סילבוס תוכנית שלבים לשיפור מיומנויות למידה

תכנית שלבים לשיפור מיומנויות למידה שואפת להקנות, לתרגל וליישם אסטרטגיות למידה מבוססות מחקר בדרך של הוראה ישירה במטרה להקל על התלמידים בהתמודדותם עם האתגרים והמשימות הלימודיות במקצועות השונים בבתי הספר היסודיים ובחטיבות הביניים, ובכך לקדם את הישגיהם, שליטתם בתהליכי למידה/חשיבה ותחושת המסוגלות העצמית שלהם. המענה שניתן לתלמידים הינו קבוצתי ומתמקד בקידום מיומנויות למידה וחשיבה שאינן ספציפיות לתחום תוכן, אלא רלוונטיות לכלל מקצועות הלימוד.

מטרות העל של התכנית:

- קידום מיומנויות למידה: ארגון, הבנה, זיכרון, יישום וניהול יעיל של זמן הלמידה.
- חיזוק מיומנויות חשיבה: השוואה, הסקת מסקנות, הכללה ופירוט, אנליזה וסינתזה.
- שיפור תהליכים מטא-קוגניטיביים: מודעות עצמית לתהליך הלמידה, ויסות עצמי, ניטור ושליטה בתהליכי למידה.

מפרט תכנים ומיומנויות:

1. **שיטות לתכנון ולארגון:**
   - חשיבות התכנון והארגון בחיינו- הבחנה בין חשוב / דחוף, "זוללי זמן", ארגון מרחב ופעילויות.
   - תכנון וארגון זמן – עריכת תכנית יומית, שבועית וחודשית ושינוייה בהתאם לצרכים, תוך שימוש באפליקציית ארגון.
2. **שיטות לשיפור הזכירה של החומר הנלמד:**
   - היכרות עם סוגי הזיכרון השונים וזיהוי האמצעים לשפר את תהליך הזכירה בכל שלב בהתאם לאופי הלומד.
   - התנסות מעשית עצמית בזכירת תכנים עמוסים וארגון החומר הנלמד.
3. **הכוונה והכנה לקראת בחינות:**
   - התמודדות יעילה עם לחץ בחינות.
   - איתור אסטרטגיות ודרכי הלמידה היעילות עבור כל נבחן.
   - התמודדות בזמן הבחינה.
4. **דרכים לארגון מידע:**
   - התנסות בטכניקה של חשיבה בקול רם ושאילת שאלות עצמיות. תכלית אסטרטגיה זו היא לשפר את ארגון החשיבה, וכן את רמת החשיבה המטה קוגניטיבית (כלומר את היכולת לבקר ולנתח את החשיבה). בסיסה של ההוראה הוא הקנייה של אסטרטגיות מטה קוגניטיביות באמצעות המללה של תהליכים וניסוח העקרונות (גם כשמדובר בתהליכים בסיסיים כמו קריאה גלובלית- יש לשאול ולנסח במדויק מה אנחנו עושים ולשם מה). התלמידים יסכמו את

העקרונות באופן כתוב (כרטיסי ניווט), כך שיוכלו לעשות בהם שימוש במטלות אחרות ולהתקדם שלב נוסף לקראת עבודה עצמאית.

- התנסות בתיעוד וארגון תהליכי חשיבה בצורה גרפית.
- קידום מיומנויות סיכום, השוואה, הסקת מסקנות, הכללה ופירוט, אנליזה וסינתזה.

5. **כלים לטיפוח יכולת הבנת הנקרא:**
   - היכרות עם מבנה הפסקה, איתור משפט מפתח והרעיון המרכזי.
   - הקניית מודל שיטתי רב-שלבי מאורגן להתמודדות עם הבנת טקסטים.
   - זיהוי קטגוריות ועקרונות מארגנים כדי להפיק מידע לפי הצורך.
   - הקניית אסטרטגיות לאחר הקריאה, כולל חשיבה ביקורתית ועיצוב עמדה שיפוטית.
6. **כלים לטיפוח יכולת ההבעה בעל פה ובכתב:**
   - התנסות במבנים שונים של שאלה-תשוב ובכתיבת תשובה מלאה.
   - הצגה מסודרת ומשכנעת של טיעונים, תוך היכרות עם אמצעים רטוריים.
   - היכרות עם תבחינים לארגון מבעים כתובים ודבורים על פי מבנים לוגיים, ארגונם ועיצובם בהתאם למטרות ולנמענים.
   - חשיפה לאסטרטגיות להתארגנות לקראת כתיבה, כגון "סיעור מוחות", כתיבה חופשית, "השאלת" רעיונות ממאמרים, סיפורים, אנציקלופדיות וכדומה.
   - היכרות עם טכניקות לפירוט והרחבה בעת כתיבה באמצעות ניסוח משפט מפתח באופן שיציג את עיקר הפסקה ולאחר מכן הרחבתם על ידי משפטים תומכים, כגון מתן דוגמאות, ציטוט, הבהרת קשרי סיבה ותוצאה וכדומה.
   - הקניית כלים לבקרה עצמית והערכה של תוצרי הכתיבה, תוך התייחסות לתוכן, קישוריות, לשון וסגנון.
7. **הגברת המודעות לתהליכי למידה ושיפור יעילותם:**
   - התנסות בכלים יישומיים לכיול הלמידה (אומדן מצבו של הלומד בנקודת זמן מסוימת) באמצעות הצבת מטרות רלוונטיות, ברות מדידה והשגה ותחומות בזמן, הערכה עצמית, הערכת עמיתים ורפלקציה.
   - הקניית שיטות לניטור ובקרה אחר מידת ההבנה של החומר הנלמד.
8. **חיזוק השימוש בתהליכי ויסות רגשי בלמידה:**
   - קידום המודעות לתהליכים רגשיים המעורבים בלמידה.
   - מתן כלים יישומים לוויסות רגשי, כדוגמת הערכה מחדש וכתיבה יצירתית (תרגום רגשות למילים).