מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להבחין בין חלום למטרה ולהבין איך הופכים אחד לשני
- לזהות מהי הגדרה אישית של הצלחה ומהם צעדים ראשונים לקראת מטרה
- לתרגל חשיבה על מוטיבציה, הרגלים ומקורות תמיכה בדרך למטרות

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

חלק א' – הבנה בסיסית

1. ב – למטרה יש בדרך כלל צעדים ולוח זמנים
2. ג – למצוא צעד קטן ותמיכה מאדם קרוב
3. א – אדם שמעורר השראה ואפשר ללמוד ממנו
4. ג – להקשיב ולעודד בלי לשפוט
5. ב – על ידי שימת לב לצעדים קטנים שנעשו בדרך

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – הצלחה היא הגדרה אישית ושונה מאדם לאדם
2. נכון – צעד ראשון קטן הוא חלק חשוב בדרך למטרה
3. לא נכון – לכל אחד חלומות ונסיבות שונות, ואין להשוות או לשפוט
4. לא נכון – לפעמים ויתור הוא בחירה מודעת וחכמה, לא רק פחד
5. נכון – שימת לב להישגים קטנים מחזקת מוטיבציה

חלק ג' – השלמת משפטים

1. צעדים
2. צעד הראשון
3. מודל
4. התמדה
5. הצלחה

חלק ד' – התאמה

- 1 – ג (משאלה גדולה לעתיד בלי תאריך קבוע)
- 2 – ה (דבר מסוים עם צעדים ולוח זמנים)
- 3 – ד (כוח פנימי שמניע לפעולה)
- 4 – ב (הפעולה הקטנה שמתחילה תהליך)
- 5 – א (יכולת להתמודד עם קושי ולחזור לתפקוד)

חלק ה' – מהחלום למטרה - סדר נכון

1. לחלום על משהו גדול שרוצים להשיג
2. להגדיר מטרה ברורה עם זמן מסוים
3. לזהות צעד ראשון קטן וקל לביצוע
4. למצוא אדם שיכול לעזור בדרך
5. להתחיל לפעול ולבדוק התקדמות מדי פעם

חלק ו' – כתיבה אישית

1. תשובה אישית: מטרה ברורה, צעד ריאלי וקטן, ושם של אדם תומך (בלי לפרט פרטים אישיים רגישים)
2. תשובה חופשית המראה הבנה שמטרה דורשת צעדים ברורים ולוח זמנים, בניגוד לחלום

כרטיס יציאה – מה לחפש

- הבנה שמטרה כוללת צעדים ולוח זמנים
- צעד ריאלי וקטן, לא גדול מדי
- זיהוי איש קשר תומך אחד

טיפים להפעלה:

- יש לשמור על זכות ה'עובר' ולא ללחוץ על תלמידים לחשוף חלומות אישיים
- להימנע מהשוואה בין חלומות של תלמידים שונים, כיוון שלכל אחד נסיבות שונות
- אם עולה תחושת ייאוש או חוסר תקווה, יש להפנות לגורם המקצועי המתאים בבית הספר

דף תרגול: חלומות ומטרות

דף התלמיד/ה **עולים חדשים**

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

בדף הזה נלמד על חלומות ומטרות. נבין מה ההבדל ביניהם ואיך מתחילים לעבוד על מטרה.

📖 מילון קטן:

חלום	משאלה גדולה לעתיד, לא תמיד יש לה תאריך או תכנית
מטרה	דבר מסוים שרוצים להשיג, עם צעדים ולוח זמנים
מוטיבציה	הכוח הפנימי שגורם לנו לפעול ולהתמיד
מודל לחיקוי	אדם שמשמש דוגמה ומעורר השראה
הצלחה	הגדרה אישית למה שחשוב להשיג בחיים
צעד ראשון	הפעולה הקטנה הראשונה שמתחילה תהליך לקראת מטרה
התמדה	היכולת להמשיך לפעול גם כשקשה
חוסן	היכולת להתמודד עם קשיים ולחזור לתפקוד

1 חלק א' – הבנה בסיסית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה שונה בין חלום למטרה?

א) אין הבדל ב) למטרה יש בדרך כלל צעדים ולוח זמנים ג) חלום תמיד גדול יותר ממטרה

ד) מטרה היא רק לגדולים

2. מה עוזר כשקשה להתחיל?

א) להתעלם מהמטרה ב) לחכות שזה יעבור לבד ג) למצוא צעד קטן ותמיכה מאדם קרוב

ד) לוותר על החלום מיד

3. מי זה 'מודל לחיקוי'?

א) אדם שמעורר השראה ואפשר ללמוד ממנו ב) חפץ שמייצג הצלחה ג) תוכנית לימודים

ד) סוג של מטרה כלכלית

4. איך מתייחסים לחלום של חבר?

א) לצחוק עליו ב) לשפוט אם הוא ריאלי ג) להקשיב ולעודד בלי לשפוט ד) להתעלם

5. איך רואים התקדמות?

א) רק כשמסיימים לגמרי ב) על ידי שימת לב לצעדים קטנים שנעשו בדרך ג) אי אפשר לדעת

ד) רק אחרים יכולים לדעת

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	הגדרת הצלחה זהה אצל כל בני האדם	☐	☐
2	אפשר להתחיל לעבוד על מטרה גם בצעד קטן מאוד	☐	☐
3	אין שום בעיה להשוות בין חלומות של תלמידים שונים	☐	☐
4	ויתור על חלום הוא תמיד סימן לפחד	☐	☐
5	חגיגת הצלחות קטנות חשובה כמו חגיגת הצלחות גדולות	☐	☐

3 חלק ג' – השלמת משפטים

השלימו את המילה החסרה.

1. מטרה היא בדרך כלל חלום עם _____ ברורים ולוח זמנים

2. ה_____ הוא הפעולה הקטנה הראשונה שמתחילה את הדרך למטרה

3. אדם שמעורר בנו השראה ואנחנו לומדים ממנו נקרא _____ לחיקוי

4. היכולת להמשיך לפעול גם כשקשה נקראת _____

5. כל אחד מגדיר לעצמו מהי _____ בחייו

4 חלק ד' – התאמה

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

1. חלום	___	**א.** יכולת להתמודד עם קושי ולחזור לתפקוד
2. מטרה	___	**ב.** הפעולה הקטנה שמתחילה תהליך
3. מוטיבציה	___	**ג.** משאלה גדולה לעתיד בלי תאריך קבוע
4. צעד ראשון	___	**ד.** כוח פנימי שמניע לפעולה
5. חוסן	___	**ה.** דבר מסוים עם צעדים ולוח זמנים

5 חלק ה' – מהחלום למטרה - סדר נכון

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

☐	למצוא אדם שיכול לעזור בדרך
☐	לחלום על משהו גדול שרוצים להשיג
☐	להגדיר מטרה ברורה עם זמן מסוים
☐	להתחיל לפעול ולבדוק התקדמות מדי פעם
☐	לזהות צעד ראשון קטן וקל לביצוע

6 חלק ו' – כתיבה אישית

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. כתבו מטרה אחת לחודש הקרוב, צעד ראשון קטן אליה, ואדם אחד שיכול לעזור לכם להגיע אליה.

2. תארו הבדל אחד שגיליתם היום בין חלום למטרה, ואיך לדעתכם אפשר להפוך חלום למטרה.

כרטיס יציאה

מה ההבדל בין חלום למטרה?

מהו צעד ראשון קטן שאפשר לעשות כבר השבוע לקראת מטרה אישית?

מי אדם אחד שיכול לעזור לכם בדרך למטרה שלכם?

איך הרגשתי בשיעור? 😕 😐 🙂 😀