**קורס מדריכים צעירים**

**קיץ 2022**

****

**מטרות ורציונל קורס מדריכים צעירים**

**מטרות**

1. הכשרת חניכיםות להדרכה מקצועית בבתי הנוער ובעבודות המשלבות חניכיםות צעיריםות כמו קייטנות, מחנות קיץ וכו'
2. חיזוק אחריות ועידוד הובלה ומנהיגות של חניכי קדימה
3. עידוד לאקטיביזם ואמפתיה כלפי החברה- אישי וקבוצתי

**רציונל**

קורס מדצי"ם נועד להכשיר את חניכי קדימה להיות מדריכים איכותיים ומקצועיים. את הקורס החניכים יתחילו כבר ביום הראשון לפעילות כדי להספיק לעבור את כל התכנים. התכנים ישלבו בין תפקיד המדריך, חשיבות המודלינג ופיתוח יכולות מנהיגותיות בהדרכה ועד לכלים פקרטיים להתמודדות כמו דגשים בעמידה מול קהל, סוגיות ואתגרים בהדרכה, בניית פעילות והעברתה. בסיום הקורס החניכים יתנסו בהעברת פעילות ויקבלו משוב מחבריהם לקבוצה. לאחר מכן נסיים בבריכת בין שמן ובטקס חלוקת כרטיסי מד"צ.

**לו"ז קורס מדצ"ים**

| **יום שני 11.7.22** | | **יום שלישי 12.7.22** | | **יום רביעי 13.7.22** | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 07:30 | הגעה לבית הנוער+ קבלת סנדוויצ'ים | 07:30 | בוקר טוב | 07:30 | בוקר טוב |
| 08:00 | יציאה- איסוף בתי נוער נוספים | 08:00 | ארוחת בוקר | 08:00 | ארוחת בוקר+ ניקיונות |
| 11:00 | הגעה + תדריך | 09:00 | **דוגמא אישית בהדרכה** | 09:00 | **התנסות** |
| 11:30 | **היכרות ותיאום ציפיות** | 10:15 | הפסקה | 10:30 | הפסקה |
| 12:45 | הפסקה | 10:45 | **סוגי אחריות המדריךה** | 11:00 | **משוב** |
| 13:00 | **פעילות גיבוש** | 11:55 | הפסקה | 12:00 | בריכה + ארוחת צהריים |
| 13:45 | ארוחת צהריים | 12:15 | **נ"ס קתימב"ה** | 14:00 | התארגנות |
| 14:45 | **מעבר מחניך למדריך** | 13:45 | ארוחת צהריים | 14:30 | **טקס סיום קורסים** |
| 16:00 | הפסקה | 14:45 | **אתגרים בהדרכה** | 15:00 | **סיכום קורס מדצים** |
| 16:30 | **המדריךה כמנהיג.ה** | 15:45 | הפסקה | 16:00 | סיום |
| 18:00 | ארוחת ערב | 16:15 | **איך בונים פעולה** |  |  |
| 19:00 | **ערב פרידה מיב'** | 17:25 | הפסקה |  |  |
|  |  | 18:00 | **התנסות** |  |  |
| 20:00 | סיום ערב + קבלת חדרים | 19:00 | ארוחת ערב |  |  |
| 20:45 | מסיבת בוגרים | 20:00 | **סיכום יום** |  |  |
| 22:45 | סיום | 20:30 | **ערב שכבה -קורסים** |  |  |
| 23:00 | לילה טוב | 22:00 | סיום לו"ז+ התארגנות |  |  |
|  |  | 23:30 | לילה טוב |  |  |

**נהלי מחנה ותדריך (עובר על ידי מתכללת המחנה)**

**משמעת**

* יש לנו אפס סבלנות לבעיות אלימות או משמעת כלשהן כמו אלכוהול, חומרים משני תודעה והשחתת ציוד! אם נתפוס חניךה שיצרכו בחומרים אסורים או יפגינו אלימות כלפי מישהו או מישהי, ישלחו מיד הביתה.
* אין ביקורים בזמן המחנה, אין אפשרות לצאת ולהיכנס למעט מקרים חריגים מאוד שאושרו כבר הרבה מראש.
* אסון לעשן בזמן המחנה!
* אסור לקנות בצרכנייה!
* אין לעבור את גבולות הגזרה!
* אין לצאת מתחום הכפר בשום שלב

**גבולות גזרה**

* אזור חדרי אירוח- אין להכנס לבניין שלא שלכם. בנים לא יכולים להיכנס לבנייני בנות ולהפך !
* מגרש כדורגל
* בריכה (אסור להיכנס! מלבד הזמן המוגדר!)
* חדרי צוות יהיו בכל המבנים.
* אסור לצאת משער הכפר ואסור לחרוג מהאזור שלנו.
* יהיו 3 מוקדים של פריסות בכל עת המדריכים יעדכנו איפה מוזמנים לקחת בכיף רק לשמור על הניקיון

**אלה גבולות הגזרה**. אין אפשרות לחצות את האזור שהגדרנו עכשיו מראש.

במועדונים יהיו לכם מפות של מחנה הקיץ והאזורים שבהם מותר לכם להסתובב.

איסורים חמורים בגבולות הגזרה: חניכים שיתפסו באזור יצאו מלו"ז המחנה ולא יחזרו עד להבהרת המצב מול מנהלת המחנה.

* אזור מגורי צוות מקומי הם מחוץ לתחום!
* צרכנייה

**חדרי אירוח**

* בדקנו את החדרים שלכם. חשוב שגם אתם תבדקו לפני שאתם מתחילים להתמקם. אם יש משהו בחדר שיהיה שבור בסוף המחנה, אתם תאלצו לשלם על הנזק. חשוב לבדוק שהכל תקין לפני.
* מה שסידרו אתכם זה החדרים שלכם.ן אין אפשרות לישון יותר חניכים בחדר! את סידור החדרים אנחנו עשינו. מי שיש לו בעיה עם סידור החדר יכול לבקש ממדריך הסמינר שלו (מדריך המחנה ולא מדריך בית הנוער!)
* אנא כבדו אחד את השניה. התחשבו בחניכיםות שרוצים לישון, התחשבו בחניכיםות שלא רוצים שיפתחו אצלם בחדר ישיבה המונית. אתם אנשים בוגרים עם רגישות חברתית. שימו לב לא לפגוע אחד בשניה.
* החל מהשעה 23:00 כולם בחדריהן! אין אף אחד מחוץ לחדרים

**מרחב בטוח- כבוד הדדי בין כל חניכי קדימה ובכלל**

* אין צורך להרחיב! אנחנו שומרים פה על מרחב בטוח! זה תקף לכל דבר- מקוד לבוש, שפה והתנהגות אחד כלפי השניה ועד לעידוד כל חניכי וחניכות קדימה להרגיש בנוח עם עצמםן ועם חבריהםן לקבוצה. פה אנחנו מי שאנחנו רוצים להיות לא שיפוטיות!
* יש במקום חניכים רבים ממקומות רבים. שימרו גם על כבודם ואם יש בעיה וחיכוך עם חניכים ממסגרות אחרות, קראו למדריךה שלכם והם ישמחו לפתור כל בעיה.

**ערב יב'**  
זהו ערב בו ניפרד מחניכי יב'. ערב רבוי משתתפים. אנא כבדו את חניכינו הבוגרים, הגיעו בזמן לערב, שמרו על שקט במהלכו. גם אתם תגיעו ליום הזה בקדימה ותרצו שיכבדו אתכם בדיוק באותה המידה. זו הזדמנות עבורכם לפרגן לחניכי יב'.  
  
**מסיבה**

* המסיבה נגמרת בשעה 23:00 בדיוק. אתם רשאים להתקלח בין ערב יב' למסיבה. שימו לב לא לאחר.
* אם אתם הולכים לחדרים בזמן המסיבה, הודיעו למדריכים שלכם (מדריכי המחנה ולא של בתי הנוער!)

**לילה טוב**

* בשעה 23:00 לא תתאפשר הסתובבות במרחב המשותף. אתם מתבקשים לשבת בחדרים שלכם וללכת לישון. הלו"ז של מחנה הקיץ עמוס מאוד בפעילויות מהבוקר ועד הלילה. שמרו כוחות.

**ארוחות**

* ארוחות מתבצעות בחדר אוכל של הכפר.
* כולם מגיעים לכל הארוחות
* לארוחות זמן מוגבל שימו לב שאתם עומדים בזמן כי אין אפשרות לזמנים נוספים
* כולם אוכלים. חשוב בכדי לשמור על הבריאות שלנו ולהצליח להחזיק במהלך הסמינר - זאת לא אופציה
* בחדר אוכל לחכות בתור גם אם יש בתור אנשים שאתם לא מכירים. ולשבת רק במקומות המיועדים לנו.

**פריסות**

* יסופקו במועדון הבניינים באזור \*\*\*\*\*\*\* (לבדוק מה מספר המועדון כשמגיעים)
* האוכל יסופק בתוך המועדון אבל אתם תאכלו בחוץ בדשא
* שמירה על הניקיון היא באחריותכם המלאה. איסוף הזבל יהיה במרוכז ולא יתפזר בכל הפחים בכפר.
* פריסות בין הארוחות יוגשו גם כן באותו מועדון. אם בא לכם לנשנש משהו בהפסקות, אתם מוזמנים להגיע לשם.
* קפה ותה יסופקו בכל מועדון.

**התייצבות בזמן למשבצות התוכן במחנה**

* לא צריך בכל הפסקה ללכת לחדר שלכם. זה יגרום לכם לאחר וגם ימנע מכם ליצור קשרים חדשים עם חבריםות חדשיםות.
* אחריותכם המלאה לוודא שאתם עומדים בזמנים!

**זמן חופשי**

* החדרים הם לנוחיותכם, תהנו מהם! עם זאת, אם נגלה שבגלל השהות בחדרים אתם מאחרים למשבצות תוכן במחנה, אנחנו ניקח לכם את המפתחות בבוקר ונחזיר רק לאחר סיום הלו"ז. אנא גלו אחריות!
* בזמן החופשי אתם רשאים להשתמש במגרש הכדורגל רק בתנאי שיש איתכם מדריך.ה. אין לנו זכות ראשונים על המגרש. אם הוא תפוס, תמתינו או שתחפשו עיסוק אחר.

**ניקיון**

* שמירה על הניקיון בחדרי השינה וניקיון החדרים ביום האחרון של המחנה היא באחריותכם המלאה!
* לאחר כל פעילות אתם תנקו את הכיתה שלכם ורק לאחר מכן תצאו להפסקה.
* אנו שומרים על הניקיון כל הזמן!

**סדנאות חיצוניות- כללי התנהגות**

* במהלך המחנה בפעילויות השונות של כל שכבה, יהיו הרצאות וסדנאות חיצונית.

אתם מתבקשים לכבד כל אדם שעומד מולכם, להקשיב, להיות בשקט ולהיות פעילים בפעילות.

הם השקיעו מזמנם בשביל לייצר לנו פעילות איכותית. התמורה המינימלית שלנו היא להיות פעילים ולכבד אותםן.

**מדריכים.ות מנהלים.ות**

* כל מדריך.ה או מנהל.ת בקדימה הם אנשי צוות במחנה. זאת אומרת שאם מישהו מעיר לכם.ן עליכם להקשיב וליישם
* אין להתחצף או להתנהג בצורה לא הולמת כאשר מבקשים ממכם.ן משהו
* כולנו פה כדי לקדם את קדימה ואף אחד לא מחפש אתכם אז כבדו את זה ויחדיו ניצור את המחנה קיץ הכי טוב שהיה

**פעילות היכרות (שעה ורבע)**

**מטרות**

1. היכרות בין חברי הקבוצה
2. יצירת קבוצה מאפשרת מרחב בטוח ומקום ללמידה
3. תיאום ציפיות בין החניכים.ות ובין המדריכים לחניכים

**מהלך**

1. **סבב שמות+ בית נוער+ חשש/ציפיה מהסמינר עם נשנוש מתוק ומלוח (10 דק)**
2. **טריטוריית פתקים( (15 דק')** כל חניךה מקבל.ת 3 פתקים. החניכיםות יתבקשו לכתוב שאלות היכרות פשוטות שהיו רוצים לדעת על חברי הקבוצה. יחד עם הפתקים נשחק טריטוריה. (טריטוריה: כל חניךה מטרתו.ה לאסוף כמה שיותר פתקים מאחרים ולמנוע שיקחו משלו. אי אפשר לקחת פתקים כשמישהו ליד הפתקים שלו). לאחר מכן, החניכיםות יענו על השאלות שקיבלו ותהיה להם את ההזדמנות להעביר את השאלה הלאה למישהו.י אחר.ת.
3. **הרוח נושבת (10 דק').** כולם עומדים במעגל כאשר מישהו באמצע. המשתתף שעומד צריך להכריז בקול את המשפט "הרוח נושבת לכיוונו של כל מי ש..." ולהשלים את המשפט עם אפיון שמתאים לו בעצמו. למשל אם שם הדובר הוא ערן, הוא יכול לומר - "הרוח נושבת לכיוונו של כל מי ששמו מתחיל באות ע'". בתום דבריו, כל חברי המעגל, אשר המשפט מתאר גם אותם (עינת, עידו, עומר…) צריכים לקום ולהחליף ביניהם מקום, בזריזות, שכן האחרון שנשאר הוא הדובר הבא.
4. **נפש תאומה (10 דק)** בוחרים אדם אחד שמחפשים את הנפש התאומה שלו. הוא עומד עם הגב לקבוצה ולא רואה מה מתרחש, בכל סבב שואלים את המשתתפים שאלה אחת של בחירה. למשל: מה עדיף – תה או קפה. כולם עונים בהצבעה. לאחר מכן שואלים את האדם מה הוא מעדיף. מי שהעדיף כמוהו – נשאר במשחק. וחוזר שוב – שואלים העדפות עד שנותר אדם אחד – הוא הנפש התאומה!

*שאלות לנפש תאומה:*

המבורגר/פיצה, כלב/חתול, בוקר/לילה, אינסטגרם/טיקטוק, הפסקה\חוג, מתמטיקה/אנגלית, אופניים/סקייטבורד, אייפון/אנדרויד, חורף/קיץ, נועה קירל\ מרגי, סרט/סדרה, אדידס/נייק, שעת למידה\ פעולה, ים/בריכה, כדורגל/כדורסל, במבה/ביסלי.קייטנה\יום רגיל, עבודה להגשה\מבחן, פתיתים\אורז , תסרוקת \ שיער רגיל

1. **מולקולות- תיאום ציפיות (25 דק')** נשים שיר ברקע והחניכים יצטרכו להסתובב, בכל פעם שנעצור את המוזיקה, נצעק מספר (מספרים בין 2-4) והחניכים יצטרכו להתארגן בקבוצות על פי אותו המספר. בכל פעם שהחניכים יכנסו לקבוצות, ניתן להם שאלה לענות עליה יחד או כיחידים.

שאלות:

* איך זה מרגיש לא להיות בקבוצה שמורכבת מהחברים בבית נוער? (אזור נוחות)
* איך אתה חושב שאתה יכול להיתרם מהיציאה לקורס?
* תספר על פעילות מגניבה שזכורה לך מהבית נוער.
* איזה רגש עלה בך לקראת היציאה לקורס?
* איזה חשש יש לך בנוגע לקורס?
* ממה את.ה הכי מתרגש.ת?
* מה הפעילות שאת.ה הכי מחכה לה?
* את.ה אוהב.ת לצאת ממסגרת בית הנוער?
* מה הדבר המשותף לכל חברי הקבוצה?
* מה בתי הנוער שלכם דומים?
* במה בתי הנוער שלכם שונים?

1. **הסבר על הקורס+ תיאום ציפיות (15 דק)** המדריךה ת.יסביר קצת על הקורס, ת.יציג את הלו"ז, הציפיות מהחניכים ות.יישר קו בנוגע לכל החוקים והנהלים. (כל חניך מגיע מבית נוער אחר, עם התנהלות וחוקים מעט שונים. על מנת למנוע חיכוכים ואי נעימויות ניישר קו על התנהגות בקורס וציפיות מהחניכים כחלק מהשכבה הבוגרת של קדימה)

דגשים וציפיות בנושא ההתנהגות:

* תרגישו בנוח לפנות אלינו עם כל דבר, אנחנו פה בשבילכם. *לתת את המספר שלכם*
* הדרישות והחוקים החלים בבית הנוער, חלים גם פה!
* המדריך שלך בקורס, כמו המדריך שלך בבית הנוער. יש להקשיב, לכבד ולמלא אחר הוראותיו. הוא יכול להגיב ולדרוש ממך באותה מידה.
* רצוי לא לפנות למדריכים האישיים שלכם בבקשות, אלא מאיתנו. אנחנו המדריכים הישירים שלכם במחנה הזה. המדריכים שלכם עסוקים בהדרכה ולא זמינים בדיוק כמו שאנחנו לא זמינים לחניכים שלנו שלא נמצאים כאן.
* אלימות מילולית ופיזית הם קו אדום!
* לכבד כל חניך, מדריך, איש צוות או מנהל.
* לכבד את הציוד, האוכל והמקום שאנו מתארחים בו.
* לקחת חלק בכל הפעילויות ולשתף פעולה באופן מלא.
* לעמוד בלו"ז ולא לאחר. הלו"ז הוא אינטנסיבי ואתם נדרשים לעמוד בו. זה חלק מהיותכם קבוצה בוגרת. רמת האחריות שלכם עולה וכך גם הציפיות.
* רק אחד.ת ראשי לצאת לשירותים בזמן משבצת. אין צורך לבקש, שימו לב שאף אחד לא יצא ואתם רשאים לצאת.
* במעגל הזה אנחנו מקבלים את כולםן. זו קבוצת הלמידה שלנו. בתום שלושת הימים גם תהפכו להיות חבריםות טוביםות. אנו מבקשיםות לכבד אחד את השניה, להתעניין, לשאול שאלות, לפרגן ולעזור אחד לשניה לאורך כל הקורס. הקבוצה הזאת היא החשובה ביותר. בעיקר אנו מבקשים להתמסר- גם אם עכשיו קצת קשה, תתמסרו לקורס, אנחנו בטוחים שתהנו(:

דגשים והבהרות לגבי הקורס עצמו:

* קורס מדריכים צעירים, הוא קורס יוקרתי ומקצועי בכל ארגוני הנוער, תנועות הנוער ומחלקות החינוך של העיריות.
* לקדימה יש את הזכות להעניק בסיום הקורס תעודת מד"צ אשר תשמש אתכם באמצעי תעסוקה בקייטנות, מחנות קיץ אפילו בייביסיטר. מה ממש כמו מכתב המלצה בקורות חיים שלכם.
* בקורס נרכוש כלים של עמידה מול קבוצה, הובלה וליווי חניכים, מנהיגות, בניית פעולות, התנסות בהעברת פעולות, אתגרים בהדרכה ועוד.
* הקרוס בעל הרבה תוכן אך גם הרבה ידע פרקטי ומעשי שישמש אתכם בעתיד.
* הקורס נועד עבורכם, תשאלו שאלות, תתעינו ועדכנו אותו בתחושות והרצונות שלכם.
* הקורסים הנ"ל הם קורסים איכותיים ולכן שיתוף הפעולה והחשיבות של השתתפות היא קריטית
* הקורסים מוציאים אתכם.ן עם כלים ממשים והקשבה היא תוצר טוב יותר שלכם
* מצופה שלמרות הקושי תעמדו בלו"ז, תיקחו את המשבצות ברצינות ותהיו חלק פעיל מהקורס.

**עזרים**

* פתקים כפול 3 ממספר החניכים.ות
* עטים
* להכין לוזים של הסמינר ולהביא לחניכים כמושמוש

# 

**פעילות גיבוש (45 דק')**

**מטרות:**

1. לגבש ולאחד בין הקבוצה
2. לייצר היכרות מעמיקה בין חברי הקבוצה

**מהלך**

1. **ספיד דייטינג (15 דק)** כל משתתף מקבל דף עם שעון, וצריך לקבוע לעצמו 4 פגישות עם המשתתפים השונים בפעילות – רושם לעצמו את הפגישות בשעה 12, 3, 6, 9.

המדריך אומר את השעה (לדוגמא: "השעה 6") – והמשתתפים יוצאים לפגישות בהתאם למה שקבעו כשמגיעים לפגישה המנחה אומר לזוגות לענות על שאלה שישאל את כולם באופן כללי

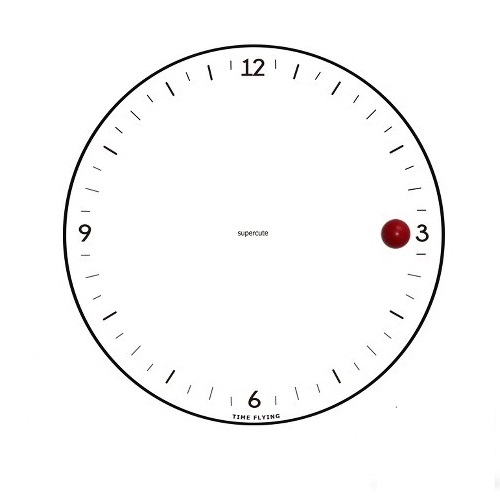
לאחר שסיימו – עוברים לפגישה הבאה.

נושאים אפשריים:

* הדבר הכי פרוע שעשית בחייך
* הדבר שאת.ה הכי אוהב.ת
* הדבר שאת.ה הכי שונא.ת
* נקודת ציון משמעותית בחייך
* למה בחרת בתפקיד הזה
* שלוש סיבות למה קמת היום בבוקר
* אם לא היית כאן היום איפה היית רוצה להיות
* שלושה דברים שהיית לוקח לאי בודד

1. **תופסת זוגות (15 דק')** המשתתפים מחולקים לזוגות אקראיים ולאורך כל המשחק עליהם לאחוז בידו של בן הזוג שלהם, מלבד לזוגות יש תופס ויש אחד שנתפס. המטרה של הנתפס היא לתפוס ביד של אחד מהזוגות ואז החניך.ה שבן הזוג שלו עכשיו עומד עם מישהו אחר הופך להיות התופס.
2. **בינגו (15 דק')** כל אחד מקבל דף מחולק ל-9 משבצות ריקות. ובכל משבצת מתוך ה9 כל אחד עונה על שאלות שנשאל את כולם (צבע אהוב טעם גלידה, חיה אהובה, זמר אהוב, סרט אהוב, תחביב שלך, מאכל אהוב, סגנון מוזיקה אהוב, מקצוע אהוב בבית ספר)

לאחר מכן מסתובבים בחדר ומחפשים אנשים שאוהבים את אותו תחביב/ספר/סרט וכו'. הראשון שמוצא 9 אנשים שחופפים לכל מה שהוא כתב מנצח.

**נספח:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |

**מעבר מחניך למדריך (שעה ורבע)**

**מטרות**

1. החניכות.ים יבחנו את המשותף והשונה בין דמות החניך לדמות המדריך.
2. החניכות.ים יגבשו עמדה לגבי אילו תכונות ומאפיינים "ראוי" שיהיה בדמות המדריך.ה.
3. החניכות.ים יצפו ויתרגשו לקראת המעבר מחניך.ה למדריך.ה.

**מהלך**

1. **משחק פתיחה (5 דק')**
2. **"בנק התכונות"/ שמש אסוציאציות (15 דק') -**  יהיה בריסטול גדול על הרצפה שעליו יהיה כתוב "חניכ.ה" - נעשה כמה סבבים וכל אחת בתורה תכתוב תכונה/ מאפיין שהן חושבות שיש בחניכ.ה. אחר כך נביא בריסטול חדש שעליו כתוב "מדריכ.ה" ובסבב החניכות יעשו את אותו הדבר שעשו בסבב הקודם רק על דמות המדריכ.ה. לאחר מכן נשווה בין שני ה"דמויות" שנוצרו במשחק.

* מה המשותף לדמות החניך ולדמות המדריך?
* מה השונה?

1. **כלים/ תכונות של מדריכים (15 דק')** משתמשים בתכונות המדריך שהחניכים כתבו במתודה ואפשר להוסיף תכונות נוספות שהמדריך רואה בהן חשיבות: כריזמה, סבלנות, סובלנות, יכולת ורבלית, חוש הומור, חזון, אכפתיות, רגישות, גבולות, קשיחות, נחישות, יצירתיות, חריצות, דוגמא אישית, עקשנות, חברותיות.

מסמנים "סרגל" על הרצפה מאחד עד 10. אומרים לחניכים תכונה ועליהם להתמקם על הסרגל לפי רמת החשיבות של אותה תכונה לפי דעתם. כל תכונה שתעבור את רמת החשיבות 7 על פי רוב הקבוצה תכנס לארגז הכלים של המדריך. (מכינים ארגז אמיתי). לאחר מכן מדביקים על צללית של בן אדם את כל התכונות שנבחרו. נקיים עם החניכים דיון על דמות המדריך שיצאה להם.

* אתם מרוצים מהמדריך שיצא לנו?
* יש תכונה שהייתם מורידים?
* הייתם רוצים שהמדריך שיצא לנו ידריך אותך?
* יש תכונה שחשובה לכם במדריך ולא נכנסה לארגז הכלים?
* למה תכונה זו חשובה לדעתכם?
* הכלים האלו מולדים או האם הם נרכשים?
* איך אפשר לפתח\ לרכוש את התכונות האלו?

1. **סימולציות (40 דק')** שני חניכים מתנדבים מהקבוצה ישבו זה ליד זה אל מול הקבוצה ויקבלו סיטואציה/ נושא לדבר עליו כאשר אחד הוא החניך ואחד המדריך **(נספח 1)**. החניכים יצטרכו לגלם את הסיטואציה ביניהם כאשר יש כובע מסוים על ראשם (חניך/ מדריך/חבר/ אח גדול/ מנהל). הם יצטרכו להתאים את עצמם, את הקול שלהם, הטון והגישה לכובע שמונח על ראשם. המדריך יחליף את הכובעים שעל הראש במהלך הסיטואציה. המטרה היא להלהיב את החניכים בנושא ההדרכה ושירגישו שמצליחים להתמודד עם הסיטואציה בין חניך למדריך. לאחר כל סיטואציה נדבר עליה - החניכות.ים יתנו משוב בונה למשתתפים בסיטואציה. מדריכים ישימו לב שהמשוב נעים ובונה שלא יוריד את הביטחון.

כל הסיטואציות כתובות כנושא של חניךה ומדריךה אבל אפשר בתחילת הסיטואציה לשנות את התפקידים לפי ההיגיון (עובד ובוס/ שני חברים וכו')

דיון לאחר כל סיטואציה

- האם הרגשת שהסיטואציה נפתרה?

- מה הדבר שהרגשת שעשית טוב שעזר לקדם את הפתרון לסיטואציה?

- מה הדבר שהיית עושה אחרת?

- האם מדריך צריך שיהיו לו כמה סוגי כובעים?

- מה היתרונות בשילוב של כמה כובעים?

- לפי מה אני יודעת מתי לפעול באיזה כובע?

**עזרים**

* מדבקות
* פתקים
* טושים
* בריסטולים
* קופסא
* כובעים עם פתקים של תפקידים שונים - אח גדול, מדריך, חבר, חניך
* להכין את "קופסת התכונות של המדריך".
* להכין: 3 דפים עליהם לכתוב 0 5 10

נספח 1:

**סיטואציות:**

חניךה מבקש.ת לצאת לשתות מים בתחילת שעת הלמידה, למרות שלפי נהלי בית הנוער הוא צריך לשתות לפני כי אי אפשר לצאת באמצע.

חניךה יוצא.ת באמצע הפעולה ובורח.ת הביתה. כשאת.ה מגיע.ה אליה היא/הוא אומר.ת ששני/שתי בנים/בנות מהקבוצה הרביצו לו.ה.

אחד החניכים לא מסכים לנקות את החצר כחלק מתורנות בבית הנוער

חניךה לא מוכןה לאכול את ארוחת הצהריים בבית נוער בטענה שהאוכל לא טעים לו/ה.

באמצע פעילות בקבוצה, אחד החניכים יוצא החוצה בלי סיבה ובלי רשות ולא מוכן לחזור פנימה.

חניךה מגיעץה לבית הנוער מאושר.ת עם חיוך ענק על הפנים ומספר.ת שקיבל.ה 96 במבחן במתמטיקה

חניךה מתלבט.ת באיזה מגמה (מקצוע מורחב) ללמוד בתיכון- ספרות או ביולוגיה- והיא/הוא בא.ה להתייעץ איתך

חניךה מתקשר.ת אלייך 5 דקות לפני תחילת הפעילות ואומרת לך שהיא/הוא לא י.תגיע היום כי לא מתחשק לו.ה

חניךה מדבר.ת איתך על חרם שיש בתוך הקבוצה על ילד/ה אחר.ת. הוא/היא אומר.ת שהוא/היא לא חלק מהחרם אבל כל הקבוצה יודעת על זה ולוקחת בזה חלק.

הקבוצה מבקשת ממך לעשות פעילות לבית הנוער ומתבלטת באיזה נושא לבחור

**שיחה אישית בין מדריך לחניך על פעילות על גזענות שהמדריך הולך להעביר, המדריך יודע שהנושא קשה**

את.ה עושה שיחת מוטיבציה לחניךה שלך על חשיבות הלימודים ועל ההשקעה הנדרשת כדי להצליח

חניךה שלך לא אוהב.ת את המחנךת שלו.ה בבית הספר **ומשתמש בקללות עליו לידך,** ולכן היא/הוא בוחר.ת להבריז ולא מגיע.ה לביה"ס.

**חניך לא מגיע לכל הימים בבית הנוער כי התחיל בדיוק לעבוד**

החניכים שלך הולכים מכות במסגרת אחת הפעילויות, למרות שהם יודעים שהתגובה על אלימות היא השעיה.

החניכות רואות אותך מרים זבל מהרצפה ברחוב, **והן צריכות להגיב למה שאתה עושה**

**חניך מאחר לפעילות ולא נכנס בזמן.**

**המדריךה כמנהיג.ה (שעה וחצי)**

**מטרות**

1. החניכות.ים יכירו בכוח ההשפעה של דמות המדריך על החניכות.ים
2. החניכים ילמדו שכמדריכים הם מהווים דוגמה ומובילים את החניכים שלהם.
3. החניכות.ים יחלו לדון על נושא המנהיגות, תכונות הרצויות למנהיג והבדלים בסוגי מנהיגות

**מהלך**

1. **משחק פתיחה (5-10 דק')**
2. **משימת המנהיגות (25 דק')** החניכים יקבלו משימה בזוגות לעשות - מסלול מכשולים בחוץ, כאשר לכל זוג יש אחד שמוביל את חברו (המובל בעיניים מכוסות) והם צריכים לעבור את המסלול ולאחר מכן התפקידים יתחלפו כך שכולם יתנסו בהובלה וב"הנהגה"- אחר כך נדבר על התקשורת ועל משימת ההובלה.

עיבוד

* מה זה הצלחה במשימה לדעתכם? האם הצלחתם?
* היה שיתוף פעולה?
* איך הרגיש להיות מוביל.ה?
* איך הרגיש להיות מובל.ת?
* שתפו ברגע אחד שהובלתם והיה לכם קשה/קל.
* שתפו ברגע אחד שהובילו אתכם והיה לכם קשה/קל.
* מה החשיבות של תקשורת בהדרכה?
* שתפו על קשיים בתקשורת בהם לא היה ברור מה המוביל.ה רוצה

1. **כוכב ים (25 דק')**

א. נספר לחניכים את הסיפור על הכוכבי ים (נספח א') ונדבר עליו:

* מישהו רוצה להסביר מה הוא הבין שקרה בסיפור?
* מה המסר של הסיפור?
* מה כל אחת משתי הדמויות עושה ולמה?

ב. נחלק לכל חניךה כוכב ים מודפס, ונשאל אותם "מי הכוכב ים שלכם?" (כלומר, למי אתם יכולים לדאוג ולעזור?) נגיד שלכל אחד מאיתנו יש כוכב ים, וכולנו כוכבי ים של מישהו אחר. כעת נדבר על מי משפיע עלינו :)

1. **דמויות מנהיגות (20 דק')** המדריך יבקש מהחניכים לחשוב על דמות שהשפיעה עליהם לחיוב ודמות שהשפיעה עליהם לשלילה ולרשום בפתק את שמה ואת האופן שהוא/ היא השפיעו עליהם. למשל התנהגות מיוחדת של הדמות שהשפיעה עליהם, ערך שהוא/ היא דגלה בהם ונחקק בזכרונם. הדמות יכולה להיות ממעגלים קרובים של חייהם (משפחה, בית ספר, בית נוער) ועד למעגלים רחוקים יותר- (דמויות מההיסטוריה, דמויות מסרטים וכו')...  
    *על מנת לעזור לחניכים נפזר על הרצפה תמונות של מנהיגים חיוביים ושליליים (נספח ב'), ונכתוב על דפים דמויות מחיי היומיום שלהם (אמא, אבא, אח, חבר, מדריך וכו'...)*  
    המדריךה ת.יבקש מכל החניכים המעוניינים לשתף את חבריהם במה שכתבו. המטרות של הפעילות הזאת היא לקרב אותם.ן למושג "מנהיג.ה" - שיבינו שזה לא מילה רחוקה, אלא משהו אנושי מחיי היום-יום. ולהעלות את הסוגיה של מנהיגות שלילית/ חיובית.

שאלות מנחות:

* מדוע בחרת בדמות זו?
* מדוע דווקא תכונה זו תפסה אותך בדמות זו? - או- מה תפס אותך בדמות זו?
* האם את.ה מרגיש.ה שקיבלת/ רכשת/ הפנמת/ למדת את התכונה הייחודית שפגשת בדמות?
* מדוע הדמות השפיעה עליכם לחיוב/ לשלילה?
* תנו דוגמה מהחיים שלכם למנהיגות חיובית.
* האם למדתם.ן גם מהמנהיג החיובי וגם מהשלילי?
* אילו ערכים אתם, כמדריכים שינהיגו קבוצה, רוצים לאמץ לכם להדרכה?

1. **דיון מסכם (10 דק')** נדון בקשר בין מדריכ.ה למנהיג.ה

* מה הקשר בין מנהיגות להדרכה?
* האם כל מדריך הוא מנהיג?
* איך אפשר לנתב את הפלטפורמה של ההדרכה למנהיגות חיובית?

**עזרים**

- חבל, כיסאות, קונוסים (ציוד למכשולים)

- כיסויי עיניים

- כוכבי ים מודפסים (אבי)

- פתקים

- כלי כתיבה

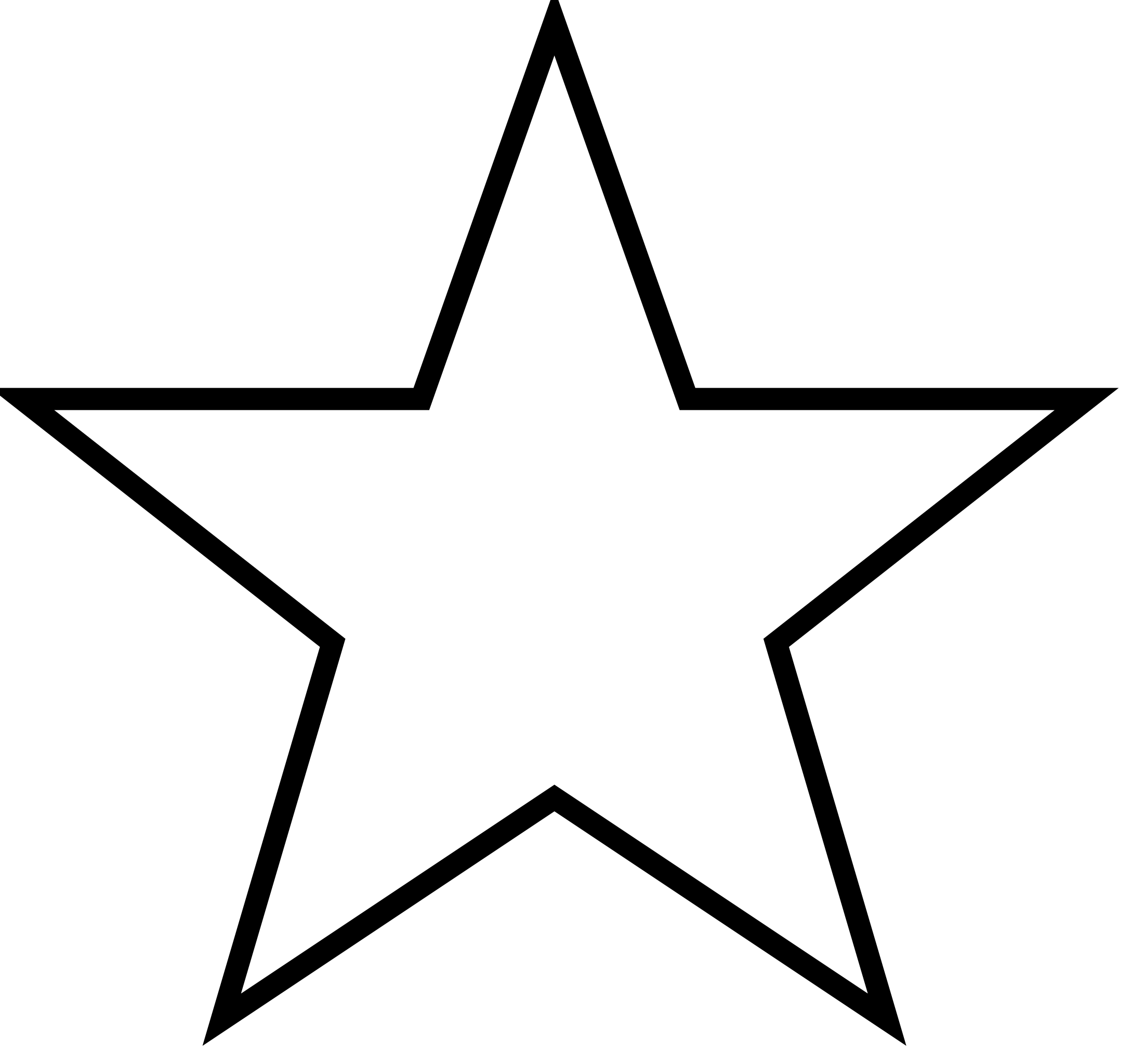
- דפים שכתוב עליהם דמויות מהחיים

**נספח א'- סיפור על כוכבי הים**

###### תייר אחד הלך בזריחה לחוף האוקיינוס לברך את היום החדש. כשהתקרב לחוף, מרחוק, הבחין בנער שמתכופף ומרים משהו ואז מיד משליכו לים. כשהתקרב גילה שהגאות שטפה אלפי כוכבי ים אל החוף והם אינם יכולים לחזור אל הים בכוחות עצמם. התייר ראה שהנער משליך כוכבי-ים חזרה לים ושאל אותו למעשיו והנער ענה: "כאשר השמש תעלה, הם ימותו ויתייבשו אילולא אשליך אותם הימה. אז אני משליך אותם חזרה."

###### התייר סקר שוב את המרחב העצום של החוף שהשתרע בשני הכיוונים אל מחוץ לשדה הראיה. אינספור כוכבי ים היו מתפזרים על החוף. אמר התייר: "אינך מבין שעל החוף נמצאים הרבה יותר כוכבי ים מאשר תוכל להציל עד עלות החמה? אינך באמת מצפה לחולל שינוי כלשהו! אז מה זה משנה?".

###### הנער השתהה רגע קט, אחר כך התכופף והרים עוד כוכב ים, חייך אל התייר ואמר: "אתה רואה - לכוכב הזה, זה משנה!" והשליכו אל הים רחוק ככל שניתן לו.



נספח ב'- תמונות של מנהיגים

###### 

###### **דוגמה אישית בהדרכה (שעה ורבע)**

###### **המדריך כמי שמעביר ערכים ומסרים**

**מטרות**

1. החניכים ילמדו שכל מדריך מהווה דוגמה אישית בכל תחום - גם מעבר לשעות הפעילות.
2. הכרה בכך שהמדריך מעביר מסרים וערכים לקבוצה במודע ולא במודע.
3. החניכים יגבשו דעה וידונו בגבולות שיש למדריכים כמהווי דוגמה ומעבירי מסרים - מה הם יכולים ולא יכולים לעשות מול חניכים.

**מהלך**

1. **משחק פתיחה (10 דק)**
2. **קשרים (20 דק')**

סבב ראשון- נחלק לכל חניךה חבל קצר. נשאל את החניכים שאלות. כל מי שיש שאלה נכונה לגביו צריך לעשות קשר בחבל.

* האם אני שומר.ת חוק?
* האם אני אוהב.ת את האחים / בני דודים שלי (יותר קטנים ממני)?
* האם אני אח/ות בוגר.ת בבית הנוער?
* האם אני מקשיב.ה לחוקי בית הנוער?
* האם אני נוהג.ת בכבוד לחברים שלי?
* האם אני נותןת עזרה כל פעם שמבקשים ממני?
* האם אני מגיש.ה את כל העבודות שלי בזמן?
* האם אני לוקח.ת על עצמי אחריות?

סבב שני- כעת נשאל את החניכיםות שאלות נוספות, לכל שאלה שנכונה לגביהם הם מפרקים קשר.

* האם אי פעם חציתי באדום?
* האם ניצלתי\ סינג'רתי את אחים שלי?
* האם קיללתי ליד חניכים צעירים ממני בבית הנוער?
* האם ציירתי פעם על שולחן בבית הנוער?
* האם הרבצתי פעם לחבר.ה שלי?
* האם התעלמתי מאמא \ אבא שלי כשהם ביקשו ממני עזרה?
* האם אי פעם איחרתי לבית ספר?
* האם אי פעם לא עשיתי את התחום אחריות של?

דיון:

* עם כמה קשרים סיימתם?
* מה הקשר בין שני הסבבים?
* האם אפשר להישאר עם כל הקשרים?
* מדוע עלינו לשים יתר תשומת לב להתנהגות שלנו בהיותנו מדריכים?

1. **סיפור/ דוגמה (15 דק')**  נשאל את החניכיםות-מי שונא לשטוף כלים? יפה, הרבה פעמים שמבקשים מחניך לשטוף כלים הוא ישר מתעצבן ומקלל ונהיה אנטי (מכירים את זה?). דרך אחת לרכך אותו ולגרום לו לעשות את הכלים היא לעשות את הכלים יחד איתו! כך הוא רואה שהמדריך גם נותן מעצמו לתורנות מטבח וקל יותר לעשות את המשימה על אף שהוא ממש שונא את זה.

להדגיש ולדבר על המסר: דוגמא אישית היא אחד הכלים החשובים ביותר להדרכה. היא יכולה לגרום לחניך הכי מתוסכל להאמין בעצמו או לחניך שהכי שונא להשתתף בפעילויות לקחת חלק. אבל צריך לתחזק אותה ולפתח אותה. כל דבר שאנו עושים בבית הנוער ומחוצה נתפס בצורה מסוימת ע"י החניכים ולכל מעשה שלנו יש השלכות. כדי שהם יחזיקו מאיתנו עלינו לשאוף לנהוג בצורה האידיאלית– הכי טובה שרק אפשר.

עלינו לצאת מנקודת הנחה שאף אחד לא מושלם (אי אפשר להישאר עם כל הקשרים על החבל) אבל בתור מדריכים עלינו לשאוף להישאר עם כל הקשרים.

לתת עוד דוגמאות והחניכים צריכים לעלות פתרונות.

המטרה: שהפתרון יהיה = ביחד עם המדריך:

* להיכנס וללמוד בשעת למידה- אם המדריך גם יהיה בתוך הכיתה, אם המדריך יעזור לי בדברים שאני מתקשה בהם.
* הגעה בזמן- אם אני אראה את המדריך שלי מקפיד בזמנים שאני קובע איתו גם אני אקפיד בזמנים שהוא קובע איתי.
* עזרה בלבשל- אם המדריך יבשל ביחד איתי, אם המדריך ואני נתחלק בבישולים.
* להיות בשקט בכינוס- אם המדריך יהיה בשקט בכינוס גם אני אהיה בשקט בכינוס.

1. [**סרטון דוגמא אישית**](https://www.youtube.com/watch?v=jOrGsB4qG_w) **ודיון (10 דק')** נראה לחניכים סרטון (נספח 1) שקשור לדוגמה אישית ונקיים דיון:

* מה הקשר של הסרטון להדרכה?
* האם אתם רואים את עצמכם כמי שמעבירים דוגמה אישית? לאחים קטנים למשל.
* אם ענו שלא, אז האם כמדריכים אתם רואים אותכם מהווים דוגמה לחניכים?
* האם יש דוגמה אישית שלילית ודוגמה אישית חיובית? תנו דוגמאות מהסרטון.

1. **המדריך כמעביר מסרים (20 דק')** המדריךה יפזר על קירות החדר ערכים שונים (נספח 2), כל חניך יבחר ערך אחד שהוא הכי מתחבר אליהם ויכתוב אותם על פתק, לאחר מכן כל חניך חושב במשך כ-10 דקות על פעילות אחת/ על משחק אחד/ מחפש סרטון/ חושבים על דרך התנהגות בה אפשר להתנהג כדי להעביר את הערך לצופים בכם וכדומה שמעביר אחד או יותר מהערכים בהם בחר ומציג אותם/ מספר אותם לקבוצה. זמן הצגת הפעילות 2-3 דק' תלוי בזמן שנשאר. חשוב להכניס אותם לרצינות במתודה הזאת- כי היא הולכת שלב אחד קדימה - החניכים חושבים בעצמם על רעיונות להעברת מסרים.

* מדוע בחרת בערך הזה?
* מה בסרטון/ במשחק/ בפעילות מעביר את המסר שהיה לך חשוב?
* האם יש ערכים שהעבירו לכם בבית הנוער שאתם זוכרים?
* לדעתכם ניתן להעביר ערכים ומסרים רק דרך משחק ופעולה או גם בדרכים אחרות? מהם הדרכים האחרות?
* האם העברת מסרים וערכים זה חלק מהאחריות של המדריך כלפי חניכיו?

1. **דיון סיכום (5 דק')**

* מה מסרים שאתם זוכרים שקיבלתם בבית הנוער?
* האם אתם מרגישים כמדריכיםות שיש לכם את האפשרות באמת להעביר מסר?
* האם מסר תמיד עובר ?

**עזרים**

* חבלים קצרים
* בריסטולים
* פתקים
* כלי כתיבה
* להכין את הערכים, לתלות אותם על הקיר.
* **להביא מחשב- להראות את הסרטון**

**נספח 1**

סרטון על דוגמה אישית: **children see children do**

<https://www.youtube.com/watch?v=jOrGsB4qG_w>

**נספח 2:**

**כבוד**

**רצינות**

**קבלה**

**הכלה**

**יושרה**

**הקשבה**

**הישגיות**

**שאפתנות**

**דבקות במטרה**

**אסרטיביות**

**קשיחות**

**תעוזה**

**כנות**

**חמלה**

**ביטחון**

**אמינות**

###### **סוגי אחריות המדריךה (שעה ועשר)**

**מטרות**

1. החניכים ילמדו על הקשר בין אחריות להדרכה.
2. החניכים ילמדו וידברו על סוגי האחריות שיש למדריךה.

**מהלך**

**מחלקים חתיכת פאזל לכל חניך בלי להגיד עליו שום דבר-**

1. **רגליים עיניים (5 דק')** אמור לחניכים לעמוד במעגל ולהסתכל למטה לכיוון הרגליים. הסבר שכאשר אתה אומר: "עיניים" עליהם להרים את הראש - ולבחור מראש חניך מסוים להסתכל לו בעיניים. אסור לזגזג או להחליף! יש לבחור על מי אתה הולך להסתכל עוד כשהראש שלך למטה. אם 2 חניכים יצרו קשר עין – הם מתחילים קרב צעקות: בלי להוריד את העיניים אחד מהשני, ובלי לקחת אוויר. הראשון שנגמר לו האוויר וצעקתו גוועת, מפסיד ויוצא מהמשחק. וכך הלאה, עד שיש גמר גדול, ומנצח גדול!
2. **מדריך פנתר הוא מדריך מאלתר (15 דק')** מבקשים מחניכה להעביר פעילות, מבהירים שיש 10 דקות למשחק. אם החניכה לא מצליחה לחשוב, אפשר לתת לחניכה אחרת שיש לה רעיון. המטרה היא שזה יהפוך לדבר קבוע, בהמשך זה אולי יהיה פחות מאולתר והמדריך יבקש מחניכה להכין מראש פעילות.

חשוב לשאול אותם בסוף כל משחק פתיחה:

* איך היה להעביר את הפעילות?
* איך היה להסביר את הפעילות לכולם?
* איך היה לשמור על הזמנים?
* נקודה לשימור?
* נקודה לשיפור? יכול להיות שלא תהיה…
* איך היה לחשוב על משחק כל כך מהר?
* האם יש פעמים שבאמת נצטרך לאלתר
* למה זה חשוב?

1. **האחריות היא שלי? (20 דק')** המדריכה מחלקת לכל חניך שלושה פתקים:

פתק לבן- זו אחריות שלי כמדריכ.ה

פתק שחור- זו לא אחריות שלי כמדריך

פתק ירוק- יש לי אחריות מועטה לכך

ולאחר מכן המדריכים יגידו היגדים הקשורים לחניכיםות ולהדרכה (נספח 1), וכל חניך וחניכה יצטרכו להרים פתק מתאים להיגד. חשוב לעשות דיון אם יש חוסר הסכמות!

היגדים - האם זו האחריות שלי?

* חניך חוצה את הכביש באדום במהלך שאתה מלווה אותו לביתו.
* חניך נופל בהפסקה מהקורקינט ויורד לו קצת דם מהברך.
* חניך מרביץ לחניך אחר מחוץ לשעות הפעולה.
* חניך מעשן סיגריה במהלך ההפסקה
* חניך מתחצף למנהל בית הנוער
* חניך מתייבש בטיול ומתעלף.
* חניך יושב בצד ולא משחק עם כולם
* חניך מציק לחניכים אחרים וכבר נגמר להם הסבלנות להכיל אותו
* חניך מספר בפעולה שבבית הספר השעו אותו
* חניך רב עם אמא שלו ולא מסכים לעזוב את בית הנוער, לא רוצה לחזור הביתה
* חניך כותב דברים לא מותאמים ברשתות החברתיות
* הורה מבקש ממך לעזור לחניך להתכונן למבחן שיש לו
* המנהל מבקש שתעשה שיחות אישיות עם כל החניכים בקבוצה

לאחר מכן נערוך דיון:

* למה אנחנו אחראים כמדריכים?
* האם אנחנו אחראים לחניכים שלנו רק במסגרת בית הנוער והפעולות או גם בשעות שאחרי/לפני הפעילות?

1. **סוגי האחריות שיש למדריךה (30 דק')** את ערך האחריות נפרוש על מספר מתודות לפי הסדר: אחריות אישית, אחריות קבוצתית ולבסוף אחריות על אדם אחר.

א. אחריות אישית פאזל (10 דק') - בתחילת הפעולה כל אחת מקבלת חתיכה קטנה מפאזל שעליה לשמור עד סוף הפעולה. המדריך לא מזכיר את זה במהלך הפעולה ובסוף הפעולה הוא יבדוק מי מהחניכים היה אחראי ושמר על החתיכה שלו, יחד החניכים ירכיבו את הפאזל- כל אחד ישים את החלק שלו.

ב. אחריות קבוצתית מעגל כוח (10 דק')- החניכים יושבים במעגל, כל חניך שם את הראש שלו על הרגליים של החניך מימינו כך שכולם נתמכים אחד בשני, המדריך מוציא לאט לאט כיסאות, כך שהחניכים נאלצים להיתמך עוד יותר אחד בשני - המטרה היא לא ליפול. אם יש קצת חניכים או חוסר זרימה בגלל הקורונה והמגע - אפשר לעשות זאת בידיים - שהחניכים יחזיקו ידיים חזק במעגל, והמדריך מנסה להפריד ביניהם.

ד. דיון (10 דק')

* על מה הייתם אחראים בבית?
* כיצד גדל תחום האחריות שלכם מילדות עד לבגרות ?
* איפה האחריות שלכם כמדריכים?
* איפה האחריות הקבוצתית מתבטאת? האם כקבוצת חניכים? האם כצוות ?
* איזה אחריות קשה יותר? אישית או על מישהו אחר?

**סיכום מדריכיםות:** על כל מדריך מוטלת אחריות גדולה מול החניכים, בין אם זה עמידה בזמנים, בניית פעולות עם תכנים ערכיים, שימוש דוגמה לחניכים ועוד… בתור מדריך עליך להבין שאינך עוד אחראי רק לעצמך וכי יש לך אחריות גם על אנשים אחרים. אם לא תעמוד באחריות שלך אתה פוגע בחניכים שלך.

**עזרים**

* דפים/ בריסטולים בשלושה צבעים
* חתיכת אלבד/ חתיכות בד לכיסוי עיניים
* בריסטול
* להכין פתקים בשלושה צבעים למשחק מספר 3.
* הכנת פאזל

**כלים לעמידה מול קבוצה - נ"ס קתימב"ה (שעה וחצי)**

**מטרות**

1. למידה חוויתית של עקרונות העמידה מול קבוצה: קתימב"ה נ"ס (קול, תנועה, ידיים, מבט, התלהבות, ניסוח, סביבה)
2. מתן כלים בסיסיים של הדרכה

**מהלך**

*מסבירים לחניכיםות: כל מתודה תהיה קשורה לאות אחת מראשי התיבות "קתימב"ה נ"ס" (קול, תנועה, ידיים וכו') . בסיום כל משחק נתלה על הקיר את האות כך שבסוף הפעולה נתלה את כל אותיות קתימב"ה נ"ס והחניכים.ות ילמדו את כל עקרונות העמידה מול קבוצה.*

1. **קול (10 דק')** נבקש מארבעה מתנדבים להקריא קטע בארבעה אופנים (נספח 1):

מונוטוני- ללא שום גיוון, באותו קצב ובאותו טון כל הזמן.

מוגזם- להעצים את הפערים בין הטונים.בלחש- שכמעט לא ישמעו מה שהוא.היא אומר.ת.

בצעקה- לאט ועד כדי כך שיהיה קשה ו"מכאיב" לשמוע את מה שהוא.היא אומר.ת.

דיון

* היה לכם נעים להקשיב לקטע? אם לא, מדוע?
* עוצמת הקול של כל אחד מהחניכים התאימה לדרך שבה יש להקריא את הקטע?
* איך מדריך צריך לדבר כדי שיהיה נעים להקשיב לו?
* אתם זוכרים מדריך שהיה קשה לכם להקשיב לו ? מדוע ?

הסבר מדריכיםות: יש לדבר עם קול חזק ויציב. על המדריך לברור יותר ולאט יותר משיחה רגילה יומיומית, על מנת למנוע בליעת מילים. יש להימנע מדיבור אחיד (מונוטוני), אלא לדבר בהרמת והורדת הקול ובשינוי קצב הדיבור על פי תוכן הדברים. כל זה כדי למשוך את החניכים.ות להקשיב, ולא "לאבד" את הקשב שלהם.ן.

1. **תנועה (10 דק')** שני מתנדבים יצטרכו לדבר על סיפור שקרה להם.ן במהלך השבוע בשני אופנים:

א. עם ידיים מאחורי הכיסא (אפשר קשורות) וגם רגליים קשורות כאשר הם.ן ישובים על כיסא ולא יכולים לקום ממנו.

ב. יצטרך לדרוך כל הזמן על הנקודות שנדביק על רצפת החדר, אסור לדרוך יותר מ3 שניות על אותה הנקודה.

דיון:

* מה ההבדל בדרך העברת הפעילות בין שני החניכים?
* מה היא הדרך האידיאלית לפי דעתכם לנוע במהלך העברת פעילות?

הסבר: תנועת המדריך צריכה להיות מותאמת לתוכן הדברים הנאמרים. עליו להקפיד לא לעמוד יותר מדי זמן במצב סטטי וכן עליו להימנע מתנועה חוזרת על עצמה המושכת את תשומת לב החניכים. יש לנוע תוך כדי דיבור ובכך למקד את תשומת הלב במדריך, לא להרדים על ידי עמידה במקום אחד וסטטי.

1. **ידיים (10 דק')** המדריך יבחר בשני חניכים, על כל חניך להציג שיר בפנטומימה כאשר אחד לא יכול להשתמש בידיו והשני כן.

דיון

* האם היה לכם נוח להקשיב לחניכים כשדיברו? מה הפריע לכם?
* כיצד הידיים עוזרות לנו בזמן ההדרכה? למה הן משמשות?

הסבר: הידיים עוזרות למדריך להמחיש ולהדגים את דבריו, הידיים משמשות את המדריך להדגשה וחיזוקים. למדריך כדאי שלא להשתמש בידיים בדרך שיכולה למשוך תשומת לב- לא להחזיק בידיים עטים וכדומה, לא לשחק בשיער, לא להחזיק אותן בכיסים.

1. **מבט (10 דק')** המדריך יחלק את החניכים לזוגות, יהיו שני סבבים, כל סבב ימשך 2 דקות, בכל סבב החניכים צריכים לדבר על נושא אחר: 1. התחביב הכי גדול שלהם. 2. המקום האהוב עליהם. בסבב הראשון כל זוג ישב גב אל גב וינהל שיחה, ובסבב השני הם ישבו פנים מול פנים.

דיון

* איזה סבב היה לכם קל יותר? למה?
* מהי החשיבות של קשר עין בין אנשים ובין מדריך לחניכיו בפרט?

הסבר: קשר עין טוב נותן לחניכים תחושה שהמדריך שולט בכל מה שקורה בקבוצה. יש להביט בעיניי המודרכים כך שהעיניים יראו היטב, לא להשתמש במשקפי שמש, לא להשפיל את המבט לרצפה או לתוך הטקסט. תשומת הלב תהיה אצל המדריך. עם זאת אין להגזים וליצור תחושה של בהייה בחניך שעלולה להוביל לאי נעימות מצידו.

1. **ביטחון (10 דק')** חניך יקריא טקסט על נושא מסובך לחניכים (נספח 2). לאחר מכן המדריך ישאל שאלה מתקילה את החניך שקרא את הטקסט. ככל הנראה החניך יאלתר תשובה או יענה שהוא לא יודע.

דיון:

* איך חניך מרגיש כשמדריך אינו בקיא בחומר שקרא?
* איך צריך מדריך להכין את עצמו לפעילות?

הסבר : על המדריך לשלוט בחומר הנלמד ובמבנה הפעילות. לדעת ולשלוט בחומר המועבר –היטב. מדריך שאינו שולט בחומר יהיה מרוכז בדפיו ופחות בקבוצה, מה שיוביל לשעמום וחוסר התעניינות מצד הקבוצה. כמו כן הוא צריך לדבר בכבוד ובייצוג שמשדרים בטחון עצמי.

1. **התלהבות (10 דק')** שני חניכים מתנדבים: שניהם צריכים להעביר את המשחק וואה- עומדים במעגל, שמים את הידיים לכיוון מרכז המעגל וצועקים וואה.

בוחרים חניך שמתחיל והוא מרים את הידיים למעלה וצועק וואה.

שני החניכים שבצדדים שלו עושים תנועה מהירה של ידיים ישרות כלפי המותניים שלו וצועקים וואה.

הוא מעביר את הוואה למישהו אחר - מכוון ידיים לכיוונו וצועק וואה לקבוצה (כל אחד בתורו), המדריך מנחה את אחד החניכים להעביר את המשחק בעייפות, באדישות, לדבר חלש… ומהשני לדבר בהתלהבות, לדבר בקול רם ולהתלהב.

דיון:

* באיזה מהפעמים יותר נהנתם לעבור את המשחק? למה?
* מה החשיבות של התלהבות בהדרכה?

הסבר: יש חשיבות גדולה להעברת משחקים ולהדרכה בהתלהבות, האופן שבו המדריך מעביר את הפעילות עובר לחניכים, והם יהיו באנרגיות דומות לשל המדריך, כך שאם המדריך עייף וניכר שאין לו כוח, כך גם החניכים יתנהגו. אם המדריך יתלהב ויהיה באנרגיות - כך כם חניכיו.

1. **ניסוח (10 דק')** מתנדב מתבקש להעביר לחניכים את המשחק דג מלוח עם ההסבר הבא:"אתם לשם, אתה לפה, כשאתה מגיע לשלוש הם לא זזים.

**אפשרות למשחקים נוספים: הפשע המושלם, העיירה**

דיון

* האם ההוראות היו מובנות לכם?
* מה הרגשתם שהוא נתן לכם את ההוראות?
* מה מדריך יכול לעשות כדי שדבריו ורצונותיו יהיו מובנים לחניכים?

הסבר: כאשר מדריך מסביר משחק או כל דבר אחר, הוא צריך להיות ברור בדבריו ולנסח אותם בצורה שתהיה נגישה לאנשים העוברים את אותה פעילות.

1. **סביבה (10 דק')** חניך אחד מתנדב לשחק את דמות המדריך ועליו להעביר את המשחק "קווא קווא דה לה אומה" לקבוצה. כל אחד משאר החניכים מקבל פתק שרק הוא יכול לראות ועל הפתק כתוב גורם מפריע שעל כל להתייחס אליו במהלך העברת המשחק (למשל, "יש ג'וק שמסתובב בחדר", "אתה חייב להתפנות", "אתה ממש רעב ולא אכלת לפני הפעילות", "אמא שלחה לך הודעה בווצאפ ואתה רוצה לענות לה מיד" וכדומה) בנוסף, המדריך.ה ינגן מוזיקה ברקע. כל זה במטרה ליצור סביבה שמקשה מאוד ואף לא מאפשרת להדריך בצורה תקינה.

בסוף המתודה המדריךה ת.ישאל את החניךה שהתנדב.ה וגם את שאר החניכיםות:

דיון:

* מה הקשה עלייך להעביר את המשחק?
* האם הסביבה אפשרה לך להעביר את המשחק כמו שצריך?
* כיצד ניתן היה לפתור או למנוע מראש את הקושי?
* איך היה לשאר החניכים לעבור את המשחק?
* מה החשיבות של התאמת הסביבה והמרחב לסוג הפעילות?

הסבר: סביבת הפעילות צריכה להיות מותאמת לתוכן וסוג הפעילות ובהתאם לתנאיה. צריך לבחור את מקום ישיבת הקהל מתוך שיקולי נוחיות המאזינים. מקום עם צל, מושבים נוחים, מקום ישיבה ללא קוצים, שלא יהיה מלוכלך, ללא בעלי חיים מטרידים. יש להקפיד כי השמש תהיה בגבם של המודרכים ולא תסנוור את עיניהם.

1. **סיכום הפעולה (10 דק')** מסבירים לחניכים שכדי להדריך ולעמוד מול קבוצה צריך לשחרר, לא להילחץ. כמובן שבפעמים הראשונות זה יותר מלחיץ, ולאט לאט זה משתחרר. כדי לא להיכנס ללחץ לפני הפעולה ולהשתמש בעקרונות הקתימבה נס יש להגיע לפעולה מוכנים מראש, לדעת בעל פה את סדר המשחקים שמעבירים ולהנות מהעברת הפעולה.

**עזרים**

* פתקים
* חתיכת אלבד קטנה כדי לקשור את הידיים למתודת ה"ידיים"
* להדפיס את קטע הקריאה של משחק הקול
* לכתוב פתקים של מצבים למתודת ה"סביבה"
* **להכין פתקים עם הפרעות (סביבה)**

**נספח 1:**

משחק הקול- קטע קריאה:

זה הזמן להתעורר הבית מתפורר

נצא מהחורים ביחד די להסתתר

תרימו את היד תפתחו את הפה

מול כולנו אין סיכוי שהם יחזיקו עוד הרבה

**נספח 2:**

תורת הקוונטים:

מכניקת הקוונטים מתארת את עולם החלקיקים בקנה מידה זעיר (מבחינת גודל החלקיקים או האנרגיה שלהם). היא מלמדת אותנו שבמערכות מסוימות גדלים פיסיקליים כמו אנרגיה או תנע זוויתי אינם יכולים לקבל כל ערך אפשרי אלא רק כפולות שלמות של ערך בדיד. "קוונטה" היא יחידה, ומכאן נגזר שמה של התיאוריה.

תורת הקוונטים היא תיאוריה הסתברותית, כך שבמקום לתאר בוודאות היכן נמצא חלקיק מסוים בזמן מסוים, התיאוריה מציעה רק את ההסתברות למצוא את החלקיק במקום כלשהו. הדרך הנכונה לתאר מערכת לפי מכניקת הקוונטים הינה באמצעות פונקצית גל, שממנה אפשר לחלץ את ההסתברות. תיאור החלקיקים באמצעות פונקציות גל מוביל לתופעות מעניינות וייחודיות, שנולדות מהתאבכות פונקציות הגל.

**אתגרים בהדרכה (שעה)**

**מטרות**

1. החניכים יבינו את האתגרים שבהדרכה
2. החניכים יתנסו בעבודה מול קהל ובאתגרים שנמצאים בהדרכת קבוצות
3. החניכים יחשבו עם עצמם האם מתאימה להם דמות המדריך

**מהלך**

1. **אנדרלמוסיה (15 דק')** מטרת המשחק: לגלות חוקיות שהקבוצה המציאה. מהלך: בחר מתנדב שיצא החוצה. מטרתו היא לגלות את החוקיות שהקב' המציאה ע"י שאילת שאלות. השאלות יופנו לבני הקב' ויהיו אישיות. החניכים יענו ע"פ החוקיות. דוגמא: החוקיות היא האדם שיושב מימיני. החניך שיצא שואל את אחד החניכים "יש לך סוודר?" והוא עונה על זה שמימינו וכן הלאה. כך ינסה המתנדב לגלות את החוקיות. אם אחד החניכים טועה בתשובה )למשל לא ידע את שם הסבתא של היושב מימינו(, אומרים "אנדרלמוסיה" ואז כל הקבוצה קמה ומחליפים במקומות. ממשיכים כמובן עם אותה חוקיות
2. **אתגרים בהדרכה (20 דק')** על הרצפה נניח דפים שמודפסים עליהם בולי פגיעה ומעל קושי מסוים בהדרכה (נספח א'). כל אחד מהחניכים מקבל מדבקות והוא צריך להדביק מדבקה בכל אחד מהבולי פגיעה במעגל שמתאר את הרמה שהוא מוטרד מהקושי (מעגל חיצוני- לא מוטרד כלל, מעגל פנימי- מאוד מוטרד). נשאיר על הרצפה כמה בולי פגיעה ריקים לקשיים שהחניכים ירצו להעלות.

קשיים:

* קושי בהתחברות לחניכים
* קושי בטיפול בבעיות משמעת
* קושי באיזון בין חברות וסמכות
* קושי לשים גבולות
* קושי בתכנון זמנים
* קושי בבניית פעולות
* קושי בהעברת פעולה
* קושי באיזון העומס של ההדרכה יחד עם הלימודים
* קושי בהדרכה בזוג
* קושי בהדרכה לבד

**דיון: לחפש דפים שיש בהם הכי הרבה מורכבות-**

**למה הקושי מטריד אתכם יותר?**

**למה הקושי מטריד אתכם פחות?**

**איך זה לראות שיש עוד אנשים שהקושי מטריד אותם?**

**אם הוסיפו עוד קושי, מה גרם?**

**דוגמאות….**

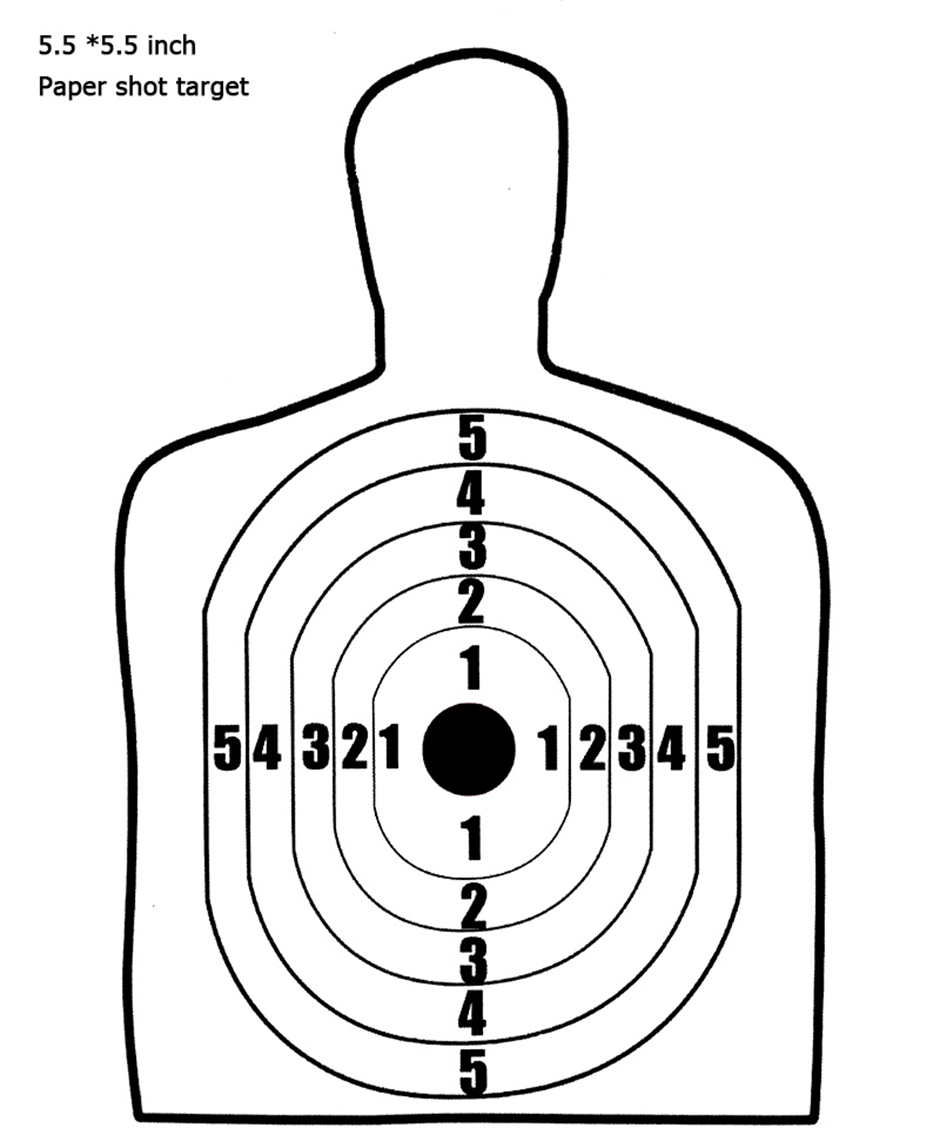
1. **סימולציות (15 דק') - משחק הכיסאות- סיטואציות מודבקות על הכסאות, וכל סבב עושים סיטואציה אחרת.**   
   **אפשר לבקש מהחניכים לרשום סיטואציות שמטרידות אותם, ואז להציג אותם.**  
   ניתן למתנדבים שירצו לעשות סימולציות מול כולם **(נספח א')**

טיפ- לפני כל סימולציה נבקש מספר מסויים של חניכים לפני שנגיד מה הסימולציה

1. **סיכום (10 דק')**

* איך אפשר להתמודד עם קשיים בתור מדריךה צעיר.ה?
* אתם מרגישים שיש לכם כלים עבור התמודדויות אלו?
* איך אפשר להמנע מלהגיע לסיטואציות בסגנון הזה?

**נספח א':**

****

**נספח ב'- סימולציות**

1. בזמן שאת.ה מעביר.ה פעולה, אחד/ת החניכיםות מתחיל לצעוק ולעשות בלאגן כל החניכים "זורמים איתו" ונהיה בלאגן אחד גדול.  
   מה אתה היית עושה ?
2. כל החניכים מחליטים לפני הפעולה שהם הולכים לפארק במקום לפעולה ומודיעים לך ברגע האחרון שהם לא מגיעים. מה היית עושה ?
3. חניך מתעקש לא להשתתף בפעילות ורוצה לשבת בצד
4. חניך יוצא באמצע הפעילות ואתה מדריך לבד, מה היית עושה? יוצא איתו החוצה או נשאר להדריך את שאר הקבוצה ?
5. לאחר הפעילות חניך משתף אותך שבבית ספר ממש קשה לו , הוא מתקשה למצוא חברים ומרגיש שאף אחד בכיתה לא מדבר איתו. הוא ביקש ממך שלא תספר למדריכים כי רק איתך הוא מרגיש בנוח. מה הייתה אומר לו ? ומה אפשר לעשות בכדי לעזור לו ?
6. במהלך הפעילות עם החניכים ביום שהצוות לא נמצא החניכים התחילו להשתמש בפאלפון בזמן ארוחת צהריים ואתה יודע שזה אסור. כשאמרת להם על זה הם אמרו שהמדריכים נתנו להם צ'ופר בגלל שהם מתנהגים יפה ומרשים להם להיות עם טלפון בארוחה. מה היית עושה?
7. חניך מתנהג כלפייך בזלזול ולא מקשיב לך. איך תגיב?
8. חניך נעלב ממשהו שאמרת לו ולא מוכן לדבר איתך. מה תעשה?

1. חניך קילל חניך אחר ליד מדריך אחר מהצוות והוא לא העיר לו. מה אתה עושה?

###### **איך כותבים פעולה? (שעה ועשר)**

**מטרות**

1. החניךה ת.ילמד את תהליך כתיבת מערך פעולה.
2. החניך יתנסה בכתיבת פעילות.
3. החניךה י.תכיר את החשיבות של חלוקת עבודה ומשימות עם חבר הצוות. כמו כן חלוקת תפקידים לקראת הפעולה עצמה.

**מהלך**

1. **יוסי כמה עולה קפה (10 דק')** חלק לכל חניך מספר ולכמה מהחניכים את המילים “יוסי”, “כמה”, “עולה” ו”קפה”. עמוד במרכז עם בריסטול מקופל בצורת נבוט, ושאל את אחד החניכים בתקיפות (לדוגמא “יוסי”) כמה עולה קפה – “יוסי! כמה עולה קפה?!” והוא עונה באחד המספרים\מילים או באחד השמות, לדוגמא “שלוש!”. כעת עליך לפנות ל”שלוש” ולשאול – “שלוש! כמה עולה קפה?!” אתה עומד. השאר יושבים. רק ברגע שאתה צועק את שמו של החניך הבא, הוא נעמד מיד. “שלוש!” שלוש נעמד. “כמה עולה קפה?!” מי שמהסס או מתבלבל, חוטף מכה קטנה עם הנבוט על הראש.
2. **חפש את המטמון (20 דק')** המדריךה ת.יחביא פתקים שעליהם כתוב חלקים מכתיבת הפעולה, החניכים יתחלקו לקבוצות וישחקו "חפש את המטמון" כל פעם המטמון יהיה חלק מתהליך כתיבת הפעולה:

* נושא הפעולה
* מטרות וערך מרכזי שרוצים להעביר
* משחק פתיחה
* מהלך הפעולה (מתודות)+ הערכת זמן לכל חלק
* דיון
* סיכום הפעולה
* מקום הפעולה - תנאים- סטינג
* עזרים (הכנות וציוד)

1. **עיבוד וניתוח (15 דק')** כשמצאו את כל הפתקים, החניכים מתכנסים וכעת עליהם להחליט יחד מהו הסדר הנכון לכתיבת הפעולה (מה בא לפני מה).

בסוף המדריך יחשוף את הפורמט הנכון (יכתוב על פלקט גדול תרשים זרימה), ויתחיל לעבור עם החניכים על כל שלב ומהי מטרתו.

1. **התנסות בכתיבת פעולה דרך הפורמט (25 דק')** כחלק מההתנסויות של החניכים עליהם להעביר בזוגות פעולה באורך של 45 דקות לשכבות הצעירות יותר. לשם כך עליהם לבנות את הפעולה מא' ועד ת' על פי פורמט בניית הפעולה (נספח 1) כך שהם מתייחסים ברצינות לכל חלק בפורמט. כדיור לחניכים שזו הפעם הראשונה שהם בונים פעולה מאפס, המדריך יחלק לכל זוג רשימת מתודות (נספח 2) ורשימת משחקים (נספח 3) והם יוכלו להיעזר ברשימות.

**הערות למדריך:** נחלק את האחווה לזוגות (מראש!) ונבקש מכל זוג לבחור נושא שמשותף איכשהו לשניהם (תחום עניין, מכנה משותף) שהיה להם חשוב להעביר עליו פעילות תוכן, נבקש מהם שיבחרו את קהל היעד של הפעולה שלהם, לנסח שאלה מרכזית על הנושא שאותו הם בחרו ואם יש להם נספח (סרטון, כתבה וכו׳) שממנו לקחו השראה שיכתבו גם את זה.

**עזרים**

* פלקט גדול
* כרטיסיות
* דפים לבנים
* להכין כרטיסיות לחפש את המטמון
* להכין תרשים זרימה של תהליך כתיבת הפעולה
* להדפיס את הפורמט (נספח 1)

**נספח 1**

**פורמט לכתיבת פעולה**

שם הפעילות (נושא): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

מטרות:

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

נושא הפעילות \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

סטינג - (מיקום הפעילות, האווירה הרצויה בקבוצה, כמה חניכים יש בפעולה, מהם יחסי הכוחות בקבוצה - בנים בנות/בעיות קשב/ רגועים/קופצניים וכן הלאה…):\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

משחק פתיחה:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

מהלך הפעילות (מתודות, תזמון, דיונים) + הערכת זמן לכל חלק:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

סיכום:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

עזרים והכנות:

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

רשימת ציוד:

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**נספח 2**

רשימת מתודות:

● חפש את המטמון

● טיול

● הקרנת סרט

● פאזל

● X\O

● שאלון אמריקאי

● המצאת שקר למטרת משהו

● פעולה שהיא סביב תוכנית טלוויזיה כל שהיא

● הקראת משפט והרמה של שלטי מסכים/ לא מסכים

● בית משפט- מתחלקים ל2 קבוצות שצריכה כל אחת להעלות את הטענות שלה בנושא.

● שמש אסוציאציות

● פופקורן- מעלים נושא וזורקים כל מה שקשור אליו שעולה לנו בראש

● עומדים בשורה, מקריאים היגד, מי שמסכים איתו מתקדם צעד.

● דיון בנושא עם שאלות

● להראות סרטון בנושא

● להקריא כתבה/טקסט אחר שקשור לנושא

● כתב סתרים שקשור לנושא הפעולה

● המחזת סיטואציה

● מסתדרים על סקלה לפי ההסכמה שלי עם משפט מסוים (מסכים ולא מסכים בקצוות שונים של החדר)

● להשתמש במשתף פעולה מתוך הקבוצה שיתסיס אותה.

● להשמיע/ להקריא שיר שקשור למסר שרוצים להעביר

● לחלק את הקבוצה לזוגות שינהלו שיחה על הנושא.

● קהוט על הנושא

● תחרות בין שתי קבוצות שקשורה לנושא

● לפזר על הרצפה ציטוטים או משפטים, כל אחד בוחר את זה שהכי התחבר אליו ומסביר מדוע.

**נספח 3**

רשימת משחקים

**https://in.bgu.ac.il/cau/open/DocLib/Pages/virutal-center/%D7%97%D7%95%D7%91%D7%A8%D7%AA%20%D7%9E%D7%A9%D7%97%D7%A7%D7%99%D7%9D.pdf**

**נספח 4**

**איכות הסביבה**

**ספורט**

**כבוד**

**שוויון**

**אחריות**

**גזענות**

**אלימות**

**נשים בצבא**

**מיניות**

**מוזיקה**

**זכויות הילד**

**חברות**

**להט"ב**

**סיכום יום (30 דק')**

**מטרות**

1. זמן רפלקציה ועיבוד
2. זמן שיתוף אישי

**מהלך**

1. **מתוק מלוח (15 דק')** יושבים כל הקבוצה יחד במעגל , נביא חטיף מלוח וחטיף מתוק ונשים באמצע המעגל.

נבקש מכל חניכ.ה לקחת מהחטיף המלוח ולספר על משהו שפחות התחבר אליו היום או חוויה פחות חיובית ומהחטיף המתוק לענות על מה היה הרגע הטוב והמתוק שלו היום .

1. **תוספת שאלות לקבוצה (15 דק')**

* איזה דבר חדש למדת היום?
* האם הצלחת להתחבר היום יותר לקבוצה?
* לאיזו משבצת הכי התחברתם?
* אתם מרגישים מוכנים להתנסות בהדרכה?
* איזה כלי אתם מרגישים שיתרום לכם הכי הרבה?

**עזרים**

* חטיף מתוק חטיף מלוח

**ערב תחרות בין הקורסים : ששטוס (שעה וחצי)**

**מהלך**

* מחלקים את כל החניכים ל-6 קבוצות לפי האחוות שלהם (תחרות בין האחוות תגבש כל אחווה בתוך עצמה )
* המדריכים יחליטו על 6 ראשי קבוצה על מנת לתת הזדמנות לחניכים שרואים בהם את הפוטנציאל וזקוקים לעוד הזדמנות ופוש לביטחון העצמי
* במהלך הפעילות יהיו משימות. כל משימה בהתאם לדרגת הקושי שלה תעניק לקבצה המנצחת כמות מפתחות
* במהלך הפעילות יהיו עוד משימות בונוס כמו הכפתור האדום משימת קפטנים ומשימת פחד
* בסוף הפעילות החניכים יפתחו בעזרת המפתחות את קיר הגורלות אשר יקבע את הניקוד של כל קבוצה ואת המנצח

| **מפתח אחד** | **שני מפתחות** | **שלושה מפתחות** |
| --- | --- | --- |
| כל הקבוצה עומדת על אלבד וצריכה להפוך אותו מבלי לגעת ברצפה. | להעביר מים מדלי לדלי בעזרת כוסות פלסטיק קטנות, הקבוצה הראשונה שמצליחה למלא את הדלי השני זוכה במפתח. | הקבוצה תצטרך לעבור מצד אחד של החדר לצד השני בעזרת שני דפים בלבד - אסור לגעת ברצפה. אם מישהו מהחניכים נוגע כל הקבוצה חוזרת אחורה. |
| כל קבוצה תבחר נציג בתחילת המשחק שיהיה אחראי בהשמעת צליל מסוים לרוץ וללחוץ על ה"כפתור האדום". | מסלול מכשולים (קפטנים) - הקפטן שיסיים ראשון את המסלול יזכה במפתחות. |  |
| כל קבוצה תקבל פתקי עם המון משפטים משירים שונים, והמטרה של הקבוצה היא לחבר זוגות משפטים משירים שונים ולמצוא מה השיר. הקבוצה שתסיים את התאמת זוגות תזכה במפתח . |  |  |

משימות (משימות הדורשות שיתוף פעולה- יש לשים לב שכל החניכים חלק אם לא ניתן להגיד לחניכים מסוימים לנטרל חוש מסוים כמו ראייה עוד דיבור/ לתת לחניך מסוים את הרשות לדבר על מנת לעודד את כולם להיות חלק):

**עזרים**

* אלבד , שני דליים , כוסות פלסטיק, דפים לבנים \*4 , משפטים משירים , להכין כפתור אדום ודברים למסלול מכשולים , מפתחות .
* לוח גורלות
* חילוק תפקידים
* מכירה פומבית

**התנסות בהדרכה (שעתיים וחצי)**

**מטרות**

1. החניכות.ים יתנסו בעמידה מול קבוצה במרחב הנוח והבטוח ויצברו ביטחון בתחום זה.
2. החניכות.ים יישמו את הכלים שלמדנו בפעולה הקודמת - קתימב"ה נ"ס.
3. החניכות.ים ילמדו אחת מהשנייה על עמידה מול קבוצה.

**מהלך**

1. כל זוג חניכות.ים יעבירו בתורם התנסות הדרכתית של 15 דקות מפעילות שהם כתבו והכינו יום לפני כן (החניכים בוחרים את החלק החשוב ביותר מהפעולה שבנו ולא בוחרים דווקא את משחק הפתיחה). לאחר הפעילות יהיה משוב (נספח 1) באורך של כ-5 דקות של החניכים שהדריכו בשיתוף עם הקבוצה על פי הטופס המצורף.
2. במשוב חשוב שהם.ן ישימו דגש על הכלים של עקרונות העמידה מול קבוצה שלמדנו בפעולה הקודמת: קתימב"ה נ"ס.

נקודות חשובות:

* להסביר בתחילת פעולות ההתנסות שכולם בהתנסות חדשה וראשונית עם עולם ההדרכה ולכן זה בסדר לטעות או להיות לחוצים, אבל חשוב שיהיה פרגון ותמיכה מצד הקבוצה כי כולם יעמדו במצב הזה- גם מי שלא בהכרח ירצה להדריך בבית נוער.
* לעשות הכנה מיטבית כדי שההכנה לא תהווה מכשול וקושי בעמידה מול הקבוצה.
* שהחניכות.ים יכינו ויעבירו את הפעילות בזוגות או בשלשות כדי שיהיה להם.ן מרחב בטוח וכדי לחזק את תחושת הביטחון שלהם.ן, עמידה לבד מול קבוצה עלולה להיות קשה לחלקם.ן.
* לעשות משוב עם כל אחד מהחניכים על הפעילות שהעבירה על פי טופס מצורף, כדאי לעבור על כל "אות" מקתימב"ה נ"ס ולראות מה אפשר לשמר/ לשפר.
* ללמד את שיטת הסנדוויץ- שיטת משוב- קודם כל אומרים משהו טוב כדי להתחיל בהרגשה טובה, אחר כך יש מקום לביקורת והצעות לשיפור ולבסוף תמיד מסיימים בדבר טוב.

##### נספח 2

##### טופס משוב

##### 

|  | במידה גבוהה | במידה בינונית | במידה מועטה/כלל לא |
| --- | --- | --- | --- |
| הכנה וארגון |  |  |  |
| החניך מתכנן מראש, ומגיע מוכן מבחינת עזרים |  |  |  |
| המדריך מתכנן את משך הזמן שיקצה לכל חלק בפעילות |  |  |  |
| תוכן |  |  |  |
| המדריך מתאים את תוכן הפעילות לאופי הקבוצה |  |  |  |
| המדריך מתאים את מתודת הפעילות לאופי הקבוצה |  |  |  |
| קתימב"ה נ"ס |  |  |  |
| קול- החניך מתאים את קולו לפעילות ולשטח. |  |  |  |
| תנועה- החניך נע ולא עומד סטטי במהלך הפעולה |  |  |  |
| ידיים- תנועת ידיים |  |  |  |
| מבט- החניך מיישר מבטו ויוצר קשר עין |  |  |  |
| ביטחון- החניך מדבר ברור ומפגין ביטחון |  |  |  |
| התלהבות- החניך מראה התלהבות בהעברת הפעולה |  |  |  |
| ניסוח- החניך מתנסח באופן ראוי להעברת פעילות |  |  |  |
| סביבה- החניך בחר להעביר את הפעילות בסביבה מתאימה |  |  |  |
|  |  |  |  |

**משוב (שעה)**

##### 

**מטרות**

1. נבין יחד מהי החשיבות של משוב אישי ובין חברי צוות וכיצד הוא מקדם אותנו בתהליך עבודה ממושך יחד.
2. החניכות.ים ילמדו כיצד למשב את ההתנהלות האישית שלהן.ם באופן עצמאי.
3. החניכות.ים ילמדו כיצד למשב באפקטיביות את חברי.ות הקבוצה שלהן.הם וכיצד לקבל משוב בצורה מקצועית - נלמד את מודל הסנדוויץ'.

**מהלך**

1. **הכנת סנדוויץ' (25 דק')** במתודה הזו נדון במודל ספציפי להעברת משוב - מודל הסנדוויץ'.

המבנה הבסיסי של משוב אפקטיבי הינו מבנה ה"כריך" (feedback sandwich):

א. פתיחה חיובית

ב. התייחסות להתנהגות שעליה רוצים להשפיע

ג. סיום חיובי בין שתי "השכבות" החיוביות של הכריך אנו מכניסים את המסר העיקרי שלשמו ניתן המשוב.

(הסבר מפורט יותר של השיטה נמצא **בנספח ב'** - יקל על ההסבר לחניכות.ים - ניתן לשתף אותן.ם ולתת להן.ם להקריא בעצמן.ם).

לאחר ההסבר בעצם נעבוד עם החניכות.ים על סיטואציות **(נספח א')** מסוימות הקשורות בהעברת וקבלת משוב. בכל פעם נבחר זוג מתנדבות.ים, שיצטרכו להציג את הסיטואציה מול שאר הקבוצה ולהעביר משוב ע"פ מודל הסנדוויץ' - מומלץ כדי שיהיה מוחשי עד כמה שאפשר להדפיס ציור של סנדוויץ' ולבקש מהמציגות.ים לכתוב את המשפטים שישתמשו בהם בהעברת המשוב ממש בתוך המודל וכך יוכלו גם לשמור את זה.

חשוב להנחות את החניכות.ים לשפה נכונה למישוב - כל ההסברים מצורפים בנספחים.

1. **משוב בזוגות (30 דק')** נבקש מהחניכים להתכונן לשלב הכי חשוב והכי כנה בכל הקורס. שלב המשוב האישי. זוגות ההדרכה יקבלו זמן להעברת משוב אחד לשניה ולהעברת משוב על עצמםן. לכל אחד.ת מבני הזוג יהיה תפקיד. לאחר מכן הם יתחלפו

* מעביר המשוב
* מקבל המשוב.

החניכיםות ידרשו להעביר משוב אחת על השניה בנושא ההתנסות והעבודה כצוות הדרכה.

חשוב מאוד שבשלב שבו החניךה ממשב, החניך שמקבל ביקורת, רק רושם ולא מגיב. אין צורך להצטדק או להגיע להסכמות. רק להקשיב ולאחר מכן הוא יעבד את מה שנאמר לו. אותו דבר הפוך. חמש דק' לכל חניךה.

דגש: את המשוב מעבירים על ההדרכה שהם עשו לפני

נערוך דיון במליאה (10 דק')

* החניכות.ים הממשבים - איך היה למשב? איפה נתקלתם בקושי? מה עבד טוב?
* החניכות.ים שקיבלו את המשוב - איך להקשיב ולא להגיב? למה זה חשוב להקשיב למשוב ולא להגיב? איך זה לקבל ביקורת? למדתם משהו על עצמכם? האם הייתם ממשבים את עצמכם אחרת?
* לשם מה אנחנו צריכות.ים לקבל ולהעביר משוב?
* מהי הדרך הנכונה להעביר משוב וכיצד היא משפיעה על מי שמקבל.ת אותו?
* האם מישהו רוצה לשתף מה מישבו אותו?

לאחר הדיון, נוכל לתת לחניכות.ים את ההגדרה של המושג "משוב" ולשם מה בעצם משתמשים בו (מצורף בנספחים).

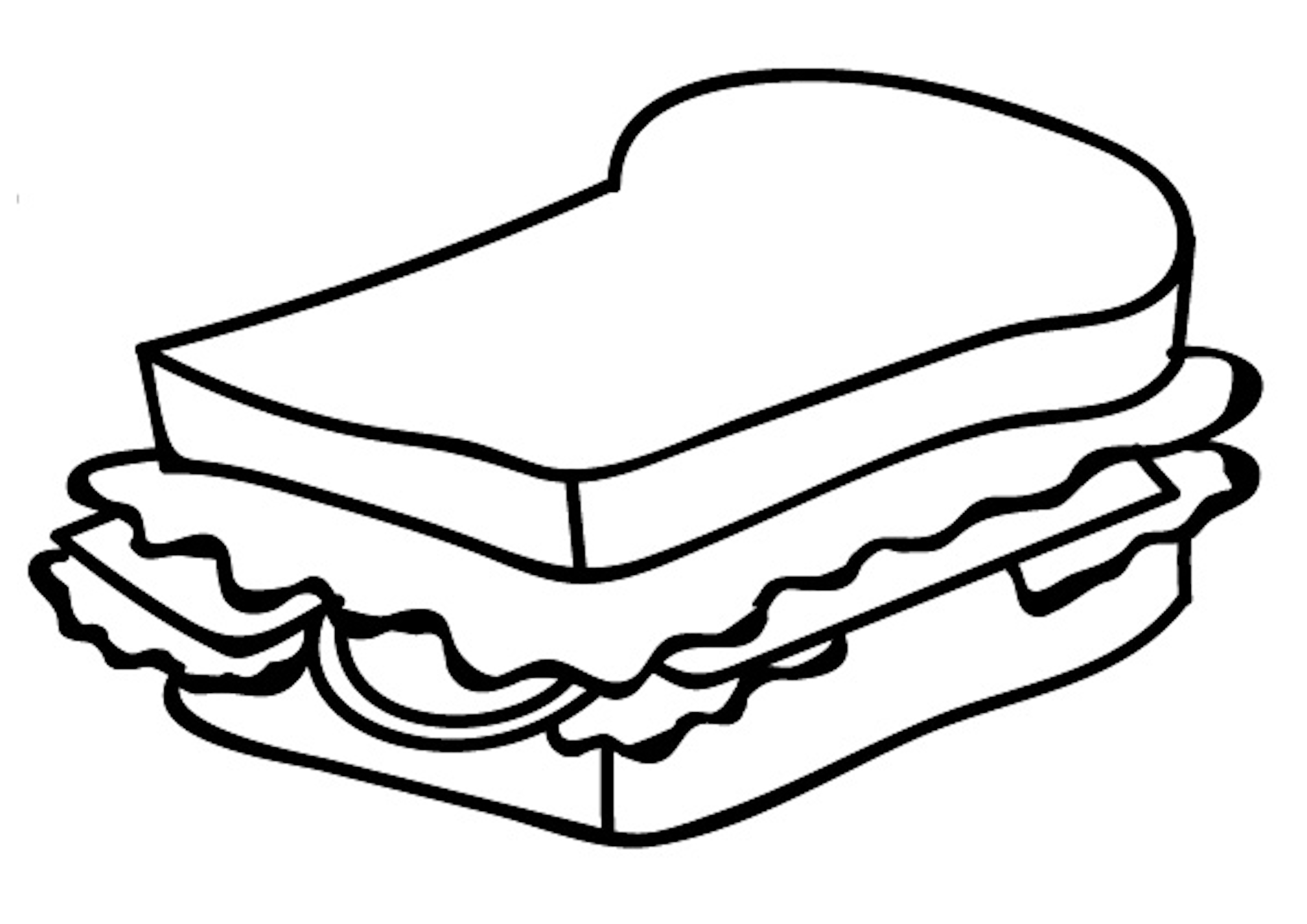
1. סיכום (5 דק')

בסבב, כל חניכ.ה יספר על פרט חדש שלמד.ה בזכות הפעילות, ומה לדעתו.ה השלב החשוב ביותר בזמן מתן המשוב.

עזרים

* טבלת משוב
* ציור של סנדוויץ'
* הסבר על 'שיטת הכריך'
* סיטואציות להצגה

נספח א'-

סיטואציות - 'שיטת הכריך'

1. את.ה חלק מהצוות המוביל של הפרויקט בקבוצה שלך, בחרתן.ם בתור השכבה הבוגרת בבית הנוער פרויקט של עיצוב החצר האחורית והפיכתה לשמישה - פינות ישיבה, שתילת צמחים בגינה וציור על הקיר שדורש זמן עבודה רב. קבעתן.ם כקבוצה ימי עבודה שבהן.ם אתן.ם אמורות.ים להגיע לבית הנוער ולקדם את המשימות לשיפור נראות החצר. שתיים מחברות הקבוצה לא הגיעו לשני ימי עבודה בטענה שהן נתנו את הרעיון לציור הקיר המתוכנן ולכן אין סיבה שיציירו אותו. כיצד תגיבו ותמשבו בצורה נכונה?
2. הערב מתקיים אירוע ערב בוגרות.ים בבית הנוער, הפעילות שנבחרה היא הכנת ארוחה איטלקית משותפת. לאחר ההכנה והארוחה שהיו מוצלחות ומהנות, הגיע החלק של ניקיון המטבח ושטיפת הכלים. שניים מחברי הקבוצה מסרבים לשטוף את הכלים או לעזור בסידור המטבח בטענה שהם התעייפו מהיום הארוך שעבר עליהם, ושיש מספיק חניכות.ים שמנקים את המטבח. האם תגיבו באותו הרגע או בזמן אחר? כיצד תמשבו את ההתנהגות שלהם?
3. בקרוב תתקיים מסיבת הסיום בבית הנוער, ואחת החניכות מהקבוצה שלך משתתפת בקטע המשחק - התכוננתן.ם זמן רב למופע ובחזרה האחרונה שמתקיימת יומיים לפני ההופעה, שמת לב שהיא יושבת לבד באחד החדרים בבית הנוער ובוכה. כשהגעת ושאלת לשלומה היא סיפרה שהיא 'מרגישה שהיא משחקת נורא ולא מרגישה בטוחה מספיק לעלות על הבמה ולבייש את כל הקבוצה'. כיצד היית מגיב.ה? האם מדובר במשוב על התנהגות חיובית או שלילית? איך היית מנסח.ת אותו?

נספח ב'

אז מהו למעשה משוב?

אחד הכלים המעצימים ביותר העומדים לרשותנו בתקשורת הבין – אישית שלנו הינו המשוב. המשוב הינו אמצעי אפקטיבי ביותר לעיצוב, שינוי, חיזוק ושיפור התנהגותו של הזולת, ומספק עבור האדם המקבל אותו הזדמנות ללמידה ולהרחבת המודעות העצמית. אנשים רבים משתמשים בכלי זה באינטקרציה עם אנשים אחרים . המשוב נועד כדי לעצב את התנהגות הזולת ולהשפיע עליה לחיוב, ו/או כדי להעצים את הזולת ולתרום להתפתחותו העצמית.

**שלבים מפורטים בהעברת משוב:**

**שלב ההכנה: הגדרת התוצאה הרצויה של המשוב**

כדי שהמשוב יצליח, עלינו להגדיר לעצמנו מהי מטרתנו: מהי התוצאה שברצוננו להשיג במתן המשוב? מה אנו רוצים שיקרה בעקבותיו?

חשוב גם לקחת בחשבון את תזמון המשוב. אמנם רצוי שהמשוב יינתן סמוך לביצוע ההתנהגות, אך יחד עם זאת יש להימנע מלתת את המשוב בשעת כעס. בעת מתן המשוב חשוב להבטיח שהתזמון נכון גם מצד מקבל המשוב, והוא נמצא במצב של פניות המאפשר לו להיות בהקשבה מלאה למסר שלנו.

**שלב הפתיחה: התחלה בנקודות החיוביות**

מטרתנו בשלב הפתיחה הינה ליצור נכונות להקשבה כדי שהמשוב ייקלט.

אם נפתח את המשוב בביקורת על התנהגותו, יש להניח שהזולת ייכנס לעמדת התגוננות ולא יקשיב למשוב. לכן צריך לפתוח בחיזוק ההתנהגות החיובית.

דוגמא; במקום להגיד לילד "אני מאוד מרוצה ממה שעשית", עדיף להגיד ממה ספציפית אנו מרוצים: "אני מאוד מרוצה שמצאת דרך לשתף את אחיך הקטן במשחק שלך".

**גוף המשוב: התייחסות להתנהגות שעליה רוצים להשפיע**

בשלב זה, אנו מתייחסים להתנהגות הספציפית עליה אנו רוצים להשפיע ( להחלישה או לחזקה). עלינו לפרט באופן ספציפי מהם הדברים שלדעתנו רצוי לשפר או לחזק. בהתייחסותנו להתנהגות, יש להימנע משיפוטיות ומשימוש במילים פוגעניות או קשות.

המילים שאנו בוחרים בהן לניסוח דברינו צריכותלתת מקום לשיפור ולא להיות חד משמעיות.

בשלב זה אנו יוצרים הקשבה ופתיחות לקבלת המשוב. לקול ולשפת הגוף ולבחירה במילים הנכונות, יש חשיבות מכרעת.

**סיום המשוב: עיצוב ציפיות מעצמם**

אחרי שהעברנו את המסר העיקרי והתייחסנו להתנהגות שרצינו לשנות או להעצים, אנו מגיעים לשלב הסיום שבו אנו מסכמים בכלליות.

מטרתו של שלב הסיום הינה להבטיח שהמשוב אכן ייקלט ויישמר בלא מודע, והסיכויים לכך עולים כאשר המשוב נחווה כחוויה מעצימה עבור המקבל. סגירה חיובית הולמת והבעת אופטימיות ביחס לעתיד, מסייעות לנו "לקבע" את הישגי המשוב.

כאשר אנו משדרים אמונה ביכולותיו של מישהו אחר, הרבה מעבר למה שהוא מאמין בעצמו,, הוא בדרך כלל יגיע להישגים גבוהים יותר מאילו שהאמין שהוא מסוגל להם.

בתהליך המנהיגות נעשה שימוש רב בדרך זאת, ובאמצעותו מעצב המנהיג את ציפיות המונהגים מעצמם. כאשר אנו מסיימים את המשוב בנימה חיובית ואופטימית, רמת האפקטיביות של המשוב עולה במידה משמעותית.

**סיכום הכללים העיקריים שעלינו לזכור בעת מתן משוב**

1. בהירות – היה ברור, ישיר וענייני לגבי מה שברצונך להגיד.

2. חיוביות – שים דגש על שימוש בשפה חיובית והימנע ממילות שלילה וממילים המעוררות התנגדות.

3. ספציפיות – הימנע מהכללות ומתיוג של ההתנהגות, והבהר באופן ממוקד לאיזו התנהגות בדיוק אתה מתייחס.

4. מיקוד בהתנהגות – הימנע משיפוטיות ומהתייחסות לאישיותו של האדם והתמקד בהתנהגות הניתנת לתיאור.

5. אופטימיות – התייחס להתנהגות כברת שינוי והבע אמונה ביכולתו של מקבל המשוב לשנות.

###### **סיכום הקורס (שעה)**

##### **מטרות**

##### החניכים ישתפו את תחושותיהם לגבי הקורס וישתפו בציפיות והחששות לקראת ניהול הפרויקטים

##### החניכים יקבלו תמונה רחבה של הכלים, התכונות והמיומנויות שיש למנהל פרויקט בכל שיסתכלו על כל הנושאים שעברו בקורס.

##### **מהלך**

##### **מה קיבלתי מהקורס? (15-20 דק')** כל חניךה ת.מקבל דף חלק. המדריךה מבקש מן החניכיםות לקפל את הדף לשניים. בחצי אחד של הדף עליו להתייחס בצורה יצירתית לשאלה: איך נכנסתי לקורס? (שינסו להיזכר בציפיות שדיברנו עליהם בתחילת הקורס)

##### חצי הדף הנותר עליו להתייחס בצורה יצירתית לשאלה: איך אני יוצא מן הקורס?

* משתפים את כולם

##### 

1. **סיכום הקורס (15 דק')** נפרוס מול החניכיםות את תכנית הקורס (הצגת תכני הקורס) בצורה ברורה לעין (בריסטול עם הפעולות מצוירות כמסלול) כדי שיוכלו להיזכר בצורה טובה יותר. עוברים על כל יחידה ופעילות שהייתה בקורסים, כאשר כל חניך מקבל 3 מדבקות ב3 צבעים שונים:

##### משהו מעניין שלמדתי

##### הפעילות שהכי פחות התחברתי אליה

##### הפעילות שאקח ממנה משהו הלאה

##### כל חניך יקום בתורו להדביק את 3 המדבקות שלו ויצטרך לפרט לפחות על אחת מהן.

##### 

##### **דפי מזכרת (30 דק')** נשב במעגל ונכתוב דבר שהיינו רוצים לכתוב לחבר שיושב מימננו הדפים יועברו בין כולם עד שיגיעו אל הבן אדם שכתב (לעצמו)

##### כל חניך יצא עם מכתבים מכל הקבוצה וכל יוכל להיפרד אישית מהמדריכים ומהחניכים.

##### **לפעולה זאת צריך להכין מעטפות עם השמות של כל הקבוצה לפני.**

-חוויה

תודה על

רציתי להגיד

היה כיף ש

למדתי

##### 

##### **עזרים**

##### בריסטול גדול

##### להכין בריסטול עם הפעולות מצוירות כמסלול

##### מדבקות ב3 צבעים שונים

* דפי מזכרת עם שמות החניכיםות
* לורדים וטעים
* מעטפות

##### 

##### 

##### **נספח חוברת- משחקי פתיחה**

**פיו פיו-**

הקבוצה עומדת במעגל ואחד עומד במרכז ועושה עם הידיים צורה של רובה. הוא יורה על מישהו במעגל וצועק "פיו". מי שירו בו מהר צריך להתכופף והשניים שבצדדים שלו יורים אחד על השני וצריכים להגיד מלא פעמים פיו פיו עד שנגמר האוויר. מי שנגמר לו האוויר קודם, נפסל ויוצא מהמשחק. כשנשארים שניים הם עומדים גב אל גב. ברגע שהמנחה אומר פיו הם צריכים להסתובב ולהתחיל להגיד פיו פיו עד שנגמר האוויר. המנצח הוא מי שנשאר אחרון.

**שייק אנד פופ**

**שיפ-**

יושבים במעגל וסוגרים את הפה ככה שלא רואים את השיניים. מישהו מתחיל ואומר שיפ למי שלידו, הוא צריך להמשיך להגיד שיפ באותו כיוון. אם אומרים "שיפ מה" הכיוון מוחלף. אם למישהו רואים את השיניים הוא נפסל. המנצח הוא האחרון שלא ראו לו את השיניים.

**יא-**

כולם עומדים במעגל. מישהו מתחיל מרים את הידיים ביחד למעלה ואומר I GOT THE POWER YAAA ומכוון אותם לכיוון מישהו מסויים, הוא עכשיו צריך להרים ידיים תוך כדי שהוא צועק יאאא, השניים שמהצדדים שלו "חותכים אותו" עם הידיים וצועקים יאאא ואז הוא מכוון את הידיים למישהו אחרי וצועק יאא… וכן הלאה.

אם מישהו התבלבל הוא נפסל.

**הדב הגדול**

**מירוץ שיכורים-**

כולם עומדים באותו קו, מתכופפים, שמים את יד שמאל על הראש ואת יד ימין בתוך יד שמאל. הם צריכים להסתובב ככה 20 שניות ואז לרוץ מהקו עד לנקודה מסויימת. הראשון שמגיע מנצח.

**פוקימון-**

מישהו מתחיל ואומר פוקימון, אחריו צריך להגיד מילה לא קשורה בכלל, ואחריו גם וכן הלאה. אם מישהו אומר מילה קשורה הוא נפסל… האחרון שנשאר מנצח

**פצצה מתקתקת-**

מישהו מפעיל טיימר לזמן מסויים ולא אומר כמה. בזמן הזה צריך להעביר בין הקבוצה שבמעגל כדור ספוג. מי שהכדור אצלו כשהטיימר מסתיים, נפסל ויוצא מהמשחק. האחרון שנשאר מנצח.

["בנק משחקים"](https://in.bgu.ac.il/cau/open/DocLib/Pages/virutal-center/%D7%97%D7%95%D7%91%D7%A8%D7%AA%20%D7%9E%D7%A9%D7%97%D7%A7%D7%99%D7%9D.pdf)

[https://in.bgu.ac.il/cau/open/DocLib/Pages/virutal-center/%D7%97%D7%95%D7%91%D7%A8%D7%AA%20%D7%9E%D7%A9%D7%97%D7%A7%D7%99%D7%9D.pd](https://in.bgu.ac.il/cau/open/DocLib/Pages/virutal-center/%D7%97%D7%95%D7%91%D7%A8%D7%AA%20%D7%9E%D7%A9%D7%97%D7%A7%D7%99%D7%9D.pdf)