כיתה ז' | חינוך חברתי-רגשי | שיעור 2 מתוך 6 | 45 דק' | 🎬 סרטון בהכנה | מתאים לממלכתי וממלכתי-דתי

שייכות וחברות: מי נשאר בחוץ, ומה עושים

🎯 מטרות השיעור

- התלמידים יתארו איך מרגישים מבפנים ומבחוץ לקבוצה, ויבינו שהדרה קורית לעיתים קרובות בלי כוונה רעה
- התלמידים יתרגלו פעולות קטנות שפותחות קבוצה לאחרים, ודרכים לבקש להצטרף כשנשארים בחוץ
- כל תלמיד יבחר צעד קטן אחד של "פתיחת מעגל" לשבוע הקרוב

⏱️ מהלך השיעור (45 דק')

1. משחק פתיחה: מחליפים מקומות (7 דק')
2. סרטון: המעגל (2 דק')
3. שאלות לדיון אחרי הסרטון (6 דק')
4. פעילות: מבפנים ומבחוץ, כרטיסי מצב ומשחק תפקידים (20 דק')
5. הצעד הקטן שלי (5 דק')
6. סיכום וכרטיס יציאה (5 דק')

כל שיעור ביחידה עומד בפני עצמו. אפשר ללמד אותם לפי הסדר או לבחור שיעור לפי צורך הכיתה.

📖 הסבר למורה

בתחילת חטיבת הביניים קבוצות חברתיות נוצרות ומשתנות מהר. רוב המקרים שבהם תלמיד נשאר בחוץ אינם התנכלות מכוונת, אלא "מעגל סגור": קבוצה שמתרכזת בעצמה ולא שמה לב למי שעומד ליד. דווקא משום שאין בהם כוונה רעה, קל לשנות אותם בצעד קטן.

השיעור מתרגל שני צדדים: מה יכול לעשות מי שבפנים (לשים לב, לפתוח רווח, להזמין), ומה יכול לעשות מי שבחוץ (לפנות, לשאול "אפשר להצטרף?", לחפש קבוצה אחרת, לפנות למבוגר). חשוב שאף תלמיד לא ייצא עם המסר "אם אתה בחוץ, זו אשמתך".

השיעור לא עוסק במקרים של חרם או בריונות מתמשכת. אם עולה מקרה כזה, אל תבררו אותו מול הכיתה, אלא פנו לתלמיד באופן אישי ולפי נהלי בית הספר והיועצת.

🚪 פתיחה: מחליפים מקומות (דק' 0-7)

1. הכיסאות במעגל, כיסא אחד פחות ממספר התלמידים. תלמיד אחד עומד באמצע ואומר משפט שמתחיל ב"מחליפים מקומות כל מי ש..." (למשל: "אוהב פיצה", "הגיע היום באוטובוס", "פעם הרגיש

לבד בהפסקה"). כל מי שהמשפט נכון לגביו קם ומחפש כיסא אחר. מי שנשאר בלי כיסא עומד באמצע.

2. אחרי כמה סבבים עוצרים ושואלים: איך הרגשתם כשנשארתם בלי כיסא, אפילו לשנייה? מה ראיתם כשהמשפט היה "פעם הרגיש לבד"? (רבים קמים. ההרגשה הזו מוכרת כמעט לכולם.)

🎬 סרטון: "המעגל" (דק' 7-9)

הסרטון "המעגל" (כ-90 שניות) בהכנה. עד שיתווסף, מספרים לכיתה את התקציר שמתחת, ואחריו מקיימים את הדיון כרגיל.

על מה לשים לב: איך מרגיש עידו, ומה בדיוק עושה אלון.

🎬 סרטון: המעגל

הסרטון בהכנה ויתווסף בקרוב

התקציר לספר בכיתה (עד שהסרטון יתווסף, או כשאין מקרן): בהפסקה נוצר מעגל של חברים שצוחקים. עידו עומד לידם כבר דקה ומחכה לרגע להיכנס, ואף אחד לא שם לב, בלי כוונה רעה. אלון, אחד מבני המעגל, רואה אותו, עושה צעד קטן אחורה ואומר "בוא, אנחנו מדברים על המשחק של אתמול". המעגל נפתח, ועידו בפנים.

אחרי הצפייה (או הסיפור): שאלות לדיון (דק' 9-15)

1. איך, לדעתכם, עידו הרגיש בזמן שעמד ליד המעגל? איך זה נראה מבפנים?
2. למה אנשים במעגל לפעמים לא שמים לב למי שמבחוץ, גם בלי כוונה רעה?
3. מה עשה אלון? למה דווקא צעד קטן ולא "עניין גדול"?
4. מה אפשר לעשות כשאתם אלה שעומדים מבחוץ?

👩‍🏫 פעילות: מבפנים ומבחוץ (דק' 15-35)

1. מתחלקים לקבוצות של 4-5. כל קבוצה מקבלת כרטיס מצב אחד (או כותבים אותו על הלוח): (א) שולחן בחדר האוכל שכל המקומות בו "שמורים"; (ב) קבוצת וואטסאפ חדשה לתכנון יום הולדת, ותלמיד אחד לא צורף; (ג) משחק כדורגל בהפסקה ותלמידה שרוצה להצטרף; (ד) עבודה בקבוצות שבה כולם כבר מצאו קבוצה חוץ משניים; (ה) תלמיד חדש שהגיע באמצע השנה.
2. תכנון (7 דק'): כל קבוצה כותבת בדף העבודה (משימה 4) שלוש תשובות: מה מרגיש מי שבחוץ? מה יכול לעשות מי שבפנים? מה יכול לעשות מי שבחוץ?
3. הצגה (10 דק'): כל קבוצה מציגה את המצב בהצגה קצרה של דקה, פעמיים: פעם עם "מעגל סגור", ופעם עם הצעד הקטן שפותח אותו. הכיתה מזהה מה בדיוק השתנה.

4. ריכוז (3 דק'): כותבים על הלוח את "הצעדים הקטנים" שהופיעו בהצגות: לזוז על הספסל, לשאול "רוצה להצטרף?", להסביר את החוקים של המשחק, לצרף לקבוצה, להציע לשבת יחד.

🪜 הצעד הקטן שלי (דק' 35-40)

כל תלמיד בוחר מתוך הרשימה על הלוח צעד קטן אחד שהוא מוכן לעשות השבוע, וכותב אותו בדף העבודה (משימה 6). לא צריך לשתף בקול.

מי שרוצה מספר על פעם שמישהו "פתח לו את המעגל", ואיך זה הרגיש.

🏁 סיכום (דק' 40-45)

המסר לסיום: מעגל סגור שומר על מי שבפנים. מעגל פתוח מזמין עוד מישהו להיות חלק. ולפעמים, כשאתם בחוץ, המעגל פשוט לא ראה אתכם, ומותר לשאול "אפשר להצטרף?".

🎟️ כרטיס יציאה (2 שורות, בסוף השיעור)

1. צעד קטן אחד שאני מתכוון לעשות השבוע כדי לפתוח מעגל: ____
2. מה אפשר לעשות כשאני זה שנשאר בחוץ? כתבו דרך אחת: ____

💡 הערות למורה

במשחק הפתיחה, היו אתם הראשונים באמצע, ותנו דוגמאות משפטים בטוחים. אם תלמיד אומר משפט פוגע או חושף, עצרו בעדינות והציעו משפט אחר.

בהצגות, אל תתנו לתלמיד שבאמת נמצא בשוליים החברתיים לשחק את "מי שבחוץ". עדיף שהתפקיד יעבור בין כמה תלמידים, או שהמורה ישחק אותו.

שימו לב לתלמידים שכותבים בכרטיס היציאה שהם "תמיד בחוץ". שיחה אישית והתייעצות עם היועצת חשובות יותר מכל פעילות כיתתית.

אפשר לחזור לכרזה "הכיתה שלנו, גרסה ראשונה" משיעור 1 ולהוסיף לה את הצעד שהכיתה הכי בחרה.

📝 בדף העבודה

מבפנים ומבחוץ: רגשות, שאלות על הסרטון, תכנון למצב אמיתי מהחטיבה, משפטים שפותחים וסוגרים מעגל, והצעד הקטן שלי. 6 משימות וכרטיס יציאה, ומחוון עם הנחיות למורה.

מחוון והנחיות למורה

מחוון: מבפנים ומבחוץ: המעגל שלי

1. תשובות אפשריות. בפנים: שייכות, ביטחון, שמחה, רואים אותי. בחוץ: בדידות, מבוכה, עצב, קנאה, "שקוף". כל מילה מתאימה מתקבלת.
2. ב. הם התרכזו בעצמם ולא ראו אותו, בלי כוונה רעה. זה המסר המרכזי: רוב ההדרה קורית מחוסר תשומת לב.
3. אלון שם לב, עשה צעד אחורה ופתח רווח, והזמין את עידו בנושא השיחה. צעד קטן לא מביך את מי שבחוץ ולא עושה ממנו "מקרה", ולכן קל יותר גם לעשות אותו וגם לקבל אותו.
4. תשובות לפי המצב. דוגמה למצב ב (קבוצת וואטסאפ): בחוץ מרגישים פגיעה ובושה; מי שבפנים יכול לשאול את מנהל הקבוצה אם אפשר לצרף, או לבדוק בעצמו שלא שכחו מישהו; מי שבחוץ יכול לשאול חבר שבקבוצה, או לדבר עם מבוגר אם זה חוזר על עצמו.
5. 1-ס, 2-פ, 3-ס, 4-פ, 5-פ. שימו לב: משפט 5 נאמר על ידי מי שבחוץ, וגם הוא "פותח מעגל".
6. תשובה אישית. עודדו צעד מעשי וקטן, עם מקום וזמן (למשל: "מחר בהפסקה אשאל את ___ אם רוצה לשחק").

כרטיס היציאה: קראו את הכרטיסים אחרי השיעור. הם לא נבדקים ולא מקבלים ציון; הם עוזרים לזהות תלמידים שכדאי לשוחח איתם באופן אישי.