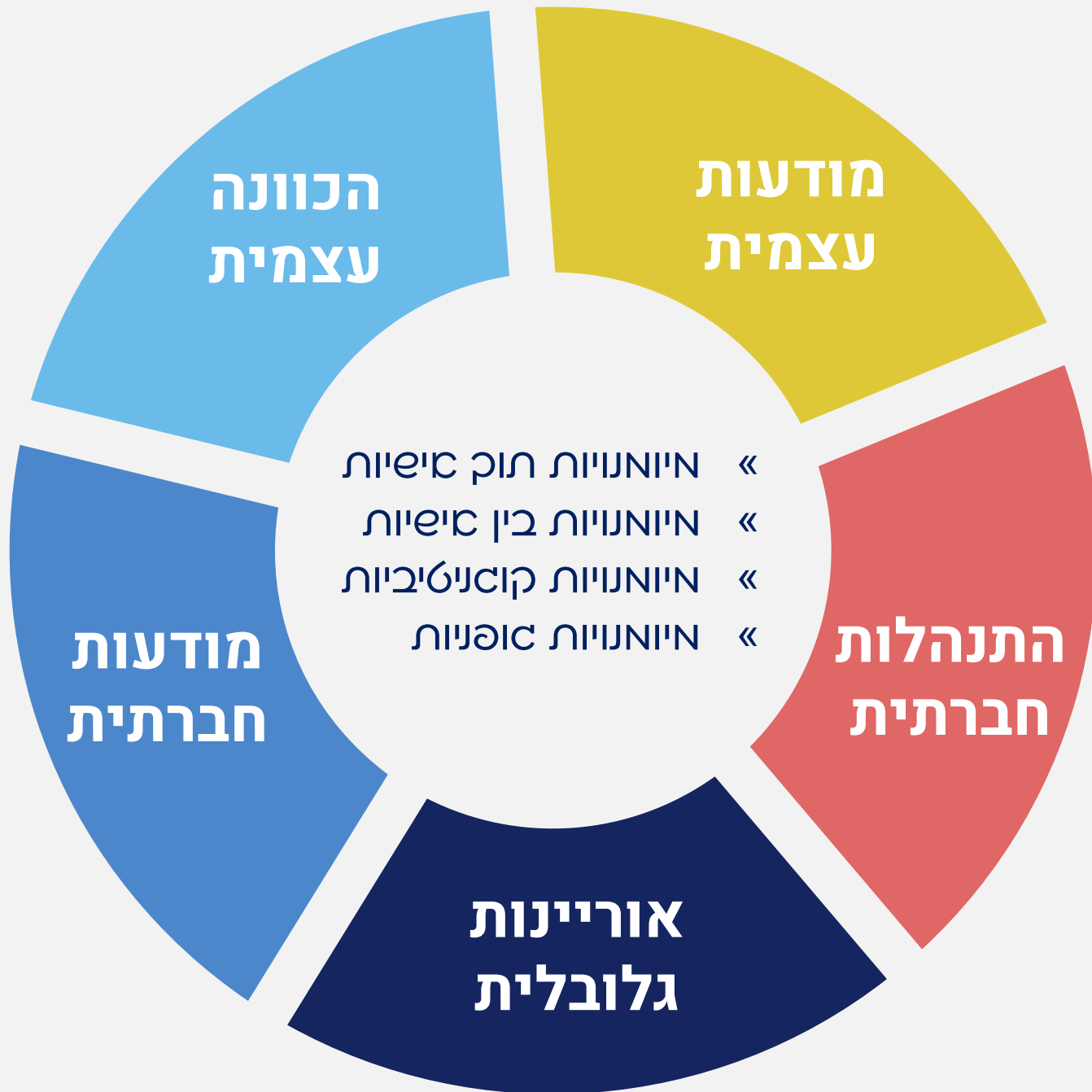




משרד החינוך

פרקטיקות ליישום מיומנויות SEL בכיתה





01

מודעות עצמית

זיהוי ושיום רגשות, הכרת העצמי, מסוגלות עצמית, מודעות לצרכים אישיים, חיפוש משמעות, אינטרוספקציה ורפלקציה, הכרת הזהות המגדרית, המינית, התרבותית, הדתית, הלאומית.

02

הכוונה עצמית

וויסות עצמי, ביטוי ושיתוף ברגשות, הנעה עצמית, תכנון זמן וסדרי עדיפויות, פתרון בעיות וקבלת החלטות, הצבת מטרות, גמישות מחשבתית, חשיבה חיובית, אופטימיות ותקווה, חיזוק החוסן והתמודדות עם מצבי לחץ ומשבר.

03

מודעות חברתית

הקשבה והתעניינות, קבלה והבנה, זיהוי מצבים חברתיים, אכפתיות ודאגה לזולת, כבוד ורגישות תרבותית.

04

התנהלות חברתית

כיבוד הזולת, אמפתיה, ניהול קונפליקטים, עבודת צוות, ניהול יחסים בין אישיים, ניהול משא ומתן, מתן עזרה, בקשת עזרה, התמודדות עם לחץ קבוצתי.

05

אוריינות גלובלית

מעורבות חברתית, יוזמה חברתית, פתיחות ואמפתיה כלפי אנשים ותרבויות אחרות, ניהול ויישוב קונפליקטים הנובעים מפערים תרבותיים, שיתוף פעולה וקבלה של לנומרות חברתיות שונות.

מודעות עצמית

פרקטיקות

לחצו על הכותרת הרצויה כדי להעמיק בפרקטיקה הנבחרת

מודעות רגשית (מיינדפולנס)

יצירת רלוונטיות וחיבור לעולם התלמיד/ה

חניכה אישית לגיבוש זהות ומודעות עצמית

חיזוק תחושת החוסן

למידה מאי-הצלחות ככלי מעצים ללמידה

ויסות רגשי

חיזוק תחושת המסוגלות והאמונה ביכולת בקרב התלמידים

רפלקציה עצמית

חיזוק הצלחות ועידוד המאמץ הלימודי

הבעת רגשות ומחשבות במגוון ערוצים

פירוט המיומנויות

- זיהוי ושיום רגשות
- הכרת העצמי
- מסוגלות עצמית
- מודעות לצרכים אישיים
- חיפוש משמעות
- אינטרוספקציה ורפלקציה
- הכרת הזהות המגדרית, המינית, התרבותית, הדתית, הלאומית



הכוונה עצמית

פרקטיקות

לחצו על הכותרת הרצויה כדי להעמיק בפרקטיקה הנבחרת

מודעות רגשית (מיינדפולנס)

פעלנות (Study Agency)

אמצעים לשיפור זיכרון

חניכה אישית לגיבוש זהות ומודעות עצמית

ויסות רגשי

למידה מאי-הצלחות ככלי מעצים ללמידה

חיזוק תחושת החוסן

חיזוק תחושת המסוגלות והאמונה ביכולת בקרב התלמידים

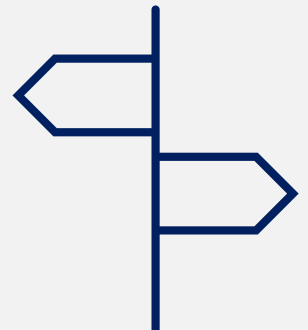
רפלקציה עצמית

חיזוק הצלחות ועידוד המאמץ הלימודי

הבעת רגשות ומחשבות במגוון ערוצים

פירוט המיומנויות

- ויסות עצמי
- ביטוי ושיתוף ברגשות
- הנעה עצמית
- תכנון זמן וסדרי עדיפויות
- פתרון בעיות וקבלת החלטות
- הצבת מטרות
- גמישות מחשבתית
- חשיבה חיובית
- אופטימיות ותקווה
- חיזוק החוסן והתמודדות עם מצבי לחץ ומשבר



מודעות חברתית

פרקטיקות

לחצו על הכותרת הרצויה כדי להעמיק בפרקטיקה הנבחרת

זיהוי והערכה של השקפות עולם ונורמות תרבותיות שונות

ניהול דיון

ייצוג וסנגור עצמי של תלמידים

חניכה אישית לגיבוש זהות ומודעות עצמית

למידה שיתופית

חיבור נושאים אקטואליים לחומר הנלמד

פרקטיקות להכרת השונה

אמפתיה לזולת

יצירת רלוונטיות לעולם התלמיד/ה

פיתוח מודעות לגלוי ולסמוי בתרבות

תרגילי עמדות

משוב מקדם למידה לחברים

סקר או משאל רחוב בנושאים ערכיים ודיון בממצאים

משפט מבויים

משחקי תפקידים וסימולציות

רפלקציה קבוצתית

יצירת אחריות משותפת וערבות הדדית

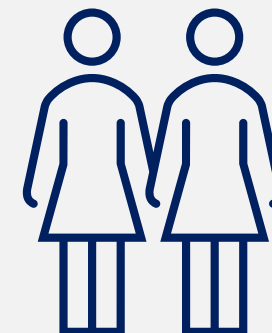
הבנת הקשרים בין אירועים מקומיים ועולמיים ופיתוח אחריות גלובלית

שיח ערכי על בסיס טקסט

דיון דילמה

פירוט המיומנויות

- הקשבה והתעניינות
- קבלה והבנה
- זיהוי מצבים חברתיים
- אכפתיות ודאגה לזולת
- כבוד ורגישות תרבותית



התנהלות חברתית

פרקטיקות

לחצו על הכותרת הרצויה כדי להעמיק בפרקטיקה הנבחרת

אורח חיים מקיים

אמפתיה לזולת

ייצוג וסנגור עצמי של תלמידים

ניהול ויישוב קונפליקטים הנובעים מפערים תרבותיים

מיזם חברתי בלמידה היברידי

התמודדות עם סטראוטיפים והכללות

משוב מקדם למידה לחברים

משחקי תפקידים וסימולציות

יצירת אחריות משותפת וערבות הדדית

פרקטיקות לעידוד אישי למעורבות חברתית ואזרחית

למידה שיתופית

מפגש בין-תרבותי

רפלקציה קבוצתית

קיום אינטראקציה חיובית ומכבדת עם אנשים מתרבויות אחרות

ניהול דיון

עבודה קבוצתית במסמך שיתופי (למתחילים)

סוגיות אתיות בראי יישומי הבינה המלאכותית

פירוט המיומנויות

- כיבוד הזולת
- אמפתיה
- ניהול קונפליקטים
- עבודת צוות
- ניהול יחסים בין אישיים
- ניהול משא ומתן
- מתן עזרה
- בקשת עזרה
- התמודדות עם לחץ קבוצתי



אוריינות גלובלית

פרקטיקות

לחצו על הכותרת הרצויה כדי להעמיק בפרקטיקה הנבחרת

אורח חיים מקיים

פיתוח מודעות לגלוי ולסמוי בתרבות

זיהוי והערכה של השקפות עולם ונורמות תרבותיות שונות

למידה מקוונת בקהילות שיתופיות בין בתי ספר

התמודדות עם סטראוטיפים והכללות

קיום אינטראקציה חיובית ומכבדת עם אנשים מתרבויות אחרות

מפגש בין-תרבותי

הבנת הקשרים בין אירועים מקומיים ועולמיים ופיתוח אחריות גלובלית

פירוט המיומנויות

- מעורבות חברתית
- יוזמה חברתית
- פתיחות ואמפתיה כלפי אנשים ותרבויות אחרות
- ניהול ויישוב קונפליקטים הנובעים מפערים תרבותיים
- שיתוף פעולה וקבלה של נורמות חברתיות שונות

