**מרתון לימודי**

**רקע:** המודל של יום מרתון לימודי פותח על-ידי מר ניסים כהן, ממקימי תכנית אמ"ץ של אגף שחר.

**מטרת המרתון:** המטרה הבסיסית של יום המרתון היא כפולה: גם לערוך חזרות לימודיות (על חומר שכבר נלמד) וגם לייצר מוטיבציה. יש לתכנן את היום בהתאם למטרות הללו. תכנון המרתון, הן מבחינה ארגונית והן מבחינה תוכנית, הינו שלב קריטי להצלחתו.

**הערכות:**

**סדירויות -** יש להיערך עם **ציוד** בסיסי (מחקים, עפרונות, דפים, מחשבונים), **דפי תרגול** משוכפלים ואם יוצאים מביה"ס **אישורי הורים**.

בקבוצות של מעל 15 תלמידים, כדאי להיערך ולהיעזר ב**מתרגל** או במורה נוסף.

יש **לרתום ולעודד** את התלמידים לפני היציאה, תוך הדגשת חשיבות המרתון והרווח הגדול שיפיקו ממנו.

**תכנון מיקום המרתון** – מומלץ לקיים את המרתון **מחוץ לכותלי בית הספר**. יציאה מבית הספר מזמנת שינוי אוירה, התנתקות מסדירויות בית הספר (צלצולים ולוח זמנים בית ספרי), התנתקות מאוכלוסיית תלמידי בית הספר שאינה שותפה למרתון ועוד.

בשיקולי הדעת לבחירת מיקום למרתון, יש להתייחס לנושא ה**תקציב** – מה סך העלות העומדת לרשות בית הספר לטובת העניין; להתייחס ל**מרחק מבית הספר** – חשוב לאתר מקום קרוב שלא נדרשת לו נסיעה ארוכה, מאחר ושעות הלימוד בבוקר הן שעות איכותיות שחבל יהיה לבזבז אותן בדרכים, מה גם שככל שנסיעה ארוכה יותר, עלותה גבוהה יותר; יש להתייחס ל**מבנה** **ולאיבזורו** – לוודא כי ישנם לפחות שני חדרי לימוד לכל כיתה, לוודא שבכל כיתה לוח גדול, שולחנות וכיסאות (רצוי להימנע מכיסאות סטודנט המקשים על תלמידים בעלי קשיי קשב וריכוז ועל תלמידים בעלי בעיית התארגנות), לוודא כי המיזוג תקין וכי למקום אסתטיקה בסיסית, רצוי בסגנון מחודש שייתן תחושה טובה לתלמידים. בנוסף לכל אלו רצוי לבחור מיקום ניטראלי שאינו סמוך למרכז קניות, לבריכה וכדומה, העשויים להסיח את דעתם של התלמידים.

לחילופין, בתקציב 0, כשמקימים יום מרתון **בבית הספר** יש לדאוג לכיתות מסודרות, נוחות ואף מרוחקות מעט משאר הכיתות הלומדות, על מנת ליצר כמה שניתן אווירת למידה ושקט מסביב.

**תכנון זמן המרתון** – כאשר מתכננים את יום המרתון, יש להתייחס לתכנון השעות וחלוקת זמן פנימית:

**תכנון שעות** - ההמלצה היא להתחיל את המרתון בשעה 08:30 ולסיים בשעה 19:00. במקצועות פחות מדידים, כמו אנגלית, או לאור התנגדות מורים ניתן להקדים ולסיים בשעה 16:00.

יש לקבוע לו"ז מראש, לפרסם אותו בין המורים והתלמידים, לתלות אותו בחדרי הכיתות ולהתייחס אליו כלוח זמנים מחייב: לא לגלוש לשעות ההפסקה (גם אם לא הספקנו) ולא לאפשר להפסקות להתארך – העקביות והסדר מסייעים לתלמידים ולעומת זאת, שינוי בלוח הזמנים עשוי לפגוע במוטיבציה.

**לו"ז יומי מומלץ**:

08:30 עד 10:00 מפגש ראשון

10:00 עד 10:15 הפסקה (קפה ועוגה)

10:15 עד 11:45 מפגש שני

11:45 עד 12:00 הפסקה (קפה ועוגה)

12:00 עד 13:15 מפגש שלישי

13:15 עד 14:00 הפסקה (ארוחת צהריים)

14:00 עד 15:30 מפגש רביעי

15:30 עד 15:45 הפסקה (קפה ועוגה)

15:45 עד 17:15 מפגש חמישי

17:15 עד 18:00 הפסקה (קפה ועוגה)

18:00 עד 19:00 מבחן הצלחה מסכם

אם מסיבה כלשהי יום המרתון מתחיל מאוחר יותר, יש לשנות את הלו"ז בהתאם אך יש לשמור על אורך המפגשים ולא לקצר ל 45 דק'. לתלמידים לוקח זמן להיכנס לעניינים ולהתחיל לעבוד כל ששעה וחצי/שעה ועשר דקות הם מקבצים מיטביים.

ב**הפסקות** חשוב לדאוג לתלמידים לשתייה קרה ולכיבוד קל.

**חלוקת זמן פנימית** – מאחר ויום המרתון הוא יום לימודים ארוך, העשוי להתיש, להפחיד ולעייף את התלמידים, תכנון ההוראה וה**גיוון באמצעי הוראה** הוא חשוב במיוחד. חשוב לאורך היום לשמר את המוטיבציה ולעודד את התלמידים לעבודה עצמית.

**תכנים** - יום מרתון לימודי הוא יום של **חזרות** – רצוי לא ללמד חומר חדש.

מומלץ ששעות החזרה יהיו במקבצים על פי נושאים מרכזיים – נושא עד שניים בכל מפגש, למעט מתכונות לפני בגרות בהם התכנים יכולים להיות מעורבים.

כל מקבץ של שעה וחצי, יכלול 10 דקות של הסבר פרונטאלי (לא יותר). מומלץ ללוות את ההסבר בכתיבת מילות מפתח ומושגים מרכזיים על הלוח. לאחר 10 דקות פרונטאליות, יש להפנות את התלמידים לתרגול עצמי וחוזר חלילה – 10 דקות **הסבר + תרגול**. ההסבר יכול להיות פרונטאלי ולאחריו שאלות לעבודה עצמית והוא יכול להיות מבוסס על טקסט שלאחריו 2-6 שאלות.

יש לנצל את כוחו של יום המרתון, ולקדיש זמן להטמעת **מיומנויות** כגון פיצוח שאלה, מיומנות זיכרון, כתיבת תשובות וכדומה. חשוב להטמיע את המיומנויות כחלק בסיסי ממהלך היום ולא להקצות להן זמן נפרד. יש לשאוף לכך שהתלמידים לאורך היום כותבים תשובות לבד – בכל מצב אין להכתיב לתלמידים תשובות.

על מנת שהתרגול יהיה אפקטיבי חשוב להקפיד על הסברים קצרים וממוקדים, הכוללים שלבים ברורים שהתלמיד יכול לשחזר. כדאי לאפשר לתלמידים לעבוד עם **דף ניווט** (דף מתרגל), לכתוב שלבים על הלוח או להשתמש בכל אמצעי עזר אחר העשוי לסייע לתלמידים בשחזור השלבים. הדבר יאפשר לתלמיד עבודה עצמית ויחסוך המתנה למורה.

חשוב **שהמורה יעבור בין התלמידים** ויסמן V על התחלת התמודדות, על תשובה נכונה, יעודד, יפרגן וייתן מענה לקשיים. רצוי שהמורה יחשוב מראש אצל איזה תלמידים כדאי להתעכב ולאיזו מטרה: מי זקוק לעידוד, מי זקוק לרמז ראשון, מי זקוק למיומנויות מסוימות...

על משימות התרגול להיות מדורגות. ההמלצה היא לחלק את משימת התרגול לשלושה חלקים: שאלות קלות, שאלות בינוניות ושאלות מאתגרות – יצור מצב של חוויית הצלחה מצד אחד ומנגד, יצור מצב בו כולם עובדים.

ניתן להיעזר בתלמידים החזקים לטובת סיוע לבינוניים (תוך התייחסות לרגישויות חברתיות). יחד עם זאת, חשוב שלמתקשים ביותר יסייע המורה.

חשוב שלא המורה ולא המתרגל ישבו זמן ארוך לצד התלמידים, על מנת שלא לפתח תלות. יש לתת הסברים קצרים ובהירים, לעודד ולהמשיך הלאה.

בזמן התרגול מומלץ לחלק את הקבוצה לשניים על פי הצורך או ליצור קבוצה פרטנית (של המתקדמים ביותר או המתקשים ביותר).

יש להגיע ליום המרתון עם **דפים משוכפלים**. רצוי לא לתת לתלמידים מקבצים ארוכים היוצרים חרדה ועשויים לגרום להימנעות. מומלץ בכל פעם לחלק את הדפים הרלוונטיים, 2-3 עמודים לכל מפגש. חשוב לשמר את החוויה המעצימה ולא לדכא או להלחיץ את התלמידים. כמו כן, יש להימנע מיצירת מרווחי תשובות בדפים – המרווחים יוצרים תחושה של עומס.

**מבחן הצלחה מסכם** - מומלץ לקיים מבחן הצלחה התואם את התרגול, בתום יום המרתון. חשוב להכין את מבחן ההצלחה מראש ולקחת בחשבון כי יתכן ולנושא מסוים לא יצליחו להגיע במהלך היום – את הנושא הזה כדאי לשבץ אחרון ובמקרה הצורך להנחות את התלמידים שלא להתייחס אליו.

המבחן צריך להיות זהה בסגנונו לשאלות שהועברו במהלך המרתון, כאשר בקבוצות מתקשות במיוחד, ניתן להשתמש בשאלות זהות לאלו שתורגלו.

המסר לתלמידים הוא שמי שעבר ותרגל כל היום – יצליח.

טווח הציונים צריך לנוע בין 70 (החלשים ביותר) ל 100 (החזקים ביותר).

רצוי **לבדוק** את מבחן ההצלחה בזמן המרתון או מקסימום יומיים אחרי – בכיתות אמ"ץ התלמידים חזרו הביתה עם ציון הבחינה והיה לכך אפקט משמעותי מבחינת המוטיבציה.

בכיתות בהן ניכרים קשיים במוטיבציה, מומלץ כי דמויות משמעותיות מבית הספר (מנהלת, רכזת) יגיעו לביקור במהלך היום וגם יביאו עימם צ'ופר במטרה לעודד את התלמידים.

בהצלחה!

שרית חדד

יועצת ארגונית-פדגוגית

מנהלת "שערים לבגרות", כי"ח שער.