

דף תרגול: מכתב למורה – שער החוסן וכובעי החשיבה

מהדורה למורה עולים חדשים

מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את ששת ערוצי ההתמודדות בשער החוסן
- להבין את תפקידם של ששת כובעי החשיבה
- לתרגל ביטוי הוקרה כלפי מורה או מבוגר משמעותי

גרסת עולים חדשים – מילון מילים בראש הדף, משפטים קצרים ושפה פשוטה. אפשר לאפשר מילון אישי ועבודה בזוגות.

חלק א' – הבנה כללית

1. ב – מודל של שישה ערוצי התמודדות
2. ג – 6
3. ב – רגשות
4. ב – זהירות וסכנות אפשריות
5. ג – עושה דרך בשני הכיוונים

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – בשיעור לא מצטטים את מילות השיר, אלא מדברים עליו במילים שלנו
2. נכון – כך מוגדר ערוץ הגוף בשער החוסן
3. לא נכון – השיתוף הוא רק למי שרוצה
4. נכון – כך מוגדר ערוץ זה בשער החוסן

חלק ג' – התאימו כובע לתפקידו

1. – ב (עובדות)
2. – ה (רגש)
3. – א (יתרונות)
4. – ג (זהירות)
5. – ו (יצירתיות)
6. – ד (סיכום)

חלק ד' – השלימו את שם הערוץ

1. חברתי
2. יצירתיות
3. מחשבה
4. גוף

חלק ה' – סדרו את שלבי גרסת 45 הדקות

1. העוגן האישי – חושבים על מבוגר שראה אותנו מעבר לציונים
2. צפייה פעילה בשיר ותפיסת מילה או רעיון
3. בחירת תחנה אחת מתוך שלוש
4. מעגל מילים טובות – שיתוף משפט אחד
5. משפט הסיכום של המורה

חלק ו' – כתיבה והבעה

1. מורה שמאמין בתלמיד נותן לו אמון זמני עד שהתלמיד יאמין בעצמו

כרטיס יציאה – מה לחפש

- שישה ערוצי התמודדות
- שם כובע + תפקידו הנכון
- משפט אישי וכן

טיפים להפעלה:

- הזכירו שאין חובה לשתף תכנים אישיים ושהשיר נשמע רק דרך הקישור
- אפשר לפצל את הסדנה לשני מפגשים לפי הזמן הפנוי
- שימו לב לרגישות – חלק מהתלמידים עשויים לכתוב על מבוגר שאינו מורה



דף תרגול: מכתב למורה – שער החוסן וכובעי החשיבה

דף התלמיד/ה **עולים חדשים**

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בדף הזה לומדים על סדנה שמדברת על הקשר בין מורה לתלמיד, על אמון ועל הכרת תודה. יש בה שני כלים: שער החוסן וכובעי החשיבה.

📖 מילון קטן:

שער החוסן	מודל עם שישה ערוצים שעוזרים להתמודד עם קושי
ערוץ התמודדות	דרך שבה אדם שואב כוח כדי להתמודד
כובעי חשיבה	שיטה לחשוב על נושא משישה זוויות שונות
הוקרה	הבעת תודה והערכה כלפי מישהו
חוסן	היכולת להתמודד עם קושי ולהתאושש ממנו
אמון	תחושת ביטחון שמישהו מאמין בי
מטפורה	דימוי שמתאר דבר אחד באמצעות דבר אחר
רפלקציה	חשיבה והתבוננות פנימית על רגשות ומעשים

1 חלק א' – הבנה כללית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה זה שער החוסן?

א) רשימת ציונים ב) מודל של שישה ערוצי התמודדות ג) משחק מחשבים ד) מבחן בכתיבה

2. כמה כובעים יש?

א) 4 ב) 5 ג) 6 ד) 8

3. על מה שואל הכובע האדום?

א) עובדות ב) רגשות ג) יתרונות ד) סיכום

4. על מה שואל הכובע השחור?

א) יצירתיות ב) זהירות וסכנות אפשריות ג) עובדות ד) רגש

5. מה אומר משפט הסיכום על מילה טובה?

א) פועלת רק ממורה לתלמיד ב) פועלת רק מתלמיד למורה ג) עושה דרך בשני הכיוונים ד) לא משנה דבר

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	בשיעור מצטטים את מילות השיר במלואן	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	ערוץ הגוף עוסק בנשימה, תנועה, שינה ומנוחה	☐	☐
3	כל תלמיד חייב לשתף בקול את מה שכתב	☐	☐
4	ערוץ אמונה וערכים קשור לכוח שמגיע ממשמעות ואמונה בעצמי ובאחרים	☐	☐

3 חלק ג' – התאימו כובע לתפקידו

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. כובע לבן	____	**א.** יתרונות
2. כובע אדום	____	**ב.** עובדות
3. כובע צהוב	____	**ג.** זהירות
4. כובע שחור	____	**ד.** סיכום
5. כובע ירוק	____	**ה.** רגש
6. כובע כחול	____	**ו.** יצירתיות

4 חלק ד' – השלימו את שם הערוץ

השלימו את המילה החסרה.

1. ערוץ ה_____ עוסק בשייכות, קשרים ומעגלי תמיכה

2. ערוץ ה_____ עוסק בדמיון, הומור ואמנות

3. ערוץ ה_____ עוסק בהבנה, תכנון ועשייה

4. ערוץ ה_____ עוסק בנשימה, תנועה ומנוחה

5 חלק ה' – סדרו את שלבי גרסת 45 הדקות

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	צפייה פעילה בשיר ותפיסת מילה או רעיון
☐	בחירת תחנה אחת מתוך שלוש
☐	משפט הסיכום של המורה
☐	העוגן האישי – חושבים על מבוגר שראה אותנו מעבר לציונים
☐	מעגל מילים טובות – שיתוף משפט אחד

6 חלק ו' – כתיבה והבעה

ענו בקצרה.

1. מהי 'הלוואה של אמונה' שמורה יכול לתת לתלמיד?

כרטיס יציאה

מה זה שער החוסן?

ציינו שני כובעי חשיבה והסבירו מה כל אחד בודק

כתבו משפט אחד שהייתם רוצים לשמוע ממורה או ממבוגר משמעותי

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀