

שיעור חברה על ניהול זמן

מטרות:

1. לחזור יחד לשגרה ולהיערך לתקופה שבין סוכות לחנוכה
2. לתת לתלמידים כלים להתמודד עם עומס של אחריות או משימות
3. לפתוח שיחה על סדרי עדיפויות אישיים.

מהלך:

1. משחק פתיחה ממריץ- השעון (15 דקות)

כל הכיתה עומדת במעגל, מישהו יושב באמצע (זהר). זהר סופרת עד 15 בעיניים עצומות, ובזמן שהיא סופרת, אלה שעומדים במעגל מעבירים כדור/ קלמר ביניהם (חשוב: אסור למסור, רק להעביר מיד ליד!) כשזהר מגיעה ל-5 היא מרימה את יד ימין באוויר, כשהיא מגיעה ל-10 היא מרימה את היד השנייה וכשהיא מגיעה ל-15 היא מוחאת כף מעל הראש. מי שעוצר אצלו הכדור (אוריה), נפסל, ויושב כמו מחוג (עם הרגליים כלפי זהר). בסיבובים הבאים, מי שעומד משמאל לאוריה, צריך לקפוץ מעל רגליו ורק אז להגיש את הכדור למי שעומד מימינו. אם בינך לבין העומד הבא במעגל יש 4 "מחוגים", עליך לקפוץ מעל ארבעתם ורק אז להגיש את הכדור לבא. ממשיכים עד שאחד שורד.

תוספת: כל מי שמתיישב אומר משימה אחת שהוא צריך לעשות והוא שונא (לקפל כביסה, לשמור על אחותי הקטנה, ללמוד למבחן, לבקר את סבתא ועוד), רושמים את הכל על הלוח.

2. מה חשוב ומה דחוף (15 דקות)

באמצע הכיתה מציירים איקס ענק שמחלק את הכיתה לארבעה חלקים שווים (במסקיניטייפ לבן או עם קרפ בכיתות פחות סוערות). על כל חלק נשים שלט חשוב/ לא חשוב/ דחוף/ לא דחוף. (אפשר לסמן על הרצפה לפני תחילת השיעור ורק להוסיף את הכותרות עכשיו)

כך נוצרה לנו טבלה שלכל מרובע בה יש שתי הגדרות, נניח, המשבצת שליד הלוח היא חשוב ולא דחוף

	לא חשוב	חשוב
דחוף	לא חשוב ודחוף	חשוב ודחוף
לא דחוף	לא חשוב ולא דחוף	חשוב ולא דחוף

כל תלמיד הולך לעמוד בריבוע שמתאים למשימה שהוא שונא לעשות. אם רוצים אפשר לתת לכל אחד דף שיכתוב עליו את המשימה שלו בגדול ורק יניח אותו שם, ויחזור לשבת במקומו

- ← איך נזהה משימה דחופה? אילו שאלות אנחנו צריכים לשאול את עצמנו כדי לדעת?
- ← מה הופך משימה לחשובה? כשהיא חשובה לי? להורים שלי? לחברים שלי? לסבתא?
- ← אילו משימות אתם עושים רוב היום? באיזה משבצת אתם נמצאים רוב היום?
- ← איפה נמצאות המשימות הכי כפיות?
- ← איפה נמצאות המשימות הכי משעממות?
- ← האם יש לכם דברים שהתחילו כלא דחופים והפכו לדחופים? כמו מה? מה אפשר היה לעשות כדי שזה לא יקרה?

3. אבנים גדולות וקטנות

מספרים או מקרינים את משל האבנים הגדולות והקטנות. אפשר להשתמש בסרטון הזה:

"Rocks, Pebbles and Sand Story" <https://www.youtube.com/watch?v=v5ZvL4as2y0>
או למצוא סרטון לבחירתכם, תחת מילות החיפוש ניהול זמן ומשל האבנים אפשר למצוא ביוטיוב עוד הרבה סרטונים בעברית או באנגלית.

דעה – עמותת התיקון חברתי (ע"ר) 580595874

קיבוץ פלך ד.ג. בקעת בית כרם 20119 טלפון: 052-6719061 פקס: 04-9886043

www.pardesnet.org





- ← מי יכולה להסביר את הסרטון במילים שלה?
- ← אילו מסוגי האבנים/ המילויים (גדולות, חצץ, חול או מים) לדעתכם הם המשימות הדחופות והלא חשובות?
- ← מה לדעתכם נכנס לאבנים הגדולות של החיים שלכם? מהם הדברים החשובים ביותר לכם?
- ← האם לימודים הם אבן גדולה? מבחינת הזמן שאתם משקיעים בהם? ומבחינת החשיבות שלהם בחיים שלכם?
- ← מה זה אומר להשקיע זמן במשפחה שלכם? האם בד"כ אתם עושים עם המשפחה דברים שאתם בוחרים או שההורים? מה אתם אוהבים לעשות יחד?
- אחרי שיחה ראשונית על המהות של האבנים הגדולות והקטנות, כל תלמיד יקבל דף ועליו ציור של צנצנת אבנים, וימלא בעצמו את האבנים הגדולות, הבינוניות, החול והמים שלו. (מצורף בנספחים).
- בכיתות שמתאים אפשר לשתף בזוגות, כל אחד עם מי שיושב לידו.

4. סיכום

- אנחנו עומדים בפתח של תקופה ארוכה בלי חגים ובלי תירוצים, ועוד כמה שבועות גם יתחילו מבחנים ועבודות ועומס בלימודים, חשוב שתצליחו לנהל את הזמן שלכם בעצמכם ולא לתת ללחץ או להורים שלכם להחליט עליכם.
- בסופו של יום, הרבה ממה שקובע אם היה לנו יום טוב או לא קשור בכמה אנחנו מרגישים שעשינו דברים שאנחנו אוהבים והם חשובים לנו, אל תתנו שיעברו עליכם ימים בלי שעשיתם דברים כאלו!
- וכמובן, למי שיש התלבטות או קושי, אני כאן בשבילכם ואשמח מאוד לעזור לכם לחשוב, לתכנן ולתעדף.



