

חוברת סמינר פסח

2022

על הגבול



מטרות:

1. העמקה בנושא מסוים, כשהפעם נבחר נושא "מיניות בקרב בני נוער" פיתוח נקודות המבט

ויכולת בניית השיח בנושא.

2. התנסות ביצירת פתרון ובניית סמינר - החניכים יתנסו בצורה עמוקה יותר בהאקתון כהמשך לנושא שיווין, הפעם לאחר שילמדו למצוא פתרון מתוך העמקה בנושא ויחוו תחושת העצמה ויכולת במציאת פתרון לבעיה והבנה שהם מהווים גורם משמעותי בחברה.

בנוסף, החניכים ילמדו דרכים יצירתיות ליצירת סמינר לימודי, חוויתי ומגוון וירכשו כלים לבניית הסמינר הקבוצתי.

3. שיפור יכולות הדיון והלמידה של החניכים - החניכים ילמדו להעמיק את יכולות הדיון שלהם על ידי יצירת שיח בכל מיני נושאים הקשורים לנושא הנבחר. הסמינר יצור סקרנות ללמידה ורצון לחקור את הנושא גם במהלך החיים.

רציונל:

סמינר "על הגבול" יהווה אבן דרך במחצית השנה בנושא שבו אנו מתעסקים במהלך השנה והמשך ישיר של נושא "שיוויון" מתוך צלילה להבנת גבולות אישיים.

מטרתו לתת כלים לבניית סמינר ולעזור לחניכים להעמיק בנושא שיבחרו.

חלק מהתוכן הוא סמינר נוסף, המהווה שלה של התנסות ופרקטיקה להבנת מתודיקה וצירת סקרנות דרך אופנים שונים של למידה.

לאחר שהחניכים יחוו בעצם את חווית הלמידה, הם יעברו לשלב האקתון בו הם הופכים מצרכנים של למידה ליזמים בעצמם ויתלווי למנטורים שיסייעו להם לבנות תתי נושאים לנושא הכללי ומתודיקה מעניינת לקהל היעד.

לבסוף, יתחרו החניכים בגמר כדי להשיג תקציב ליצירת סמינר משמעותי מתוך מקום מעצים של החניכים, פיתוח וחיזוק תחושת המסוגלות שלהם.

ראינו לנכון לבחור בנושא חשוב כמו מיניות כנושא מחבר ל"על הגבול", כהזדמנות לייצר שיח מעורבים חברתית, בעלי יכולת מציאת פתרונות וגורם משמעותי לשינוי בחברה ובנוסף, חיזוק תחושת היכולת שלהם להעביר תוכן איכותי בבנייתם מול קבוצת השווים שלהם בבית הנוער. בריא ואיכותי בתחום שמעניין את החניכים ומלווה אותם בעיקר בשלב זה של חייהם.

מהלך הסמינר :
יום ראשון - העמקה

היום הראשון של סמינר "על הגבול" יעסוק בהעמקה בנושא ולמידתו ממגוון זוויות ראייה ובמגוון דרכים.
המטרה היא העמקה בנושא כללי הקשור ב"על הגבול" ויציאה להתנסות בסמינר חוויתית מרובה במתודיקה בנושא מיניות בקר בני נוער.
החניכים יעברו יום שלם העוסק בנושא על ידי משבצות בבניית המדריכים, למידה חוויתית (כמו הצגה/סרט/סדנא) ומשבצת שתועבר על ידי המנהלים. היום יסתכם בערב שיא שיועבר בצורה חוויתית והומוריסטית בבניית המדריכים ובשיתופם של החניכים.

יום שני - האקתון.
תחילתו של היום השני תהווה סיום של היום הראשון וחיבור בין שני הימים.
לאחר שהחניכים יבינו כי כדי לייצר פתרון משמעותי יש ללמוד את הנושא בו ירצו לעסוק בצורה מעמיקה, הם יגיעו לשלב האקתון. החניכים יעברו בריף (כהמשך של שנה שעברה בסמינר "שיוויון") של אילו כלים נדרשים וירכשו כלים חדשים על ידי מומחים גם להאקתון וגם לבניית סמינר.
תנאי הסף לזכייה בהאקתון הוא היכולת להעמיק בבעיה ולמצוא לה פתרון יצירתי אך רציונלי.
במסלול הסמינר - הזכיה תוענק על פי הנושא הנבחר, העמקה בו, הבאת מטרות וגאנט והבנת קהל היעד.

יום שלישי - עיבוד.

יום 3-13.4		יום 2-12.4		יום 1-11.4	
השכמה -	05:00	השכמה	07:00	יציאה מבית הנוער	08:00
זריחה - תה קפה ועוגיות - איך עבר לי הלילה , משחק על גבולות -דייטים	06:00	ארוחת בוקר	08:00	תדריך פתיחת סמינר	10:00
ניקיון וסידור חדרים	07:30	משבצת נפרדת בנים ובנות	08:45	הכרות באחוות וציפיות	10:30
ארוחת בוקר	08:30	הפסקה	10:15	הפסקה	11:30
הכרזה על מנצחים וחגיגה	09:30	סיכום מיניות ולמידה	10:30	לימוד דרך הנושא על הגבול	11:45
הפסקה	10:00	הפסקה	11:15	ארוחת צהריים	13:00
משבצת איך ממשיכים מכאן	10:15	הנחיות וחיבור להאקתון	11:30	הצגה חיצונית "איזה מין דבר"	14:00
הפסקה	11:15	הפסקה	12:15 39	עיבוד ההצגה	15:00
עיבוד המחנה	11:30	סדנאות מיומנות לפי בחירה	12:30 45	הפסקה	15:15
ארוחת צהריים	12:15	ארוחת צהריים	13:30	מיניות מסביבנו- איך מיניות מוצגת בתקשורת	15:30
חשיפה לתוכנית מנהיגות לשכבת יא	13:00				
חזרה לבתי הנוער	14:00	זמן עבודה	14:15	הפסקה	16:45
סיום בבתי הנוער.	16:00	הרצאה- פיץ	15:30	נורות אדומות	17:00
		זמן עבודה	16:15	ארוחת ערב	18:15
		הצגת פרזנטציות	17:45	מין מול פורנו - משבצת מנהלת.	19:00
		ארוחת ערב	19:30	הפסקה	20:30
		תוכנית ממשיכים קדימה	20:00	ערב שיא מחנה- בהכנת החניכים והמדריכים - בנושא מיניות/ מגדר	20:45
		סטאנד אפ	20:30	הכנה לשינה	22:00

		סיכום יום ומתודה לילה טוב בקבוצות האם	21:30	כיבוי אורות	23:00
		הכנה לשינה	22:00		
		לילה טוב	23:00		

היום הראשון:

תדריך לסמינר (חצי שעה)

מטרה: לאחר שהגיעו למיקום הסמינר יעברו החניכים תדריך פתיחה עם אופיר מתכללת הסמינר. המטרה היא איפוס ראשוני לפני כניסה לל"ז עמוס, הסבר על מה הולך לקרות, איך ואיפה ומתן נהלים לשלושת הימים הקרובים.

נקודות לתדריך (נהלים):

- אנו מתארחים בכפר הנוער עיינות כרשת. השארת רושם טוב נחוצה וכן שמירה על רכוש המקום + רכוש קדימה.
- הסבר קצר על הסיבה שלשמה התכנסנו + נושא הסמינר והקשרו לנושא השנתי. בנוסף בשלב זה יקבלו החניכים לל"ז מודפס (אישי) לימים הקרובים פלוס מיקום כל משבצת. לאחר חלוקת הל"ז נעבור עליו ביחד ונוודא שהכל ברור לכולם.
- חלוקת חולצות(?)
- גיוס כוחות לקראת לוח הזמנים העמוס והסבר על חשיבות העמידה בזמנים (קריטי!).
- נהלי יום -
 - לא יוצאים משטח כפר הנוער בשום מקרה אלא אם כן נאמר אחרת.
 - יש לכבד את כל חניכיות קדימה
 - כל מדריך.ה\ מנהל.ת הם צוות הסמינר ויש לכבד ולהקשיב לכולם.
 - עמידה בזמני הגעה למשבצות/חזרה מהפסקות והשכמה.
 - חלוקת חדרים נעשה מראש, אין שינויים אז לא לבקש.
 - לכל בעיה/שאלה יש לפנות ראשית למדריכה האישי.ת, במקרה הצורך יש לערב גם את אחת המנהלות.
 - איסור- השימוש בחומרים ממכרים הוא אסור בהחלט בשטח הכפר ומחוץ לו. חניך שייתפס לצד/בשימוש/בין חפציו ייענש. (הצעה- הרחקה מיידית מהסמינר).
 - אלימות פיזית\ מילולית מחוץ לתחום
 - כל כללי קדימה חלים גם בסמינר

נהלי לילה-

- אין לצאת מהחדר לאחר השעה המותרת.
- אין כניסת בנים לחדרי בנות והפוך.
- יש להשאיר את החדרים נקיים כפי שקיבלתם אותם.
- אין להפעיל מוסיקה בחדר לאחר שעת השינה.

- פעילות הסמינר
- כולם משתתפים בכל הפעילויות
- בזמם הפעילויות מכבדים את כל המשתתפים
- אין שיפוטיות
- המדריכים שלכם הם האחראים עליכם אם יש משהו שהם צריכים לדעת אנא שתפו אותם
- דברו עם המדריכים על כל צורך או בעיה שיש לכם
- גם במהלך הפעילות התנהגות מעל המצופה נדרשת
- תכני הסמינר לא פשוטים אנחנו נצטרך בגרות שלכם. אם אתם מרגישים לא נוח בפעילויות משהו עובר את גבולותיכם האישיים אנא עדכנו את המדריכים

פעולת היכרות וציפיות(שעה)

מטרות:

1. להסביר מה אנחנו הולכים לעבור בשלושת הימים הקרובים וליישר קו מבחינת הנושא השנתי.
2. להציב ציפיות שלנו ושל החניכים מהסמינר והאחוזה ולייצר "אמנה קבוצתית".

מהלך הפעילות:

1. תעודת זהות - 15 דקות
המדריך יחלק את החניכים לזוגות שהם לא מכירים. כל חניך מקבל דף עם קטגוריות שאותן הוא צריך למלא על השני מבלי שהוא שואל אותו.
הערה למדריך: עדיף שהזוגות לא ישבו אחד ליד השני כדי שלא יגלו אחד לשני.

קטגוריות:

- שם:
- גיל (כיתה):
- מקום מגורים:
- מזל:
- צבע אהוב:
- אח בכור/אמצעי/צעיר:

- מאכל אהוב:
- תחביב:
- מאיזה כיתה בבית נוער:

בסוף כל חניך יציג את הבן זוג שלו (עדיף בגוף ראשון) לפי מה שהוא ענה והשני יתקן אותו. סופרים לכל זוג את הטעויות. הזוג עם הכי פחות טעויות ניצח.

2. נפש תאומה - 15 דקות

נבחר חניך אחד שיבוא לעמוד מקדימה עם הגב לכולם. נשאל אותו שאלות שיש להן שתי אופציות לבחירה. נשאל גם את שאר החניכים. צד אחד זה תשובה א', צד שני זה תשובה ב', כל אחד הולך לצד שבו התשובה נכונה לגביו. כל מי שענה את אותה התשובה של החניך הנבחר ממשיך לשחק, מי שענה שונה, נפסל. בסוף אמור להישאר 1, הוא הנפש התאומה של אותו חניך.

שאלות לנפש תאומה

שאלות:

- קפה או שוקו?
- פיצה או שווארמה?
- קוסקוס או ספאגטי?
- דני או דניאלה? (מעדן)
- המרזץ למליון או האח הגדול?
- כלב או חתול?
- טלוויזיה או מחשב?
- אינסטגרם או טיקטוק?
- קיץ או חורף?
- גלידה או עוגה?
- ים או בריכה?
- עם ריצ'רץ' או בלי ריצ'רץ'? (סוודר)
- סתיו או אביב?
- אייס וניל או אייס קפה?
- איפון או אנדרואיד?
- ספרייט או קולה?
- מטמטיקה או אנגלית?
- פתיתים או אורז?
- החממה או גאליס?
- צמיד לרגל או צמיד ליד?
- ארטיק או טילון?
- בר פאלי או גל גדות?
- פסק זמן או כיפוף?
- המבורגר או פיצה?
- בוקר או לילה?
- סרטאו סדרה?
- אדידס או נייק?
- רונלדו או מסי?
- כדורגל או כדורסל?

במבה או ביסלי?
מתוק או מלוח?
טלויזיה או טלפון?

3. הסבר על הסמינר 10 דקות

ברוכים הבאים לאחווה שלנו! להסביר לחניכים שזו האחווה שלנו וניהיה ביחד חלק גדול מהסמינר. נעשה סבב קצר לפי בתי נוער בו כל חניך יגיד את השם שלו וכל בית נוער יספר קצת על מה שהוא עבר וזוכר מהנושא השנתי אצלו בבית נוער.

- מה אתם יודעים על הנושא?
- מה עברתם? איזה פעולות אתם זוכרים?
- מה הנושא ב"על הגבול" שמעניין אתכם? את הקבוצה שלכם?

נסביר שצוות המדריכים בחר להתעסק בנושא מיניות, שהוא נושא שנוגע לכולנו בכל גיל וזה נושא שיש בו הרבה קווים אדומים וגבולות שחשוב לנו לעסוק בהם ואנחנו מאמינים שהם חלק מהחיים של כל מי שיושב פה. זה נושא שבעינינו לא מספיק מדובר וחשוב לנו לנרמל אותו ולעלות אותו לשיח לגיטימי. עוד אחת ממטרות הסמינר היא לקחת את הנושא של מיניות, להעמיק בו וללמוד עליו ומתוך כך להביא לפתרון בעיה שבחרנו או יצירת סמינר משמעותי ומדויק יותר. כך נראה איך לוקחים נושא, לומדים אותו לאורכו ולרוחבו ומבינים אותו לעומק. אחרי שנעמיק בו אנחנו נעבוד כל קבוצה על הפרויקט האישי שלה, בנושא שהיא בחרה ונערוך האקתון.

4. ציפיות - 15 דקות

על בריסטול גדול/לוח מחיק נעשה סוג של שמש אסוציאציות בה כל חניך חייב להגיד לפחות צפייה אחת שלו אם זה מהתכנים/מהחוויות/מהקבוצה/מהשיח או מכל דבר אחר. זה סמינר שהתכנים בו יכולים להיות מורכבים ושונים בין חניך לחניך ולכן חשוב שנשמור על מרחב בטוח.

- לא לשפוט אחד את השני.
- מי שמרגיש שהתכנים כבדים לו, שיגיד ונתחשב בו.
- אנחנו נדאג לכבד אתכם אז בבקשה תכבדו אותנו
- הגעה בזמנים היא קריטית ולא יתקבלו איחורים, האיחורים יגרמו לעיכובים בזמנים ולכן שהסמינר יהיה פחות איכותי.
- שיתוף פעולה- כי בלעדיו הסמינר הזה פשוט לא יעבוד.
- פתיחות - כל אחד עד כמה שנוח לו. אבל ככל שכל אחד מכם יביא מעצמו יותר, כל תהליך הלמידה של כולנו יהיה טוב ומשמעותי יותר.
- עמידה בזמנים הכרחית
- לכבד את כל אחד מחניכיהם. הקבוצה + לכבד כל דעה או אמירה
- שנעשה כף ביחד!

כל מדריך יוסיף לעצמו אם הוא מרגיש שצריך.

נעבור ביחד איתם על זה וזה יהיה סוג של אמנה קבוצתית של הקבוצה.
*** חשוב מאוד בסוף הפעילות לפתוח קבוצת ווצאטפ אחוותית עבור הודעות ותקשורת במהלך הסמינר

עזרים:

שאלות אחד על השני - להדפיס

לימוד דרך הנושא "על הגבול" (שעה ורבע)

מטרות :

1. איך אני מעמיק בנושא
2. הבנת הקשר הישיר שבין גבולות למיניות
3. הכרת צורות הלמידה

1. דיון קצר (5 דק)

- במה בחרתם לעסוק בנושא השנתי? האם בחרתם לעשות פרויקט או סמינר?
- למה דווקא זה? (עושים סבב וכל חניך משתף)
- מה הציפיות שלכם?

הסבר מדריך/ה:

לכל אחד מאיתנו סגנונות למידה שונים. כדי ליצור פרויקט/סמינר שבו כל חברי הקבוצה יוכלו לתרום לקבוצה להביא מעצמם תצטרכו לדעת מה החוזקות של כל אחד, במה הוא יכול לעזור ובאיזה דרך.

לדוגמה: חניך שיודע שקשה לו לקרוא המון טקסטים לא יהיה בקבוצה שמטרתה לקרוא כתבות באינטרנט.

כדי ליצור פרויקט בעל עומק ואיכות תצטרכו לאסוף מידע. על מנת לעשות זאת בצורה יעילה תצטרכו להבין מה סגנון הלמידה של עצמכם, כלומר, הדרך בה תוכלו לאסוף מידע בצורה היעילה ביותר. לכל אדם סגנון למידה שונה שמוביל לכך שיש לו יכולת לפתח אסטרטגיות למידה שונות. לכל אדם יש אסטרטגיית למידה שונה, כך שעל מנת ליצור הנה עמוקה יותר בקרב קהל היעד (ולעניין כמה שיותר אנשים) עליכם להשתמש בדרכים שונות לנושא מסוים.

2. סגנונות למידה (15 דק)

<https://limudey-hutz.co.il/wp-content/uploads/2018/06/%D7%A9%D7%90%D7%9C%D7%95%D7%9F-%D7%9C%D7%90%D7%99%D7%AA%D7%95%D7%A8-%D7%A1%D7%92%D7%A0%D7%95%D7%9F-%D7%9C%D7%9E%D7%99%D7%93%D7%94-1.pdf>

שאלון לחניכים שיענו וילמדו על עצמם. איזה סגנון למידה מתאים להם לאחר מכן מקריאים לחניכים על סגנונות למידה

**לאחר השאלון שואים את החניכים מה יצא להם? האם זה משקף את דרכי הלמידה היום יומיים שלהם?

1. סגנון חזותי - למידה מועדפת תוך כדי צפייה בתמונות, צילומים, סרטים ותצפיות שונות.
2. סגנון שמיעתי- התפיסה המועדפת לקליטת מידע היא דרך השמיעה.
3. סגנון מילולי- הלמידה על פי סגנון זה עוברת דרך טקסטים.
4. סגנון חוויתי-פעלתני- תלמיד זה מעדיף ללמוד דרך ניסויים, בניית דגמים, מחזות, מחול, תנועה, משחקים.
5. סגנון יחידני- מעדיף ללמוד לבד, לתכנן בעצמו את העבודה.
6. סגנון שיתופי- מעדיף ללמוד בחברה, עבודת צוות.

** האם אתם מסכימים עם ההגדרות האלו?

3. העמקה בנושא (5 דקות)

- באיזה דרך לדעתכם אפשר להעמיק את הנושא שבחרתם? איך לומדים על הנושא טוב יותר?
-האם למידה ואסיפת מידע בצורה אחת מספיקה?(רק דרך כתבה/סרטון? או עליו לחפש בצורה מעמיקה?)
- האם לכולנו יש תחומי עניין משותפים?
-ספרו על משהו מעניין שלמדתם עליו.
איך למדתם עליו? באיזו דרך? איזה סגנון השתמשתם?

4. משימה קצרה(5 דקות)

- על כל חניך/ה לבחור נושא/תחום שמעניין אותו ולהשיג עליו מידע באינטרנט (דרך כתבה/סרטון/ציור/פוסטר וכו.).

לאחר מכן, כל חניך משתף:

- מה הנושא שבחר?
-באיזה סגנון למידה הוא השתמש (חזותי, שמיעתי וכו...)

5. נסכם(5 דקות)

- מטרת הסמינר היא ליצור פרויקט/סמינר, הנושא, ההכנות והתוצר הסופי של הפרויקט יהיו באחריותכם ולכן חשוב שתדעו מה החוזקות שלכם ומה היא שיטת הלימוד שתעזרו לכם. ועכשיו, לאחר שהבנו והכרנו דרכים ללמוד וללמד בעזרת סגנונות הלמידה השונים, נראה לכן בסמינר הזה "בוחן מקרה" איך לוקחים נושא מעמיקים בו בסגנונות למידה שונים ודרכו בונים סמינר או פרויקט בצורה מעמיקה ואיכותית.
הנושא הנבחר לסמינר הוא מיניות ומשם נמשיך למתודה הבאה

6. כוס התה - 10 דקות

נראה לחניכים את הסרטון: "מה הקשר בין סקס לכוס תה?"
<https://www.youtube.com/watch?v=2uHlis2-ioY>

דין:

- מה ראיתם בסרטון?
- מה זה גרם להרגיש? מרגישים הזדהות?
- איך זה קשור לגבולות? למה הסרטון קשור לנושא שלנו?
- האם לכל אחד יש גבול שונה בנוגע ליחסי מין? איך זה מתבטא?

7. גבולות במיניות - 15 דקות

נפרוש לפנייהם סקאלה דמיונית שקצה אחד שלה יהיה- מסכים והקצה השני יהיה- לא מסכים.
נקרא לחניכים שאלות שנוגעות למיניות, בכל סיטואציה החניך יתמקם על הסקאלה לפי מה שנכון לגביו.

מטרת המתודה היא להמחיש שכמו שיש לכל אחד ראייה שונה בנוגע למיניות.
הערה למדריך: לשאול שאלות לגבי המיקום שבו נעמדו בשאלות המעניינות. למה הם שם? מה הם חושבים? וכו'.

שאלות:

- האם אישה שלבושה חשוף משדרת שהיא רוצה סקס?
- האם בילוי בפאב, שתיית אלכוהול או ריקוד הם הזמנה לסקס?
- אם שיחקתי אותה קשה להשגה אני יכול/ה להיות מוטרד/ת?
- אם התנשקנו ובן/ת הזוג מצפים להמשך האם זה מחייב אותי?
- אם שילמו עליי ביציאה האם עליי לגמול בעזרת התנהגות מינית?
- האם כדי להיות יותר פופולרי ברשתות החברתיות אצטרך להעלות תמונה חושפנית?
- אם קיבלתי תמונה חושפנית מותר לי להעביר אותה הלאה?
- קיבלתי סרטון חושפני בקבוצת ווצאפ האם אעביר אותו הלאה?
- האם גבר חייב תמיד לרצות סקס?
- האם גברים יכולים להיות גם מוטרדים?
- האם אפשר להיות "קשה להשגה"?
- אם שיחקתי אותה "קשה להשגה" והמשיכו להציע לי, אני עדיין יכול/ה להיות מוטרדת?
- אם קיבלתי כסף על תמונה חושפנית שהעלתי מרצון, זו כפייה?

8. שלושת הגבולות 15 - דקות

נדבר על שלושת הגבולות- החוקי, הנורמטיבי והאישי.
ניתן לחניכים בריסטול עליו כתובים החוקים בצורה יפה ומסודרת ונבקש מאחד החניכים להקריא.

הגבול החוקי: פגיעה מינית – כל התנהגות ו/או מעשה מיני הנכפה על אישה, גבר או ילד ללא רצון או הסכמה חופשית. הרצף הוא בעיקר משפטי ומסווג על פי חומרת העבירה, אך אין למיקום הפגיעה על הרצף בהכרח קשר ישיר עם האופן שבו הפגיעה נחוות על ידי הנפגע/ת. הרצף מתחיל בהטרדה מינית, גם אם "מינורית", ומסלים לכדי מעשים מגונים, מעשי סדום, אינוס, אונס קבוצתי וגילוי עריות.

הגבול הנורמטיבי: התנהגויות שאין בהן עברה על החוק, אך מבטאות יחס מבזה, משפיל או מחפיץ בהתייחסות למיניותו או לגופו של האחר. מעבר על גבולות בין אישיים ברורים שמוסכמים על כלל החברה או גבולות המוסכמים על קבוצת השייכות המסוימת של האדם.

הגבול האישי: כל מה שגורם לאי-נוחות לאדם שחווה את האירוע.

לאחר שהחניכים הבינו למה כל גבול מתכוון, כל חניך מקבל שלושה פתקים בצבעים שונים שכתוב עליהם חוקי, נורמטיבי ואישי. המדריך מקריא סיטואציות על מקרים מיניים שבהם נחצים גבולות שונים וכל חניך צריך להחליט אם הגבול שנחצה הוא חוקי, נורמטיבי או אישי להרים פתק (לפי דעתו האישית).

הערה למדריך: הרבה סיטואציות הן לא חד משמעיות בנוגע לאם נחצה גבול חוקי, נורמטיבי או אישי. תזרמו עם החניכים ועם הדעות והנקודות מבט שלהם ושלכם. חשוב לעורר דיון לגבי מה שהחניכים חושבים.

סיטואציות:

- מחזר או מכר רחוק שולח תמונה של איבר מינו שלא במסגרת התכתבויות מיניות ביניכם.
- צילום אינטימי של אדם ללא הסכמתו.
- קבלת מסרונים מיניים ללא רצונך.
- חיבוק כלפי המין השני (הערה למדריך - יכול להיות כמו שמירת נגיעה בקרב החברה הדתית או הרגשה אישית)
- אדם זר ברחוב זורק הערה על המראה החיצוני שלך ("איזה כוסית את")
- מישהו נוגע במישהי באופן מיני באמצע מסיבה.
- זוגיות בין נערה בת 16 לבין גבר בין 30.
- סוכן מבקש מהדוגמנית שלו שתשלח לו לצורך צילומים תמונה של החזה שלה.

סיכום - 5דקות

נפרוש בריסטול גדול על הרצפה ונחלק לחניכים טוש. באמצע הבריסטול יהיה כתוב בגדול- גבולות ביחסים אינטימיים כל חניך יצטרך לכתוב גבול אחד שבעיניו חשוב לשמור עליו במערכות יחסים, הגבול יכול להיות גבול אישי שהם שמים לעצמם/לפרטנר שלהם או אפילו חוק שבעיניהם ממש חשוב לשמור עליו. בסוף נסתכל ביחד על הדף וניתן להם איזה דקה שתיים לקרוא מה שיש על הדף. הערה למדריך- חשוב להדגיש לחניכים שיחסים אינטימיים זה לא רק סקס אלא גם מערכות יחסים רומנטיות וכל היוצא מזה.

המדריך יסכם-

הנושא של מיניות הוא נושא רחב מאוד, בעל משמעויות שונות לכל אדם, כל אחד מכם יכול לקחת אותו לכיוון אחר אבל החשוב ביותר הוא שתבינו את הגבולות של הסביבה שלכם, של האנשים סביבכם בנוגע למיניות ומערכות יחסים, אך לא פחות חשוב- תדעו מה הגבולות האישיים שלכם בנושא- מתי אתם מרגישים בנוח ומתי לא ותדעו שזה זכותכם וחובתכם להציב גבולות.

עזרים :

להדפיס את השאלון של סגנונות למידה

מחשב + מקרן לסרטון כוס התה

דפים עם מסכים לא מסכים

להדפיס את שלושת הגבולות כדי לתת לחניכים לקרוא

עיבוד הצגה "איזה מין דבר"

מטרות:

1. לעבד את התחושות האלו בהצגה אצל החניכים
2. לקשר את ההצגה לנושא הסמינר

1. שאלות עיבוד - 20 דק'

- איך הייתה לכם ההצגה?
- מה דפוסי ההתנהגות שראינו אצל בן באינטרקציה שלו מול המין השני?
- מה דפוסי ההתנהגות שראינו אצל השחקנית?
- עם מי אתם בדרך כלל מתייעצים כשאתם בסיטואציה כזו? (הורים, חברים, אינטרנט)
- מה עזר לבן ורוני להתגבר על המכשולים שבדרך?
- סבב של עם מה הזדהיתי ועם מה לא

2. סיכום - 10 דק'

ראינו הצגה הנוגעת בפעם הראשונה, אך בעצם מדבר על החששות והרגשות העולים בכל פעם ולא רק לפני הפעם הראשונה.

ההצגה נוגעת בדברים כמו דימוי גוף, רצון של שני הצדדים, הסכמה, אך גם לחץ חברתי ופחדים כמו חוסר בטחון עצמי, הפחד להישאר אחרון, הפחד מכשלון, התמודדות עם שינויים של הגוף ותפיסה חברתית של איך כל צד אמור להתנהג וכו'.

ראינו כמה כל אחד מהצדדים מגיע עם חששות ודילמות, גם שנראה לי שהצד השני מגיע מנוסה ובטוח יותר.

ראינו שהבעיות בהצגה נפתרו על ידי תקשורת וכמה זה חשוב לדבר, להביא את עצמי והציג את הרצונות והפחדים שלי כאחד. ההצגה נגמרת ב"כשלון", כדי להראות שגם זה קורה ולא הכל מושלם כמו שמוצג לנו בסרטים ובמדיה.

ההצגה היא סיפתח לנושאים עיקריים העולים אצל כל אחד ואחת מאיתנו ומהווה שער לנושאים שידוברו בסמינר.

איך מיניות מוצגת בתקשורת/שירים וכו' ואיך זה משפיע עליי? (שעה ורבע)

פתיחה-

בפעילות אנחנו הולכים לצלול לעומק ולראות כיצד מיניות מוצגת בתקשורת/שירים ואיך זה משפיע עלינו.

1. מילים משירים- 15-20 דק

כל קבוצה מקבלת שיר מבין השירים הבאים:

1. סימני הזמן- משה פרץ
2. אפס מאמץ- סטטיק בן אל ונטע ברזילי
3. תזהר ממנה- סאבלימינל
4. קח לך אישה ובנה לה בית- אריק איינשטיין
5. קוביות- סטטיק, בן אל ואנק זק
6. קאקדילה- עומר אדם
7. זהב- סטטיק ובן אל
8. רוצה בנות- חובבי ציון ועידו שוהם
9. פוסי- אופק אדנק
10. בואי בובה- אופק אדנק

על כל קבוצה לצלול לתוך השירים ולענות על השאלות הבאות-

- איך השיר משפיע עלינו?
- איזה מסר השיר נותן לנו?
- על מה מדברים בשיר?
- איך הגבר מוצג בשיר?
- איך האישה מוצגת בשיר?
- איזה מסר השיר נותן לנו על מערכות יחסים?
- מה המסר? האם המסר מיני?

לאחר שכל קבוצה עונה על השאלות, מפתחים דיון עם החניכים על ההשפעה של השירים עלינו:

- איך אתם חושבים שהשירים האלה משפיעים עלינו?
- לדעתכם, זה בונה לנו דימוי מסויים?
- על מי הדימוי? מה אומרים על גברים? מה אומרים על נשים?

- איזה מסר השירים נותנים לנו מערכת יחסים?

2. תמונות -15 דק

מחלקים את החניכים לכמה קבוצות וכל קבוצה מקבלת תמונה מסויימת משיר/קליפ/סרט (ראו נספח 1) מטרת החניכים להסביר-

- מה קורה בתמונה?
- איך מוצגת האישה?
- איך מוצג הגבר?
- איזה מסר הבמאי מנסה להעביר?
- איך זה מקדם/מחייה את התרבות האונס?

דבר מדריך-

ישנם הרבה סרטים "תמימים" כביכול, כגון סרטים רומנטיים בהם האישה מוצגת כעקרת בית ומנוצלת לעומת הגבר אשר מוצג כבעל האישה(כלומר האישה נמצאת בבעלותו של הגבר והוא האדם שיחליט עליה).

3. בניית "הפרסומת האידיאלית" 30 - דקות-

מתחילים את המתודה בססב של פרסומת שאהבתי\ הכי זכורה לי לאחר מכן מחלקים לזוגות/שלוש, כל קבוצה מקבלת מוצר וקריטריונים לבניית הפרסומת הם צריכים למכור את המוצר בלי שהפרסומת תהיה מינית או מחפיצה עבור המכירות של המוצר- כך שעל החניכים לבנות פרסומת אידיאלית למוצר מסוים. לאחר שכל קבוצה תקבל את נושא הפרסומת שלה, היא קריטריונים למשתתפים בפרסומת ומיקומה. לאחר מכן, כל קבוצה מציגה בקצרה את הפרסומת שבנתה(חשוב שהחלק הזה לא יקח הרבה זמן כדי שהחניכים לא יצאו מריכוז. על מנת לשמור על ריכוז אפשר לשאול את החניכים מה הם ראו ומה הפרסומת גרמה להם להרגיש)

המוצרים לפרסומת והסבר (משתתפים+מיקום הפרסומת)-

1. בושם - משתתפים: גבר ואישה, מקום: אולם אירועים
2. הלבשה תחתונה - משתתפים: שתי נשים וגבר, מיקום: בבית קונדומים-
3. משתתפים: גבר ואישה, מיקום: בבית שוקולד-
4. משתתפים: שני ילדים, מיקום: חנות שוקולדים רכב ספורט-
5. משתתפים: שתי נשים, מיקום: בטבע מצעים-
6. משתתפים: שני גברים, מיקום: בבית נעלי עקב-
7. משתתפים: גבר ואישה, מיקום: בחוף הים נעלי ספורט-
8. משתתפים: גבר ואישה, מיקום: באיצטדיון כדורגל

לכל קבוצה יש 15 דקות לבנות פרסומת שבה מוצגים הגברים והנשים באופן שווה ולא מפלה כלפי צד מסוים. בכל קבוצה יהיה במאי ומספר שחקנים. לאחר מכן כל קבוצה מציגה במשך 2 דקות את מה שהיא עבדה עליו. לבסוף, תוכרז הפרסומת המנצחת!

המנצח יוכרז לפי הקריטריונים הבאים:

-שיתוף פעולה

-תוכן

-יצירתיות

-חלוקת תפקידים הוגנת

-יחס כלפי שני המינים(כלומר, האם יש יחס מכבד, כיצד מוצגת האישה וכיצד מוצג הגבר)

4. סיכום 10 - דק

ברוב השירים, סרטים, פרסומות וערוצי טלוויזיה בעולם המיניות מוצגת בצורה שטחית מאוד, את הפרסומת של הבושם החדש לגברים ילווה בחור שרירי וגבוה, בקליפ החדש של הראפר המפורסם יהיו ברקע נשים בביקיני, בכתבה הערב אצל גיא פינס בטוח תהיה מגישה יפה שתספר לנו את הרכילות החדשה.

זה אולי נראה בלתי אפשרי, אבל זה ביד שלנו האם לשנות את זה או לא.

אנחנו פוגשים את הדברים האלה ביום שלנו ולא שמים לב לזה, אז עכשיו שאתם יודעים, תנסו, תעשו ותדרשו לשנות את זה.

כי זה אפשרי וזה ורק בידיים שלנו. לאחר מכן עושים סבב ושואלים עם איזה מחשבה כל אחד יוצא מהפעילות?

עזרים:

1. מילים לשירים

2. תמונות מודפסות

נספחים:

1.

מלון הים האדום

פרשת האונס באילת

אונס אונס קבוצתי

"ראינו אותם מקיימים יחסי מין עם הנערה"

לאחר שחוקרי המשטרה לא הצליחו לשים את ידם על ראיית הזהב שתביא להפלתם של התאומים הנאשמים באונס, חבריהם הפלילו אותם. פרטים חדשים



(עבור המדריכה/ה) דוגמאות לתרבות האונס- פירוט והסבר:

- תמונה מס' 1: דוגמא מעולם התקשורת- כיצד השפה בה משתמשים בתקשורת מנציחה את תרבות האונס.
- תמונה מס' 2: דוגמה להחפצת נשים בקליפים מוזיקליים. תיאוריית ההחפצה גורסת כי החברה מערבית מחפיצה את הגוף הנשי: רואה בנשים כאובייקטים לשימוש והנאת האחר. בהחפצה מינית הגוף או איברי גוף מופרדים מהאישה עצמה כך שהיא נתפסת בעיני הגבר כאובייקט מיני הנועד לספק את תשוקותיו. מחקרים שנעשו בנושא הראו שתפיסה של אישה כחפץ הנועד להנאת האחר נמצא הקשורה לסיכוי גבוה יותר לאונס ולהטרדה מינית שלנשים וכן ליותר אלימות מינית כלפי נשים. הסיבה לכך היא שנשים מוחפצות נתפסות כפחות אנושיות, ולכן קל יותר לפגוע בהן ולגרום להן כאב. כמוכן, נמצא שאנשים שנוטים להחפצה שלנשים גם נוטים להראות יותר אלימות מינית כלפי נשים. כלומר, החפצה של נשים מעודדת תרבות אונס. קטע נלווה לחניכים:



תמונה מס 3: בשיעור הבא בקורס "תקשורת בתרבות האונס": ראיון טלוויזיה עם נשות הכדורגלנים. הרעיוות התגייסו להגן על הזכות של בעליהן לבגוד בהן ולנצל קטינות. מה אגיד לכן, הן צריכות לרוץ לנאום באו"ם. האפשרות לנצל בנות 15 זו באמת זכות אדם מאוד גדולה שנלקחת מהגברים המצליחים האלו.

זה לא קל לגלות שבעלך בוגד ומנצל קטינות ממנו. ברור שמשוהו בעולם של אישה שמגלה זאת קורס גם כן. אבל ההבנה הזאת לא אמורה לבוא על חשבון ההגנה על נערות צעירות.

נורות אדומות במערכת יחסים (שעה ורבע)

מטרות:

1. הבנה מה המערכת היחסים הראויה לנו

2. זיהוי נורות אדומות במערכת יחסים

3. יצירת שיח והבנת המשמעות של מערכות תמיכה בחיים

1. מערכת היחסים המושלמת – 10 דק'.

החניכים יכתבו קריטריונים למערכת היחסים המושלמת ואז בקבוצת קטנות הם יסדרו וידרגו את הקריטריונים לפי חשיבות.

2. נצפה בסרט "הוא מת עליי" – 25 דק'. ונבקש מהחניכים לכתוב תוך כדי התנהגויות שהם ראו.

<https://www.youtube.com/watch?v=TLyfD8dKlJU>

3. סבב תחושות- 7 דק

נעשה סבב על תחושות שעלו בי במהלך הסרט והתנהגות אחת שראיתי שהרגישה לחניכים לא נורמטיבית במערכת יחסים.

4. שאלות מנחות לדין- 10 דק'

האם מה שנצפה בסרט הוא סיפור יוצא דופן וחריג? (

האם מה שראיתם בסרט הזכיר לכם אירועים שנתקלתם בהם במציאות?.)

6. מערכות תמיכה- 10 דק'

- עם מי נמצאים בני הזוג בקשר? מה היה קורה לולא קרן, אחותה של מירב, הייתה מעורבת

במערכת היחסים, ונמצאה בסביבה באחת ההתפרצויות?

- האם לאודי היו מערכות תמיכה, מהן?

- מתי ניתן לאתר את הקושי במערכת היחסים שבין אודי למירב?

7. השוואה בין אהבה למערכת יחסים לא בריאה-

שאלה: כיצד ניתן לדעת מתי מדובר באהבה לבן/בת הזוג ומתי בקנאה, המהווה איתות של נורה אדומה?
(נשווה לרשימה של מה היא זוגיות מושלמת מבחינתי).

8. תערוכה- 20 דק

נחלק את החניכים לקבוצות נבקש מהם לחשוב על התנהגות אלימה אחת ולכתוב עליה סלוגן – את הסלוגנים נתלה מחוץ לכיתה כתצוגה.

עזרים:

*דפים + עטים * מחשב + מקרן לסרטון * בריסטולים \ שמניות בריסטול * טושים * דברים לכרזות

מין מול פורנו -משבצת מנהל.ת(שעה וחצי)

מטרת המשבצת:

1. לפתוח את החניכים לנושאים שהם פחות מדוברים כמו פורנו.
2. להראות להם את האמת לגבי הנושא ולהפריך מיתוסים.
3. נקיים שיח על השפעת פורנו על מערכות יחסים וציפיות הזוג

שאלת פתיחה - מה אתם יודעים על תעשיית הפורנו?

1. נכון או לא נכון - 10 דק'

כל מדריך יחלק לכל חניך שני פתקים שכתוב על אחד מהם נכון ועל אחד מהם לא נכון, כל מדריך יקריא את המשפטים והחניכים ירימו את הפתק שהם חושבים לגבי המשפט הזה. חשוב לשים לב שלא אומרים להם אם הם צדקו או לא, אלא ממשיכים למשפט הבא, אחר המתודות הבאות אנחנו נתעסק במשפטים שהוצגו כאן. כל המשפטים יהיו כתובים על בריסטול בינוני וכל מדריך יצטרך לכתוב ליד כל משפט כמה אמרו נכון וכמה אמרו לא נכון, לאחר מכן במתודות הבאות נשתמש בתשובות שלהם ונגלה להם האם הרוב צדק.

המשפטים:

- אחד מתוך חמישה חיפויים באינטרנט קשור לתוכן פורנוגרפי – נכון
- כמו ברוב המקצועות גם בתעשיית הפורנו גברים מרוויחים יותר מנשים – לא נכון
- אחד מתוך 100 אנשים בעולם מודה שהוא מכור לפורנו – לא נכון, אחד מתוך עשרה אנשים בכל שנייה בממוצע ישנם כ-30 אלף אנשים שצופים בפורנו ברחבי העולם – נכון
- גם לתעשיית הפורנו יש טקס שנתי שדומה לטקס האוסקר שבו מחלקים פרסים לשחקנים, הבמאים והמפיקים המצטיינים בתעשייה – נכון
- בסביבות ה-10 אחוזים מהגלישה באינטרנט נעשית באתרי פורנוגרפיה – לא נכון, למעלה מ-30 אחוז
- תעשיית הפורנו בעולם מגלגלת כ-25 מיליארד דולר בשנה – לא נכון, היא מגלגלת כ-60 מיליארד דולר בשנה.

- 80 אחוז מסרטי הפורנו המיינסטרימיים מכילים סוג של אלימות או השפלות, למשל קללות, יריקות, מכות ועוד, רק 20 אחוז מהם מכילים תקשורת חיבוקים ונשיקות - לא נכון, 97 אחוז אלימת ו-3 אחוז תקשורת חיובית.

2. פורנו כתפקיד בחברה - 25 דקות
משבצת זו תעסוק בתעשיית הפורנו בחברה שלנו והאיך אנחנו רואים אותה. נתחיל בסקר אנונימי על תעשיית הפורנו בגוגל פורמס שיתעסק במה שהחניכים יודעים וחושבים. כל חניך יפתח את הסקר בטלפון שלו ויענה באופן אנונימי. (הערה למנהל כדי שכל אחווה תראה רק את התשובות שלה, כל מנהל צריך ליצור בעצמו סקר חדש. השאלות שבסקר הן אלו שבנקודות. מתחת לכל שאלה יש שאלות מנחות לדיון.)

השאלות לסקר:

- **מתחת לכל שאלה כתוב שאלות לדיון אחר כך.
- אני חושב שלהיות שחקן פורנו זה להיות שחקן קולנוע בז'אנר מסוים.
 - פורנו זה ז'אנר? למה? איך?
 - אני חושב שיש קשר בין תעשיית הפורנו לבין תעשיית הזנות.
 - איזה קשר?
 - אותם אנשים או דימיון כללי?
 - למה יש או אין קשר?
 - אני חושב שתעשיית הפורנו צריכה להמשיך להתקיים.
 - למה? מה טוב בה/מה רע?
 - האם היא באמת יכולה להפסיק?
 - האם אתם חושבים שהייתה לה השפעה על הנער בסיפור?
 - תכנים פורנוגרפים משקפים בהחלט את המציאות.
 - אלו תכנים מוצגים?
 - באיזה דרך?
 - האם זה משפיע על המציאות? איך שאני צריך להתנהג זה איך שמתנהגים בפורנו?
 - ככה נראים יחסי מין? מה שונה/דומה בין השניים?
 - אתם חושבים שהנער בסיפור התנהג לפי דפוס שראה בפורנו?
 - אני חושב שמערכות יחסים בפורנו משקפות מערכות יחסים במציאות.
 - מה המערכת יחסים שבדרך כלל רואים בפורנו?
 - מה בולט במערכות יחסים האלו?
 - האם זה משפיע על הדרך שבה אנחנו רואים מערכות יחסים?
 - האם ככה הנער ראה את מערכת היחסים שלו עם הנערה?
 - אני חושב שתעשיית הפורנו משפיעה על אידיאל היופי \ דימוי גוף.
 - באיזה דרך? לטובה/לרעה?
 - איך זה משפיע על גברים?
 - איך זה משפיע על נשים?
 - האם פורנו מציג גוף מציאותי?

לאחר שיענו על הסקר, נקריא את הקטע הבא:

אני זוכר כשהייתי בן 17 באילת, זה היה שלב בחיים שלאבד את הבתולים היה אחד הדברים הכי חשובים בחיי. אני זוכר איזה עניין זה היה כשמישהו היה עושה סקס, איך היינו רואים בו את התגלמות הגבריות. 'זיין' היה התואר הנחשק ביותר. ההדרכה היחידה שקיבלתי על איך להתייחס לנשים זה שצריך ללוות אותן הביתה כשמאחר. מעבר לזה המורה שלי היה הפורנו כמובן. היו בחורות בחיי שניסו לחנך אותי אבל הרגשתי שהן פשוט לא יודעות מה זה להיות גבר בתול, אז נפנפתי אותן. הייתה בחורה שמצאה חן בעיניי. כולם בחבורה ירדו עליו שהיא מסובבת אותי על האצבע הקטנה ושאני בחיים לא אזיין אותה. חזרנו כל החבר'ה מסוף שבוע יבש במיוחד באילת וארגנו מסיבה אצלי בבית, הצעתי לה לבוא לחדר שלי והיא זרמה. שתינו וצחקנו והיא מלמלה שהיא לא רוצה שנשכב בזמן שהתפשטה. חשבתי בראשי שזה רק עניין של זמן עד שהיא תשנה את דעתה. תוך כדי אני רואה שהיא הרבה יותר שיכורה ממני, ואני מעלים עין. חשבתי לעצמי – מה אגיד לחבר'ה? אני אהיה ממש 'הומו' אם אני לא אשכב איתה עכשיו. ממש לפני שמישהו קרה אח שלי דפק בדלת. בהתחלה התעלמתי, אחר כך הוא דפק שוב ולא ויתר לי. יצאתי אליו. הוא הסתכל לי בעיניים ואמר: 'אתם צריכים להפסיק, היא ממש שיכורה וזה לא בסדר'. אני חושב שאיפשהו בפנים ידעתי שזה לא בסדר, אבל לא רציתי לדעת, רציתי לזיין סוף סוף. אך באותו רגע לא משנה כמה הדחקתי, המילים שלו חלחלו עמוק והעירו בי הכל. חזרתי פנימה, ניסיתי לעזור לה להתלבש אבל היא לא הצליחה לעמוד. פאק. איזו סטירה מצלצלת קיבלתי באותו רגע. אני אסיר תודה על הרגע הזה, שברגע האמת הייתה לי הדרכה גברית טהורה.

דיון קצר על הסיפור:

- מה אתם חושבים על המקרה?
- מה היה קורה לדעתכם אם אח שלו לא היה עוצר אותו?
- למה הוא הרגיש חייב להיות איתה? מאיפה הגיע הלחץ שיש עליו?
- האם הפורנו היה חלק משמעותי בסיפור?
- האם פורנו כיום משפיע על התנהלות שלנו ביום יום?

אחר כך כל מדריך יפתח את התשובות במצגת מול החניכים ויקרא אותן ביחד עם החניכים, לאחר כל שאלה ניצור דיון על אותה השאלה ועל התשובות שנענו. שימו לב – זאת מתודה ממש פתוחה, צריך לזרום עם מה שנשאל לפי מה שהחניכים יענו וצריך שכל מדריך יבוא מוכן עם עובדות.

3. בין פורנו לזנות - 20 דקות

מתודה זו תראה את הקשר בין פורנו לזנות.

נחלק את האחוזה לשלושיות \ רביעיות, כל קבוצה קטנה תקבל קטגוריה והם יצטרכו במשך כמה דקות לחפש השוואות \ הבדלים \ קשר בין שתי התעשיות האלו באותו נושא שקיבלו.

הנושאים לחלוקה:

- מעמד האישה בתעשייה
- השולטים בתעשייה, מי מחליט בשביל מי? מי מקבל את רוב הכסף?
- יחס כלפי השימוש – נורמליזציה ולגיטימציה
- היחס כלפי בחברה, ההבדל בין זונה לשחקנית פורנו – את מי החברה מהללת ואת מי לא? לאחר מכן נחזור למליאה וכל קבוצה תקרא את מה שכתבו וחשבו עליו ונדבר על ההבדלים.

שאלות-

- מה אתם חושבים על תפקיד האישה בכל אחת מהתעשיות? הבדלים? דמיון?

- איך זה שבתעשיית הפורנו מי שמקבל את רוב הכסף זה הבמאים והמפיקים ובתעשיית הזנות אלה הסרסורים אך הם לא אלו שמבצעים את הדברים בפועל?
- למה לחברה יש יחס שונה כל כך לגבי שימוש בפורנו לבין זנות? למה לפורנו יש לגיטימציה בעוד לזנות אין?
- למה מהללים שחקניות פורנו אבל זנות הן נחשבות בשולי החברה?

4. מודלים לפי פורנו - 20 דקות

במתודה זו נדבר על האישה והגבר כפי שמוצגים בפורנו. נחלק את הקבוצה לבנים בנות וכל קבוצה תצטרך להרכיב את הגבר או האישה (בהתאם למין שלה) לפי שמוצגת בפורנו. כל קבוצה צריכה לכתוב 5-7 מרכיבים חיצוניים ו- 5-7 מרכיבים פנימיים. צריך גם לצייר וגם לכתוב.

דין:

- האם אתם חושבים שכמו שציירתם ככה באמת צריכים להיראות הנשים/הגברים?
- האם אתם חושבים שהמודל בפורנו הוא אחד בין הסרטים? תמיד השחקניות והשחקנים הם בעלי אותו מודל?
- איך הנראות של השחקנים משפיעה על הצופים? האם פורנו עוזר לקבוע מוסכמות חברתיות?
- האם זה טבעי להיראות ככה? (להבהיר שיש בתעשייה המון ניתוחים/הליכים קוסמטיים)
- האם אידיאל היופי בחברה שווה לאידיאל היופי בפורנו? הגיוני שיש לנו יותר מאידאל יופי אחד שמשפיע עלינו?
- איך היה לכם לכתוב מרכיבים פנימיים? האם זה היה קשה יותר מאשר מרכיבים חיצוניים?
- איך אנחנו יכולים לדעת מה האופי של שחקני הפורנו?

5. סיכום - 10 דק'

נחזור לנכון לא נכון מהמתודה הראשונה ונגיד להם מה התשובות האמיתיות ואת העובדות עליהם.

תעשיית הפורנו זו תעשייה לא שיוויונית ובכל זאת יש לה המון לגיטימציה ולא כל כך מדברים על החלקים הלא טובים שלה. חשוב שנכיר ונדע עליהם. חשוב להבין שמערכות היחסים שלנו הם לא יכולות להסתמך על מה שרואים בפורנו. המציאות היא כל כך הרבה יותר שונה ומורכבת מהדרך שבה רואים אותה בפורנו וחשוב להתייחס לזה לא כפי שזה נראה לנו. בכל מערכת יחסים כזו או אחרת חשוב לשאול כל הזמן שאלות ולא להסתמך על תשובות מפורנו בקשר לתקשורת או יחסי מין. צריך להבין שחלק מי שנמצא בתוך התעשייה הזו (לא מי ששולט בהן) סובלים מיחס משפיל ומבזה, בין אם הם בחרו להיות שם ובין אם התגלגלו לשם. למרות שהנושא הזה פחות מדובר ביום-יום שלנו, זה משהו שקורה סביבנו כל הזמן. אנחנו צריכים להכיר בדבר ולדעת את העובדות עליו. כלומר לדעת את כל הצדדים של פורנו והשפעותיו ולא רק את מה שמוצג לנו.

עזרים :

ערב שיא (שעה)

מטרה: להתנתק קצת מהסמינר ולגבש את כל האחוות ביחד .
משך היחידה: 60 דק

סבב מה נשמע - (10 דק)
כל אחד מספר על היום שלו כאילו הוא מי שיושב מימינו.
נגיד אני יושבת ליד ליאור אז אני מספרת על היום שלי דרך העיניים של ליאור.
בזמן שמספרים איך היה היום אסור לתקן ואז שמגיע תורך אפשר לתקן את מי שעשה את היום שלך .

ערב ששטוס- (50 דק)
מחלקים אותם לשתי קבוצות .
המטרה של כל קבוצה היא לנצח בכמה שיותר משימות. כל ניצחון הוא מפתח או כמה מפתחות.
בסוף הם מגיעים לקיר המזלות ומי שיש לו יותר מפתחות יכול לפתוח יותר כספות (בכל כספת יש מספר נקודות לא ידוע.)
הקבוצה שצברה הכי הרבה נקודות היא הקבוצה הזוכה.
צריך להרוויח כמה שיותר מפתחות אבל בסופו של דבר זה גם קשור למזל .

משימות:

- איקס עיגול- (10 דק)
שתי הקבוצות מתחרות אחת נגד השנייה.

מטרת כל קבוצה היא ליצור 3 פיסות בד בצבע שלה במאוזן/מאוונך/אלכסון.
2 הקבוצות נעמדות מאחורי קו הזינוק שנקבע מראש.
המשחק מתנהל כמו מירוץ שליחים.
החניכים עומדים ב2 תורים, לפי הקבוצות שלהם.
כל פעם אחד החניכים רץ ומניח את פיסת הבד במקום בלוח ואז הוא רץ נותן כיף למי שהיה אחריו ומשחרר אותו לרוץ ולשים גם הוא פיסת בד, עד שהם מצליחים לעשות 3 פיסות בד צמודות.
עושים שלושה סבבים.
(3 מפתחות)

- תחרות מרשמלואים-(10 דק +/-)
מתנדב/ת 1 מכל קבוצה.
המטרה של כל מתנדב/ת זה לדחוף כמה שיותר מרשמלואים לפה.
מי שיצליח לדחוף יותר מרשמלואים לפה בדקה יזכה את הקבוצה שלו במפתחות.
(3 מפתחות)

- משחק הכסאות: (10 דק)
מסדרים כיסאות (מספר הכיסאות כמספר החניכים פחות 1) בשורה.
החניכים מסתובבים סביב הכסאות וברקע מתנגן שיר. כל פעם שהשיר נעצר כל חניך צריך לתפוס כסא ולשבת.
כל פעם נפסל מישהו ואז מוציאים כיסא.
בסוף ישאר כיסא אחד ושני ילדים, הילד שתיישב ראשון מנצח.
המנצח מזכה את הקבוצה במפתח.
שני סבבים. (אם סבב 1 יקח יותר מ10 דק אז רק סבב 1)
(4 מפתחות) (כל סבב הוא 2 מפתחות/סבב 1 4 מפתחות)

- תיבת המפתחות- (15 דק)
בתוך קופסא יש מספר מפתחות כל קבוצה בתורה שולחת נציג שינסה להשיג כמה שיותר מפתחות בזמן קצוב.
בתוך הקופסא יש דברים שיגעילו אותם.
סבב ראשון: בובה פרוותית
סבב שני: קערת פסטה עם שמן
סבב שלישי: קערה עם צמר גפן.
(6 מפתחות)

- שובר שיוויון- (10 דק)
כל קבוצה בתורה תקבל חצי דקה לענות על כמה שיותר שאלות (נספח א), קבוצה שתצליח לענות על הכי הרבה שאלות תנצח.

לאחר המשימות שתי הקבוצות הולכות ללוח הגורלות וכל קבוצה בתורה בוחרת כספת לפתוח .

המטרה- לפתוח כמה שיותר כספות שיש בהן כמה שיותר נקודות.

הקבוצה שתשיג יותר נקודות תנצח.

במקרה של תיקו- עושים שובר שיוויון.

עזרים:

נספח א:

- מהו ההפך מצר או דק? עבה
- מה היא עיר הבירה של צרפת?פריז
- לאן הולכים כדי לראות חיות ? גן חיות
- על איזו מדינה מולכת המלכה אליזבת? אנגליה
- אילו צבעים יש בדגל ישראל? כחול לבן
- מה תרנגולות מטילות ? ביצים
- לאיזה בעל חיים יש שמונה זרועות והוא חי בים ? תמנון
- איזה מזון מפיקות הדבורים? דבש
- כמה ימים יש בשנה ? 365
- איזה כוכב במערכת השמש מוקף בטבעת? שבתאי
- כמה מטרים יש בקילומטר אחד? 1000
- איזה איבר בגופנו אחראי על הנשימה ? ריאות
- לאיזו חיה ראשונים הופכים להיות? צפרדע
- מה ראשי התיבות של מד"א? מגן דוד אדום
- איפה נמצא מגדל אייפל? צרפת
- מי ראש הממשלה של ישראל? בנט
- לוח גורלות - (בריסטול גדול עליו מודבקות " תיבות " ומתחת לכל כספת כתוב מספר נקודות (100,200,350,50 וכו')
- בריסטול גדול
- כספות מנייר
- פתקים שעליהם כתוב את מספר הנקודות
- מפתחות מקרטון
- קרטונים
- כיסאות
- רמקול
- מרשמלו
- לוח איקס עיגול
- בריסטול גדול
- אלבד

- ארגז גדול
- קערה עם פסטה
- בובה פרוותית
- קערה עם צמר גפן
- שלטים לערב שיא
- בריסטולים גדולים
- גואש
- מכחולים
- טושים.

היום השני

הגדרת תפקידים בקשר זוגי-משבצת בנות (שעה וחצי)

מטרות-

1. יצירת הגדרה אישית אצל כל אחת למה היא מצפה מבן/ בת הזוג שלה ומעצמה בקשר

2. הטלת ספק בתפקידים מגדריים מושרשים

3. עידוד תקשורת בזוגיות

1. מקום בטוח (5 דקות) מתחילים בלהבהיר להם שזה מקום בטוח, אין נכון או לא נכון, מקבלים הכל כל עוד השיח הוא מכבד.

לפני שנתחיל אנחנו רוצות לומר שאנחנו יודעות כמה מיניות זה נושא שיכול להביך או שנרגיש לא בנוח לדבר עליו אבל חשוב לנו לנצל את קרבת הגילאים בנינו בשביל שנוכל לנהל שיח בגובה העיניים וכנה.

2. סבב מה נשמע- (10 דק)

כל אחת מספרת על קשיים שהיו לה עד כה בסמינר ודברים שהיא הופתעה מהם.

3. דיון- (10 דק)

מתחילים דיון- מה זה האישה המושלמת מבחינתכן (לכוון אותן לדבר על אופי והתנהגות ופחות על מראה חיצוני. זה בסדר גם להגיד כמה תכונות חיצוניות).

(אם יש לוח מחיק אפשר לעשות שמש אסוציאציות).

ממשיכים בדיון- אתן חושבות שיש חלוקת תפקידים בקשר?

מה החלוקה, לפי מה מה החלוקה מתבססת?

למה החלוקת תפקידים מתחלקת ככה?

הייתן משנות את החלוקה ?

4.תפקידים מגדריים בזוגיות- (25 דק)

מחלקים לשתי קבוצות כל קבוצה מקבלת בריסטול

קבוצה אחת כותבת על התפקיד של הגבר בזוגיות וקבוצה שנייה כותבת על תפקיד האישה בזוגיות - (המדריכות יכונו לפן המיני ולכך שהגבר היוזם, מציע, עושה, רוצה.. האישה, מרצה, מכותיבה את הקצב).

המטרה היא להציג בפניהן את הכביכול מציאות בה הגבר הוא המוביל, היוזם, הרוצה יותר והאישה היא מרצה, צריכה לקחת את הדברים יותר לאט למרות שהדברים האלו הן לא בהכרח נכונים.

מתכנסים חזרה ועושים דיון, כל קבוצה אומרת מה היא כתבה

- מי יוזם בקשר?
- מי מכותיב את הקצב?
- האם זה הגיוני שאישה תיהיה זאת שתיזום ?
- יהיו דברים שהם יכתבו שלא חשבו עליהם אז אפשר לפתח גם עליהם שאלות לדיון.
-

5.תקשורת של קצב- (10 דקות)

קושרים להם את הרגליים והם צריכים להגיע מנקודה אחת לאחרת עד לך נקודה מסויימת בלי ליפול. כל אחד מקבל פתק בו כתוב קצב אחר ללכת בו ואסור להראות לפרטנר מה כתוב (לך מהר, לך ממש לאט וכו').

המטרה היא להראות שבשביל להצליח, בכל דבר צריך תקשורת מסויימת וצריך לדעת ואולי אפילו להגדיר מראש מה הקצב בו הדברים מתקדמים.

יושבים חזרה לדיון-

- איך היה? היה קשה?
- למה היה קשה?
- איך היה אפשר להצליח יותר? מה היה חסר לכם בשביל להצליח להגיע לנקודה?
- איך אנחנו מקשרים את זה לעולם המיניות?

- האם בלי תקשורת, או בלי לדבר על הדברים מראש, נוכל להצליח ולהנות?
- בנוסף, יכול להיות שהקצב, גם אם הגדרנו אותו מראש, יכול להשתנות? אם אני רוצה משהו היום, זה בהכרח אומר שאני ארצה אותו דבר גם מחר?
- מישהי פעם הרגישה לא נעים כי שינתה את דעתה? (אם מישהי רוצה לשתף אז באהבה ואם אף אחת לא חוותה דבר כזה להגיד שכיף לשמוע)

6. סרטונים ודיון (20 דקות):

נראה להם 2 סרטונים. של "משפחה בהסעה" של "כאן 11".

https://youtube.com/clip/Ugkxzwjly_N0bBWmZ3WcCC3rtbtzyYiCpfwX (6:00)

https://youtube.com/clip/UgkxSsgldZ3rzsM3ww5PnqA0xUB_pGYpxKhJ (14:37)

האם גבר יכול להיות חסר ניסיון מיני? האם זה מוריד ממנו? (למה זה שהוא לא מנוסה כמוני/ יותר ממני מוריד ממנו?)

זה מוריד שלאישה יש יותר ניסיון מיני? או ניסיון מיני בכלל?

האם הגבר תמיד רוצה? הוא יכול גם לא לרצות?

איך היית מרגישה אם הפרטנר שלך היה אומר לכן שהוא כרגע, לא בעיניין? (האם זה אומר שיש בי בעיה? שאני לא טובה או לא מושכת בעיניין? האם אני אכעס עליו?)

מה זה אומר על הגבר? (האם הוא לא מתפקד כמו שצריך? האם בו יש בעיה?)

ומה זה אומר על אישה שרוצה להיות פעילה מינית או אפילו להתקדם מהר יותר מהגבר? (האם היא שרמוטה? היא צריכה להתבייש בזה? זה מביך שיש לך דרייב מיני?)

7. סיכום:

מחלקים פתק ועט לכל אחת ועושים סבב מה כל אחת הייתה רוצה לאמץ (מתוך הדברים שדיברנו עליהם בפעילות) לקשר זוגי שלה. מי שרוצה יכולה לשתף.

מילות סיכום:

בקשר זוגי אין תפקידים שמוגדרים מראש. זה שאת הנשית בקשר לא אומר שאין לך את היכולת או המקום לקבל החלטות, ליזום או שאת צריכה להרגיש לא בנוח על דברים שאת רוצה, ובאותה מידה זה לא הוגן לצפות מהבן/ בת הזוג שלך

עזרים:

- חוט (לקשור להם את הרגליים)
- 2 בריסטולים

משבצת נפרדת בנים – ציפיות ממני כגבר במערכת יחסים (שעה וחצי)

מטרות-

1. החניך יבין מה הן ציפיות החברה ואת זה שלרוב לא ניתן לעמוד בהן
2. החניך יבין מהי אינטלגנציה מינית ואיך ליישם אותה
3. החניך יבין את זה שלשני הצדדים במערכת יחסים מותר להיות פגיעים והסכמה נדרשת משני הצדדים.

1. קטע מסרט- (15 דק)

She's the Man: Womanizer (HD CLIP)

<https://www.youtube.com/watch?v=jDjB8OdxXzg>

מפתחים דיון עם החניכים:

- מישהו רוצה להסביר מה ראינו בסרטון הזה?
- איך הגברים מוצגים בסרטון?
- האם הן מוצגות בצורה חיובית?
- אם הגברים היו במקום הנשים בסצנה איך זה היה מרגיש לכם?

2. סרגל דעות- סטיגמות בעולם המודרני (30 דק)

מבקשים מכולם לכתוב על פתק ציפייה לא טובה מגבר או סטיגמה מסוימת על גבר.

לאחר שכולם רושמים על הפתקים ומביאים אלינו, גיא ימין את הפתקים הרלוונטיים ובזמן הזה אצא עם החניכים לבחוף.

בצד אחד נשים פתק "מסכים" ובצד השני פתק "לא מסכים" ובאמצע נשים קו הזנקה.

נסביר לחניכים שעכשיו נקרא חלק מהמשפטים שלהם והמטרה שלהם היא לרוץ אל הדעה שלהם כמה שיותר מהר, האחרון שיגיע לדף יצטרך להסביר את דעתו (במטרה ליצור תחרות בין כולם).

סרגל דעות: (מסכים/ לא מסכים)

-אני בן 18 ועדיין לא שכבתי עם מישהי, זה הופך אותי לאפס.

- אף פעם לא התחלתי עם מישהי ואני מרגיש עם זה רע

- גבר חייב לדאוג שהצד השני ירגיש בנוח .

- אסור לי, הגבר, להראות חולשה במיניות.

-גבר חייב להיות עם הידע במיניות.

- גבר שלובש ורוד הוא הומו.

- רק גבר עם איבר מין גדול הוא באמת גבר."

סיכום מתודה: האם לגבר צריכים להיות קריטריונים כמו שקראתי עכשיו במשחק?

כל אחד צריך להגיע להבנה שכל הדברים שקראתי עכשיו לא צריכים להיות בראש שלו, אתה יכול לשאול, אתה יכול להיות חסר ניסיון, אתה יכול ללבוש ורוד, מותר לך להרגיש לא בנוח, כל הדברים האלה לא אומרים עליך שום דבר והם לא צריכים להוריד ממך.

מותר לשאול, מותר לבקש רשות, ומותר להיות פגיע.

3. עולם הדימויים (20 דק)

סרטון- "היא שרמוטה והוא זיין"

-איך הסרטון מתקשר לתחרות שהייתה בין שתי הקבוצות?

-מה הסרטון גרם לכם להרגיש?

-האם יצא למישהו פה לקרוא למישהי שרמוטה?

-ממה נוצרה המילה שרמוטה?

-מה דעתכם על עולם הדימויים?

-האם הוא נכון? רצוי?

4. תנאים לקיום יחסי מין (15-10 דק)

מפזרים על הרצפה כרטיסיות עם תנאים "אידיאליים" לקיום יחסי מין מבחינת החניכים. כל חניך מקבל דף ועליו צריך לדרג את התנאים כך שאחד (הכי חשוב) וחמש (חשוב פחות). לאחר מכן מתחלקים לשתי קבוצות והמטרה שלהם היא לקבוע ביחד איזה חמישה תנאים הכי חשובים.

רשימת תנאים:

רצון, אמון, זוגיות, חברות, אהבה, כבוד, תקשורת, תשוקה, הסכמה חופשית, אכפתיות, הדדיות, היררכיה, ייסורי מצפון, פתיחות, משיכה, רגש, ביטחון עצמי, לחץ חברתי, תלותיות, כסף, גיל, מחויבות.

קטע קריאה: רצון הוא דבר פנימי, משהו שמגיע מעצמך, הוא מלווה בהתלהבות, בהשתוקקות למשהו. מצד שני הרצון שלנו הוא גם דבר חברתי ונובע גם מנורמות חברתיות, ולא תמיד קל להבדיל בין מה שאנחנו רוצים כי הוא יעשה לנו טוב לבין מה שאנחנו רוצים כי הוא מצופה מאתנו.

- מה ההבדל בין הסכמה להתלהבות?

- מי אמור להסכים למי ולמה?

- מה יכולה להיות הבעיה עם המושג "הסכמה" ביחסי מין?

נקודות לדיון: הסכמה יכולה להישמע כמו דבר פסיבי. כמו ריצוי או כמו גלישה לתוך מעשה. יחסי מין הם דבר חשוף ואישי. ההסכמה צריכה להיות מלווה ברצון כדי להיות חיובית ביחסי המין.

דיון:

אילו דימויים יש להתנהגות של בנים במין? אילו דימויים יש להתנהגות של בנות במין? איך בנות מגיעות לכדי קיום יחסי מין? מה הן צריכות לעשות? מה בנים צריכים לעשות כדי להגיע לכדי קיום יחסי מין? איך נקרא בן שעושה הרבה מין, ואיך נקראת בת שעושה מין? מי צריך ליזום את יחסי המין? מה דעתכם על הציפיות האלה?

5. סיכום: (5 דק)

מהי אינטליגנציה מינית לדעתכם?

אינטליגנציה מינית היא להבין שהנורמות החברתיות לא צריכות להכתיב איך תהיה במיטה, היא להבין שגבר לא חייב להיות חזק ואגרסיבי בשביל שהאישה תימשך אליו.

היא להבין שלשאל שאלות זה בסדר ושהנחות של השניים צריכה להיות בראש סדר העדיפויות ושזה בסדר שגם הגבר יגיד לא.

החברה לא צריכה להכתיב לנו איך להתנהג ומה לרצות, כשאתם מגיעים למקום שאתם באי וודאות וחוסר אונים בסיטואציה מינית או רגשית, תשאלו את עצמכם, מה אתם רוצים עמוק בפנים ומה יגרום לכם להרגיש הכי טוב תוך כדי התחשבות בצד השני.

עזרים:

מחשב + מקרן ולינק לסרטון

פתקים ועטים

"תנאים אידיאלים" להדפיס

משבצת סיכום (שעה ורבע)

*מביאים נישנושים:

מטרות:

- סיכום חציו הראשון של הסמינר על מיניות ומעבר לאקתון
- להדגים את השימוש בלמידה כדי לבנות סמינר משמעותי
-

1.-שאלות סיכום 25 דקות

מקלות ארטיק, על כל אחד כתובה שאלה והחניכים שולפים (בלי יודעין מהי השאלה הכתובה עליהם) מקל ועונים עליה.

מה למדתי על מיניות ?

מה המשבצת שהכי אהבתי?

מה המשבצת שהכי אתגרה אותי?

משהו חדש שלמדתי על מיניות

על מה הרגשתי שצריך לדבר יותר?

שאלה על מיניות שלא קיבלתי עליה מענה

גבול חדש שלמדתי על מיניות ואני רוצה ליישם

גבול שאני יותר רוצה לשחרר בו

זווית ראייה שונה שקיבלתי על מיניות

החלק הראשון של הסמינר עסק במיניות, אבל מעבר לנושא שלו - הקו המנחה שלו היה למידה. בחלק השני של הסמינר עליכם לעשות פרויקט/ סמינר והמטרה היא שהוא יגיע מתוך למידה שלכם את הנושא והעברה כמה שיותר טובה שלו הלאה.

2. שאלות על למידה: (15 דקות) -מביאים כדור, עליו מדביקים פתקים עם שאלות על למידה (מפורטות בסוף המתודה). משחקים מסירות בין חברי הקבוצה, ובכל פעם שכדור נופל, על התופס לתלוש פתק מהכדור ולענות על השאלה שלקח.

- מה דרך הלמידה הכי אפקטיבית עבורי כדי ללמוד?
- מה דרך הלמידה הכי אפקטיבית עבורי כדי ללמד אחרים?
- מה גורם לי להשתתף בפעילות?
- מאיזו פעילות הכי נהינתי ולמה?
- איזו פעילות הייתי רוצה לעשות בסמינר משלי?
- איזו שיטה הכי מקשה עלי ולמה?
- תמנה שלוש דרכים להעברת פעילות
- איזו דרך למידה הכי מתאימה לקבוצה גדולה?
- מה זה למידה בצורה חווייתית?
- איזו פעילות הכי זכורה לי ולמה?
- איזו פעילות הייתי משנה ולמה?
- מה הופך סמינר למוצלח בעיניי?

3.סיכום מדריך: (5 דקות)

(כל אחד אומר את מה שהוא מרגיש שנכון לאותו הרגע) ובכל זאת-
גאים בכך מאוד על שיתוף הפעולה וההקשבה שלכם, היה לנו מעניין בטירוף לשמוע מה יש לכם לומר ואנחנו מקווים שהרגשתם שלמדתם והחכמתם.
מיניות היא נושא רחב שקשה לכסות ביום וחצי וברור לנו שלא ענינו על הכל, לכן מאוד חשוב לנו לומר שאם יש משהו שהרגשתם שהציף אתכם רגשית או שתרצו לקבל עליו מענה הוא מוזמן לפנות אלינו או למנהלים, חשוב שתגידו ולא תשמרו אצלכם.
ועכשיו, לאחר שלמדנו איך לעשות סמינר/ פרויקט איכותי על נושא מסויים - כמו הסמינר הזה על המיניות בו למדנו על הנושא מזוויות ותחומים שונים - אנחנו עוברים לחלק השני של הסמינר בו נעסוק באקטון. הסמינר שעברנו עד כה מהווה בעצם דוגמה לפרויקט כמו זה שהקבוצה שלכם עתידה לעשות באקטון, עליו נרחיב בחציו השני של הסמינר שמתחיל עכשיו:)

עזרים :

מקלות ארטיק עם שאלות

כדור עם פתק

מה זה האקתון? (חצי שעה)

מטרות:

1. הכנה והבנה לאיזה יום הם נכנסים
2. לייצר לחניכים תחושה יוקרתית ורצינית שהם הולכים להתנסות במודל מקצועי, עסקי מעולם ההיי טק. לרכוש כלים ממשיים לחיים הבוגרים, ללמוד דברים חדשים שמעולם לא נחשפו.

מהלך

1.מה זה האקתון? (10 דקות)

א. נקרא ביחד את ההגדרה של האקתון :
"האקתון הוא אירוע יזמות מרתוני, העושה שימוש בחוכמת ההמונים, בו המשתתפים מתחלקים לקבוצות חשיבה, היוצרים ומפתחים יחדיו רעיונות והמצאות פורצי דרך, במטרה לנסות לענות על אתגר אשר הוגדר מראש על ידי מארגני ההאקתון. בעבר האקתון היה אירוע של 24 שעות רצופות המיועד למתכנתים ואנשי טכנולוגיה, במטרה ליצור תוצר טכנולוגי. אך מקובל כיום להשתמש בשם זה גם לתיאור אירוע המתרחש למשך 5 שעות עד 72 שעות רצופות, פתוח לקהלי יעד נוספים והתוצרים הסופיים בו לאו דווקא טכנולוגיים, אלא גם חינוכיים." (ויקיפדיה)
הסבר במילים של המדריכים ובדיקה אם יש מי שלא הבין משהו.

2. דיון : (15 דקות)

- מי לקח חלק באקתון הקודם?
- איך היה לכם בהאקתון שנה שעברה
- מה לקחתם מההאקתון שנה שעברה
- האם יש לכם דוגמה לאקתון מהחיים האמיתיים? (כשהגיעה הקורונה, כל העולם היה בהלם וביקש מחברות רפואיות לחשוב איך לפתור את הבעיה הגדולה (מגפת הקורונה). החברות המוצלחות ביותר זכו לתקציבים מהמדינה להמשך פיתוח ולבסוף קמו כמה חברות (פיזר מביניהן) שמצאו את הפתרון בזמן הטובה ביותר. אנחנו מדינת פיילוט של פיזר- לכל פרויקט חייבים לייצר פיילוט- התנסות ראשונית ובדיקת היתכנות. לאחר שעושים פיילוט ומסיקים מסקנות, אפשר להמשיך בייצור המוני. כך נראה תהליך של מיזם שמתחיל מבעיה!)

3. שלבי האקתון:

נכתוב את השלבים על פתקים, וכמה נציגים יקריאו מהו כל שלב. נוודא איתם שהכל מובן ובמידה ולא - נבקש מהחניכים שכן הבינו להסביר/ נסביר אנחנו בפשטות.

שלב 1 - הצגת האתגר-

* הגדרה: נציגים מהגוף שתכנן את האתגר מתארים את האתגר שסביבו ההאקתון. האתגר חייב להיות מנוסח היטב כדי שהצוותים בהאקתון ידעו לענות על הצרכים של הלקוח ולפתח פתרונות רלוונטיים.

* כל בית נוער יספר את האתגר שסביבו הם יעבדו במהלך האקתון.

שלב 2 - העלאת רעיונות-

* הגדרה: הצוותים דנים באתגר, מעלים רעיונות ובחרים את הטוב ביותר, איתו הם יתקדמו בהאקתון.

* חלוקת תפקידים

שלב 3 - פיתוח-

* הגדרה: החלק העיקרי בהאקתון הוא שלב הפיתוח. בזמן הזה הצוותים מאפיינים, מעצבים ומפתחים את הרעיון עליו חשבו, ובמקביל מכינים מצגת בסגנון פיץ' למשקיעים, אותה הם יציגו מול השופטים.

שלב 4 - גמר-

* הגדרה- אירוע האקתון מסתיים בגמר גדול, בו הצוותים עושים פיץ' מול צוות שופטים, אשר בוחרים את המנצח או המנצחים.

* בפיץ' על החניכותם להיות משכנעים ולהסביר היטב את הרעיון שלהם.

4. הסבר קצר על מה הולך להיות בהאקתון הקרוב. (10 דקות)

- שני זמני עבודה שבהם נעבוד על הפרוייקט\הסמינר שלנו
- בין זמני עבודה הרצאות שיכולות לתת לנו כלי ומיומנויות חדשות עבור הסמינר
- חלוקת תפקידים בין חברי הקבוצה לקראת הוצאה לפועל של הפרוייקט
- הצגת פרזנטציות
- תחרות בין הקבוצות על הוצאה לפועל של הפרוייקט - לא מי הפרוייקט הטוב ביותר אלא למי התוכנית הריאלית המתוכננת ביותר ואפשרית לביצוע

שימו לב שוויון כבר אחרי זמן עבודה אחד וזה בגלל שחניכי על הגבול יודעים כבר למה הם באים

סמינרים משתתפים בקטגוריה נפרדת

תנו לחניכים זמן לשאלות כדי שיגיעו מוכנים להאקתון

הנחיות לזמן עבודה+ האקתון- הסבר

חמש שעות המתחלקות לשני זמני עבודה נפרדים

מטרות

1. החניכים יתקדמו משמעותית בעבודה על הפרוייקט שלהם ואף יגיעו לשלב ביצוע
2. החניכים ירגישו חלק מארגון ארצי המקדם בפרוייקטים חברתיים
3. החניכים יתנסו בהעברת פרזנטציה וישפרו את היכולות הוורבליות שלהם
4. החניכים ימצאו הנאה בעשייה ובקידום ערכים החשובים להם

סטינג:

האקתון- החלק המשמעותי ביותר, ולכן זה קריטי ליצור יוקרה ביום זה. במהלך היום יש לייצר אווירה נעימה ומלהיבה עד ידי:

1. מוסיקה מלהיבה (בין לבין שעות הריכוז שלהם)
2. שולחן ערוך עם כיבוד מפנק לאורך היום
3. לפנק את החניכים במהלך היום במתוקים (אפשר כל חצי שעה לעשות הפסקה של נשנושים לשלוש דקות ואז לחזור לעבוד).
4. שעון גדול שמראה כמה זמן נשאר (אפשר כמו טיימר- משלוש שעות ועד שנגמר הזמן)
5. תפאורה/ עיצוב החלל יוסיף ליוקרה- אל בדים לקישוט, שולחן בופה, פינת קפה וכו'
6. סדר וניקיון חשוב מאוד לסביבת עבודה מאפשרת.

חשוב מאוד שיהיה

1. להכין מראש דפים עטים, מחשבים וציוד משרדי.

2. מקרן, רמקולים, פלייליסט, או שידור צפייה אחר (לארגן מראש) שלא יהיו תקלות צפייה. זה חלק מהיוקרה של הערב. חשוב לעשות אזור צפייה "WOW"!
3. הכנת חדר התייעצויות עם מנטור. משהו מזמין שיעזור לחניכים לרצות להגיע

מהלך:

1. זמן העבודה לאקתון יהיה בין 12:30-19:00
2. ההאתקון יתקיים בשני זמני עבודה נפרדים כאשר לפני כל זמן עבודה נתחיל הרצאה הקשורה לתוכן עליו עובדים בזמן העבודה
3. התבקשתם להכין מראש צוותי עבודה לפי נושאים, בזמן העבודה כל צוות עבודה יתכנס לעבוד על הפרוייקט שלו שבסוף זמני העבודה תתבקשו לשלוח מצגת לקראת הפרזנטציה.
4. במהלך שעות אלו יהיו מנטורים שיהיו זמינים עבור החניכים להתייעצויות. (המנטורים יהיו מתנדבים מחברת אורבוטק). התייעצות פרונטאלית או דרך התייעצות טלפונים. כדי שבאמת תהיה למידה של כלים ומיומנויות, יש חשיבות בכך שהמדריכים ילוו את החניכים למנטור.
5. בשעה 17:30 כל קבוצה תשלח את הפרזנטציה שלה לקבוצת הוואטסאפ ולמייל kiryat.shmona@kadimanoar.org (סרטון פיץ' + מצגת/ תוכנית עבודה/ סרטון הסבר) כמו שלמדו בתחילת היום- בדגש על צעדים מחייבים כלומר מעבר להסבר על הפרוייקט יש להציג צעד אחד של ביצוע לדוגמא: פלייר, רתימת שותף, פרסום ברשתות החברתיות וכו'. על הקבוצה להתחיל בהסבר- מה הבעיה ואיך הם מתכוונים לפתור את הבעיה. לאחר מכן החניכים יספרו על הפרוייקט שלהם ומה הם כבר הספיקו לעשות עד כה.
6. בשעה 17:30 כל קבוצה שבחרה בסמינר תשלח את הפרזנטציה שלה לקבוצת הוואטסאפ ולמייל pardes.katz@kadimanoar.org. על הקבוצה להתחיל בהסבר על נושא הסמינר, מטרות הסמינר והסבר על מאפייני קהל היעד.
7. נקודות לשיפוט בסמינר: *התכנות: *דד ליין לביצוע הסמינר-5 נק' משך הסמינר-5 נק'
הבנת קהל היעד ואתגרים שהוא מציב-10 נק'
מיקום הסמינר-5 נק'
חלוקת תפקידים בצוות-10 נק'
סה"כ 35 נק'
מבנה הסמינר ומטרות:
מטרות הסמינר - 10 נק'
לו"ז הסמינר-5 נק'
עומק הסמינר (כותרות)-10 נק'
קישור לנושא על הגבול-5 הק'
מקוריות הנושא-5 נק'.
גוון העברת הסמינר-5 נק'
סה"כ-40 נק'



פיץ:

- מקורית הצגה- 10 נק'
- חלוקת ההצגה לנושאים -5 נק'.
- בהירות המסר-10 נק'

* בשעה 17:30 נתכנס כולם באולם שם נצפה בכלל הפרזנטציות ביחד עם חבר השופטים.

בסיום האקטון יבחרו 3 מקומות הראשונים וחביב הקהל.

פרס ראשון: 2000 ש"ח

פרס שני: 1000 ש"ח

פרס שלישי- חביב הקהל: 500 ש"ח

* יצויינו לשבח בתי נוער שעבדו יפה אך לא זכו במקומות הראשונים

עזרים

- מחשבים, רמקולים, מקרן
- אלבדים, סלוטייפ, שלטים וכל דבר שיהפוך את הערב ליוקרתי
- שולחנות, מפות וכיסאות- סביבת עבודה נעימה
- מחברות ועטים, גאנט שנתי למילוי דד לינים ומשימות, מרקרים וכו'
- כיבוד יוקרתי וממתקים חטיפים

איך עושים פיץ' (שעה)

מטרות:

1. החניכים ילמדו כקבוצה מה הדרישה שלנו מהם לקראת שליחת הפיץ' לשופטים
2. החניכים ילמדו עד כמה חשובה הפרזנטציה- רושם ראשוני טוב, ביטחון עצמי תעדוף בין עיקר לטפל, חשיבות התשוקה שבכושר השכנוע.
3. החניכים יעלו רעיונות לפיץ' של הפרויקט לקראת ההאקטון

מהלך:

1. רושם ראשוני (15 דק)- לכל חניך יש דקה להציג את עצמו בדרך שהכי מושכת את העין ושיזכרו הכי הרבה דברים ממה שאמר אחרי זה שואלים את כולם את מי הם זוכרים ולמה?

1. סרטון פרסומת כנס השיווק 2021- (10 דק)

<https://www.youtube.com/watch?v=t9x1pzoZPPM>

- מראים לחניכים את הפרסומת ועוצרים לפני שמראים מה היא מפרסמת. שואלים את החניכים מה הפרסומת הזאת מפרסמת לדעתם? נמשיך לראות את הפרסומת.

דין

- מה אתם חושבים על הפרסומת?
 - האם לדעתכם המפרסמים שיווקו בצורה טובה?
 - מה הפך את הפרסומת לטובה? (כותבים על בריסטול/ לוח מחיק את התשובות של החניכים לשאלה הזאת)
 -
2. נאום המעלית (15 דק) - יש לכם דקה וחצי עם בנאדם שיכול להיות שותף פוטנציאלי אמיתי בשבילכם. בהתחלה מתחילים עם נושא מצחיק שהוא צריך לשווק בצורה הכי טובה לאותו "משקיע פוטנציאלי". לאחר שניים/שלושה סיבובים עוברים לנושא המרכזי: הפרויקט- איך אתם מציגים לו את הפרויקט שלכם? עושים כמה נסיונות, כל פעם קשור לשותף אחר פוטנציאלי (סוגי שותפים: תורם כספים, מתנדב (כוח עבודה), גוף שיווקי (דרכים לפרסם את הפרויקט), גורם בכיר ואסטרטגי (כמו עירייה)).
- כל פעם מישהו אחד מתנדב מהקבוצה ושאר הקבוצה צופה (זמן טוב לסלק את הציניות והפאדיחות בקבוצה)
- רעיונות לנושאים התחלתיים: מנקה אסלות שמחליף צבעים, סווצרט שאי אפשר להוריד, סוכריה שלא נגמרת, בקבוק שלא נגמרת בו השתייה, טלפון שתמיד רק על אחוז אחד, לק שמחליף צבע לפי מצב הרוח, סרט שאף פעם לא נגמר.
3. שבעת הדברות: פיץ' (10 דק') ניתן לחניכים את שבעת דיברות הפיץ'. עליהם לדרג אותם בצורה אינדיבידואלית לפי מה שלדעתם ההכי חשוב- להכי פחות חשוב. לאחר מכן נקריא בקול ונסביר.
- הבינו מי קהל היעד: חשוב להבין מי מקשיב לנו, מה הם הערכים שממנו הם מגיעים, מה הם היו מצפים לשמוע מהמוצר שלנו.
 - דעו את המטרה שלכם: אנחנו נגיש את המוצר שלנו באופן שונה אם נרצה לנצח בתחרות או שרק נרצה לנצל את הבמה לחשיפה והגדלה של הורדות אפליקציה או למצוא משקיעים.
 - דייקו את המסר: יש לנו נטייה להכניס המון נתונים ולספר על כל האופציות של המוצר שלנו. אל תעשו את זה. הבינו מה המסר שתרצו להעביר לקהל היעד שלכם (או במילים פשוטות- מה יזכרו מהפיץ' שלכם בסוף היום).
 - תעשו הכל כדי שיזכרו אתכם: אל תפחדו להיות שונים. תעשו משהו ששובר את התבניות המקובלות, משהו שיעשה ואוו או יזעזע את מי שמקשיב לכם.
 - תובילו את הקהל שלכם בעזרת סיפור: תבחרו סיפור אישי שמקשר בינכם לבין המוצר. כשאנשים קונים חוויה ולא מוצר, תצליחו ליצור הזדהות דרך הקשר שנוצר בינכם לבין הקהל.
 - השתמשו בשפת הגוף שלכם: שפת הגוף שלנו היא כלי מדהים להדגשה של מסרים בתוך הפיץ'. חשוב להשתמש בקשר עין, עמידה נכונה ותנועות גוף מתאימות.

- צרו מצגת קצרה: בזמן 75% מהאנשים הם ויזואלים, יצירת מצגת קצרה או כל דבר מוחשי וויזואלי שיעזור לתמוך במבנה הפיץ' שלכם היא בגדר חובה. המצגת צריכה להיות מינימלית ועם מסר אחד בכל שקופית.

4. צפייה בסרטון (10 דק): רואים את הפרק של הכרישים (מדקה 32), ובהמהלך הצפייה כל חניך צריך לכתוב באיזה מהדברות מציגי הפיץ' השתמשו.
<https://www.mako.co.il/mako-vod-keshet/the-sharks-s2/VOD-49591f0bcd97f61027.htm>

5. סיכום- אם נשאר זמן (5 דק):
איך נשתמש בדיברות הפיץ' בהצגת הפרויקט שלנו? (מזכירים לחניכים שפיץ' טוב יעזור בזכיית הפרויקט בהאקתון).

עזרים
מחשב מקרן רמקול
היום השלישי

פעילות בוקר טוב- תה, קפה, עוגיות ודייטים

מטרת הפעילות
החניכים יקומו מוקדם בבוקר האחרון ויראו ביחד עם הקבוצה שלהם את הזריחה. הם ישתפו מה עברו ואיך היה להם.

1.פתיחה - 30 דקות
נלך עם החניכים ביחד לראות את הזריחה. נשב איתם, נכין תה, קפה, עוגיות וכו'.

2.פעילות - 30 דקות
נחלק את החניכים לזוגות (מראש!) וכל זוג ילך רחוק מאחרים. ניתן להם שאלות והם יצטרכו לדבר עליהם.

השאלות:

- מה הדבר שהיה לי הכי כיף בסמינר? למה?
- מה הדבר שהיה לי הכי קשה?
- איך היה לי בתוך אחווה חדשה?
- איזה אנשים הכרתי? מאיפה?
- כמה שעות ישנתי ביחד בשתי הלילות?
- מה הרגע הכי מצחיק שהיה לי בסמינר?
- מה יהיה רגע שאני אזכור להרבה זמן?
- איך היה לי לדבר על גבולות,האם קשה לי/ קל לי להציב גבולות בחיים האמיתיים

- איזה גבול הכי דיבר אליי ולמה?
- כשאצא מהסימנר אני רוצה להתחיל להציב יותר גבולות/ לשחרר ב (תחום בחיי)
- פעם הפרתי גבול של מישהו ב...

עזרים :

קפה\ שוקו

נשנושי בוקר

פעולת איך ממשיכים מכאן (שעה ורבע)

מטרות:

1. לדבר על מה למדנו בסמינר ומה אנחנו לוקחים ממנו.
 2. איך ממשיכים וממשים את הפרויקטים שלנו.
 3. שכל חניך יבין מה המקום שלו בקבוצה ואיזה מקום הוא רוצה לקחת בפרוייקט
- הערה למדריך - לפני שנתחיל את הפעולה חשוב לעשות בריף מהיר יחד עם החניכים על הפעולות שעברנו ולבדוק מה הם זוכרים ולהזכיר להם את מה שהם לא.

1. התרומה האישית משפיעה על הקבוצתית - 10 דק' במתודה הזו נייצר שיח על התרומה האישית של כל אחד בתוך הקבוצה בעקבות ההאקתון. מה כל אחד צריך לעשות וכמה חשוב שכולם יתרמו ביחד אחרת הפרויקט/סמינר לא יעבוד.

נתחיל בדיון קצר על ההאקתון:

- מה היה החלק שלי בהאקתון?
- האם הרגשתי שאני נותן מעצמי למאמץ הקבוצתי בהשתתפות בהאקתון?
- איך אני מסכם את העבודה על ההאקתון?

2. החלק שלי במכונית (15 דק')

מפזרים על הרצפה מלא חלקים באוטו וציטוטים עליהם (מצורף בנספח תמונה של מה שנדפיס) ונביא לכל ילד דף לבן. נבקש מהילדים להסתובב ולבחור מה הם במכונית שלהם בשלוש קבוצות שונות בחיים שלהם (למשל בית ספר, משפחה, בית נוער), ניתן להם לשתף מה בחרו ולאחר מכן

נעלה שאלות לדיון על התפקיד שלנו בקבוצות השונות והתפקיד שלקחנו על עצמינו בחלקים השונים בסמינר.

שאלות:

איזה תפקידים אנחנו לוקחים בקבוצות בחיים שלנו?

האם בכל קבוצה התפקיד שלנו זהה?

אם כן, למה? אם לא, למה?

האם אנחנו בוחרים איזה תפקיד לקחת או שהתפקיד מגיע אלינו?

האם אתם יודעים לזהות את התפקידים שתעשו בצורה הכי טובה?

נסיים בלהסביר שהאוטו שלנו לא יפעל כמו שצריך בלי כל אחד מהחלקים ושצריך את כולם בשביל לפעול אבל לא בכל פעילות אתה חייב להיות באותו המקום באוטו.

מה לקחתי מביצוע הטיול לפרויקט הקבוצתי?

האם התפקיד שלי בתוך המכונית בקבוצה השתנה עקב הטיול?

איזה כלים לקחתי איתי מהטיול לפרויקט הקבוצתי?

האם אני מרגישה יותר מוכן להתמודד עם הפרויקט \ לקחת אחריות בקבוצה

האם בעקבות הסמינר קיבלתי פרספקטיבה אחרת על הפרויקט? (יש דברים שלא יעבדו דברים שכן)

3. נשחק את המשחק אנדרלמוסיה (10 דק) - כל חניך מקבל פתק (נספחים) עם משימה והנחיה, למשל - ברגע שמישהו קופץ, תמחא 3 פעמים כף וככה יהיו סדר פעולות שיקרו רק בזכות הפעולות האחרות. לאחר מכן שיסימו את הסבב הזה, הם יבינו שרק אם כל אחד עושה את המשימה שלו ותורם את חלקו בפרויקט אז הכל יעבוד ביחד למטרה הקבוצתית שלנו.

4. דיון: (15 דק)

- איך המשחק לעבודה על הפרויקט/סמינר שלנו? (להסביר אם לא מבינים)
- האם אתם מסכימים עם זה שאם יש מישהו שלא עובד הפרויקט לא יתקיים. אם כן, למה. אם לא, מה יקרה למי שכן עובד?
- האם יש לנו בתור קבוצה, מעבר לאחריות האישית, גם אחריות קבוצתית? האם עלינו לדאוג ששאר החברים שלנו עושים את החלק שלהם ומסתדרים?
- בעוד חודשיים שנסיים את הפרויקט/סמינר ונוציא אותו לפועל איך ארצה שארגיש ותראה התוצאה הסופית?

5. קפסולת זמן (20 דקות)

כל אחד רושם לקבוצה איך היו רוצים לראות את הפרויקט בסופו, איזה חלק הם רוצים לקחת בפרויקט ומה הוא הפרויקט המוצלח מבחינתם בתהליך הקבוצתי

נספחים:

אנדרלמוסיה:

* תמוחא כף

- * אחרי שמישהו מוחא כף תקפוץ במקום שלוש פעמים
- * אחרי שמישהו קופץ במקום שלוש פעמים תרים את יד ימין
- * אחרי שמישהו מרים את יד ימין תסתובב במקום
- * אחרי שמישהו מסתובב במקום תתיישב ותקום
- * אחרי שמישהו מתיישב וקם תעמוד על רגל אחת
- * אחרי שמישהו עומד על רגל אחת תקיף את המעגל
- * אחרי שמישהו מקיף את המעגל תגיד "חתול"
- * אחרי שמישהו אומר "חתול" תעשה פיסוק
- * אחרי שמישהו עושה פיסוק תתן למדריך כף
- * אחרי שמישהו נותן למדריך כף תתקדם שני צעדים קדימה
- * אחרי שמישהו מתקדם שני צעדים קדימה תלך שני צעדים אחורה
- * אחרי שמישהו הולך שני צעדים אחורה תעשה לב עם הידיים
- * אחרי שמישהו עושה לב עם הידיים תעשה חיקוי של תרנגול
- * אחרי שמישהו עושה חיקוי של תרנגול תצעק "אנדרלמוסיה"

עזרים:

תמונות של חלקי המוכנית-

https://docs.google.com/document/d/1XREbU84AkHDcBHT8-q6t4bOIPv_n2d77iRld4pULqL8/edit

פעילות עיבוד וסיכום (45 דקות)

מטרות:

1. לסכם את הסמינר ולשמוע את חוויות החניכים
2. לשמוע איך היה לחניכים ולכתוב נקודות לשיפור ושימור.
3. לסכם עם האחווה, לפרגן אחד לשני, ולסיים בטעם חיובי

2. סיכום סמינר - 20 דק'

במתודה זו כל חניך יספר איך היה לו הסמינר.

כל חניך מקבל שלושה פתקים (ירוק, צהוב ואדום) ועל הרצפה מונחות חמש שאלות. כל חניך, בתורו בסבב, יבחר שאלה אחת שעליה הוא רוצה לענות ואחרי שיגיד את התשובה שלו כל חניך ירים פתק בהתאם לתשובה- אם הוא מסכים איתה אז פתק ירוק, אם הוא מרגיש ההפך אז פתק אדום ואם חצי

חצי אז פתק צהוב. רצוי לשאול בכל פעם חניך או שניים שמסכימים \ לא מסכימים עם התשובה שנאמרה, בנוסף, לבקש מהחניך שעונה שיפרט על התשובה שלו ולנסות לעורר שיחה.

השאלות:

- מה המשבצת שהכי נהנתי בה?
- באיזו משבצת הכי למדתי?
- לאיזו משבצת הכי פחות התחברתי?
- מה לא ידעתי לפני הסמינר שלמדתי במהלכו?
- מה אני חושב שהיה חסר בסמינר?
- מה לקחתי מהסמינר לפרויקט הקבוצתי

נחלק לכל חניך שתי פתקים בשני צבעים. צבע אחד שיכתוב נקודה לשיפור בסמינר ובפתק השני נקודה לשימור. זה כדי שנדע אנחנו מה היה טוב ומה פחות.

3. עין טובה - 15 דק'

כדי לסיים את הסמינר בטוב נעשה סבב "עין טובה".

יושבים בשקט במעגל, כל חניך, בזמנו, צריך להגיד משהו טוב למישהו. אסור לאף אחד להגיב, אפילו לא בתודה. כל החניכים חייבים להגיד למישהו/לכמה אנשים. אין סדר מסויים, פשוט מי שיש לו אומר.

הערה למדריך: אם מרגיש לכם שזה לא יעבוד כל אחד בתורו, תחלקו לכל חניך פתק עם שם של חניך אחר כך שיווצר סוג של מעגל ואז כל אחד צריך להגיד משהו טוב לחניך שכתוב לו בפתק.