**יומן תקופה משונה ומיוחדת:**

 קורונה 

 (יומן במחשב, לא בכתב יד)

1. תלמידים יקרים,

דמיינו את עצמכם כהורים בעוד הרבה שנים,

ודמיינו שיש לכם ילד או ילדה, בדיוק בגילכם. (אולי הוא או היא קצת דומים לכם?)

ועכשיו, כתבו לילד או לילדה שלכם מכתב שמתאר את המצב - מכתב שבו אתם מספרים לו מה זה קורונה, ומה קורה במדינה ובעולם ועל כך שאתם לומדים מרחוק מהבית.

ותספרו גם על עצמכם, איך אתם מסתדרים ומה עוזר לכם, מה קצת קשה ומה קל, מה כיף גדול ומה מאכזב.. ועוד ועוד.

לסיום המכתב תנו לילד או לילדה שלכם עצות טובות איך מסתדרים בתקופות מאתגרות.

ואל תשכחו לומר לו כמה שאתם אוהבים אותו ובבקשה תמסרו לו ד"ש מהמורה שלכם.

את המכתבים לשלוח אלי לווטסאפ הפרטי. אבל בקובץ של word.

1. קולאז' תמונות פנאי: (יכנס למטלה מספר 5)

כל יום עליכם להוסיף ליומן תמונה (אפשר מהאימונים, או סתם חוויות מהבית בזמן בידוד).

1. ראיון של בן משפחה (בוגר)

חשבו על 5 שאלות שקשורות לימי הקורונה ובקשו מהאדם הקרוב אליכם תשובות מפורטות. כתבו אותן.

1. בחרו שיר ישראלי וכתבו את המילים שלו.

וספרו למה הוא דווקא מרגיע אתכם בימים שלא תמיד יודעים איך ומה יהיה.

1. **יומן הקורונה שלי" 😊**

 הקדמה

תיעוד החוויות האישיות לאורך תקופת ההשבתה יכולה לסייע לעבור את התקופה בצורה טובה יותר.

1. בכל יום יש לבחור חוויה משמעותית אחת שמייצגת את אותו יום.

ולכתוב בפירוט על החוויות. אם יש יום שמח ומלא תקווה או יום חסר אופטימיות וכבר כל הבית משתגע.

האם אתם מתגעגעים לחברים? לשגרה?

האם אין שינוי מבחינתכם בכלל?

כל מה שאתם מרגישים.

כל יום לכתוב לפחות 7 שורות בכתב מודפס. רצוי יותר.

בכל יום שני וחמישי אקבל את כל היומן ואשיב לכם.

בתוך היומן תוסיפו תמונה אחת מכל יום.

**הרבה בריאות.**

**מתגעגעת אליכם.**

**הדסה**