

# מהותי

פעילות עם מהות

## מתבוננים יחד

### פעילות אונליין לכיתות מבית מהותי

במתבוננים יחד האמצעים הדיגיטליים רותמים את התלמידים לטובת תהליך אישי, מצמיח ומלא כיף!

#### מה עושים בפעילות?

- בעזרת שאלות התבוננות ואפליקציה ייחודית, כל תלמיד בונה לוח השראה אישי שמפנה את תשומת הלב פנימה – אל עבר הרגשות והרצונות האישיים
- דרך שיתוף הלוחות שיצרו התלמידים, נייצר מפגש מקרב עם החברים לכיתה – אפילו במפגש מרחוק!

#### למה זה מהותי?

- כי ככל שניטיב להכיר את עצמנו, נוכל לבחור בחירות מתאימות לנו ולבטא את האיכויות שלנו טוב יותר
- באמצעות שאילת שאלות מנקודת מבט חיובית, הפעילות מבקשת להעצים את המשאבים הפנימיים של התלמידים. אלו הרי הכלים שיעמדו לרשותם ויישארו רלוונטיים בכל מצב

#### איך מעבירים את 'מתבוננים יחד'?

- כפעילות כיתתית מכל מקום ובכל מצב – בכיתה או בזום
- כפעילות פרטנית לטובת העמקת ההיכרות והעצמת כל תלמיד בנפרד, בדרך קלילה ומהנה את הפעילות תעבירו בעצמכם בעזרת ערכת פעילות שכוללת את כל מה שצריך.

#### מה בערכה?

1. קישור לאפליקציית אונליין ייחודית, לא צריך להוריד כלום, קליק אחד והגעתם לפעילות
2. מערך מלא וסרטון הסבר למורה

### לחצו לצפייה בסרטון על הפעילות

מספר משתתפים: מיועד לשימוש כיתתי | גיל המשתתפים: כיתות ג'-ח'



מהותי הינו חלק מארגון מהות החיים, שפועל ללא מטרות רווח כדי לעורר את המודעות ולאפשר לכל אחד ואחת מאיתנו להקשיב לקולו הייחודי, לבחור את דרכו ולחיות בשלום עם עצמו. מוזמנים לעמוד הפייסבוק של מהותי

# מהותי

פעילות עם מהות

## מתבוננים יחד

לוח השראה לדוגמה

מהותי  
פעילות עם מהות

לחשוב חיובי

לפעול בגמישות

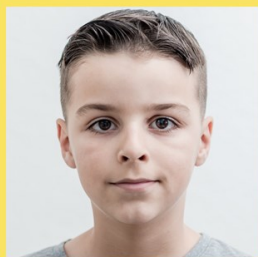
חזקותיי



אני מודה



בילוי מועדף



עתי

מרגש אותי



תחום להתפתחות



השראה

