**שיעור סולמות ונחשים**

**מטרות:**

הצבת יעדים למחצית ב'

זיהוי סולמות - הדברים שמחזקים ומעלים אותי

זיהוי נחשים - הדברים שמחלישים ומרחיקים אותי מהיעד שלי

**משך פעילות - 45 דקות**

**מהלך פעילות:**

1. שקופית 1 - הצלחה לא באה אליך, אתה הולך אליה

דיון בכיתה - מה דעתכם על המשפט הזה? הוא תמיד נכון? תנו דוגמאות…

2. סולמות ונחשים ומה הם מייצגים - זוכרים את המשחק סולמות ונחשים? איך משחקים בו?

הסולמות מעלים אותי למעלה והנחשים מורידים למטה

אותו הדבר גם בחיים - סולמות הם הדברים שמעלים אותנו למעלה ומחזקים אותנו. זה יכול להיות משהו חיצוני וזה יכול להיות משהו פנימי בתוכי.

הנחשים הם הדברים שמורידים אותנו למטה ומונעים מאיתנו לעלות מעלה. גם במקרה זה יכול להיות שמדובר בגורם חיצוני שאינו תלוי בי או בגורם פנימי שתלוי בי.

3. סולמות ונחשים בחיים שלנו? מה יכול להיות סולם עבורי ומה יכול להיות נחש עבורי? בהקשר לימודי או בחיים האישיים שלי. לכתוב דוגמאות על הלוח (רעיונות בשקופית מספר 4)

4. הצבת יעד למחצית ב' - כל תלמיד מציב לעצמו יעד שהיה רוצה להגיע אליו בסוף מחצית ב'

5. הסולמות והנחשים שלי - כל תלמיד רושם על דף מצד אחד - מהם הסולמות שלי? מה יכול לסייע לי להגיע אל היעד שלי?

מצד שני - מהם הנחשים שלי? מה יכול למנוע ממני להגיע אל היעד שלי?

את הפתקים אוספים - מהווה בסיס לסבב שיחות אישיות