

קורס מד"צ מזורז

מערך פעולות

2020

תוכן עניינים

3	לו"ז לקורס מד"צים מזורז
4	נושאי הקורס
5	מעבר מחניך למדריך
8	דוגמה אישית בהדרכה והמדריך כמי שמעביר ערכים ומסרים
11	סוגי האחריות של המדריך
13	הקשר של המדריך עם החניכים שלו
15	כלים לעמידה מול קבוצה - קתימב"ה נ"ס
20	עיבוד - המשך קתימב"ה נ"ס
22	אתגרים בהדרכה
24	איך כותבים פעולה ומה מרכיביה
29	איך עושים משוב?
32	סיכום הקורס
34	מתודות לסיכום יום בקורס מזורז

לוי"ז לקורס מד"צים מזורז

לוי"ז קורס מדצ"יים			
יום ראשון- תיאוריה		יום שני- התנסות	
שעה	תוכן	שעה	תוכן
08:00	התכנסות+ ארוחת בוקר	08:00	בוקר טוב+ ארוחת בוקר
08:40	תיאום ציפיות לקראת היום	09:00	פעילות פתיחה
09:00	מעבר מחניך למדריך	09:30	איך בונים פעולה? (מעבר על מצגת מהלך פעילות *לא נמצא בחוברת)
10:00	הפסקה	10:30	הפסקה
10:15	דוגמא אישית בהדרכה	10:45	הכנה לפעולת התנסות (זמן עבודה)
11:45	הפסקה	12:15	הפסקה
12:00	סוגי אחריות המדריכה+ קשר בין מדריך לחנייה	12:30	התנסות
13:30	ארוחת צהריים	13:30	ארוחת צהריים
14:30	קתימב"ה	14:30	התנסות
16:00	הפסקה	16:00	הפסקה
16:15	קתימב"ה	16:15	איך נותנים משוב?+ משוב
17:45	הפסקה ארוכה	17:45	הפסקה
18:15	אתגרים בהדרכה	18:00	סיכום קורס
19:15	הפסקה	19:00	סיכום מנהל.ת+ צוות
19:20	סיכום יום+ חלוקה לזוגות התנסות	19:30	פיזור
20:00	ארוחת ערב		
21:00	ערב כיף		
22:00	זמן חופשי		
23:30	לילה טוב		

נושאי הקורס

מיהו המדריך

- איזה תכונות צריך שיהיה במדריך?
- מה הופך מדריך למדריך טוב?
- האם מדריך הוא מנהיג?

עמידה מול קבוצה

- החניכים יתנסו בעמידה מול קבוצה ויצברו ביטחון בתחום זה.
- קתימב"ה נ"ס.

אחריות של המדריך

- האחריות של המדריך כלפיי החניכים, מבחינת צרכים פיזיים, ומבחינה מנטלית-חינוכית, להעביר להם ערכים ולקדם אותם.
- חשיבות ההכנה מראש (בניית פעולה, תכנון, עזרים, התאמת מרחב וכו').

הקשר בין המדריך לחניכים

- שילוב של סמכות עם חברות.
- איזה סוג של קשר כדאי לייצר עם החניכים?

מתודות ויצירתיות

- החניכים יבינו מה זה מתודה.
- התנסות וחשיבה על מתודות שונות.
- החשיבות של חשיבה יצירתית במהלך בניית הפעולה ובמהלכה.
- חשיבות הגמישות והאלתור.

הקשיים שיש בהדרכה

- איך להתמודד עם קשיים שצצים בהדרכה? שימוש בכל מה שלמדנו, קשר עם החניך, מתודות ויצירתיות...
- עבודת צוות – לדעת לחלק את המשימות עם חבר הצוות, גם בבניית הפעולה וגם במהלכה.

התנסות בבניית פעולה והדרכה

- התנסות בבניית פעולה, חישובי זמנים, יצירתיות, פעילויות...
- התנסות בהדרכה עצמה

ציפיות מהסמינר

1. **10 דק' - היכרות** - למקרה שהחניכים לא מכירים אחד את השני - סבב שמות, כל אחד אומר במה הוא היה ממלא אמבטיה?
2. **10 דק' - ציפיות מהסמינר** - לבחירת המדריך, לתת לחניכים להעלות ציפיות מהסמינר - מה הם מצפים ללמוד בסמינר? מהן הציפיות שלהם מההדרכה?
3. המדריכים יקריאו את הנהלים והציפיות שלהם מהחניכים לסמינר
 - שמירה על קפוסולה (לא להתערבב עם חניכי בית הנוער בזמן הסמינר)
 - שמירה על הנחיות קורונה (מסיכות, מדידת חום, טופס הצהרת בריאות וכו')
 - הסמינר מאוד אינטנסיבי. אנו מצפים מכם לשמור על בגרות ופרו אקטיביות. אל תפריעו ותהרסו לאחרים אם אתם מאבדים ריכוז. במידה וזה משהו כולל, שתפו, נצא ביחד להפסקה במידת הצורך.
 - הקבוצה הזאת הולכת לעבור תהליך ביחד. אתם תאלצו לתת משוב אחד לשניה, תהיו חשופים ביכולות ההדרכה שלכם, זה מאוד באמת להביא גם את החששות שלכם. אנו מבקשים מכם לשמור על שיח מאפשר ונעים. מי שיפגע ויעליב את חבריו לקבוצה לא יוכל להשתתף בקורס!
 - אנו מקווים שקורס מזורז זה יעזור לכם בהדרכה. תוכלו כמובן לבקש מאיתנו השלמות במשך השנה, יש קורס שלם שקיצרנו אותו בהתאם להנחיות קורונה.
 - שיהיה לכולנו בהצלחה!
 - מוזמנים להוסיף דברים שקשורים לקבוצה שלכם

מעבר מחניך למדריך

מטרות

- החניכות יים יבחנו את המשותף והשונה בין דמות החניכך לדמות המדריך.
- החניכות יים יגבשו עמדה לגבי אילו תכונות ומאפיינים "ראוי" שיהיה בדמות המדריך.ה.
- החניכות יים יצפו ויתרגשו לקראת המעבר מחניך.ה למדריך.ה.

מהלך

4. **10 דק' - משחק פתיחה** נגיעות במספרים- על הרצפה מפוזרים דפים קטנים עליהם רשומים מספרים מ-1 עד 30. הדפים מפוזרים ואינם מסודרים באופן כרונולוגי. על החניכים לגעת כקבוצה בדפים עם הרגליים, לפי סדר המספרים לאור החוקים הבאים: אסור שיותר מכף רגל אחת תיגע בדף הממוספר, אסור לדלג על סיפורה.
5. **15 דק' - "בנק התכונות" / שמש אסוציאציות** - יהיה בריסטול גדול על הרצפה שעליו יהיה כתוב "חניכה" - נעשה כמה סבבים וכל אחת בתורה תכתוב תכונה/ מאפיין שהן חושבות שיש בחניכה. אחר כך נביא בריסטול חדש שעליו כתוב "מדריכה" ובסבב החניכות יעשו את אותו הדבר שעשו בסבב הקודם רק על דמות המדריכה. לאחר מכן נשווה בין שני ה"דמויות" שנוצרו במשחק.
- מה המשותף לדמות החניך ולדמות המדריך?
 - מה השוני?
6. **15 דקות - כלים/ תכונות של מדריכים** - משתמשים בתכונות המדריך שהחניכים כתבו במתודה 2 ואפשר להוסיף תכונות נוספות שהמדריך רואה בהן חשיבות: כריזמה, סבלנות, סובלנות, יכולת ורבליה, 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. (מכילים ארגז אמיתי). לאחר מכן מדביקים על צללית של בן אדם את כל התכונות שנבחרו. נקיים עם החניכים דיון על דמות המדריך שיצאה להם.
- האם אתם מרוצים מהמדריך שיצא לנו?
 - האם יש תכונה שהייתם מורידים?
 - האם יש תכונה שחשובה לכם במדריך ולא נכנסה לארגז הכלים? למה תכונה זו חשובה לדעתכם?
 - האם הייתם רוצים שהמדריך שיצא לנו שיש לו את הכלים שבחרתם ידריך אתכם?
 - האם הכלים האלו מולדים או האם הם נרכשים? איך אפשר לפתח\ לרכוש את התכונות האלו?
7. **20 דק' - סימולציות** - 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/בוס). 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 החניכות בנושא ההדרכה ושהן ירגישו שהן כבר מצליחות להתמודד עם סיטואציות בין חניך למדריך. לכן לא אעשה להן סיטואציות מורכבות מאוד (זה יהיה בפעולות מאוחרות יותר על הקשיים בהדרכה).
כמובן שנדבר על כל סיטואציה - החניכות ים יתנו משו **כל אחת לעצמה** ואני אעזור להן - חשוב שהן לא יבקרו עדיין אחת את השנייה כדי לא להוריד את הביטחון.

- 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?
- תוספת בונוס- בעיקר אם הפעילות כבדה מידי- לקיים שיחה במשפטים לפי סדר הא'- ב'. כל משפט צריך להתחיל באות לפי הסדר. המשפט הראשון מתחיל באות א', השני באות ב' וכן הלאה...
- הדיון המסכם יתמקד ברעיון שמדריך צריך שיהיו לו את כל/רוב סוגי הכובעים. אין "כובע מושלם" שמספיק אלא יש מדריך שיוודע ומצליח לשלב את סוגי הכובעים השונים בהדרכתו ובקשר האישי, **ויודע מתי לפעול לפי איזה סוג של כובע.**

עזרים:

- כובעים
- פתקים
- טושים
- בריסטולים
- קופסא

הכנות:

- כובעים עם פתקים של תפקידים שונים - אח גדול, מדריך, חבר, חניך
- להכין את "קופסת התכונות של המדריך".

סיטואציות:

1. חניך מבקש לצאת לשתות מים בתחילת שעת הלמידה, למרות שלפי נהלי בית הנוער הוא צריך לשתות לפני כי אי אפשר לצאת באמצע
2. חניכה יוצאת באמצע הפעולה ובורחת הביתה. כשאת מגיעה אליה היא אומרת ששני בנים מהקבוצה הרביצו לה
3. אחד החניכים לא מסכים לנקות את החצר כחלק מתורנות בבית הנוער
4. חניכה לא מוכנה לאכול את ארוחת הצהריים בבית נוער בטענה שהאוכל לא טעים לה.
5. באמצע פעילות בקבוצה, אחד החניכים יוצא החוצה בלי סיבה ובלי רשות ולא מוכן לחזור פנימה.
6. חניך מגיע לבית הנוער מאושר עם חיוך ענק על הפנים ומספר שקיבל 96 במבחן במתמטיקה
7. חניכה מתלבטת באיזה מגמה (מקצוע מורחב) ללמוד בתיכון- ספרות או ביולוגיה- והיא באה להתייעץ איתך
8. אתה רואה בשכונה, במקרה, בשעה מאוחרת בלילה, חניך שלך (מתחת לגיל 18) שותה אלכוהול.
9. חניכה מתקשרת אלייך 5 דקות לפני תחילת הפעילות ואומרת לך שהיא לא תגיע היום כי לא מתחשק לה
10. חניך מדבר איתך על חרם שיש בתוך הקבוצה על ילד אחר. הוא אומר שהוא לא חלק מהחרם אבל כל הקבוצה יודעת על זה ולוקחת בזה חלק.
11. הקבוצה מבקשת ממך לעשות פעילות לבית הנוער ומתבלטת באיזה נושא לבחור
12. את מעבירה לקבוצה ערב חברתי בנושא גזענות והפליה, וחושפת אותם לנתונים קיימים בנושא הזה
13. אתה עושה שיחת מוטיבציה לחניך שלך על חשיבות הלימודים ועל ההשקעה הנדרשת כדי להצליח
14. חניכה שלך לא אוהבת את המחנך שלה בבית הספר ולכן היא בוחרת להבריז ולא מגיעה לביה"ס. החניכה צריכה עזרה לימודית, ואת מבינה כמה חשוב שהיא תלך לבית הספר.
15. החניכים שלך הולכים מכות במסגרת אחת הפעילויות, למרות שהם יודעים שהתגובה על אלימות היא השעיה. אחד החניכים מתחנך בפניך שלא להשעות אותו כדי שאמא שלו לא תכעס עליו.
16. אתה, בתור מדריך, מעדיף שלחניכים יהיה מענה רגשי והם יוכלו לבוא לספר לך דברים ולהתייעץ איתך, אבל בכל מה שקשור למשמעת הם יודעים שהם יכולים לעשות מה שהם רוצים.
17. החניכות רואות אותך מרים זבל מהרצפה ברחוב

דוגמה אישית בהדרכה והמדריך כמי שמעביר ערכים ומסרים

מטרות:

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

מהלך הפעולה:

1. **משחק פתיחה - 10 דקות - מעגל התנועות** כל חניך עושה תנועה והחניכים האחרים מחקים אותו. כך כל אחד עושה תנועה בתורו וכולם מחקים אותו.

2. **קשרים - 20 דקות**

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

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

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

- האם אי פעם חציתי באדום?
- האם ניצלתי\ סינג'רתי את אחים שלי?
- אם קיללתי ליד חניכים צעירים ממני בבית הנוער?
- האם לעיסת מסטיק בבית הנוער?
- אם הרבצתי פעם לחבר שלי?
- האם התעלמתי מאמא \ אבא שלי שהם ביקשו ממני עזרה?
- האם אי פעם איחרתי לבית ספר?
- האם אי פעם לא עשיתי את התחום אחריות שלי?

דין:

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

3. סרטון דוגמה אישית ודין - 10 דקות - נראה לחניכים סרטון (נספח 1) שקשור לדוגמה אישית ונקיים דין:

- 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 אתכם מהווים דוגמה לחניכים?
- האם יש דוגמה אישית שלילית ודוגמה אישית חיובית? תנו דוגמאות מהסרטון.

4. המדריכה כמעבירה מסרים - 20 דקות - המדריך יפזר על קירות החדר ערכים שונים, כל חניך יבחר 3 ערכים 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. 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?

5. "המדריך אינו קומקום" - 20 דקות - הקראת הטקסט "המדריך אינו קומקום" (נספח 2). תטך כדי הקראת הטקסט המדריך ינהל עם חניכיו דיון - לפי השאלות הרשומות למטה - לפי פסקאות.

פסקה ראשונה

- אתם מסכימים עם הקטע?
- האם לדעתכם על מדריך להביע את דעותיו?
- איפה עובר הגבול לדעתכם, אם בכלל, במסרים ובדעות שהמדריך יכול להעביר לחניכים? למה?

פסקה שנייה

- האם לדעתכם יש נושאים עליהם אסור למדריך להביע דעה?
- אם כן, תנו דוגמאות לנושאים כאלו (כמו שבטקסט דיברו על "עונש מוות למחבלים") האם זה נושא שכדאי למדריך להביע דעה עליו מול חניכיו? למה?

פסקה שלישית

- האם אתם חושבים שאם מדריך לא מביע דעה הוא כמו "אובייקט"

- מדוע חשוב שמדריכים יביעו את עמדתם?
- כיצד הבעת עמדה יכולה להפוך לשטיפת מוח?
- האם אתם מסכימים על הטקסט?

6. סיכום - 5 דקות - מה למדתם בפעולה? האם אתם רוצים להוות דוגמא עבור חניכים? אילו מסרים וערכים לכם חשוב להעביר לחניכים?

עזרים:

- חבלים קצרים
- בריסטולים
- פתקים
- כלי כתיבה

הכנות:

- להכין את הערכים, לתלות אותם על הקיר.

סרטון על דוגמה אישית: children see children do

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

המדריך אינו קומקום / יפתח גולדמן

ההנחה השגויה הראשונה היא כי המדריך חייב להיות אובייקטיבי: אסור לו להביע עמדה משלו, כי בכך ישפיע באמצעים פסולים על הנפש הרכה של החניך. אובייקטיביות, רבותי, היא תכונה של אובייקטים, לא של בני אדם. שולחנות, ספלי חרסינה ותנורי אפיה יכולים להיות אובייקטיביים. מותר האדם מן החפצים בכך שהוא סובייקט, כלומר: סובייקטיבי, כלומר: יש לו דעות, השקפות, רצונות, חששות, תקוות, פחדים, שאיפות... מדריך ההופך עצמו לאובייקט הופך עצמו למיותר. את מה שנותן המדריך האובייקטיבי יכול כל אחד למצוא בספרית בית-הספר, או על צג המחשב.

שימו לב לאבסורד הבא: אתם טובבים בקיבוצים ובבתי-הספר, ומספרים לנערים על תנועת "קבוצות הבחירה". אתם עושים כל מאמץ לשכנע אותם לבוא לכנס ט'. אתם מתקשרים לכל החניכים שלכם בי' או ביא', ומשכנעים אותם לבוא למפגש בסוף השבוע. כשהם כבר מגיעים, אתם מתמודדים עם בעיות חברתיות, עם חוסר נכונות, עם חוסר מחויבות ועוד ועוד. את כל הדברים הללו אתם עושים מתוך השקפתכם החינוכית, מתוך שאיפות שלכם, מתוך זיכרונכם הטרי, עד כמה הייתה הקבוצה שלכם חשובה לכם כשאתם הייתם חניכים...

ואז מתחיל המפגש, ומדברים על נושא כלשהו ("עונש מוות למחבלים" או כל דבר אחר) ופתאום מתחולל הפלא: אתם הופכים לאובייקטיביים. פתאום אין לכם עמדה משלכם. פתאום אתם רק "כלי שבעזרתו יוכל החניך לפגוש את מגוון הדעות השונות". לא ידיו, לא זו הדרך. אתם בני אדם ומדריכים, אל תשכחו זאת. ובפעם הבאה שמישהו ידרוש מכם להיות "אובייקטיביים", הסבירו לו בנימוס אך בתקיפות שאתם אנשים ולא קומקומים חשמליים.

ודרך אגב: אף לא אחד מהגורמים האחרים המשפיעים על נפשו של החניך מקפיד כמוכם על כללי האובייקטיביות: אמצעי התקשורת שוטפים לו את המוח, בית-הספר שוטף לו את המוח, אפילו ההורים שלו שוטפים לו את המוח. ורק אתם: "אובייקטיביים". וכמובן, אינני מבקש מכם כי גם אתם תשטפו לחניכים את המוח. אבל תשפיעו, תחנכו, תנסו להאיר את עיניהם. אל תשקרו להם ואל תעשו עליהם מניפולציות, אבל הסבירו להם, בין השאר, גם מה אתם חושבים, ולמה אתם חושבים כך. (ותרשו לי עוד שאלה קטנה: כאשר אתם לובשים מסיכה של אובייקטיביות, למרות שיש לכם עמדה, ועמדתכם חשובה לכם, האין גם זה שקר? האין גם זה סוג של מניפולציה?)

סוגי האחריות של המדריך

מטרות:

- החניכים יבינו את הקשר בין קבלת אחריות להדרכה.
- החניכים ילמדו וידברו על סוגי האחריות שיש למדריך.

מהלך

1. משחק פתיחה רגליים עיניים - 10 דקות - 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 לזגג 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. סוגי האחריות שיש למדריך - 30 דקות

את ערך האחריות נפרוש על מספר מתודות לפי הסדר: אחריות אישית, אחריות קבוצתית ולבסוף אחריות על אדם אחר.

א. 10 דקות - אחריות אישית פאזל - 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. 10 דקות - אחריות קבוצתית מעגל כוח - 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.

ג. 10 דקות - אחריות על אדם אחר סמוך עליו וצוין - החניכים יתחלקו לזוגות, על כל הזוגות לצייר ציור שהמדריך אומר להם (בית, עץ, שמש, לב, סמיילי וכו'), כאשר החניך שמצייר הוא בעיניים עצומות ובן הזוג שלו מסביר לו איך לצייר על הדף כדי שיצא הציור הרצוי.

דיון:

- על מה הייתם אחראים בבית הנוער?
- כיצד גדל תחום האחריות שלכם מילדות עד לבגרות ועד להדרכה?
- איזה אחריות קשה יותר? אישית או על מישהו אחר?

4. סיכום - 10 דקות

- מה למדתם מהפעולה?
 - האם אתם מבינים את האחריות שלכם כמדריכים?
- להסביר להם שעל 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/ ציוד:

- דפים/ בריסטולים בשלושה צבעים
- חתיכת אלבד/ חתיכות בד לכיסוי עיניים
- בריסטול

הכנות:

- להכין פתקים בשלושה צבעים למשחק מספר 2.
- לכתוב היגדים למשחק 2.
- הכנת פאזל

נספחים:

אין

הקשר של המדריך עם החניכים שלו

מטרות

- החניכים ידונו ויגבשו דעה לגבי הקשר הרצוי בין מדריך לחניכים, איזה סוג של קשר כדאי לייצר עם החניכים?
- החניכים ידונו במתח הקיים בין החברות לסמכות בהדרכה.

מהלך

- 1. קשר מדריך/ חניך - 15 דקות** - המדריך יפזר תמונות שונות על הרצפה (נספח 1) וכל חניך יקח כמה דקות ויחשוב איזו תמונה מייצגת בצורה הטובה ביותר את הקשר שהוא חושב שכדאי למדריך ליצור עם חניכיו. בסוף כל חניך יציג את מה שהוא חושב. שאלות מנחוץ שיכולות לעזור:
 - למה בחרת בתמונה זו?
 - איך התמונה מייצגת את הקשר שאתה מדבר עליו?
 - האם התחברת ליותר מתמונה אחת? אם כן, לאיזו עוד?

- 2. סיטואציות - 15 דקות (נספח 2)** - בצד אחד של החדר יש כתוב "סמכות" ובצד השני "חברות". המדריך קורא סיטואציות והחניכים בוחרים כיצד כדאי שהמדריך ינהג מול החניך- בסמכות או בחברות, או באמצע.

3. סיכום- 10 דקות -

- כיצד לדעתכם יש לנהוג מול החניכים? בסמכות או בחברות?
 - האם כדאי לשלב את השניים?
 - כיצד התנהגות סמכותית בלבד עלולה להזיק לקשר בין המדריך לחניך?
 - כיצד התנהגות חברותית בלבד עלולה להזיק?
- להסביר לחניכים שהתנהגות סמכותית מוגזמת יכולה להרחיק את החניכים מהם ולעומת זאת התנהגות חברותית בלבד עלולה לערער את הסמכות של המדריך ואת דבריו. לכן יש למצוא את האיזון הנכון בין השניים.

עזרים:

- דפים
- 2 כרטיסיות

הכנות:

- להדפיס תמונות
- להכין כרטיסיה של "סמכות" ושל "חברות"

תמונות של סוגי קשרים:

1. זכוכית מגדלת
2. מדרגות
3. מצלמה
4. חיבוק
5. מחשבון
6. בית
7. מזגן
8. מנעול ומפתח
9. תמונה של קשר

סיטואציות:

1. חניך מתחצף אלייך ואומר לך "סתום ת'פה"
2. חניך בוכה כי עושים עליו חרם בבית ספר
3. חניך מספר לך על ריב שהיה לו עם אמו.
4. חניך מספר לך שקיבל ציון גבוה במבחן במתמטיקה
5. חניך נמצא בוווצאפ כל הפעולה
6. חניך נפל בהפסקה ויורד לו קצת דם.
7. אתה מרגיש שעבר על חניך יום לא טוב בבית הספר והולך לנהל איתו שיחה ולהבין למה.
8. חניך מפחד לחזור הביתה בסוף הפעילות כי כבר חושך אז הוא מתקשר אלייך מהדרך/ מבקש שתלווה אותו.
9. חניך מתקשה בשעת למידה ואתה מאוד עסוק אבל בכל זאת מנסה לעזור לו כמה שניתן.

כלים לעמידה מול קבוצה - קתימב"ה נ"ס

מטרות

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

מהלך

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. תנועה- 10 דקות שני מתנדבים יצטרכו לדבר על סיפור שקרה להם. במהלך השבוע בשני אופנים:

1. עם ידיים מאחורי הכיסא (אפשר קשורות) וגם רגליים קשורות כאשר הם יושבים על כיסא ולא יכולים לקום ממנו.
2. 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.

2. קול- 10 דקות נבקש מארבעה מתנדבים להקריא קטע בארבעה אופנים (נספח 1):

1. מונוטוני- ללא שום גיוון, באותו קצב ובאותו טון כל הזמן.
2. מוגזם- להעצים את הפערים בין הטונים.
3. בלחש- שכמעט לא ישמעו מה שהוא. היא אומר.ת.
4. בצעקה- לאט ועד כדי כך שיהיה קשה ו"מכאיב" לשמוע את מה שהוא. היא אומר.ת.

דיון:

- האם היה לכם נעים להקשיב לקטע? אם לא, מדוע?
- האם עוצמת הקול של כל אחד מהחניכים התאימה לדרך שבה יש להקריא את הקטע?
- איך מדריך צריך לדבר כדי שיהיה נעים לקשיב לו?

הסבר:

יש לדבר עם קול חזק ויציב. על המדריך לדבר מעט איטי משיחת יום-יום, על מנת למנוע בליעת מילים, אך לא לדבר באופן איטי מדי. יש להימנע מדיבור אחיד (מונוטוני), אלא לדבר בהרמת והורדת הקול ובשינוי קצב הדיבור על פי תוכן הדברים. כל זה כדי למשוך את החניכים. ונת להקשיב, ולא "לאבד" את הקשב שלהם.

4. ניסוח- 10 דקות מתנדב מתבקש להעביר לחניכים את המשחק דג מלוח עם ההסבר הבא: "אתם לשם, אתה לפה, כשאתה מגיע לשלוש הם לא זזים."

דין

- 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.

5. סביבה- 10 דקות - 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 המדריך ישאל את החניך שהתנדב וגם את שאר החניכים:

דין:

- 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.

6. ידיים-10 דקות - המדריך יבחר בשני חניכים, על כל חניך להציג פינה בחדר באופן מסויים: האחד, כאשר הידיים שלו קשורות מאחורי הגב, והשני כאשר אין לו שום מגבלה. לאחר מכן יתקיים דיון קצר.

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.

7. מבט-10 דקות - 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 בעיני 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.

8. ביטחון-10 דקות - חניך יקריא טקסט על נושא מסובך לחניכים (נספח 2). אחד החניכים יקבל פתק מהמדריך שבו תהיה כתובה שאלה מתקילה לחניך שהקריא. 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.

9. התלהבות-10 דק - שני חניכים מתנדבים: שניהם צריכים להעביר את המשחק וואה לקבוצה (כל אחד בתורו), המדריך מנחה את אחד החניכים להעביר את המשחק בעייפות, באדישות, לדבר חלש... ומהשני לדבר בהתלהבות, לדבר בקול רם ולהתלהב.

דין:

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

הסבר:

יש חשיבות גדולה להעברת משחקים ולהדרכה בהתן להבות, 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.

עזרים:

- פתקים
- חתיכת אלבד קטנה כדי לקשור את הידיים למתודת ה"ידיים"

הכנות:

- להדפיס את קטע הקריאה של משחק הקול
- לכתוב פתקים של מצבים למתודת ה"סביבה"

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

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 פונקציית גל, שממנה אפשר לחלץ את ההסתברות. תיאור החלקיקים באמצעות פונקציות גל מוביל לתופעות מעניינות וייחודיות, שנולדות מהתאבכות פונקציות הגל.

עיבוד - המשך קתימב"ה נ"ס

מטרות:

- החניכים יעבדו את הכלים להדרכה (קתימבה נס)
- החניכים יציפו חששות מההדרכה ויקבלו תמיכה מחבריהם לקבוצה

מהלך הפעילות:

- 1. משחק פתיחה - 15 דקות -** אני יושב תחת עץ רענן - הושב את החניכים במעגל על כסאות והוסף כסא ריק למעגל. אמור לחניך שיושב כשמימינו הכסא הריק להגיד: "אני", לזה שלידו: "יושב", לבא אח"כ: "תחת", וכך ממשיכים בסבב את המשפט: עץ רענן ומחכה ל.. ולנקוב בשם אחד המשתתפים. מי שנקבו בשמו צריך לרוץ ולתפוס את הכסא, וכל החניכים היושבים "מכפכפים" אותו עד שישב ומיד מתחילים בסבב חדש, כאשר הכסא הפנוי הוא זה שהתפנה בסוף הסבב הקודם. מטרת כל חניך זה לתפוס כסא.
- 2. מעגל אסוציאציות - 10 דקות -** מסבירים לחניכים/ות שכדי לדבר מול קבוצה בפעם הראשונה צריך באמת לשחרר את השיפוטיות והציניות שבאים איתה ביום - יום, ושבדרך כלל מעגל אסוציאציות זה משהו שאנשים נכשלים בו כי הם חושבים יותר מדי על מה שהם אומרים ואיך יראו אותם מהצד. עושים 2 סבבים קצרים שפותחים במילה (קיץ, שלגיה, בית ספר, ספטמבר וכו'). וכל אחד צריך להגיד אסוציאציה שעולה לו מהמילה שהחניך לפניו אמר.
- 3. מי תופס את רוב תשומת הלב - 10 דקות** בוחרים 2 מתנדבים. הם צריכים להתחרות על תשומת לב. מותר להם לעשות הכל- לצרוח, לקפוץ, לרקוד, להציק. החניכים יכולים להשתמש בכלים לעמידה מול קהל שלמדו בפעולה הקודמת ולעשות מה שהם רואים לנכון בכדי לתפוס את עיניהם של הקבוצה, שלא יורידו מהם את העיניים. המטרה שלהם היא שתמיד ישימו לב אליהם. המנצח הוא האחד שמשך יותר תשומת לב.
- 4. סרטונים קתימב"ה נ"ס - 25 דקות** מראים לחניכים שלושה סרטונים של שלושה מרצים שונים שצורת הדיבור וההתבטאות שלהם שונה (נספח 1). נבקש מהחניכים לצפות בסרטונים ולכתוב אילו מאפיינים הם מזהים אצל שלושת המרצים. (קול/דיבור, שפת גוף, עמידה, הדגמות, עירוב הקהל, וכו') לאחר שיצפו בשלושת הסרטונים נבקש מהם להציג את המאפיינים שכתבו.

5. שיחות אינטימיות - 20 דקות החניכים יתחלקו לזוגות או שלשות וידברו על נקודות שהמדריך יגיד.

הנקודות:

- באיזה מאותיות הקתימבה נס אני מרגיש שאני טוב?
- באיזה מאותיות הקתימבה נס אני מרגיש שעליי להשתפר?
- מהם החששות הכי גדולים שלי מההדרכה?
- כיצד אני יכול להתמודד איתם? (שיקשיבו אחד לשני ויתמכו אחד בשני)

6. סיכום הפעולה - 10 דקות מסבירים לחניכים שכדי להדריך ולעמוד מול קבוצה צריך לשחרר, לא

להילחץ. כמובן שבפעמים הראשונות זה יותר מלחץ, 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:

- כלי כתיבה
- דפים

הכנות:

אין

נספח 1:

סרטונים של מרצים:

<https://www.youtube.com/watch?v=ZZzFM6tlfZQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=twSvd5bQLDw>

<https://www.youtube.com/watch?v=jH7WoeBVtXY>

אתגרים בהדרכה

מטרות:

- החניכים יחשבו על קשיים שיש בהדרכה בהתמודדות עם חניכים, פרונטלית ו"מאחורי הקלעים", בניית פעולה, עבודה בצוות, עמידה בזמנים, עומס...
- החניכים יפתחו מוטיבציה להתמודד עם האתגרים ולהתעלות על הקשיים.
- החניכים יחשבו על מדריכים שהיו להם ויבינו את נקודת מבטם של המדריכים דרך הקשיים שהם עברו.

מהלך הפעולה:

1. **משחק פתיחה - 10 דקות** - כיסא נופל: החניכים עומדים מאחורי כיסאות המסודרים בצורת מעגל. החניכים מחזיקים את הכיסאות באופן בו רק 2 הרגליים הקדמיות של הכיסא נוגעות בקרקע. נבחר חניך להתחיל במשחק. עליו לקרוץ בעינו לחניך אחר. על החניך שקלט את הקריצה לקום מיד ולתפוס מקום אחר אך בלי שהכיסא בו מחזיק ייפול.

2. **משימות הישרדות - 30 דקות** - יש תחרות בין שתי קבוצות כאשר שתי הקבוצות עושות משימות שהמדריך נותן.

המשימות:

- 1) על הקבוצות להסתדר בשורה כך שכל חניך עומד על כיסא, לאט לאט המדריך מוציא כיסא מכל קבוצה, עד שנשארים ממש קצת כיסאות - המטרה היא לא לגעת בקרקע (10 דקות).
- 2) חידות - כל קבוצה מקבלת דף של חידות ועליהם לפתור את החידות כמה שיותר מהר. (10 דקות).
- 3) להעביר חישוק במעגל - כל קבוצה נעמדת במעגל ומחזיקה ידיים - על הקבוצה להעביר חישוק ביניהם בזמן הקצר ביותר מבלי לנתק את הידיים אחד מהשני. (10 דקות מתכנסים בחזרה ושואלים איך היה להם ומה הם הרגישו- אומץ, לחץ, קושי פיזי, עייפות וכו).

דין:

- עם אילו קשיים לדעתכם מדריך צריך להתמודד?
- בשביל מה לדעתכם מדריכים מוכנים להתמודד עם הקשיים ומה מטרתם הסופית?

2. **דימיון מודרך - 15 דקות** - אחרי שהחניכים הוציאו אנרגיות והם עייפים מבקשים מהם לעצום עיניים ולהיות בפוזה שנוחה להם (ניתן לשים מוזיקה מרגיעה ברקע להכנסת אווירה).

דמיינו מקום בחייכם מקום שאתם אוהבים ומרגיע אתכם. כנסו למקום הזה ותסתובבו בו בשקט. תסתכלו סביבכם- ותנו לעצמכם להרגיש את הרוגע והשלווה. עכשיו, דמיינו מולכם מדריך או מדריכה שהיה לכם

שהיה עבורכם משמעותי. איך הוא/ היא נראית, מה הוא/ היא לובשת? מה הבעת הפנים שלו/שלה כשהיא רואה אתכם? אילו תכונות יש לו/ לה? מה אתם אוהבים בו/ה ולמה פחות התחברתם? עכשיו תחשבו על סיטואציה משמעותית שזכורה לכם שהייתה לכם עם אותו/ה מדריכה- זה יכול להיות רגע מצחיק וכיף שהיה לכם ביחד, רגע מרגש שנפתחתם אליו/ה, או אפילו רגע קשה של פיצוץ. תחשבו על איך אותו/ה מדריכה/ה התנהגה/ה באותו מצב. איך הוא/היא התמודד/ה עם הסיטואציה? איך ההתמודדות שלה גרמה לכם להרגיש? עכשיו תחשבו למה אותו/ה מדריכה/ה הגיעה/ה בכלל לחייכם. מה הוא/היא הביא/ה מעצמו/ה אליכם ומה הייתה המטרה שלו/ה? עם אילו קשיים הוא/היא היה/הייתה צריכה/ה להתמודד לדעתכם? עכשיו תדמיינו את עצמכם עומדים מול קבוצה של חניכים. איך אתם מרגישים? אתם מתרגשים, או אולי לחוצים? מה אתם רוצים לעשות עם אותה קבוצת חניכים? עכשיו זה הזמן שלכם.

4. סיכום - 5 דקות המדריך יספר על קשיים שהוא חווה כשהיה מדריך וכיצד התמודד איתם. המדריך יסביר לחניכים שבהדרכה יש הרבה מאוד אתגרים - גם בצוות, גם בכובד האחריות, גם מול החניכים. ושהחוכמה היא לא ליפול ולהתמודד עם הקשיים - ואפילו ללמוד מהם. למשל, אם הייתה פעולה שלא הלכה טוב, לנסות ולהבין מה הסיבה, ולשפר לקראת הפעולה הבאה.

עזרים/ ציוד:

- חישוק

הכנות:

- להדפיס את הדמיון המודרך
- להכין חידות שמעניינות את הקבוצה

נספחים:

אין

איך כותבים פעולה ומה מרכיביה

מטרות:

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

מהלך הפעולה:

1. **משחק פתיחה - 10 דקות** יוסי כמה עולה קפה - 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" ולשאל - "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 דקות** המדריך יחביא פתקים שעליהם כתוב חלקים מכתבת 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 - סטינג
- עזרים והכנות
- רשימת ציוד

3. **עיבוד וניתוח - 15 דקות** - כשמצאו את כל הפתקים, בחניכים 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.

4. מעבר על המצגת איך קוראים ומתאימים פעולה לקבוצה - 15 דקות

https://docs.google.com/presentation/d/1D5P1Ck2Fjqo54B05VeQ2du4KDP5rBAvMNo9CeT-Zq0/edit?ts=5fc4d375#slide=id.g949b436d97_0_44

עזרים/ ציוד:

- פלקט גדול
- כרטיסיות
- דפים לבנים
- פורמט לכתיבת פעולה- במשבצת התנסות

הכנות:

- להכין כרטיסיות לחפש את המטמון
- להכין תרשים זרימה של תהליך כתיבת הפעולה
- להדפיס את הפורמט (נספח 1)

נספחים:

אין

הכנה להתנסות

התנסות בכתיבת פעולה דרך הפורמט (נספח 1) - יש שעה וחצי לכתיבה - כחלק מההתנסויות של החניכים עליהם להעביר בזוגות פעולה באורך של 45 - 30 דקות במהלך הקורס (תלוי בכמות החניכים). לשם כך עליהם לבנות את הפעולה מא' ועד ת' על פי פורמט בניית הפעולה (נספח 1) כך שהם מתייחסים ברצינות לכל חלק בפורמט. כדי לעזור לחניכים שזו הפעם הראשונה שהם בונים פעולה מאפס, המדריך יחלק לכל זוג רשימת מתודות (נספח 2) ורשימת משחקים (נספח 3) והם יוכלו להיעזר ברשימות.

פורמט לכתיבת פעולה-

*יש גם באתר קדימה [פורמט לכתיבת פעולה](#) לכיתות ז-יב

שם הפעילות (נושא): _____

מטרות:

- _____ .1
- _____ .2
- _____ .3

נושא הפעילות

משחק פתיחה:

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

סיכום:

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

עזרים והכנות:

- _____ .1
- _____ .2
- _____ .3

רשימת ציוד:

- _____ .1
- _____ .2
- _____ .3

רשימת מתודות:

- חפש את המטמון
- טיול
- הקרנת סרט
- פאזל
- א\ס
- 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.

רשימת משחקים

<http://www.mtz.org.il/imgs/site/ntext/%D7%91%D7%A0%D7%A7%20%D7%9E%D7%A9%D7%97%D7%A7%D7%99%D7%9D.pdf>

איך עושים משוב?

מטרות:

- חניכיות ילמדו כיצד לתת ולקבל משוב.
- החניכיות יכירו בחשיבותו של המשוב.

מהלך הפעולה:

1. משחק פתיחה - 10 דקות (רק אם זה הכרחי לריכוז של החניכים. חבל על הזמן!) ארנבת ורודה

הושב את הקב' במעגל ובחר מתנדב. אמור למתנדב להסתובב מאחורי חברי הקב' ולחלק "תארים" - ארנבת צהובה, ארנבת ירוקה, ארנבת... החניך שלו יאמר ארנבת ורודה צריך לקום ולרדוף אחרי המתנדב והוא צריך לתפוס את המקום שהתפנה. עליהם לרוץ סביב המעגל. המטרה היא לא להיתפס

2. הכללים למתן משוב - 15 דקות על 3 פלקטים גדולים, תהיה כותרת: "כללים למתן משוב", על

החניכים לחשוב בשלוש קבוצות על כללים למתן משוב. כשכל קבוצה מסיימת, אני מחלקת להם דפים עם הכללים למתן משוב (נספח 1). ונחפש יחד איזה דברים דומים הקבוצות רשמו ואיזה דברים שונים, נעבור כלל-כלל.

3. שואלים את החניכים אם הם יכולים לקבל משוב מול כל הקבוצה או שזה יביך אותם. במידה ואתם

רואים שהקבוצה ממש לא מאפשרת רמה כזאת של אינטימיות אז תעשו את מתודה מספר 4. אם אתם מרגישים שהקבוצה אכן עברה תהליך, יהיה מדהים להגיע לרמה שבה אפשר לתת משוב ביחד.

כללים למשוב בקבוצה הגדולה- "חשוב לשמור על שיח מכבד ולחשוב פעמים איך נותנים את המשוב. תנסו לחשוב איך הייתם בעצמכם רוצים לשמוע שזה יהיה נעים לאוזן אבל עדיין נותן ביקורת. חשוב לשמור על משהו אחד לשיפור ומשהו אחד לשימור. אם יש משוב שלא נעים לאוזן, מצאו זמן להגיע אותו באחד על אחד."

4. התנסויות במשוב - 30 דקות וריאציה של ספיד דייטינג. החניכים יושבים בשני מעגלים, אחד

בתוך השני. המתודה עובדת בסבבים כך שכול כמות זמן מוקצבת (5 דקות בערך) המעגל החיוני זז והזוגות מתחלפים. במהלך כל סבב יהיה על החניכים למשב אחד את השני על ההתנסויות בהדרכה שהעבירו בפעולות האחרונות שהיו התנסויות בהדרכה. חשוב להקפיד שהחניכים נותנים משוב על פי הכללים שהוצגו. רצוי לחלק דפים ועטים ולהציע לחניכים לרשום את ההערות שהם מקבלים.

הם יוכלו להיעזר בדף משוב לפעולה (נספח 2).

5. **עיבוד - 10 דקות** חוזרים למעגל גדול ומדברים עם החניכים על המשוב שקיבלו.

- איך זה הרגיש?
- האם יש הערות שלקחתם לתשומת ליבכם? האם יש הערות שבעיניכם לא היו רלוונטיות? חשוב לנסות ולתת להם מקום לשתף את המשוב שקיבלו אך לא ללחוץ. בסופו של דבר המשוב הוא דבר אישי ומיועד להם בלבד.

6. **סיום בטעם טוב - 15 דקות** על גבו של כל חניך יודבק דף, כל החניכים מסתובבים בחדר וכותבים

נקודות חוזק על חבריהם, רצוי שזה יהיה קשור להדרכה שלהם אבל לא חייב. בסוף המתודה החניכים לוקחים את הדף וקוראים.

7. **סיכום - 10 דקות** מסכמים את הפעילות. מדברים על החשיבות של משוב אפקטיבי בחיינו

ובהדרכה בפרט. משוב הוא הדרך היחידה שלנו ללמוד, לגדול, להתפתח ובסופו של דבר להשתפר.

עזרים/ ציוד:

- 3 פלקטים גדולים
- כלי כתיבה
- דפים לבנים
- סלוטייפ

הכנות:

- לכתוב על הפלקטים כותרת: "כללים למתן משוב יעיל ובונה".
- להדפיס את הכללים למתן משוב יעיל ובונה.

כללים למשוב יעיל ובונה:

1. משוב יעיל יכול להינתן רק אם קיים אמון הדדי בין הנותן למקבל. אמון נוצר באווירה של הקשבה פעילה, קבלה, סובלנות וכיבוד הזולת.
2. על המשוב להינתן ישירות ובלב חם ותומך. המשוב בא לשמש את צרכי הפרט המקבל את המשוב ולכן יש להתחשב בכך. משוב הבא "לחסל חשבונות", להתנשא, אינו משוב בונה.
3. משוב בונה הוא משוב תיאורי ולא הערכתי. יש לתאר את ההתנהגות ועובדות ולא להטיף מוסר, לא להתייחס למאפיינים אישיים. רצוי להרבות בדוגמאות קונקרטיות.
4. משוב בונה בא בזמן המתאים. יש לתת אותו בהזדמנות הראשונה לאחר ההתנהגות, תוך התחשבות במצב הרוח של המקבל.
5. על המשוב להיות מכוון רק להתנהגות האדם הניתנת לשינוי, שמקבל המשוב יכול לשפר ולתקן. אין טעם בלומר "אינך מבין את המשמעות של הנושא" לאדם המוגבל בשכלו.
6. במתן המשוב יש להתחשב בכמות המידע שהמקבל מסוגל לקלוט ולהתמודד עמה.
7. יעילות המשוב מותנית ברצונו של מקבל המשוב לשמוע את המשוב. יש לבדוק את מידת נכונותו של המקבל לשמוע את המשוב.
8. בכל מקרה, למקבל המשוב יש החופש לבחור ולהחליט מה לקבל מהמשוב ומה לא!
9. במתן משוב בונה יש לבדוק את הבנת המסר ובהירות התקשורת. כדאי לבקש ממקבל המשוב לנסח מחדש את המשוב שקיבל. חשוב שנותן המשוב ישים לבו לתוצאות של מעשהו.
10. טיפ- משוב בשיטת הסנדוויץ'. מתחילים במשוב חיובי, ממשיכים עם נקודות לשיפור ומסיימים שוב עם משוב חיובי.

טופס משוב

במידה מועטה/ כלל לא	במידה בינונית	במידה גבוהה	
------------------------	------------------	----------------	--

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

סיכום הקורס

מטרות:

- החניכים ישתפו את תחושותיהם לגבי הקורס וישתפו בציפיות והחששות לקראת הדרכה
- החניכים יקבלו תמונה רחבה של הכלים, התכונות והמיומנויות שיש למדריך בכל שיסתכלו על כל הנושאים שעברו בקורס.

מהלך הפעולה:

1. **משחק פתיחה - 15 דקות** יועבר ע"י חניך שיתנדב.
2. **מה קיבלתי מהקורס? 15 דקות** כל משתתף מקבל דף חלק. המדריך מבקש מן המשתתפים 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?
3. **סיכום הקורס - 20 דקות** נפרוס מול החניכים את תכנית הקורס (נספח 1) 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.
4. **ציפיות מההדרכה - 10 דקות** - המדריך יחלק m&m בצבעים שונים, על כל צבע שחניך בוחר לאכול הוא צריך לענות על ציפיה אחרת: אדום- ציפיה מהחניכים, צהוב- ציפיה מחבריי לצוות, חום- ציפיה מעצמי, כחול- ציפיה מהמדריך/ מהמנחה/מלווה שלי, ירוק - ציפיה מחווייה ההדרכה עצמה.

עזרים/ציוד:

- בריסטול גדול
- מדבקות ב3 צבעים שונים
- סוכריות m&m

הכנות:

- להכין בריסטול עם הפעולות מצוירות כמסלול

תכנית הקורס:

1. מיהו מדריך

- איזה תכונות צריך שיהיה במדריך?
- מה הופך מדריך למדריך טוב?
- האם מדריך הוא מנהיג?

2. עמידה מול קבוצה

- החניכים יתנסו בעמידה מול קבוצה ויצברו ביטחון בתחום זה.
- קתימב"ה נ"ס.

3. אחריות של המדריך

- האחריות של המדריך כלפיי החניכים, מבחינת צרכים פיזיים, ומבחינה מנטלית-חינוכית, להעביר להם ערכים ולקדם אותם.
- חשיבות ההכנה מראש (בניית פעולה, תכנון, עזרים, התאמת מרחב וכו').

4. הקשר בין המדריך לחניכים

- שילוב של סמכות עם חברות.
- איזה סוג של קשר כדאי לייצר עם החניכים?

5. מתודות ויצירתיות

- החניכים יבינו מה זה מתודה.
- התנסות וחשיבה על מתודות שונות.
- החשיבות של חשיבה יצירתית במהלך בניית הפעולה ובמהלכה.
- חשיבות הגמישות והאלתור.

6. הקשיים שיש בהדרכה

- איך להתמודד עם קשיים שצצים בהדרכה? שימוש בכל מה שלמדנו, קשר עם החניך, מתודות ויצירתיות...
- עבודת צוות – לדעת לחלק את המשימות עם חבר הצוות, גם בבניית הפעולה וגם במהלכה.

7. התנסות בבניית פעולה והדרכה

- התנסות בבניית פעולה, חישובי זמנים, יצירתיות, פעילויות...
- התנסות בהדרכה עצמה

מתודות לסיכום יום בקורס מזורז

חלק מההמלצה של הל"ז המזורז

מתודה 1:

המדריך מפזר על רצפת החדר אמוג'ים (נספח 1) מודפסים וכל אחד בוחר אמוג'י שמתאר את היום שהיה לו, את התחושות שהיו לו היום, איך הרגיש...

מתודה 2:

המדריך מביא חטיף מלוח וסוכריות מתוקות. עושים כמה סבבים. כשחניך לוקח חטיף מלוח עליו לספר לקבוצה משהו פחות טוב שקרה היום וכשחניך לוקח סוכריה מתוקה עליו לספר לקבוצה משהו טוב שקרה לו היום. עזרים:

- סוכריות
- חטיף מלוח

מתודה 3:

המשחק 'אף פעם לא' - על דברים שעשינו היום/ לא עשינו. כל חניך בתורו אומר משהו שהוא עשה היום (למשל: עזרתי לחבר, אכלתי טונה מעושנת, התנסיכתי בהדרכה, צחצחתי שיניים...) כל מי שלא עשה את זה מוריד אצבע. המנצח הוא זה שנשאר עם הכי הרבה אצבעות למעלה.

מתודה 4:

משחק הקוביה - כל חניך בתורו מטיל קוביה, עליו לענות על מספר השאלה שיצאה לו בקוביה:

1. ממה הכי נהנתי היום?
2. ממה הכי פחות נהנתי היום?
3. מה קבלתי מהפעולות היום?
4. שאלה שנשארה פתוחה.
5. מה למדתי על הדרכה שלא ידעתי לפני כן?
6. אילו מסקנות הסקתי במהלך הלמידה?

עזרים:

- קוביה

נספח 1:

<https://iw.piliapp.com/emoji/download/>