

## ניהול זמן (שעה וחצי)

**שם הפעולה הקודמת** - עבודת צוות | חלוקה לצוותי משימה ותיאום ציפיות  
**שם הפעולה הבאה** - כתיבת תכנית, עבודה הגדרת יעדים ומשימות

### מטרות-

1. החניכים ילמדו שכדי להקדיש למשהו זמן, צריך לתעדף ולהבין עד כמה הדבר חשוב לחניכה.
2. החניכים יחשבו מה הדבר שהכי חשוב להם בפרויקט שלו הם רוצים להקדיש זמן.
3. החניכים ילמדו שיטה לניהול זמן.

### מהלך

1. **מה נשמע? (5 דק')** - כל חניכה ת. יספר לנו מה כלל היום שלו.ה/ את כל ההספקים שלו.ה מהיום.
2. **שאלות ניהול זמן (10 דק')** בכל פעם חניכה ת. יטיל קוביה ות. יצטרך לענות על השאלה. השאלות:
  - 1 - האם אתה מרוצה מכך שיש 24 שעות ביממה? אם לא, כמה היית מוסיף מוריד?
  - 2 - מה לוקח לך הכי הרבה זמן בשגרת היום יום שלך?
  - 3 - מהם הדילמות הכי גדולות שלך בעת ניהול הזמן שלך?
  - 4 - האם אתה אדם שמתכנן מראש או ספונטני?
  - 5 - האם אתה אוהב לעבוד עם לוז של אנשים אחרים או להיות תלוי אך ורק בזמן שלכם?
  - 6 - מהי השעה האהובה עלייך ביום?

### 3. **בנק זמן (10 דק')** - נקרא עם החניכים את הטקסט (נספח א')

#### דין:

- מה תפס אתכם בקטע? האם הוא נגע לכם? (לקבוצה שמתקשה למצוא נקודות ניתן לפנות לסוף הקטע בו מדברים על המשמעות של זמן-חודש, שעה, שנייה וכו)
- מה הכותב מנסה להעביר לנו? באיזה דימוי הוא משתמש?
- למה הכותב משתמש דווקא בכסף על מנת לדמות לנו את הזמן? (\*לדעת בכך שזמן הינו דבר רוחני דמיוני והכסף הינו ממשי וחומרי ולכן הרגשת ה"בזבז" נחוות בצורה שונה. אך בסופו של דבר בשני המקרים אנו מאבדים משאב יקר. \*כסף אפשר לאבד ולהרוויח אבל זמן הינו דבר מוחלט. 24 שעות ביממה וזהו. זמן שנאבד אי אפשר להחזיר)
- אחרי שקראנו את הקטע ומעט עסקנו בו, אתם חושבים שאתם מנצלים את כל בנק הזמן שלכם?
- אם היה מדובר במשהו אחר מזמן הייתם מנהלים אותו בצורה אחרת?
- איך מנהלים זמן? מכירים שיטות?

### 4. **" האבנים הגדולות בחיינו" (20 דק')**

נראה לחניכים סרטון סרטון המציג שיטה לניהול זמן (עדיפות להציג לחניכים פיזית במקום להקרין סרטון).

<https://www.youtube.com/watch?v=xHSg9ljO8dg&t=7s>

## זיין

- מה השיטה המתוארת בסרטון?
- האם אתם מתחברים? חושבים שזו דרך יעילה חלק זמן?
- איך אתם רואים את זה משתלב בחיים שלכם?
- מה החשיבות של תעדוף לפי שיטה זו? (אם נשים קודם חול לפני אבנים גדולות, לא יהיה מקום לדברים החשובים בחיים)

**משימה:** נבקש מהחניכים לכתוב את כל הדברים אשר מעסיקים אותם ביום יום. החל מצחצוח שיניים ועד שיעורי בית. נבקש מהם לחלק את כל הדברים לאבנים גדולות, אבנים קטנות, חול, מים. (נסו לפרש יחד עם החניכים מה המשמעות. כמו למשל אבנים גדולות- הכי חשוב ומשמעותי בחיים, אבנים קטנות- חשוב אבל רק לתקופה מסוימת, חצץ- לא חשוב ולא מהותי בכלל, מים- פעולות שתמיד אעשה גם אם לא אקדיש להם זמן)

## 5. הפסקה (10 דק')

## 6. לקראת הפרויקט (25 דק')

מתחלקים לזוגות ומשתפים בניהול הזמן לפי מה שכתבו במשימה (10 דק') חוזרים למליאה (10 דק')- המדריכה מביאה אבנים גדולות וטושים וצנצנת/קופסא ומבקשת מהחניכים לקחת אבן אחת ולכתוב עליה את מה שהכי חשוב לו.ה בעבודה על הפרויקט. כלומר- מה הדבר שהכי הכי חשוב לו בעבודה על הפרויקט והוא רוצה להשקיע את הזמן עליו. חשוב לכתוב דברים מהותיים ולא שיהיה כיף. אפשר להכין בנק מילים לחניכים מראש כדי שתפתח להם המחשבה- רק מילה אחת. (כדי לייצר מאגר אפשר להשתמש בקלפי דינמיקה) בסוף הפעילות אפשר לעשות סבב - כל חניכה אומר ת על עצמו.ה ומסיביר.ה למה זה חשוב לו.ה

## 4. סיכום (5 דק') -

איך היה? עם מה אני יוצאת? תובנה מרכזית וכו'.

## 5. פינה אישית (15 דק')

## עזרים-

- צנצנת גדולה/קופסה, אבנים גדולות, אבנים קטנות, חול ומים
- למתודה מס 4 חייבים להביא אבנים גדולות וטושים צבעוניים שאפשר יהיה לצייר על האבן
- נספח א'

## נספח 1: "בנק הזמן"

תאר לעצמך, שיש בנק המזכה אותך בכל בוקר בסכום של 86,400 ₪. היתרה אינה עוברת מיום ליום. בכל לילה, כל סכום שלא הוצאת במשך היום נמחק. מה היית עושה? מוציא כל שקל כמובן.

לכל אחד מאתנו בנק שכזה.

שם הבנק: זמן.

בכל בוקר אנו מזוכים ב- 86,400 שניות. בכל לילה מה שלא נוצל לטובה, הולך לאיבוד. היתרה אינה עוברת ליום שלמחרת. אין אוברדרפט. בכל יום, נפתח החשבון מחדש. בכל לילה, מה שנותר נמחק. אם לא השתמשתם במה שהיה בחשבון - ההפסד כולו שלכם. אי אפשר לחזור אחורה. גם אי אפשר למשוך כנגד המחר. מוכרחים לחיות בהווה, על חשבון הזמן שניתן לנו בכל יום. השקיעו את זמנכם, על מנת להשיג ממנו את מירב הבריאות, האושר וההצלחה בעתיד. השעון מתקתק, נצלו את הזמן, היום!

על מנת להבין מהו ערכה של שנה אחת - שאלו תלמיד שנשאר כיתה.

על מנת להבין מהו ערכו של חודש אחד - שאלו אמא שילדה פג.

על מנת להבין מהו ערכו של שבוע אחד - שאלו עורך של עיתון שבועי.

על מנת להבין מהו ערכה של שעה אחת - שאלו אוהבים המחכים לפגישה.

על מנת להבין מהו ערכה של דקה אחת - שאלו את האדם שפספס רכבת.

על מנת להבין מהו ערכה של שניה אחת - שאלו את האדם שניצל מתאונת דרכים.

על מנת להבין מהו ערכה של אלפית השניה - שאלו את הספורטאי שזכה במדליית כסף.

תבינו מהו ערכו של כל רגע ותוקירו אותו יותר, אם חלקתם אותו עם אדם מיוחד, אדם יקר. זכרו שהזמן אינו ממתין לשום אדם.

האתמול הוא היסטוריה.

המחר אינו ידוע.

היום הוא מתנה. אולי בגלל זה באנגלית קוראים לזמן ההווה: Present.