



שכבה צעירה

פעילות בנושא אין כמוני- דימוי עצמי חיובי

מטרת הפעילות- החניך ילמד מהו דימוי עצמי ויהנה מפעולת חיזוק אישית לדימוי זה.

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 8-30.

מיקום: פנים .

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * כדור * לוחות בינגו * לוחות תכונות אופי * כלי כתיבה * פתקים עם תכונות אופי * פתקים בצורת כוכב

פתיחה:

החניכים עומדים במעגל ועליהם לזרוק כדור אחד לשני אך על מנת לזרוק את הכדור, עליהם לומר תכונת אופי תוך 5 שניות מהרגע שקיבלו את הכדור. חניך שלא הצליח לומר תכונת אופי, עומד באמצע המעגל ומנסה להפסיל את חבריו למעגל על ידי תפיסה של הכדור שזרקו (חניך שזרק כדור והחניך שבאמצע תפס לו אותו- נכנס גם למעגל)... כך עד שרוב חניכי המעגל נמצאים באמצע.

גוף הפעולה:

משחק בינגו תכונות:

המדריך מחלק לוחות בינגו ריקים (מצורף בנספחים) ומבקש מהחניכים למלא 6 משבצות מתוך 8 בתכונות שלדעתם יש להם מתוך רשימת תכונות שהוא תולה על הקיר.

לאחר שכל אחד מלא 6 משבצות, מבקש המדריך מכל חניך לגשת ל2 חברים מהקבוצה ולבקש מהם לבחור לו 2 תכונות נוספות, אותן הוא ימלא ב2 משבצות שנותרו כך שלוח הבינגו יהיה מלא.

בסיום הכנת לוחות הבינגו, משחק המדריך עם החניכים בינגו תכונות. בכל פעם מוציא המדריך תכונה משקית התכונות, אם לחניכים יש את אותה התכונה בלוח שלהם- עליהם לסמן אותה.

המנצח הוא מי שיש לו לוח בינגו מלא...

בסיום המשחק, אומר המדריך לחניכים כי לפי לוחות הבינגו שלהם הוא רואה שכל אחד מהם מלא בתכונות טובות ושהוא גאה להיות המדריך של חניכים שהם כאלה בני אדם טובים.

משימת תגיד לי משהו טוב...

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



החניכים יושבים במעגל וכל חניך מקבל פתק בצורת כוכב (מצורף בנספחים) שעליו לכתוב משהו טוב על חברו היושב מימין לו במעגל.

לאחר שכולם כתבו לחבריהם מצד ימין, עורכים סבב וכל אחד מקריא לחברו את מה שכתב לו ומעניק לו את הפתק במתנה.

סיום:

המדריך מסכם את הפעילות בכך שאומר לחניכים כי ערך החודש שלנו הפעם הוא העצמה עצמית וכשאנו אומרים מדברים על העצמה, אנו מדברים על לבחון את הדברים הטובים שבנו ולהנות מהם וגם את הדברים הפחות טובים שבנו וללמוד כיצד להשתמש בהם על מנת להפוך לטובים יותר.

היום, היה לי חשוב להראות לכם כמה דברים טובים יש בכם....



-נספחים-

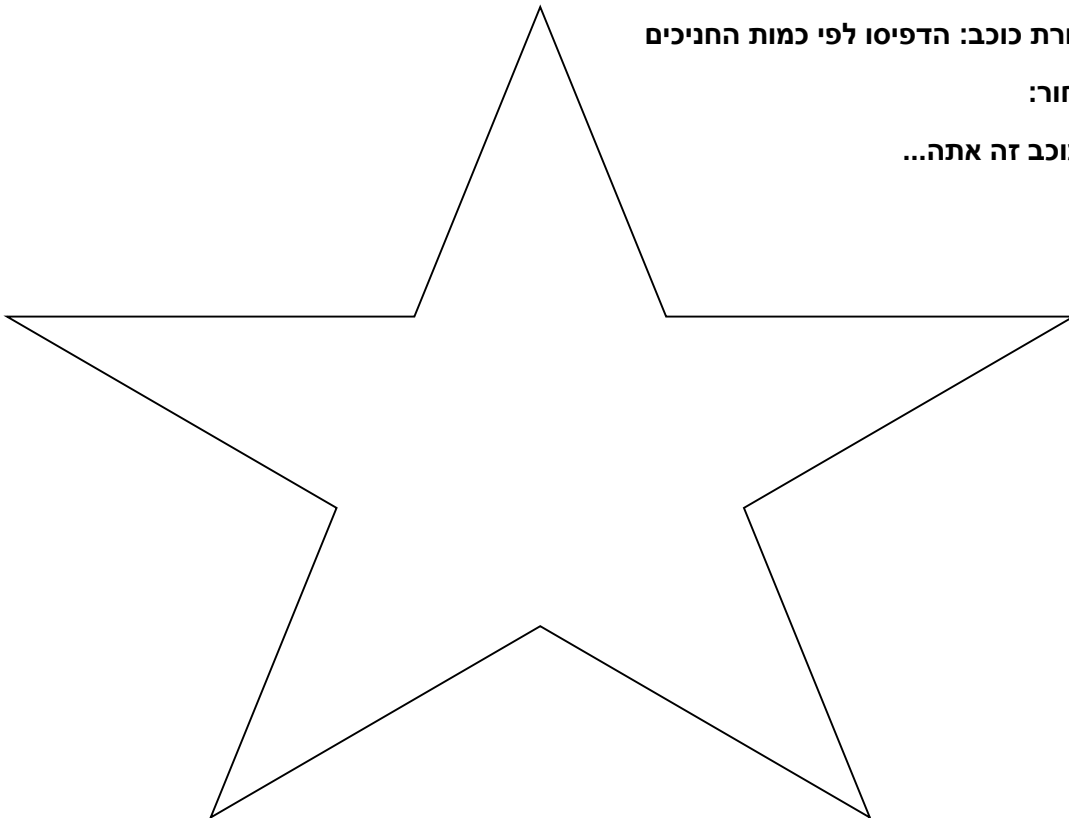
לוחות ביגו: הדפיסו לפי כמות החניכים

	אין כמוני	

פתקים בצורת כוכב: הדפיסו לפי כמות החניכים

ורשמו מאחור:

בשבילי הכוכב זה אתה...



תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

לוח תכונות: הדפסו כל אחד מהלוחות כ2 פעמים. (1 לתלות על הקיר, 2 לגזור ולהכניס לקערת הבינגו.

<p>משקיען</p> 	<p>מלהיב</p> 	<p>מנומס</p> 
<p>מכבד את הזולת</p> 	<p>מתמיד</p> 	<p>דע לקבל ביקורת</p> 
<p>בעל ערכים</p> 	<p>יפה תואר</p> 	<p>חכם</p> 
<p>שאפתן</p> 	<p>יודע להקשיב</p> 	<p>מקווה דוגמא</p> 

תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



<p>ביישן</p> 	<p>מאורגן</p> 	<p>מסודר</p> 
<p>נחמד</p> 	<p>מאיר פנים</p> 	<p>חביב</p> 
<p>מתייחס בכבוד למבוגרים</p> 	<p>משעשע</p> 	<p>עוזר לחברים</p> 
<p>מלא שמחת חיים</p> 	<p>טוב לב</p> 	<p>נדיב</p> 
<p>ותרן</p> 	<p>מיישב חילוקי דעות</p> 	<p>חייכן</p> 

תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



<p>אופטימי</p> 	<p>חברותי</p> 	<p>מדרבן</p> 
<p>רגוע</p> 	<p>יצירתי</p> 	<p>סבלני</p> 
<p>חזק</p> 	<p>ענייני</p> 	<p>יוזם</p> 
<p>בעל דמיון</p> 	<p>משקיט</p> 	<p>רציני</p> 
<p>אחראי</p> 	<p>מנהיג</p> 	<p>בעל חוש הומור</p> 

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא אני תמיד נשאר אני

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד עליו להפוך לאדם טוב יותר על ידי קבלה עצמית.

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 8-30.

מיקום: פנים גדול או חוץ גדול.

זמן: בין שעה וחצי לשעתיים.

ציוד: * פתקים אדומים * פתקים ירוקים * כלי כתיבה * כדור * תפזורת * חידון * חבל * הספר "למה דווקא אני" (למי שיש) או הסיפור בקצרה.

פתיחה:

המדריך מושיב את החניכים במעגל ומחלק להם 4 פתקים. 2 פתקים בצבע ירוק ו2 פתקים בצבע אדום. על הפתקים בצבע ירוק הוא מבקש מהחניכים לכתוב "מה הם אוהבים בעצמם" ועל הפתקים בצבע האדום מבקש מהחניכים לכתוב "מה הם פחות אוהבים בעצמם".

לאחר מכן המדריך עורך סבב רק של הפתקים הירוקים (מה שהם אוהבים בעצמם). בסיום הסבב הירוק. מבקש המדריך שכולם יניחו את פתקיהם הירוקים באמצע המעגל. מיד, ממשיך הוא ומבקש מהחניכים לא להקריא את פתקיהם האדומים, אך כן להניחם בערימה לצד הפתקים הירוקים ומסביר להם כי לא צריך לקרוא כדי לראות שלכל אחד מאיתנו יש דברים שהוא פחות אוהב בעצמו ויש דברים שהוא יותר אוהב בעצמו. הרעיון הוא לדעת איך אני משתמש בדברים הטובים שלי ובדברים הפחות טובים שלי כדי להפוך אותי לאדם טוב יותר המגשים את עצמו.

גוף הפעולה:

משחק 1: קליעה לסל

המדריך תולה או מניח דלי במקום גבוה בחדר (גבוה יחסית לגובה החניכים- לא גבוה יחסית למבוגרים) ומבקש מהחניכים לעמוד בטור. מטרת הקבוצה היא לקלוע כמה שיותר לסל.

למדריך- מטרת המשחק היא לתת לגבוהים שבחניכים יתרון על אחרים ולכן התאם את גובה הדלי לגובה החניכים הגבוהים כך שלהם יהיה יותר קל לקלוע.

בסיום המשחק, המדריך שואל את החניכים למי לדעתם היה יותר קל לקלוע לסל? לגבוהים או לנמוכים? ומסביר כי הרבה פעמים הוא שומע שיש ילדים שמרגישים פחות נחמד כי הם גבוהים יותר משאר החניכים אך שימו לב איך הגובה במשחק הזה לדוגמא- נתן יתרון לגבוהים יותר.

משחק 2: טור על ארבע

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



המדריך מסדר את החניכים בטור ומסביר להם כי המשחק הבא הוא משחק על זמן. בכל פעם החניך שעומד אחרון בטור, יורד על ארבע ועליו לעבור במהירות בין רגליהם של חבריו לקבוצה. כשמגיע לתחילת הטור, נעמד ועל החניך האחרון החדש לרדת על ארבע ולעבור במהירות בין רגליהם של חברי קבוצתו. כך עד שכל החניכים סיימו לעבור בין רגלי חברי הקבוצה. עליהם להספיק לעשות זאת תוך 2 דק'.

למדריך- במידה והקבוצה קטנה מאוד או גדולה מאוד- התאימו את הזמן לפי דעתכם.

בסיום הזמן שואל המדריך את הקבוצה למי לדעתם היה יותר קל במשחק, לנמוכים יותר או לגבוהים יותר? ומסביר כי הרבה פעמים הוא שומע ילדים שמתבאסים שהם נמוכים משאר חבריהם אבל שימו לב איך במשחק הזה- לנמוכים היה יתרון גדול על השאר.

משחק 3: משיכה בחבל

המדריך מחלק את הקבוצה ל4 קבוצות ועורך בינהן תחרות משיכה בחבל.

בסיום שואל את החניכים למי יהיה יותר קל בתחרות הדורשת כח? ומסביר כי לילדים החזקים פיזית יש יתרון משמעותי במשחקים הדורשים כח.

משחק 4: חידון (מצורף בנספחים)

המדריך עורך חידון בנושא ידע כללי בין 4 הקבוצות שחולקו במשחק הקודם.

בסיום, שואל המדריך את החניכים, למי לדעתם יותר קל לשחק במשחק של ידע? ומסביר כי לילדים שהם יותר טובים בתחום העיוני, יותר קל במשחקים הדורשים ידע.

משחק 5: תפזורת (מצורף בנספחים)

המדריך מחלק לכל אחת מארבע הקבוצות דף תפזורת. הקבוצה המסיימת ראשונה היא הקבוצה המנצחת.

בסיום, שואל המדריך למי יהיה יותר קל בתחרויות כמו תפזורת? ומסביר כי לילדים שהם סבלניים יותר יהיה יותר קל במשחקים הדורשים סבלנות

משחק 6: 21

המדריך מעמיד את כל החניכים במעגל אחד ואומר להם כי עליהם להתמסר 21 פעמים בלי להפיל את הכדור תוך דקה וחצי.

בסיום, שואל את החניכים למי יהיה יותר קל במשחקים הדורשים עבודת צוות? ומסביר כי ילדים חברותיים שמעודדים אחרים יהיו יותר טובים במשחקים הדורשים עבודת צוות.

משחק 7: הפסלים

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



המדריך משחק עם החניכים את משחק הפסלים. בכל פעם המדריך אומר דמות מסוימת ועל החניכים לעמוד בצורת הדמות לדוגמא: המדריך אומר "כלב" - על החניכים להיעמד כפסל בצורת כלב. בכל סיבוב המדריך אומר מיהו החניך שעומד בצורה הכי נכונה.

בסיום, שואל המדריך את החניכים למי יהיה יותר קל במשחקים הדורשים עבודה אישית? ומסביר כי גם חניכים שיותר קשה להם להתחבר לאחרים מצליחים מאוד במשחקים הדורשים עבודה אישית.

סיום:

המדריך מספר להם בקצרה את הסיפור "למה דווקא אני?"

הסיפור בקצרה:

רוני הוא ילד חכם מאוד אבל הוא נמוך, ולכן תמיד הוא קינא ביואב שהוא גבוה מאוד.

יואב שהוא ילד גבוה מאוד אבל עם משקפיים תמיד קינא ברועי שאין לו משקפיים.

רועי שהוא ילד בלי משקפיים אבל שגר במושב תמיד קינא בענת שגרה בעיר.

ענת שהיא ילדה שגרה בעיר אבל היא שמנמנה תמיד קינאה בליה שהיא רזה.

ליה שהיא ילדה רזה אבל עם שיער מתולתל תמיד קינאה בלימור שלה שיער חלק.

לימור שהיא ילדה עם שיער חלק אבל מאוד מתקשה בלימודים תמיד קינאה ברוני שהוא ילד חכם מאוד...

ורוני.... אתם כבר יודעים (הילד מהשורה הראשונה) ..

המדריך מסכם את הפעילות שלכולנו יש דברים שאנו אוהבים בעצמנו ודברים שפחות אבל אין מישהו שהוא מושלם ואנחנו נהיה מושלמים רק כשנדע לקבל את עצמנו כמו שאנחנו ולהשתמש בתכונות ובנתונים שקיבלנו כדי להפוך אותנו לאנשים טובים יותר.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

חידון ידע כללי:

1. איזו עיר היא בירת הנגב? באר שבע.
2. מהו המקום הנמוך ביותר בעולם? ים המלח.
3. מהו סמל המדינה? מנורה ועלי זית.
4. איך נקרא רופא המטפל בחיות? וטרינר.
5. מה נחשב המאכל הלאומי ישראלי? פלאפל.
6. ציפור המגיעה לבקר אותנו בחורף? נחליאלי.
7. מי היה ראש הממשלה הראשון של ישראל? דוד בן גוריון.
8. מהם ראשי התיבות צה"ל? צבא הגנה לישראל.
9. מהו גיל בר המצווה? 13.
10. באיזה תאריך עברי חל חג חנוכה? כ"ה בכסלו.

תפזורת צבעים:

ש	ע	כ	ר	ג	ב	נ	ש	צ
ח	ג	ת	פ	ט	י	ר	ו	ק
ו	ר	ו	ד	כ	ש	ע	ס	ח
ר	פ	מ	נ	ח	ד	ה	ק	י
ג	ק	צ	ה	ו	ב	ג	א	א
ת	ל	פ	א	ל	ט	כ	ד	ג
י	ב	ז	ו	ס	ג	ו	ל	ב
פ	נ	ת	ל	ט	מ	ה	ז	ס

1. שחור 2. כתום 3. ורוד 4. ירוק 5. כחול 6. סגול 7. לבן 8. צהוב 9. אדום

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא חלומות- כשאהיה גדול...

מטרת הפעילות- החניך ילמד על חלומות וכיצד להגשים תוך התמקדות בחלומו העתידי מבחינה מקצועית.

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 8-30.

מיקום: פנים.

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * * שיר "כשאהיה גדול" אריק איינשטיין * פתקים * כלי כתיבה * קלפי רביעיות

פתיחה:

המדריך מכניס את החניכים לחדר כשברקע נשמע השיר של אריק איינשטיין "כשאהיה גדול...". הוא מבקש מהחניכים להקשיב לשיר ולהתיישב במעגל ובינתיים מחלק להם פתק וכלי כתיבה. בסיום השיר, המדריך שואל את החניכים על מה דיבר השיר? וכשהם עונים לו כי השיר דיבר על מה כל אחד רוצה להיות כשהיה גדול, המדריך מבקש מכל חניך, לרשום על הפתק מה הוא רוצה להיות כשהיה גדול ולא להראות לאף אחד.

המדריך אוסף את הפתקים ומחלק אקראית בין החניכים את הפתקים. כל אחד בתורו, צריך בלי לדבר להציג את המקצוע הרשום בפתק שקיבל ועל שאר חניכי הקבוצה לנחש איזה מקצוע זה ומי לדעתם כתב את המקצוע הזה כשחלום שלו כשהוא יהיה גדול.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



גוף הפעולה:

רביעיות עבודה: (קלפים מצורפים בנספחים)

המדריך מחלק את הקבוצה לתתי קבוצות (4-5 קבוצות לפי מספר החניכים). כל קבוצה מקבלת 4 קלפים כשבכל קלף רשום הנושא בחלק העליון (תחום) ו4 פרטים השייכים לתחום כשאחד מהם מסומן באדום ומודגש והוא מייצג את הקלף שיש להם ביד. כל שאר הקלפים, מונחים במרכז החדר בערימה והם נקראים "קופה". מטרת כל קבוצה היא לאסוף את כל 4 הקלפים הנמצאים באותו תחום וליצור רביעה.

תחום החינוך (נושא הקלפים)



1. מנהל
2. מורה
3. **מדריך בתנועת נוער**
4. גנן/ת

בכל פעם, לפי סדר, קבוצה מתחילה כשהיא שואלת קבוצה ספציפית אחרת, האם יש לה את התחום שהיא רוצה (לדוגמה תחום החינוך) ובמידה ויש לקבוצה שהיא בקשה ממנה קלפים בתחום הזה, אז היא מבקשת גם אחד הקלפים המפורטים בחלק התחתון של הקלף (לדוגמה "מנהל") - שימו לב לא לבקש את הפרט המודגש כי אותו יש לכם.

אם לקבוצה שנתבקשה לתת את הקלף- יש את אותו הקלף, עליה למסור אותו לקבוצה שבקשה ולקבוצה שבקשה יש הזדמנות נוסף לבקש עוד קלפים בנושא זה או בנושאים אחרים מאותה הקבוצה או מקבוצה אחרת עד שהם מקבלים תשובה כי אין את הקלף שביקשו. בסיום התור עליהם לקחת קלף מהקופה.

אם אין לקבוצה שנתבקשה את הקלף שהקבוצה ביקשה- היא אומרת שאין לה והקבוצה שביקשה סיימה את תורה ולוקחת קלף מהקופה.

הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שבסוף המשחק יש לה יותר כמות של רביעיות.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



סיום:

המדריך שואל את החניכים מה משותף לכל העבודות הללו? ולאחר שהחניכים נותנים תשובות שונות, הוא מסביר להם כי המשותף לכל העבודות הללו הוא שהן כולם חלומות של אנשים שונים מבחינת עבודה בעתיד אבל, הוא ממשיך ואומר, אם אני אשנה את סדר האותיות במילה חלום, איזו מילה תצא לי? התשובה היא "לוחם" ולא סתם... כדי להגשים חלום עלי להיות לוחם, כלומר להלחם כל הדרך עד שאגשים את החלום הזה...זוה אומר, לא לוותר ולא להישבר ולהתגבר על מכשולים. כל חלום שיש לכם- תאמינו שתצליחו להגשים אותו ותלחמו עליו... היום עסקנו במה שתרצו להיות כשתהיו גדולים אבל החלומות שלנו הם לא רק דברים שיקרו בעוד הרבה שנים אלא החלומות שלנו יכולים להיות עכשיו כגון: להצליח במבחן, לנסוע לטייל, לקבל מתנה מסוימת וכו'... אם תזכרו שבשביל להגשים חלומות אתם צריכים להיות לוחמים (לא מבחינה פיזית אלא מבחינה מנטאלית) אז כל חלום שלכם יתגשם.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום החינוך



1. מורה
2. **מנהל**
3. מדריך בתנועת נוער
4. גנ/ת

תחום החינוך



1. **מורה**
2. מנהל
3. מדריך בתנועת נוער
4. גנ/ת

תחום החינוך



1. מורה
2. מנהל
3. מדריך בתנועת נוער
4. **גנ/ת**

תחום החינוך



1. מורה
2. מנהל
3. **מדריך בתנועת נוער**
4. גנ/ת

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הפוליטיקה



1. ראש ממשלה
2. **שר**
3. חבר כנסת
4. נשיא המדינה

תחום הפוליטיקה



1. **ראש ממשלה**
2. שר
3. חבר כנסת
4. נשיא המדינה

תחום הפוליטיקה



1. ראש ממשלה
2. שר
3. חבר כנסת
4. **נשיא המדינה**

תחום הפוליטיקה



1. ראש ממשלה
2. שר
3. **חבר כנסת**
4. נשיא המדינה

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הבריאות



1. רופא
2. אח/ות
3. מיילדת
4. מנתח

תחום הבריאות



1. רופא
2. אח/ות
3. מיילדת
4. מנתח

תחום הבריאות



1. רופא
2. אח/ות
3. מיילדת
4. מנתח

תחום הבריאות



1. רופא
2. אח/ות
3. מיילדת
4. מנתח

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום שירותי הביטחון



1. שוטר
2. חייל
3. מאבטח
4. סוהר

תחום שירותי הביטחון



1. שוטר
2. חייל
3. מאבטח
4. סוהר

תחום שירותי הביטחון



1. שוטר
2. חייל
3. מאבטח
4. סוהר

תחום שירותי הביטחון



1. שוטר
2. חייל
3. מאבטח
4. סוהר

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום שירותי ההצלה



1. כבאי
2. חובש
3. חילוץ
4. חבלן

תחום שירותי ההצלה



1. כבאי
2. חובש
3. חילוץ
4. חבלן

תחום שירותי ההצלה



1. כבאי
2. חובש
3. חילוץ
4. חבלן

תחום שירותי ההצלה



1. כבאי
2. חובש
3. חילוץ
4. חבלן

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום החשבונאות



1. רואה חשבון
2. מנהל חשבונות
3. **חשב שכר**
4. יועץ מס

תחום החשבונאות



1. **רואה חשבון**
2. מנהל חשבונות
3. חשב שכר
4. יועץ מס

תחום החשבונאות



1. רואה חשבון
2. מנהל חשבונות
3. חשב שכר
4. **יועץ מס**

תחום החשבונאות



1. רואה חשבון
2. מנהל חשבונות
3. **חשב שכר**
4. יועץ מס

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום המשפטים



1. עורך דין
2. **שופט**
3. נוטריון (עורך דין בכיר)
4. משפטן

תחום המשפטים



1. **עורך דין**
2. שופט
3. נוטריון (עורך דין בכיר)
4. משפטן

תחום המשפטים



1. עורך דין
2. שופט
3. נוטריון (עורך דין בכיר)
4. **משפטן**

תחום משפטים



1. עורך דין
2. שופט
3. **נוטריון (עורך דין בכיר)**
4. משפטן

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום מקצועות חופשיים



1. נגר
2. סנדלר
3. צבעי
4. בנאי

תחום מקצועות חופשיים



1. נגר
2. סנדלר
3. צבעי
4. בנאי

תחום מקצועות חופשיים



1. נגר
2. סנדלר
3. צבעי
4. בנאי

תחום מקצועות חופשיים



1. נגר
2. סנדלר
3. צבעי
4. בנאי

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הדת



1. רב

2. חזן

3. משגיח כשרות

4. מוהל

תחום הדת



1. רב

2. חזן

3. משגיח כשרות

4. מוהל

תחום הדת



1. רב

2. חזן

3. משגיח כשרות

4. מוהל

תחום הדת



1. רב

2. חזן

3. משגיח כשרות

4. מוהל

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הרכב



1. מכונאי רכב
2. מוסכניק
3. חשמלאי רכב
4. שמאי רכב

תחום הרכב



1. מכונאי רכב
2. מוסכניק
3. חשמלאי רכב
4. שמאי רכב

תחום הרכב



1. מכונאי רכב
2. מוסכניק
3. חשמלאי רכב
4. שמאי רכב

תחום הרכב



1. מכונאי רכב
2. מוסכניק
3. חשמלאי רכב
4. שמאי רכב

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הספורט



1. כדורגלן

2. כדורסלן

3. מתעמלת אומנותית

4. רקדנית

תחום הספורט



1. כדורגלן

2. כדורסלן

3. מתעמלת אומנותית

4. רקדנית

תחום הספורט



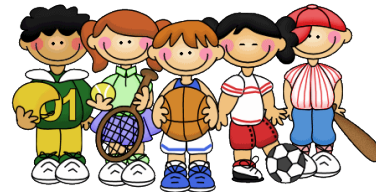
1. כדורגלן

2. כדורסלן

3. מתעמלת אומנותית

4. רקדנית

תחום הספורט



1. כדורגלן

2. כדורסלן

3. מתעמלת אומנותית

4. רקדנית

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

תחום הבידור



1. שחקן

2. זמר

3. מנחה טלוויזיה

4. סטנדאפיסט

תחום הבידור



1. שחקן

2. זמר

3. מנחה טלוויזיה

4. סטנדאפיסט

תחום הבידור



1. שחקן

2. זמר

3. מנחה טלוויזיה

4. סטנדאפיסט

תחום הבידור



1. שחקן

2. זמר

3. מנחה טלוויזיה

4. סטנדאפיסט

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא פעילות גופנית כדרך להיות מאושר

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד פעילות גופנית יכולה לתת מענה לצורך הרצון להיות מאושר.

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 8-30.

מיקום: פנים גדול או חוץ גדול.

זמן: בין שעה לשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * * 12 כרטיסיות ריקות * סוכריות טופי * מלפפון קשור בחוט * חבל * כוס עם מים *שעון

פתיחה:

המדריך מחלק את הקבוצה ל2 קבוצות המתחרות אחת בשנייה.

נחש את נושא הפעולה:

המדריך מניח 12 כרטיסיות ריקות (6 כרטיסיות רווח ועוד 6 כרטיסיות) המייצגות את נושא הפעילות, מול 2 הקבוצות ואומר להם כי בכל פעם, תבחר אחת הקבוצות אות. אם האות היא אחת מאותיות המילים המסתתרות, המדריך רושם את האות במקום הנכון ויש לקבוצה 30 שניות לנסות לנחש את הנושא... במידה והקבוצה בחרה אות שאינה נמצאת בין אותיות נושא הפעולה, המדריך אומר כי אין אות זו ואין להם הזדמנות לנחש את נושא הפעולה.

נושא הפעילות הוא: "פעילות גופנית".

המדריך מסביר לחניכים כי כמו שהם כבר יודעים, אנו בחודש שערך החודש שלו הוא העצמה עצמית ופעילות גופנית היא דרך להעצמה עצמית, כיצד? בזמן פעילות ספורטיבית אנחנו מרפים מתח בשרירים, משפרים את מצבם של מערכות הלב והריאות ומגדילים את כמות האנדורפינים הגורמים לנו לתחושה טובה וחיובית.

גוף הפעולה:

המשך תחרויות בין 2 הקבוצות:

תחרות 1: מרוץ שליחים

המדריך מחלק את 2 הקבוצות ל2 חצאי קבוצות נוספות ומעמיד 2 חצאי קבוצות בצד אחד ואת 2 החצאי הקבוצות בצד השני. מהרגע שהמדריך אומר "צאו לדרך", מכל קבוצה יוצא נציג עם כוס מים והולך לצד שבו נמצאים חצי מחברי קבוצתו, שם הוא מוסר את כוס המים לנציג מקבוצתו שעומד שם

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



ואותו נציג חוזר עם כוס המים לחצי הקבוצה שלו הנמצאת בצד השני. אותו נציג מוסר לחבר קבוצתו מהצד השני את המים והנציג החדש הולך בחזרה לכיוון הנגדי עם כוס המים- כך עד שכל חברי הקבוצה הובילו את כוס המים כיוון אחד. הקבוצה הראשונה שמסיימת ושיש לה יותר מים בכוס מנצחת.

דוגמא:

חצי קבוצה 1 ○ ○ ○

חצי קבוצה 1 ○ ○ ○

חצי קבוצה 2 ○ ○ ○

חצי קבוצה 2 ○ ○ ○

תחרות 2: שכיבות שמיכה

המדריך נותן לכל קבוצה 2 דק' לעשות כמה שיותר שכיבות שמיכה בזמן הזה ולחשב יחד. הקבוצה הראשונה מתחילה כשליד כל חניך מהקבוצה הראשונה שעושה שכיבות שמיכה, עומד נציג מהקבוצה השנייה וסופר בקול רם את מספר שכיבות השמיכה. בסיום 2 הדקות, כל נציגי הקבוצה שספרו את שכיבות השמיכה אומרים למדריך כמה עשה כל אחד, המדריך מחשב את הסכום הכולל וזה הסכום שהקבוצה השנייה תצטרך לעבור כדי לנצח. לאחר מכן הקבוצה השנייה, עושה שכיבות שמיכה תוך 2 דק' ונציגים מהקבוצה הראשונה סופרים להם.

הקבוצה שעשתה יחדיו יותר שכיבות שמיכה מנצחת.

תחרות 3: כפיפות בטן

המדריך נותן לכל קבוצה 2 דק' לעשות כמה שיותר כפיפות בטן בזמן הזה ולחשב יחד. הקבוצה הראשונה מתחילה כשליד כל חניך מהקבוצה הראשונה שעושה כפיפות, עומד נציג מהקבוצה השנייה וסופר בקול רם את מספר הכפיפות. בסיום 2 הדקות, כל נציגי הקבוצה שספרו את כפיפות הבטן אומרים למדריך כמה עשה כל אחד, המדריך מחשב את הסכום הכולל וזה הסכום שהקבוצה השנייה תצטרך לעבור כדי לנצח. לאחר מכן הקבוצה השנייה, עושה כפיפות בטן שמיכה תוך 2 דק' ונציגים מהקבוצה הראשונה סופרים להם.

תחרות 4: קפיצה בחבל

המדריך נותן לכל קבוצה חבל אחד. נציג מכל קבוצה מתחיל לקפוץ בו ליד המדריך וכשהחבל נתקע לו או שאין לנציג יותר כח והוא מפסיק, עליו להעביר במהירות את החבל לנציג הבא מקבוצתו. מטרת הקבוצות היא להחזיק יותר זמן בקפיצה בחבל מהקבוצה האחרת. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שעדיין תקפוץ בחבל בעוד הקבוצה השנייה סיימה את כל חבריה וכולם נפסלו. (כל חבר קבוצה קופץ פעם אחת בלבד).

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



סיום:

המדריך אומר לחניכים כי פרט לפעילות גופנית שגורמת להרגשה טובה, גם אכול בריא גורם להרגשה טובה ולכן הוא מבקש מהקבוצות לעמוד בשני טורים מקבילים כשפניהם מופנות האחד כלפי השני (כלומר חבר מקבוצה אחת עומד מול חבר מקבוצה שתיים). כל זוג מקבל מלפפון הקשור בחוט מ2 קצוותיו. מטרת כל חניך, היא רק בעזרת הפה להגיע למלפפון לפני החניך השני.

בסיום, המדריך אומר לחניכים כי הם עשו פעילות כל כך טובה, גם ספורטיבית וגם תזונתית ולכן כדי לגרום להם להרגיש עוד יותר טוב, הוא מחלק לכל אחד סוכריית טופי.



שכבת ביינים

פעילות בנושא חשיבה חיובית- מודל אפר"ת

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד החשיבה שלנו מושפעת מההסתכלות שלנו על כל עניין.

גיל: שכבת ביינים

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים.

זמן: כשעה וחצי.

ציוד: * 4 בריסטולים * טוש * כתב חידה * שלטים לתחרות 1- אירוע

פתיחה:

המדריך אומר לחניכים משפטים המעוררים תגובה מסוימת (חיובית או שלילית) ומבקש מחניכי הקבוצה לומר לו האם המשפט יגרום להם לתגובה חיובית או שלילית.

המשפטים:

1. חבר העתיק ממך במבחן, במהלך בדיקת המבחן ראתה המורה את תשובותיכם הזרות ופסלה את המבחן לשניכם. תגובה חיובית או שלילית?
2. את מתקשרת לחבר שלך מהצהריים אך הוא לא עונה ולא חוזר אליך. תגובה חיובית או שלילית?
3. מישהו מהשכבה שבאופן קבוע מתנהג בצורה גועלית לכולם, צרח על המורה ולכן הושעה מבית הספר. תגובה חיובית או שלילית?
4. המדריך בנוער הלאומי כל הזמן מעיר לך שאתה לא מגיע בזמן. תגובה חיובית או שלילית?
5. מלכת השכבה הסכימה לצאת איתך. תגובה חיובית או שלילית?

בסיום המשפטים, לאחר שהחניכים אמרו את תחושותיהם לגבי תגובתם לכל משפט ומשפט. המדריך אומר להם כי בסוף הפעולה, הוא לא בטוח שהם יגיבו למשפטים האלה באותה צורה אבל נחייה ונראה...

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



גוף הפעולה:

המדריך מחלק את הקבוצה ל-2 קבוצות המתחרות אחת בשנייה.

תחרות 1: אירוע

המדריך מחזיק מספר שלטים בידיו שעליהם כתובות מילים מסוימות. בין המילים הללו יש קשר של מילה אחרת. מטרת כל קבוצה היא לפענח ראשונה את המילה המקשרת בין כל המילים. בכל פעם יחשוף המדריך את אחד השלטים וייתן לקבוצה אחת 20 שניות לנחש איזו מילה מקשרת. לכל קבוצה יש רק ניסיון אחד בכל חשיפה של מילה ולכן עליהם לחשוב טוב טוב ולא לזרוק סתם מילים. אם הקבוצה שהיה תורה לא הצליחה לעלות על המילה, חושף המדריך שלט נוסף לקבוצה השנייה ועכשיו להם יש 20 שניות וניסיון אחד לעלות על המילה המקשרת בין 2 המילים שנחשפו. במידה ולא הצליחו, התור חוזר לקבוצה הראשונה ונחשפת עבורם מילה נוספת עם 20 שניות וניסיון ניחוש אחד וכך הלאה עד שאחת הקבוצות עולה על המילה. במידה ובסיום חשיפת כל השלטים עדיין לא עלו הקבוצות על המילה, המדריך פותח את התחרות חופשית ל-2 הקבוצות לנחש בלי הגבלת זמן או ניסיונות. (שלטים מצורפים בנספחים).

בסיום המשחק המדריך כותב על בריסטול שהוכן מראש את המילה "אירוע" (שזו גם המילה המקשרת).

תחרות 2: פרשנות

המדריך נותן לכל קבוצה כתב חידה המורכב מגימטרייה, הגיון וסמלים. הקבוצה הראשונה שפותרת את כתב החידה מנצחת.

בסיום התחרות המדריך כותב על בריסטול נוסף את המילה "פרשנות".

תחרות 3: רגש

המדריך מבקש מכל קבוצה לבחור בין 4-7 נציגים שייצגו אותם במשחק הבא ומסביר להם, כי כשהוא אומר:

את הספרה אחת: על הנציגים לחייך.

את הספרה שתיים: על הנציגים לעשות פרצוף עצוב.

את הספרה שלוש: על הנציגים לעשות פרצוף כועס.

את הספרה ארבע: על הנציגים לעשות פרצוף בהלם.

את הספרה חמש: על הנציגים לעשות פרצוף שמריח ריח מסריח.

המדריך מנסה לבלבל את נציגי הקבוצות על ידי אמירת מספר שונה בכל פעם וכך לפסול את הנציגים. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שנשארו לה יותר נציגים במשחק.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



בסיום המשחק, המדריך כותב על בריסטול נוסף את המילה "רגש".

תחרות 4: תגובה

המדריך מבקש מהחניכים להתחלק לזוגות הכוללים נציג מכל קבוצה המתחרים אחד בשני בקרב אגודלים. מטרת כל חניך היא לצבור לקבוצתו נקודה על ידי ניצחון (לחיצה על אגודלו של היריב) החניך המתחרה נגדו מהקבוצה היריבה. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שרב חבריה ניצחו בקרב האגודלים.

בסיום המשחק, המדריך רושם על בריסטול נוסף את המילה "תגובה"

ומראה להם את מודל אפר"ת שהוא ראשי תיבות של 4 הבריסטולים המופיעים כאן:

א- אירוע

פ- פרשנות

ר- רגש

ת- תגובה

המדריך מסביר לחניכים כי מודל אפרת בעצם מראה לנו כיצד אנו רואים דברים מסוימים, מפרשים אותם ומגיבים אליהם.

סיום:

המדריך מזכיר לחניכים את הדוגמאות מתחילת הפעילות ומוכיח להם למה כששאל אותם האם המשפט יגרום להם לתגובה חיובית או שלילית, הם נתנו את התשובה שנתנו. לדוגמא:

1. חבר העתיק ממך במבחן, במהלך בדיקת המבחן ראתה המורה את תשובותיכם הזרות ופסלה את המבחן לשניכם.

האירוע- פסלו לך את המבחן כי נחשדת בהעתקה

פרשנות- סביר להניח שתפרש את זה כלא פיר, הרי לא אתה העתקת.

רגש- זה מאוד יכעיס ויתסכל אותך

תגובה- תתעצבן, תתרגז, תכעס

אבל.... אם נסתכל על האירוע בצורה אחרת....

האירוע- פסלו לך את המבחן כי נחשדת בהעתקה.

פרשנות- האמת המורה צודקת שפסלה את המבחן, הרי היא לא יודעת מי העתיק ממי.

רגש- הבנה של הצד של המורה

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



תגובה- תגובה מתונה, סביר להניח שתלך לדבר איתה בשקט ולא בכעס.

דוגמא נוספת:

2. את מתקשרת לחבר שלך מהצהריים אך הוא לא עונה ולא חוזר אליך.

אירוע- חבר מסנן אותך כל הצהריים.

פרשנות- הוא לא אוהב אותי... הוא משחק אותה קשה להשגה...

רגש- עצבים, כעס, אגו פגוע.

תגובה- לא רוצה לדבר איתו... גם אני יודעת לשחק משחקים.

אבל... אם נסתכל על זה בצורה שונה....

אירוע- חבר מסנן אותך כל הצהריים.

פרשנות- אולי קרה לו משהו... לא מתאים לו לא לחזור אולי... אני מקווה שהכל בסדר.

רגש- דאגה... אכפתיות...

תגובה- מחכה שיתקשר ומדברת ברוגע ובאכפתיות לשמוע שהכל בסדר.

בעצם הצורה שאנו מסתכלים על האירוע ומפרשים אותו, זוהי הצורה שתקבע כיצד נגיב אליו. אם נדע להסתכל בצורה חיובית על האירועים בחיינו, החיים לנו יראו הרבה יותר שמחים ומאושרים.



-נספחים-

שלטים לתחרות 1:

קטן

גדול

זול



-נספחים-

אומנותי

עסקי

חריג



-נספחים-

תקשורת

לב

מוחי



-נספחים-

ביטחוני

משפחתי

חברתי



-נספחים-

בטחוני


טראומתי

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

כתב חידה לכל קבוצה: "כל הכבוד י' תותחים... אין כמוכם"- הדפיסו פעמיים

2 ✕  י' 4,6,2,20,5 30,20

40,20,6,40,20 כניסה



תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא נתינה כדרך להעצמה עצמית

מטרת הפעילות- החניך ילמד על נתינה ועל הקשר בינה לבין העצמה.

גיל: שכבת ביניים

מספר חניכים: 8-40.

מיקום: פנים.

זמן: כשעה וחצי.

ציוד: * שיפודי עץ *מרשמלו *דף סיטוציות למשחק ימין/ שמאל * שיר "כולנו זקוקים לחסד" *
כרטיסיות גזורות עם דרגות הנתינה על פי הרמב"ם. *דף עם דרגות הנתינה על פי הרמב"ם מסודרות.

פתיחה:

כל חניך מקבל שיפוד עץ עם מרשמלו בקצהו ומניח את שיפוד העץ בפה שלו (את הצד בלי המרשמלו).
המדריך נותן לחניכים 2 דק' לסיים את המרשמלואים כשאסור להם להשתמש בידיים, ברגליים ובכל
אברי הגוף.

למדריך- שים לב שבהתחלה אולי הם לא יחשבו על כך שהם יכולים להיעזר אחד בשני על ידי שאחד
יאכיל את חברו במרשמלו שלו ואז חברו יאכיל אותו במרשמלו שלו. לכן, אם ב2 דק' הראשונות הם לא
מבינים זאת, תן להם 2 דק' נוספות לנסות שוב והפעם רמוז להם כי הם יכולים לעבוד ביחד.

בסיום המשימה, המדריך מסביר לחניכים כי כדי לקבל- אני צריך לדעת לתת...

גוף הפעולה:

משחק ימין/ שמאל:

החניכים עומדים במעגל על כיסאות. המדריך שואל אותם "מה ההבדל בין צדקה לחסד לדעתם?"

לאחר שמתקבלים מספר תשובות (המדריך לא מאשר ולא שולל אף תשובה), משחקים את משחק
ימין/ שמאל. כל חניך עומד על הכסא האישי שלו במעגל. המדריך מקריא סיטואציות. אם לדעת החניך,
הסיטואציה תואמת את מה שהוא מגדיר כצדקה- עליו לזוז כסא אחד ימינה. אם לדעת החניך
הסיטואציה תואמת את מה שהוא מגדיר כחסד- עליו לזוז כסא אחד שמאלה (סיטואציות מצורפות
בנספחים).

למדריך- חלק מהרעיון של המשחק זה שיווצר קצת בלאגן בנושא של צדקה וחסד וזאת כדי שיהיה להם
ברור מה ההבדל ביניהם. לידע כללי צדקהם-. היא נתינה לעניים בעוד חסד- היא נתינה לכל אדם באשר
הוא.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



משחק 8 דרגות של נתינה:

המדריך מסביר לחניכים כי הרמב"ם חילק את הנתינה ל8 דרגות מהנתינה הגדולה ביותר ועד לנתינה הנמוכה ביותר. על החניכים לסדר את סולם הנתינה מהגדולה ביותר לנמוכה ביותר לפי דעתם. (כרטיסיות מחולקות מצורפות בנספחים).

למדריך- במידה ויש קבוצה גדולה של חניכים, חלק אותם לתת קבוצות של בין 5-7 חניכים בקבוצה

סיום:

המדריך משמיע את השיר "כולנו זקוקים לחסד" שכתב נתן זך. ומסביר לחניכים את ההבדל בין חסד (מתן לכל אדם) לעומת צדקה (מתן לעניים) ואומר להם כי כל אדם זקוק לנתינה כלשהי- לחסד... חלק זקוקים למשהו חומרי וחלק זקוקים לנתינה נפשית...

כשאני נותן לאחר, בין אם זה נתינה חומרית (כסף, אוכל, בגדים...), או נתינה נפשית (תמיכה, ייעוץ...), או נתינה רגשית (אוזן קשבת) ואפילו נתינה מנטאלית (ידע, הסבר...)- אני מקבל פי שתיים... כיוון שלא רק שאני מקבל הערכה מהצד המקבל, אני גם מקבל הערכה מעצמי (תמיד מרגישים יותר טוב כשנותנים), דבר שמחזק אותי בתור בן אדם.



-נספחים-

סיטוציות:

סיטואציות הנוגעות לצדקה:

1. נתתי 5 שקלים לאדם שמנגן באקורדיון ברחוב...
2. תרמתי בגדים למשפחות נזקקות...
3. אספתי מזון למשפחות נזקקות...
4. קניתי צעצועים לילדים שאין להם...
5. תרמתי 10 שקלים לבחור שדפק לנו בדלת וביקש תרומה עבור הבת שלו.

סיטואציות הנוגעות לחסד:

1. עזרתי לחבר שלי למצוא עבודה....
2. נתתי לחבר שלי אוכל כשהוא לא הביא לבית הספר.
3. סחבתי לזקנה את המצרכים הביתה כי ראיתי שהיה לה כבד.
4. נתתי מהבגדים שלי לחבר שלי.
5. עזרתי לחבר בעת צרה.

"שמונה מעלות בצדקה" לרמב"ם

שמונה מעלות יש בצדקה זו למעלה מזו:

מעלה גדולה שאין למעלה ממנה – זה המחזיק ביד ישראל שְׁמֵךְ (שנעשה עני) ונותן לו מתנה או הלואה או עושה עמו שותפות או ממציא לו מלאכה כדי לחזק את ידו ... החזק בו עד שלא ייפול ויצטרך.

פחות מזה – הנותן צדקה לעניים ולא ידע למי נתן ולא ידע העני ממי לקח; שהרי זו מצווה לשמה...

וקרוב לזה – הנותן לתוך קופה של צדקה...

פחות מזה – שידע הנותן למי ייתן ולא ידע העני ממי לקח, כגון גדולי החכמים שהיו הולכין בסתר ומשליכין המעות בפתחי העניים. וכזה ראוי לעשות...

פחות מזה – שידע העני ממי נטל ולא ידע הנותן...

פחות מזה – שייתן לו בידו קודם שישאל.

פחות מזה – שייתן לו אחר שישאל.

פחות מזה – שייתן לו פחות מן הראוי בסבר פנים יפות.

פחות מזה – שייתן לו בעצב.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



(רמב"ם, משנה תורה, הלכות מתנות עניים, פ"י הלכות ז'–י"ד)

שמונה דרגות הצדקה של הרמב"ם במילים פשוטות ובסדר הנכון (מהדרגה הפחותה אל הנעלה). הדפיסו את המשפטים המצורפים וגזרו כל משפט בנפרד.

✂

נותן – אך בעצב, מצטער על כך.

✂

נותן פחות מן הראוי אך בסבר פנים יפות.

✂

נותן לאחר שמבקשים ממנו.

✂

נותן לפני שמבקשים ממנו.

✂

הנותן יודע למי נתן, המקבל אינו יודע ממי
קיבל.

✂



הנותן אינו יודע למי נתן, והמקבל אינו יודע
ממי קיבל.

✂

המקבל יודע ממי קיבל, והנותן אינו יודע
למי נתן.

✂

נותן הלוואה, עושה שותפות או מסדר
עבודה לחברו כדי שיוכל להתפרנס כראוי
ולא יזדקק לאחרים, תומך בו עד שיצליח
לעמוד לבדו.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא תקשורת בין אישית

מטרת הפעילות- החניך ילמד מהי תקשורת בין אישית וחשיבותה בהעצמה עצמית

גיל: שכבת ביניים

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים גדול (חדר רחב) או חוץ- מרחב מרווח.

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * כרטיסיות בשתי צבעים הכוללות את האותיות "מילולית" * כיסויי עיניים לפי כמות החניכים * משפטים לתחרות "שפת גוף". * סמלי הבעה * משפטים לסמלי ההבעה * חבלים.

פתיחה:

משחק "אני יודע יותר".

המדריך מבקש מהחניכים להסתובב בחדר, כשהוא מוחא כף, על החניכים לעצור מול חניך אחר שנמצא מולם או בקרבת מקום וביחד יש להם דקה וחצי ללמוד כמה שיותר עובדות אחד על השני. במחיצת הכף הבאה, על החניכים לשוב להסתובב בחדר עד למחיצת הכף הבאה ושוב לעצור מול חניך אחר וללמוד עליו במשך דקה וחצי כמה שיותר עובדות.

לאחר מספר סיבובים כאלה, המדריך מושיב את החניכים במעגל ובוחר חניך מסוים לעמוד לידו. על שאר חניכי הקבוצה לומר כמה שיותר עובדות על החניך הנבחר. לאחר שנגמרו העבודות שיודעים החניכים על החניך הנבחר, בוחר המדריך חניך נוסף ועליו שוב החניכים צריכים לומר כמה שיותר עובדות. כך נערכים מספר סבבים לפי ראות עיניו של המדריך.

למדריך- מטרת המשחק היא לעודד את החניכים להכיר האחד את השני ולדבר ביניהם. מספר כללים חשובים- עבודות הקשורות למראה חיצוני לא מתקבלות.

בסיום המשחק, אומר המדריך לחניכים, כי הפעילות היום נוגעת לחלק חשוב ביותר הקשור אל כל אחד מאיתנו באופן אישי והוא תקשורת בין אישית. בהמשך נבין את חשיבותה וכיצד היא מעצימה אותנו באופן אישי.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



גוף הפעולה:

המדריך מחלק את הקבוצה ל-2 קבוצות המתחרות אחת בשנייה.

תחרות 1: תקשורת מילולית

המדריך מבקש מכל קבוצה לבחור נציג שתפקידו יהיה לכוון את הקבוצה במשחק הבא.

פרט לנציגים, כל החניכים מכוסים בכיסויי עיניים. המדריך מפזר כרטיסיות שעליהן כתובות אותיות המילה "מילולית" בשני צבעים שונים. מטרת כל נציג היא לשלוח את קבוצתו מכוסת העיניים לאסוף את כרטיסיות הצבע שלה. הקבוצה הראשונה שאוספת את כל אותיות המילה "מילולית" בצבע שלה-מנצחת. (כרטיסיות מצורפות בנספחים).

למדריך- חשוב לשים לב שהנציג מתייחס למשחק ברצינות, על מנת שלא יפצעו חניכים. כמו כן, לשים לב לאן הולכים החניכים ולמנוע פגיעה העלולה להיות קטלנית.

בסיום המשחק, המדריך אוסף את הקבוצות ושואל את החניכים מכוסיי העיניים כציד הרגישו, כשהיה עליהם להסתובב במרחב בלי לדעת להיכן הם הולכים? וכיצד הרגיש הנציג שעל כתפיו היו קבוצה שלמה של אנשים שסמכו עליו שיכוונם בדרך הטובה?

המדריך מסביר כי בין בני אדם ישנם סוגי תקשורת שונים, התקשורת הבסיסית ביותר שלומדים מינקות היא תקשורת מילולית, כלומר תקשורת העוסקת בדיבור האחד עם השני.

תחרות 2: שפת גוף:

המדריך מבקש מכל קבוצה לבחור בכל אחד מסיבובי המשחק נציג. על הנציג להעביר לשאר חברי קבוצתו משפטים או מילים שלוחש לו המדריך באוזן. בכל סבב לנציג הנבחר יש דקה וחצי להסביר לחבריו לקבוצה בפנטומימה את המשפט שהועבר לו באוזנו. (משפטים מצורפים בנספחים)

המדריך עורך מספר סבבים שבהם נציג אחר בכל פעם ובסיום המשחק מכריז על הקבוצה שהצליחה לנחש יותר משפטים תוך דקה וחצי כמנצחת.

המדריך מסביר לחניכים כי תקשורת נוספת בין בני אדם קשורה לשפת הגוף ונותן דוגמא מוחשית לחניכים שאומרת אם עכשיו היה מחליט המדריך כי מהיום על החניכים להגיע לסניף עם חולצת תנועה ובלי פלאפון, היה ניתן לראות על פי שפת הגוף של החניכים מי מרגיש בנח עם הצהרה זו ומי פחות. ניתן לתת דוגמאות נוספות כמו להגיע לסניף עם שיער אסוף, להגיע לסניף עם מכנסים בצבע כחול בלבד וכו'...

למדריך- חשוב להסביר לחניכים כי תקשורת הנוגעת לשפת גוף היא חשובה ביותר כיוון שהרבה פעמים קשה לראותה בהשוואה לתקשורת מילולית אך היא אומרת ללא מילים כיצד אותו חניך מרגיש באמת לגבי אותה הצהרה.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



משחק 3: מימיקה:

המדריך מושיב את שתי הקבוצות יחדיו ואומר משפטים שונים בכל פעם. באותו זמן שנאמר המשפט המדריך מראה לחניכים פרצוף מתוך סמלי הבעה הנמצאים לכל אחד מאיתנו בפלאפון החכם. על החניכים לומר למדריך מה אותו סמל הבעה מרגיש לגבי המשפט שאמר המדריך. (סמלי הבעה ומשפטים מצורפים בנספחים).

בסיום המשחק, המדריך מוכיח לחניכים כמה קל לקרוא הבעות פנים של בן אדם... במשחק ראינו כיצד סמלי הבעות הפנים ברורות לנו וכך גם במציאות... אם נאמר לאדם משהו שעלול להעציב אותו, נוכל לראות זאת על פניו, במידה ואמר משהו שישמח אותנו, יהיה לנו מאוד פשוט לראות שהוא מאושר מכך. אם נאמר משהו שעלול להדאיג אותו- גם זאת נוכל לראות על פניו וכו'...

סיום:

המדריך מסביר לחניכים כי תקשורת מבוססת על המילה קשר... קשר בין בני אדם. וככל שהקשר חזק יותר כך, כלומר, האדם השני מצליח לקרוא ולהבין את האדם ה אחר על ידי תקשורת מילולית, שפת גוף או הבעות פנים כך יהיה יותר קשה להפר אותו.

לכולנו הקשר הבין אישי הזה חשוב, עוד מימי התנ"ך שבו כתוב "לא טוב היות האדם לבדו" ועד היום כיוון שהקשרים הבין אישיים שלנו מעצבים אותנו כאנשים... "אמור לי מי חבריך ואומר לך מי אתה" לא נאמר סתם... אדם נמדד על פי מספר מדדים ביניהם מיהם האנשים איתם הוא מתקשר הכי טוב.

משחק סיכום: הקשר:

המדריך בוחר שני נציגים משתי הקבוצות המקוריות ומבקש משני נציגים אחרים מהקבוצות המקוריות לצאת החוצה. בינתיים, נותן המדריך לשאר חברי הקבוצה הנגדית חבל ועליהם לקשור את נציג הקבוצה היריבה בכמה שיותר קשרים תוך 2 דקות. בסיום 2 הדקות שני הנציגים שהוצאו החוצה, נכנסים חזרה ועליהם לנסות ולהתיר את נציג קבוצתם תוך 2 דק' מכל הקשרים.

למדריך- מטרת המשחק היא להוכיח לחניכים כי קשר חזק הוא קשר שקשה להסיר ולכן חשוב כי הנציגים שהוצאו החוצה, יפתחו את כל הקשרים ולא סתם ישחררו את נציגם מהחבל. בסיום- חשוב להסביר להם נקודה זו.



-נספחים-

כרטיסיות בשני צבעים של המילה "מילולית":

ל	י	מ
י	ל	ו
		ת



-נספחים-

ל	ו	מ
ו	ל	ו
		ת



-נספחים-

משפטים לתחרות שפת גוף:

1. מה ששנא עליך, לא תעשה לחבריך.
2. אל תסתכל בקנקן אלא במה שיש בו.
3. סייג לחוכמה שתיקה.
4. ואהבת לרעך כמוך.
5. המרים יד על חברו נקרא רשע.
6. המלבין פני חברו ברבים נקרא רשע.

סמלי הבעה:



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-



תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

משפטים למשחק הבעות הפנים:

1. איזה כיף היום קבלתי את הסוני פלייסטשיין 3 שחיכיתי לו כל כך הרבה זמן. (הבעה שמחה).
2. איזה צחוקים, שמנו למורה שלנו להיסטוריה את כרית הפלוצים וכשהיא התיישבה על הכסא שלה, היה רעש של פלוץ. (הבעה שובבה).
3. היום קבלתי חדשות לא טובות שמשאירים אותי כיתה. (הבעה עצובה).
4. יש לי דייט היום עם הבחור/ה הכי שווה בשכבה. (הבעה מאוהבת).
5. המורה הורידה לי ציון סתם במבחן והיא לא מוכנה לתקן את זה. (הבעה כועסת).
6. אמרו לנו היום שלא בטוח שיתקיים הטיול השנתי לאילת- טיול שממש חיכיתי לו.... (הבעה מוטרדת)
7. אני לא מאמין שהחליפו לנו את המאמן של הנבחרת אחרי שהתאמנו איתו שנים..... (הבעת המום).

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא מתן ביקורת

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד נותנים ביקורת בונה כך שהאחר יקבל אותה וילמד ממנה.

גיל: שכבת ביניים

מספר חניכים: 12-40.

מיקום: פנים גדול או חוץ גדול (נדרש מרחב על מנת לכתוב את המילים "נוער לאומי").

זמן: כשעה.

ציוד: * 3 כדורים למשחק הפתיחה.

פתיחה:

משחק הכדור:

המדריך מוסר כדור לאחד החניכים ומסביר כי על הכדור להימסר בין כל חברי הקבוצה כשעל כל אחד מהם לזכור למי הוא מסר ולומר את שמו של מי שהוא מוסר לו בקול רם.

חוקים נוספים:

1. אין למסור לחניך העומד לצדדיו של מי שהכדור נמצא אצלו.

2. אין למסור לחניך פעמיים- כלומר על כל חניך לקבל פעם אחת בלבד.

3. יש להם דקה אחת לעמוד במשימה.

לאחר סבב אחד שכל חברי הקבוצה קיבלו את הכדור פעם אחת והכדור חזר למדריך תוך דקה (מה שסביר להניח שלא יקרה...), המדריך נותן לחניכים צ'אנס נוסף להצליח בכך ומוסיף במהלך מסירות החניכים כדור נוסף שנמסר לחניך הראשון וכדור נוסף בהמשך.

לאחר סיום הסבב השני (שסביר להניח שלא יצליח שוב, בגלל הכדור הנוסף) אומר המדריך לחניכים בשיא הרצינות: "אוף אתכם.... אני לא מבין מה הבעיה שלכם להצליח???? זו משימה שכיתות ג' הצליחו בה, אז כיתות ח' לא יצליחו בה???? אני לא מאמין... אתם פשוט מאכזבים אותי כל פעם מחדש.... אם בזה לא הצלחתם, איך תחזיקו הדרכה של קבוצה????"

למדריך- חשוב לומר להם את הדברים הללו בשיא הרצינות על מנת לשבור את רוחם... מטרת המשחק היא להראות להם את הכח שיש במתן ביקורת נכונה...

לאחר שנראה כי החניכים מבואסים על כך שנכשלו, שואל אותם המדריך, "האם הם רוצים לנסות שוב? והאם יש להם בכלל מוטיבציה לנסות שוב?". סביר כי חלק יגידו שהם מעוניינים וחלק יגידו כי אין להם סיכוי להצליח תוך דקה... לאחר מכן, אומר להם המדריך כי הוא לא באמת התכוון לבאס אותם, אלא

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



רצה להראות להם מה קורה לאנשים שמקבלים ביקורת מאנשים אחרים בצורה לא נכונה... הם מרימים ידיים מראש!

ועכשיו נלמד כיצד נותנים ביקורת שתגרום לאחרים, לרצות לנסות שוב ולהצליח ולא להישבר ולהרים ידיים.

גוף הפעולה:

משחק 1: חיזוק חיובי

המדריך אומר לחניכים כי יש להם דקה אחת להצליח לכתוב על ידי גופם את המילים "נוער לאומי" ואומר להם "צאו לדרך".

למדריך- חשוב לא לתת לחניכים זמן לשאלות או להתארגנות אלא לומר להם את המשימה וישר להתחילה. מטרת המשחק היא שהם לא באמת יעמדו בכך... אלא ייווצר בלאגן.

בסיום הדקה, (קשה להאמין שהחניכים יצליחו לעמוד במשימה ואם לדעתכם, הם עלולים להצליח, בחרו לחניכים משימה אחרת קשה יותר), המדריך אומר לחניכים "כל הכבוד... נכון שלא הצלחתם, אבל ראיתי שניסיתם והתאמצתם ולא ויתרתם, אני גאה בכם".

למדריך- אל תאמר דבר נוסף פרט למלל שנכתב כאן...

משחק 2: חיזוק בונה

המדריך אומר לחניכים (בשנית) כי יש להם דקה אחת להצליח לכתוב על ידי גופם את המילים "נוער לאומי" ואומר להם "צאו לדרך".

למדריך- שוב, אל תאמר לחניכים דבר... תן להם את ההזדמנות להצליח ואף רצוי להיכשל בשנית.

בסיום הדקה, (שסביר להניח ששוב החניכים לא יצליחו לעמוד במשימה) אומר המדריך לחניכים: "כל הכבוד... נכון שלא הצלחתם אבל ראיתי שניסיתם שוב, התאמצתם ולא ויתרתם ואני גאה בכם... אולי אם במקום שכולם ינסו לתכנן כיצד לרשום על ידי הגוף את המילים "נוער לאומי", תמנו אדם אחד שהוא יכוון אתכם- תצליחו..."

משחק 3: חיזוק חיובי

המדריך אומר לחניכים (בשלישית) כי יש להם דקה אחת להצליח לכתוב על ידי גופם את המילים "נוער לאומי" ואומר להם "צאו לדרך".

למדריך- שים לב, שעכשיו החניכים משתמשים בעצתך... ותן להם בלי שישימו לב אפילו מספר שניות נוספות כדי שיצליחו ויעמדו במשימה.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



בסיום הדקה (גם אם זה קצת יותר מדקה, אל תאמר לחניכים כלום) אומר המדריך לחניכים במידה והם הצליחו: "כל הכבוד לכם שהצלחתם, ראיתי שניסיתם מהפעם הראשונה, התאמצתם ולא ויתרתם ואני גאה בכם... יותר מכך, ראיתי שהשתמשתם בעצתי וזה עבד ואני שמח על כך... סחתינ עליכם"

במידה והחניכים נכשלו: "כל הכבוד לכם על אף שלא הצלחתם, ראיתי שניסיתם מהפעם הראשונה, התאמצתם ולא ויתרתם ואני גאה בכם... יותר מכך, ראיתי שהשתמשתם בעצתי וזה כמעט עבד... אני בטוח שבפעם הבאה זה יעבוד... סחתינ עליכם"

למדריך- חשוב שגם אם החניכים נכשלו בפעם השלישית, הביקורת שאתה נותן להם, היא חיזוק חיובי שיגרום להם לרצות להמשיך לנסות ולא לוותר.

בסיום 3 הסבבים, המדריך מושיב את החניכים ומסביר להם כי בהשוואה למשחק הראשון בו הוא הראה להם כמה הוא לא מאמין בהם וכמה הם אכזבו אותו, במשחק הזה, על אף שפעמיים (או בשלושת הפעמים) הם נכשלו, הוא לא מוותר עליהם והוא מאמין שהם יצליחו...

זה ההבדל במתן ביקורת נכונה שמעצימה את האחר לבין ביקורת לא נכונה שמורידה את האחר. אז כיצד נותנים ביקורת?

1. חיזוק חיובי- גם אם האחר נכשל, נותנים לי חיזוק שנותן לו תקווה להמשיך.
2. חיזוק בונה- על אף שהאחר נכשל שוב, אני לא אומר לו "כמה הוא לא בסדר" אלא מייעץ לו כיצד הוא יכול לשפר א מצבו ואולי אף להצליח.
3. חיזוק חיובי- אם האחר הצליח, אני מפרגן לו ונותן לו את מלוא הקרדיט... על זה שניסה, לא וויתר ואף הגדיל לעשות להשתמש בעצתי. ואם האחר נכשל שוב, אני מפרגן לו על כך שלמרות שלא הצליח, הוא מספיק חזק כדי לא לוותר וכי אני מאמין בו שהוא יצליח.

סיום:

המדריך מעמיד את החניכים במעגל ומחלק לכל אחד מהם לפי סדר מספר בין 1 ל-4 (אפשר גם לתת רק מספרים של 1-2 או 3-1 על מנת שלא יצא שמספר אחד ההתחלתי עומד ליד מספר 1 בסוף).

המדריך אומר לחניכים כי עליהם להיאחז האחד בשני... בכל פעם שיאמר מספר בין 1-4, על החניכים שממוספרים במספר שאמר ליפול ועל חבריהם הממוספרים במספרים אחר להחזיק אותם, כך שרגליהם לא יגעו ברצפה.

למדריך- רצוי לעשות סבב ניסיון כדי שהחניכים יבינו את המשחק.

לאחר מספר סבבים בהם המדריך בוחר בכל פעם מספר אחר, הוא מסביר לחניכים כי לכל אחד מאיתנו יש כוח מאוד גדול על האחר... כמו שמבחינה פיזית, כשהאחר במשחק "נפל", אנחנו אלו שהחזקנו אותו והרמנו אותו, ככה גם נפשית אם נבקר את האחר בצורה נכונה- אנחנו לא ניתן לא ליפול ואף נרים אותו.



שכבה בוגרת

פעילות בנושא הצבת מטרות

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד נותנים ביקורת בונה כך שהאחר יקבל אותה וילמד ממנה.

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 6-20

מיקום: פנים גדול או חוץ גדול (נדרש מרחב על מנת לכתוב את המילים "נוער לאומי").

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * דפים לבנים * צבעים (טושים/ פנדה) * לוח בול פגיעה * עיגולים צבעוניים * חבל * 2* תיקים גב

פתיחה:

ציור מול ציור:

המדריך נותן לחניכים דף ציור חלק וצבעים ומבקש מהם לצייר איפה הם רואים את עצמם בעוד עשר שנים. לאחר מכן, מחלק המדריך לחניכים דף נוסף ומבקש מהם לצייר את עצמם היום (איך הם רואים את עצמם היום). המדריך עורך סבב ומבקש מהחניכים לחלוק איתו את 2 הציורים.

למדריך- אם ישנם הרבה חניכים, ניתן לבחור את אלו שמעוניינים לחלוק את ציוריהם. אם ישנם מעט, רצוי לבקש מכל אחד מהם לחלוק את ציוריו כיוון שכך יהיה להם יותר קל להבין את חשיבות הצבת המטרות על מנת להגיע לאן שהם שואפים להגיע בחייהם.

בסיום, מעלה בפניהם המדריך שאלה פתוחה "כיצד ניתן להגיע למקום שאנו שואפים להגיע?"

גוף הפעולה:

המדריך מחלק את הקבוצה ל2 קבוצות המתחרות אחת בשנייה:

משחק- הצבת מטרה עליונה ומטרות ביניים:

החניכים ישחקו בול פגיעה. המדריך מניח במרכז החדר לוח גדול של המשחק בול פגיעה (בניית הלוח מצורפת בנספחים). במשחק זה, המדריך בוחר מראש 4 צבעים ומסדר אותם בסדר מסויים בראש הלוח. מטרת הקבוצות היא לנחש ראשונים את 4 הצבעים ולסדר אותם בצורה הנכונה כפי שסידר המדריך. דוגמא:

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



לוח בול פגיעה:

בחירת צבעי המדריך (לצורך ההדגמה הם חשופים, בפועל, רואים 4 עיגולים לבנים, שבצד השני שלהם כתובים הצבעים שהם מייצגים). צד המייצג את הבולים והפגיעות של הקבוצות.

שורת המדריך (חשופה לצורך הדוגמא, אך מוסוות במשחק עצמו)

- כל קבוצה בתורה מניחה 4 עיגולים צבעוניים לפי בחירתה בשורה הקרובה ביותר ל 4 עיגולי המדריך (דוגמא בשורה הראשונה- הקבוצה הראשונה הניחה 4 צבעים לפי בחירתה- צהוב, ירוק, אדום, כתום).
- המדריך בודק את צבעי הקבוצה בהשוואה לצבעים שהוא בחר ומסמן בטור השמאלי איזה צבע הוא בול (סימון שחור המייצג את העיגול הנמצא בהתאם מושלם לעיגול שלו, כלומר כתום מתחת לכתום) ואיזה צבע הוא פגיעה (סימון לבן המייצג את העיגול הנמצא בשורה שהניחו החניכים אך לא במקום הנכון, כלומר ירוק מתחת לסגול). כל בול מסמן בול אחד וכל פגיעה מסמנת פגיעה אחת (ראו שורה שניה כדוגמא- ישנו בול אחד (כתום מתחת לכתום) ופגיעה אחת (ירוק מתחת לסגול). בנוסף, בחרו חברי הקבוצה שני צבעים נוספים שאינם נמצאים ב 4 הצבעים שבחר המדריך ולכן הם אינם מסומנים כלל).
- זכרו שהחניכים אינם יודעים אלו מ 4 הצבעים הם הבול ואלו הפגיעה.
- הקבוצה השניה בהסתכלות על מה שהמדריך הניח בטור השמאלי- מבינה כי מתוך 4 הצבעים הללו ישנם 2 צבעים שאחד מהם נמצא במקום הנכון והשני קיים בשורת המדריך אך לא במקום הנכון. על פי המידע הזה הם מנסים את מזלם בניחוש הצבעים (ראו שורה 2). הם מהמרים כי הצהוב הוא בול ולכן הניחו אותו במקומו כפי שעשו חבריהם וחושבים שהכתום הוא הפגיעה. לכן, לאחר בדיקת המדריך, יש להם פגיעה אחת בלבד שהוא הכתום, הרי אין צהוב בכלל בשורת המדריך.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית

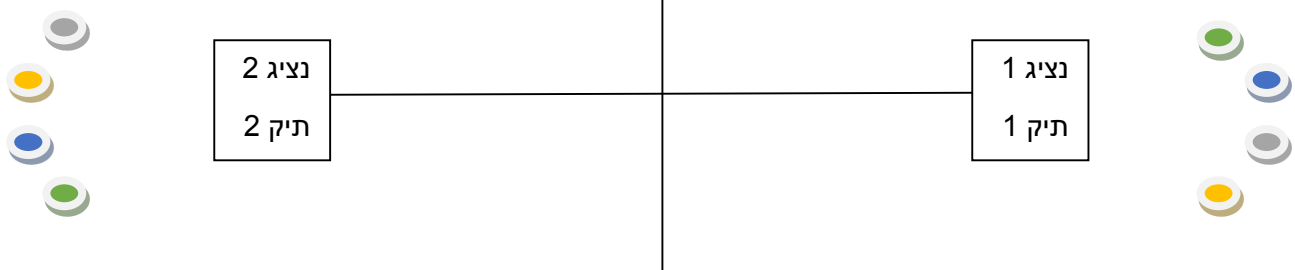


- שוב הקבוצה הראשונה מנסה את מזלה (ראו דוגמא שורה 3). לאחר בדיקת המדריך, יש להם 3 בולים (ירוק מתחת לירוק, כתום מתחת לכתום וכחול מתחת לכחול) שימו לב- שהכחול השני, אינו מיוצג כלל, כיוון שיש רק עיגול כחול אחד בשורת המדריך וייצגנו אותו על ידי בול.
- תור הקבוצה השנייה שוב, הקבוצה השנייה כבר מבינה כי 3 הצבעים שבחרו חברי הקבוצה הנגדית נמצאים בשורת המדריך ובנוסף, הם מבינים כי 3 מתוך 4 העיגולים נמצאים במקומות הנכונים. עליהם לנחש איזה 3 ומהו העיגול האחרון שעדיין לא עלו עליו ולכן הם מנסים את מזל ומניחים את הצבעים שלדעתם הם הנכונים (ראו דוגמא שורה 4). לאחר בדיקת המדריך, יש להם 2 בולים (ירוק מתחת לירוק וכתום מתחת לכתום) ו 2 פגיעות (כחול מתחת לסגול וסגול מתחת לסגול).
- התור חוזר לקבוצה הראשונה ולפי הבנתם עד כה, הם מניחים את הצבעים בצורה הבאה (ראו דוגמא שורה 5). לאחר בדיקת המדריך, הקבוצה ניצחה- יש להם 4 בולים (ירוק מתחת לירוק, סגול מתחת לסגול, כחול מתחת לכחול וכתום מתחת לכתום).
- הערות- למדריך:
- שים לב כי כדאי לך לכתוב לעצמך את הסדר בו נמצאים הצבעים בשורה שאתה עיצבת על מנת שתחלק נכונה את הבולים והפגיעות.
- את הצבעים בשורת המדריך- אף אחד לא יכול לראות. רק בסיום המשחק, לאחר שהחניכים פענחו את הצבעים, המדריך חושף בפניהם את צבעי העיגולים.
- לא תמיד חייב להימצא בול ופגיעה- לדוגמא, אם 4 הצבעים בשורת המדריך אינם תואמים כלל ל 4 הצבעים אותם הניחה קבוצה מסוימת, אין בול אחד ופגיעה אחת.
- במידה והחניכים מניחים את אותו הצבע פעמיים והוא אכן נמצא בשורת המדריך: אם הם אינם נמצאים תחת הצבע התואם בשורת המדריך- זה שווה פגיעה אחת בלבד. אם אחד מהם נמצא תחת הצבע התואם בשורת המדריך- זה שווה לבול אחד בלבד.

משחק- כדי להשיג את המטרה יש לעבוד קשה:

המדריך מחבר 2 תיקי גב בחבל (יש לקשור חזק את החבלים לתיק, כך שהם לא ישתחררו), מניח קו מסקנטייפ על הרצפה ובכל אחד מצדי הקו מניח 4 עיגולים צבעוניים (בצבעים שהוא בחר כצבעים המייצגים את השורה שלו במשחק בול פגיעה).

בכל סבב, נבחר נציג מכל קבוצה. עליו לשים את התיק הקשור בחבל על כתפיו ומרגע שאומר המדריך לצאת לדרך, לנסות למשוך לכיוון שלו ולהשיג את אחד העיגולים הצבעוניים שעל הרצפה בצד שלו: קו האמצע:



תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



בכל סבב, על הנציג לתפוס רק את אחד הצבעים. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שמשיגה את 4 הצבעים ראשונה.

משחק- לקבוע מטרה חדשה:

המדריך מחלק לכל קבוצה דף ומבקש מחברי הקבוצה לצייר סמל המייצג אותה רק בעזרת 4 הצבעים שהשתתפו במשחק ה"עבודה הקשה" ובשורת המדריך במשחק "הבול פגיעה" (אותם 4 צבעים).

סיום:

המדריך עובר שלב אחר שלב בפעולה ומסביר להם את חשיבות הצבת המטרות:

תחילה בפתיחה, שאלתי אתכם היכן אתם היום לעומת היכן אתם רואים את עצמכם בעוד כמה שנים והעלנו שאלה, "כיצד אנו יכולים להגיע לאן שאנו שואפים להגיע?"

בגוף הפעולה, התחלתי להראות לכם כיצד אנו עושים זאת:

תחילה, במשחק הבול פגיעה- הצבתם לכם מטרה שהיא לגלות את שורת המדריך. במהלך המשחק, הבנתם שאי אפשר לגלות את שורת המדריך בפעם אחת אלא עליכם לקבוע לעצמכם מטרות קטנות בדרך שיעזרו לכם להגיע למטרה הגדולה למשל: להבין אלו 4 צבעים נבחרו על ידי? מהם הבולים? מהם הפגיעות? אלו צבעים כלל לא משתתפים במשחק?

כלומר, על מנת להשיג את מה שאני שואף אליו, עלי להציב מטרת על אך יחד איתה להציב מטרות ביניים שיעזרו לי בדרך כדי להגיע אליה.

במשחק השני, נאלצתם להלחם פיזית האחד בשני כדי להשיג את עיגולי הצבעים שהיו בשורה שלי ומשחק זה סימל את הדבר הבא שיעזור לכם להשיג את מטרותיכם והוא עבודה קשה. בלי עבודה קשה בדרך לא תצליחו... קושי נפשי או קושי פיזי, אם לא תוותרו כפי שלא ויתרתם במשחק- כך תשיגו את מטרותיכם.

דבר אחרון, המיוצג במשחק השלישי, לאחר שהשגתם את מטרותכם, על ידי הצבת מטרת על, הצבת מטרות ביניים ועבודה קשה, נשאר לכם רק לקבוע לעצמכם מטרה חדשה ולפעול מההתחלה כדי להשיגה...

כמה תקבעו לעצמכם מטרות ותשיגו אותם, כך תפתחו את עצמכם ותמלאו את הפוטנציאל הקיים בכם.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

בניית לוח בול פגיעה:

1. קחו פוליגל גדול וחלקו אותו למן טבלה הכוללת 2 עמודות וכ9 או 11 שורות.

2. בעמודה הימנית הדביקו 3 סקוצ'ים, בעוד בעמודה השמאלית הניחו 4 סקוצ'ים בכל שורה.

3. בשורה העליונה בעמודה הימנית מדביק המדריך 4 עיגולים לבנים שבצד הפוך שלהם (הצד של הסקוץ' שלא רואים) רשום צבע מסוים.

4. המדריך מכין עיגולים בצבעים שונים (מצורף בהמשך) ונותן לחניכים לבחור בכל סיבוב אלו צבעים לדעתם נמצאים בשורת המדריך.

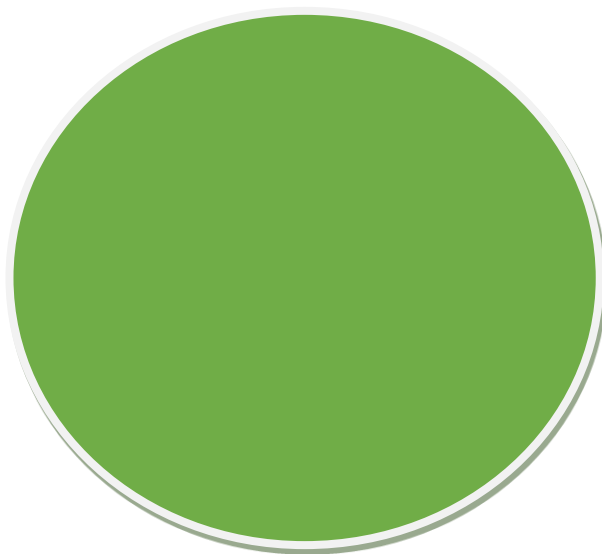
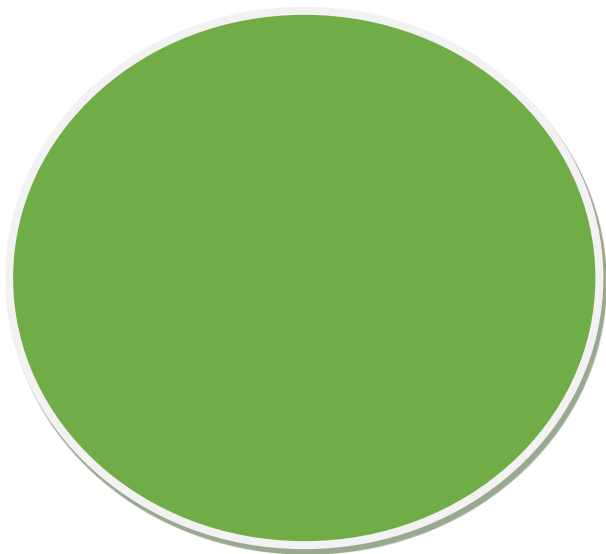
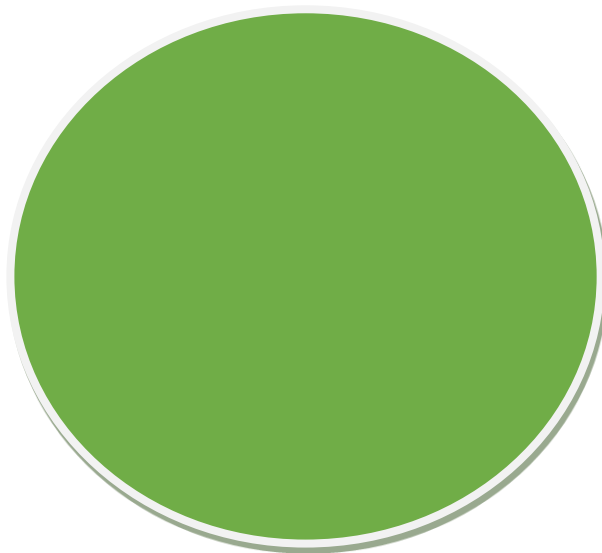
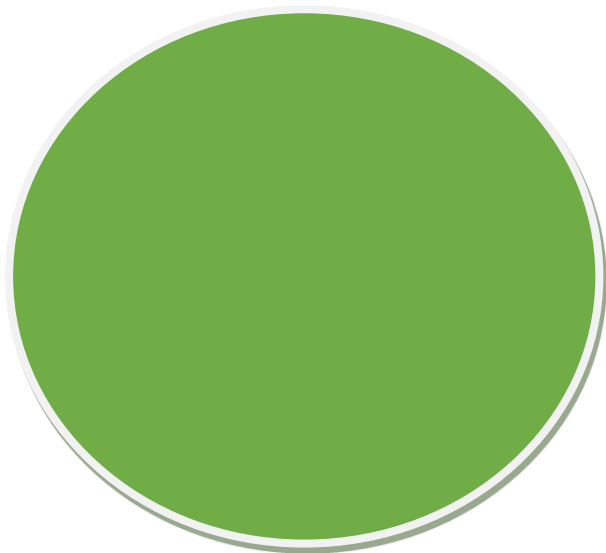
5. המדריך מכין עיגולים קטנים שחורים ולבנים לעמודת הבול פגיעה (מצורף בהמשך).

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית

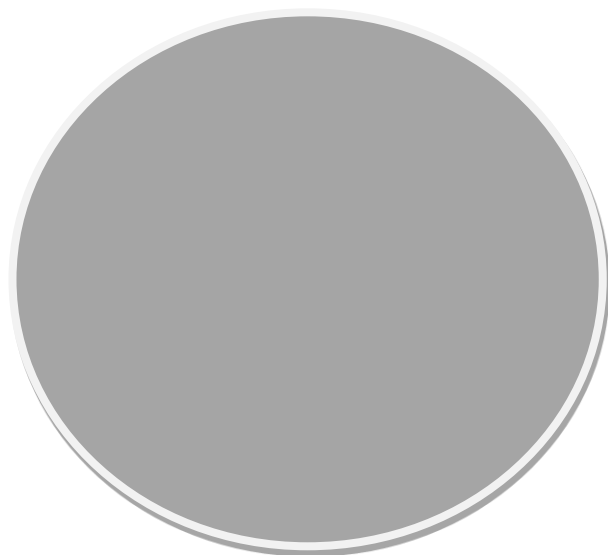
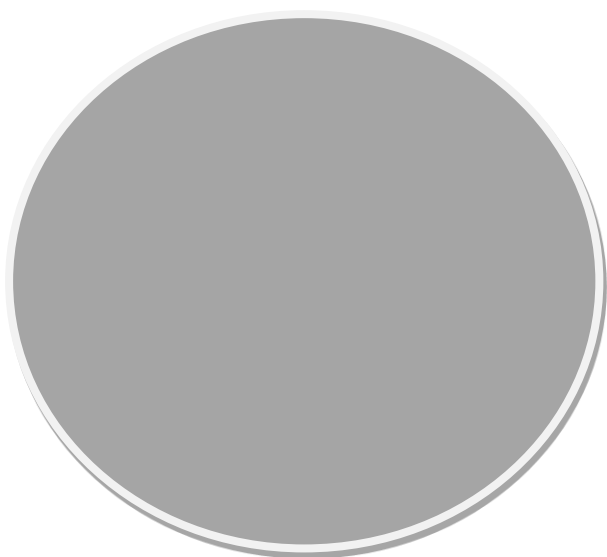
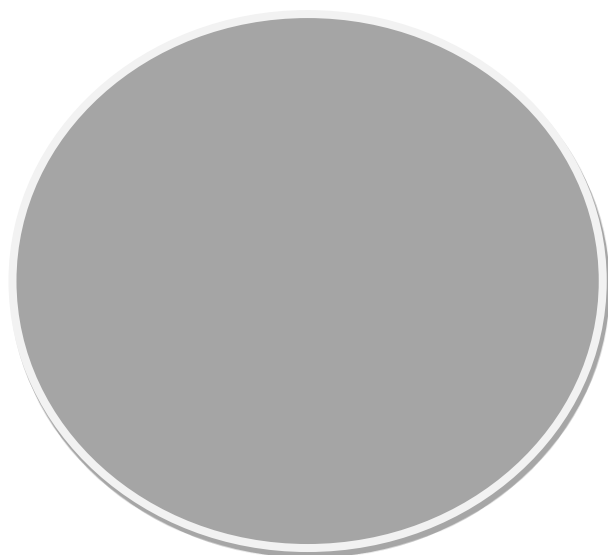
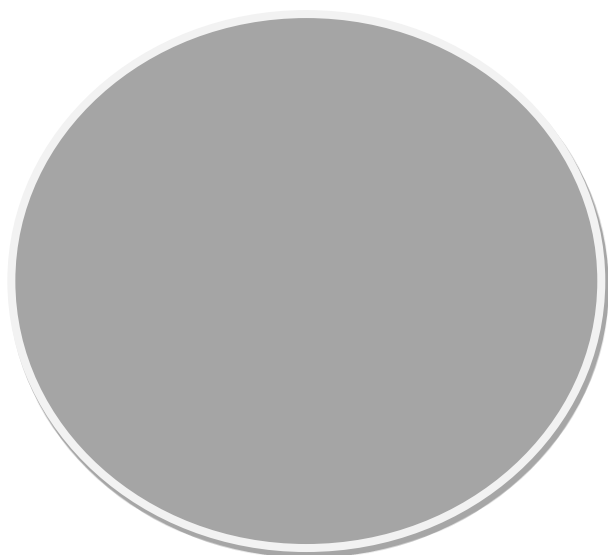


-נספחים-

עיגולים צבעוניים- הדפסו מספר פעמים כל דף:



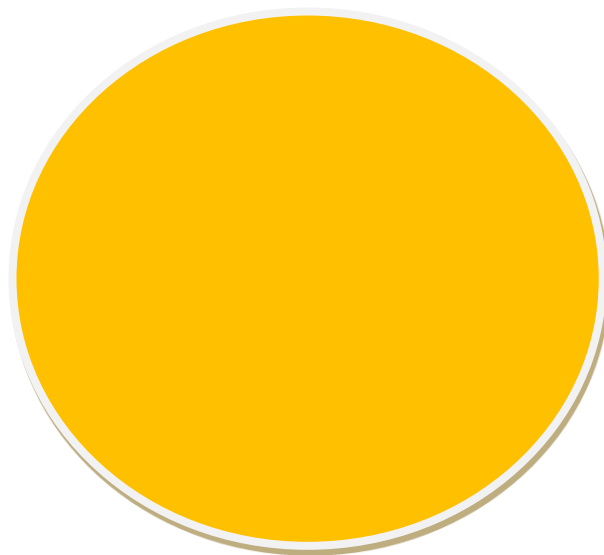
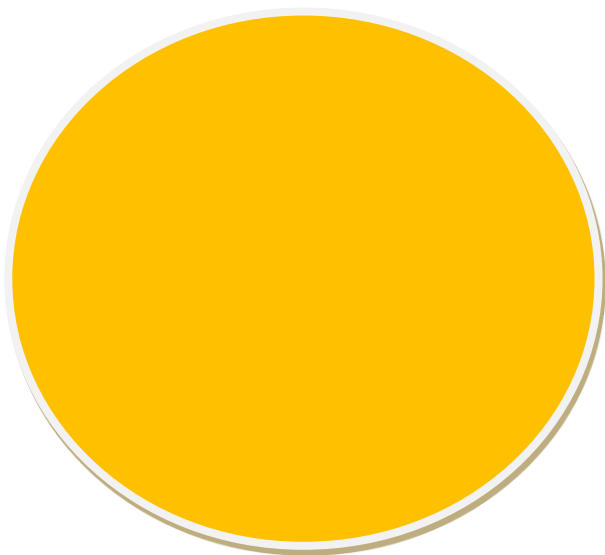
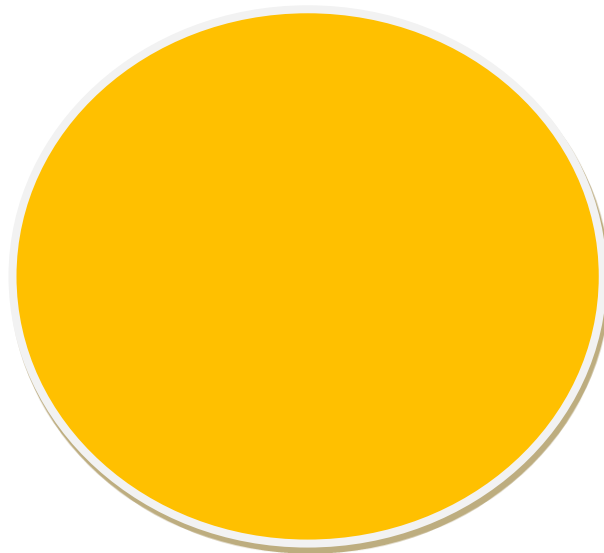
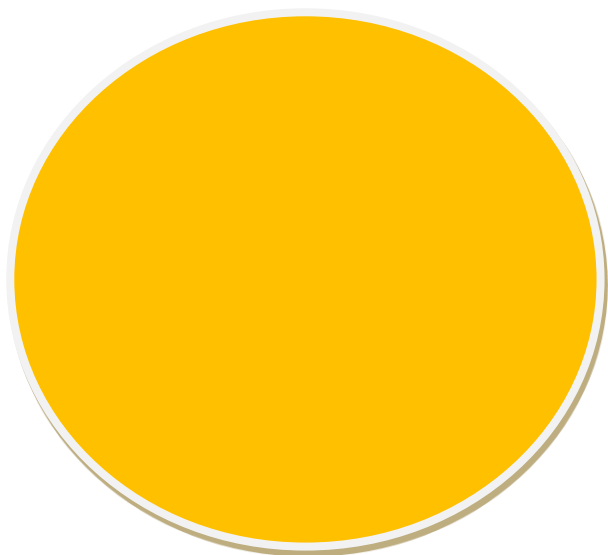
תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



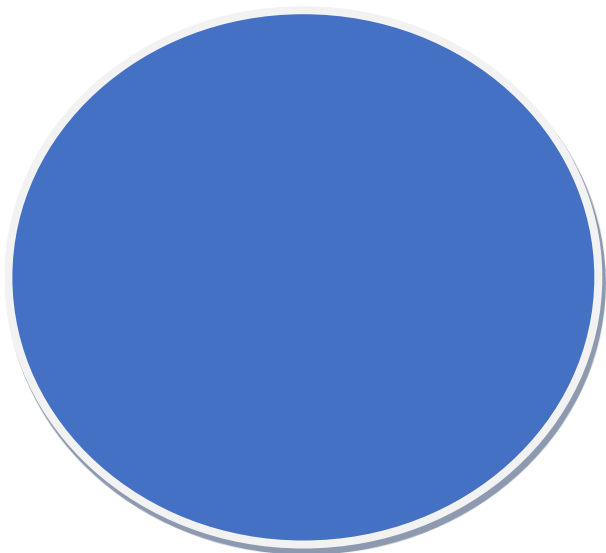
-נספחים-



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



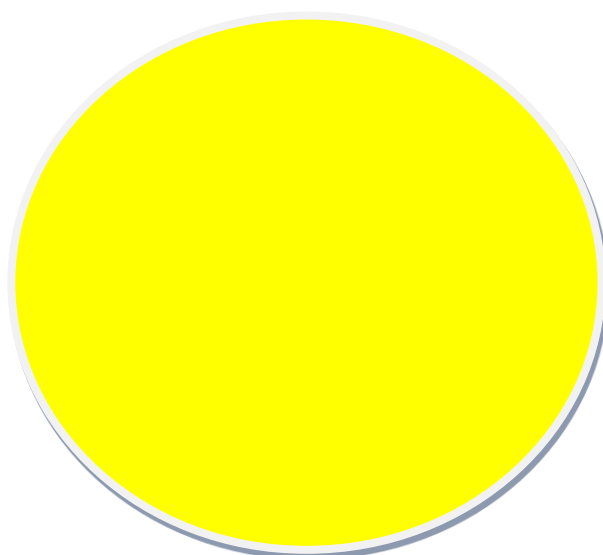
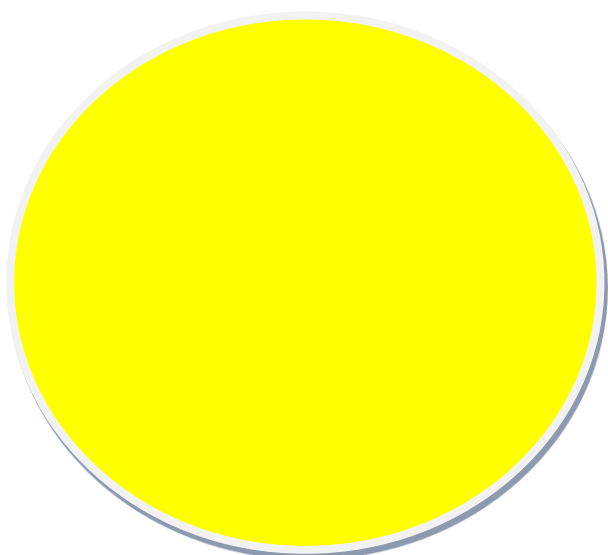
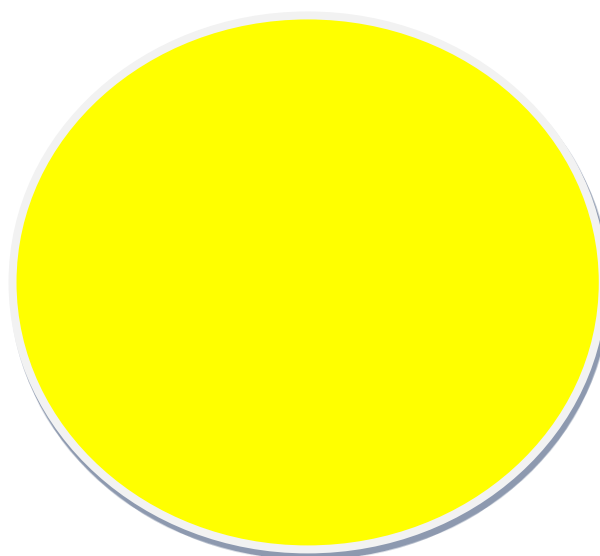
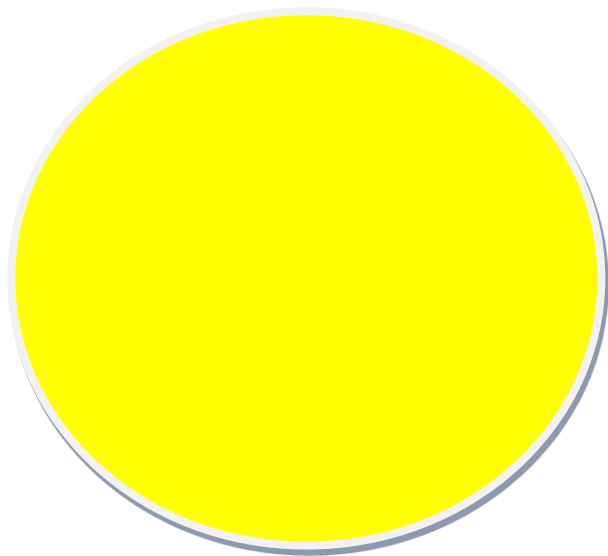
-נספחים-



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



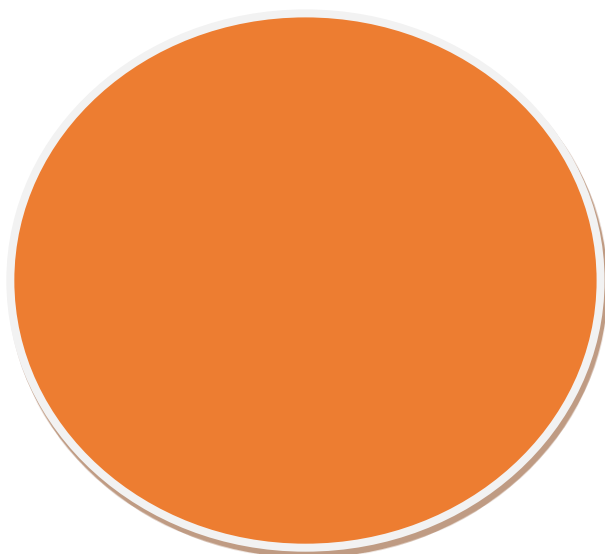
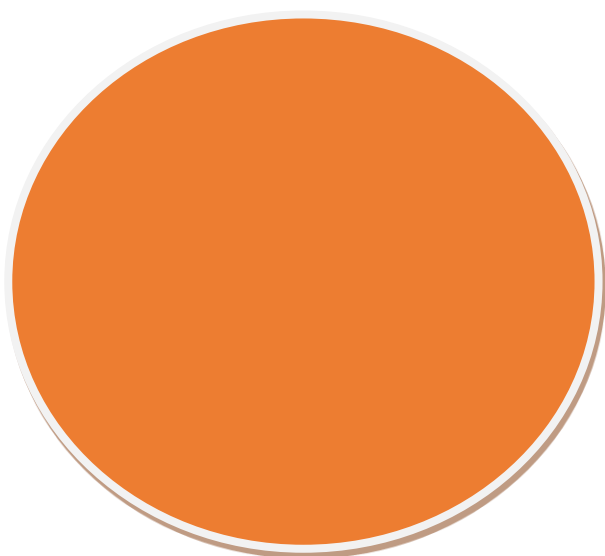
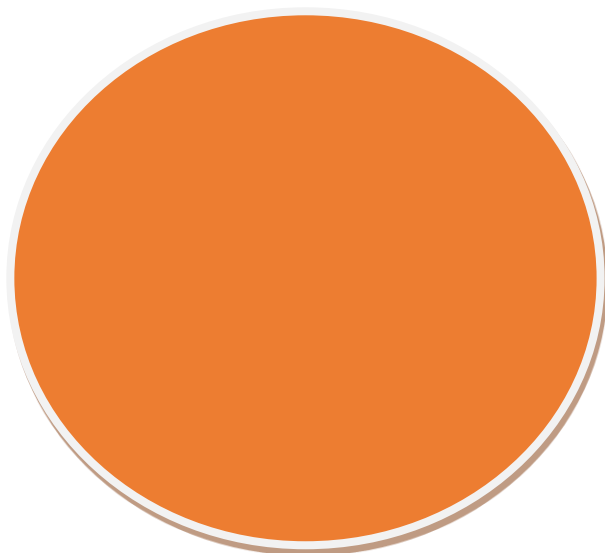
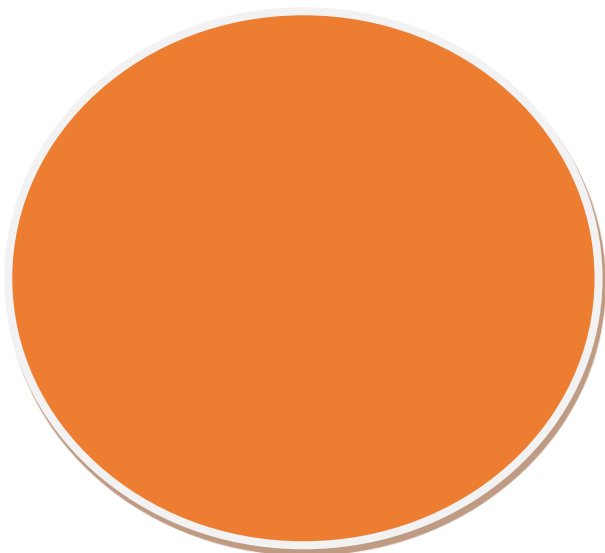
-נספחים-



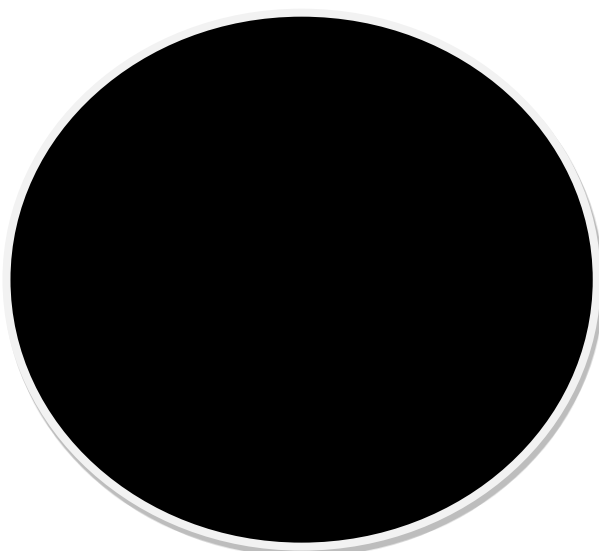
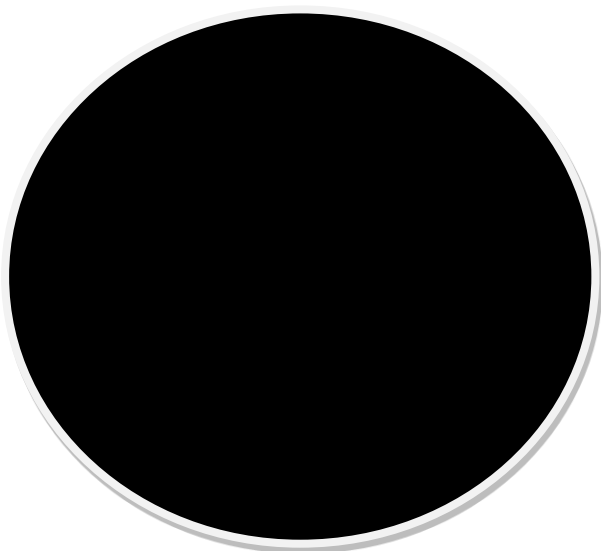
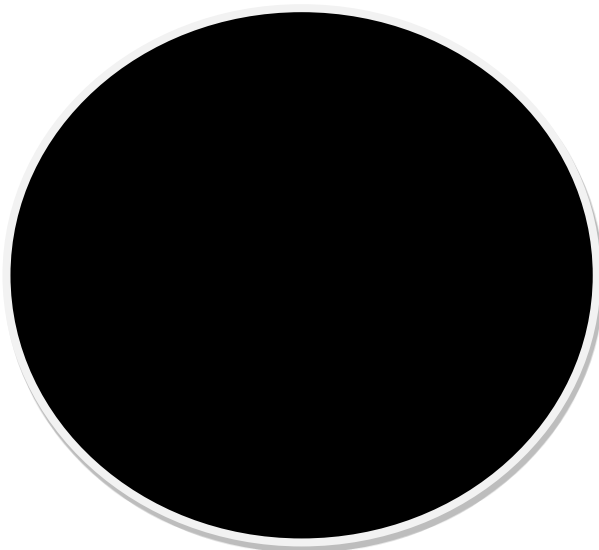
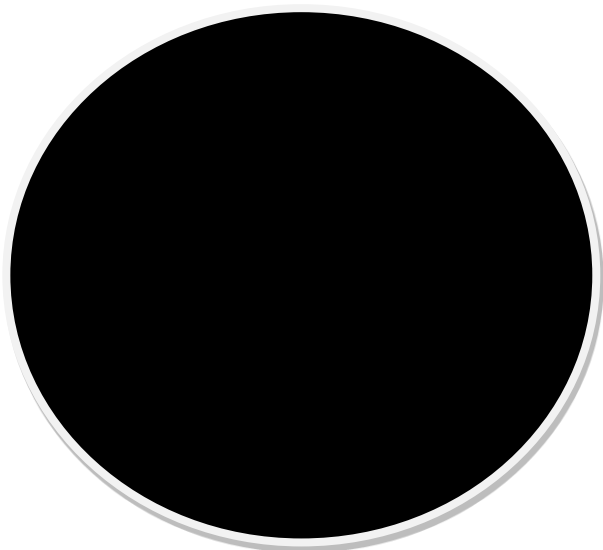
תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-



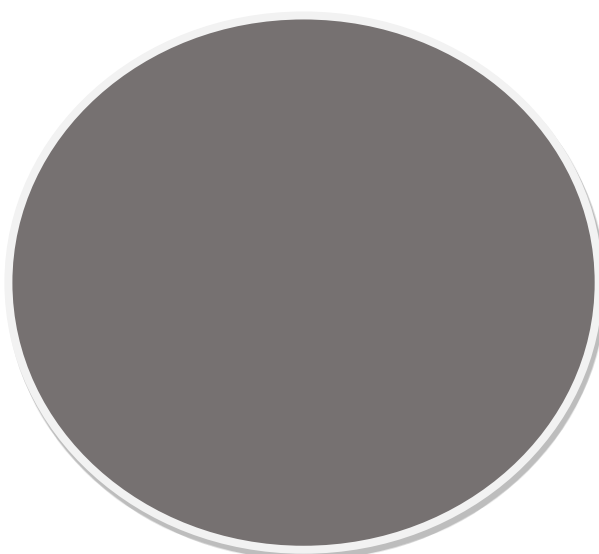
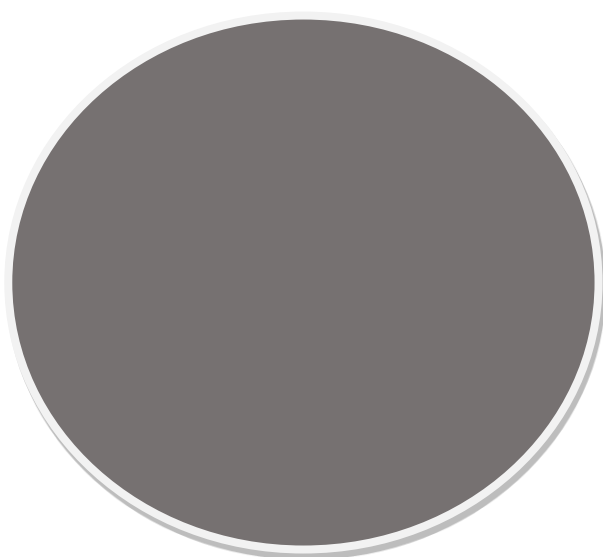
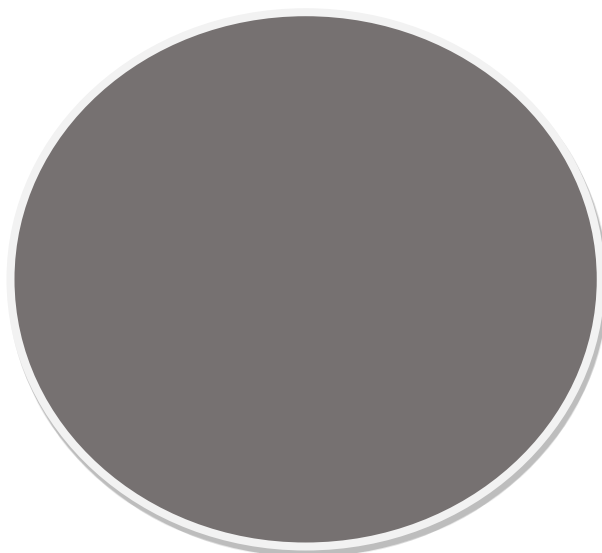
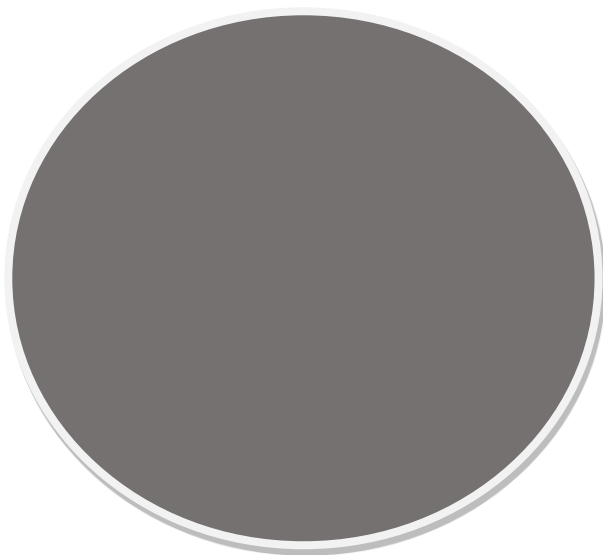
תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

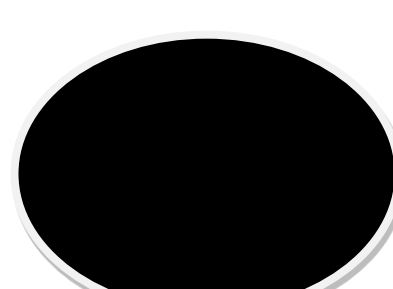
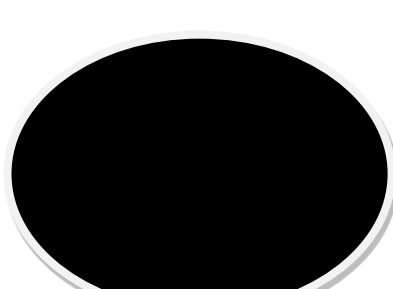
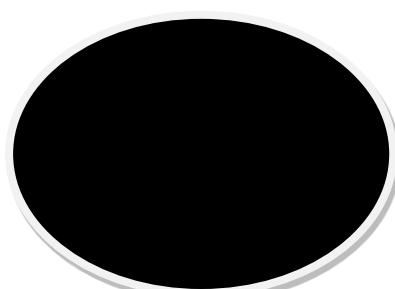
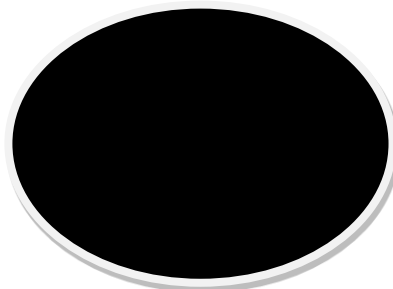
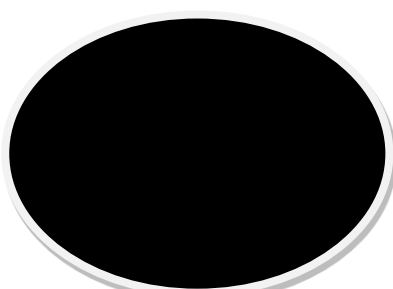
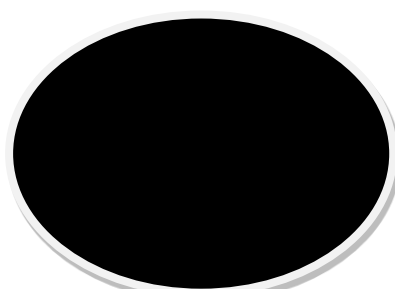
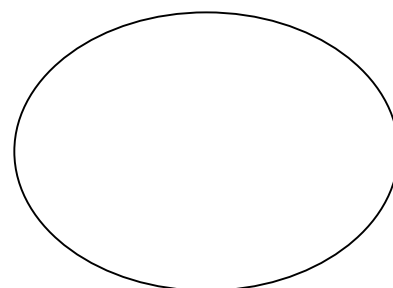
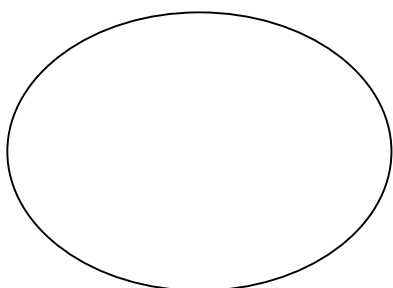
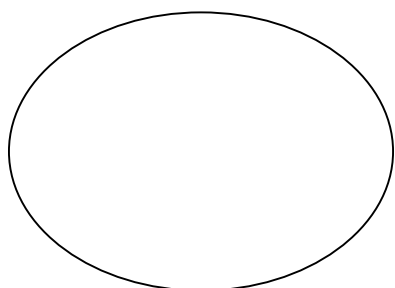
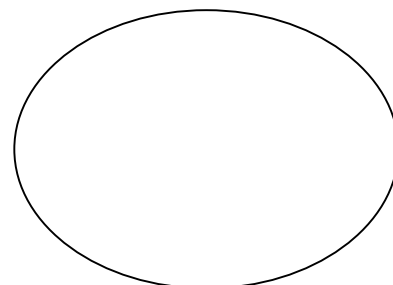
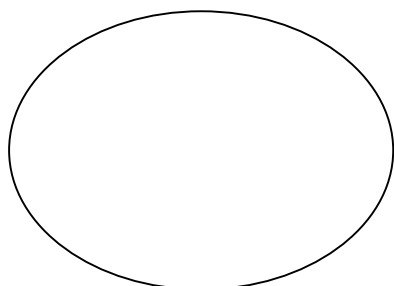
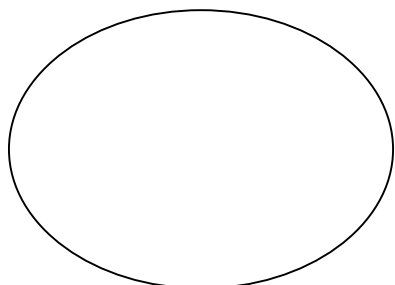


תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

הדפיסו את הבולים והפגיעות הרבה פעמים:



תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות חשיבות החברה איתה אנו מסתובבים כחלק מעיצוב הזהות האישית שלנו.

מטרת הפעילות- החניך ילמד כיצד החברה בה הוא מסתובב מעצבת את מי שהוא בתור בן אדם.

גיל: שכבה בגרת

מספר חניכים: 8-30.

מיקום: פנים.

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * מדבקות * כלי כתיבה * כרטיסיות לחניכים למשחק הפוקר * כסף

פתיחה:

המדריך מחלק מדבקות לחניכים ומבקש מכל אחד לכתוב את שמו על המדבקה אותה קיבל.

לאחר מכן, לוקח הוא את המדבקות ובאופן שרירותי מדביק לכל חניך על המצח את אחת המדבקות עם שם חניך אחר מהקבוצה.

לאחר שלכל החניכים יש מדבקה על מצחם עם שם חניך אחר (שאינם יודעים את שם החניך שמודבק עליהם) מושיב המדריך את החניכים במעגל ובוחר נציג אחד בכל פעם. מטרת אותו נציג לפענח מיהו החניך המיוצג על ידו על ידי רמזים הניתנים מפי שאר החניכים.

על המדריך לערות מספר סבבים, במידה ויש הרבה מאוד חניכים:

אם החניכים עולים דיי מהר על מיהו החניך המסתתר מאחורי המדבקה שעל מצחם- יש לתת לכולם מקום.

אם החניכים מתקשים לעלות על מיהו החניך המסתתר מאחורי המדבקה שעל מצחם בחר מספר נציגים לפי ראות עיניך.

למדריך- הדגש לחניכים כי אסור להם לנקוב בשמו של החניך שרשום על מדבקת הנציג אלא לתת רמזים הנוגעים לאופיו, מראהו, תחביביו וכו'...

גוף הפעולה:

פוקר:

כל חניך מקבל כרטיס אותו עליו למלא (מצורף בנספחים) וסכום כסף של 500 ₪ (מצורף בנספחים). המדריך אוסף את הכרטיסים הללו ומתחיל סבב הימורים לגבי הרשום בכרטיס:

בכל סבב ישאל המדריך את החניכים מי לדעתם מבין 3 האפשרויות א, ב, או ג (אפשרות אחת תהיה החניך שכתב את המקרה ו2 האפשרויות האחרות יהיו חניכים אקראיים מהקבוצה) כתב את המקרה הבא ומקריא את המקרה.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



כל החניכים מניחים סכום מסוים של כסף (חייב סכום שווה בין כל מי שהניח) ליד השלט המונח על הרצפה "א" המייצג חניך אחד, "ב" המייצג חניך אחר ו"ג" המייצג חניך נוסף ועומדים בטור ליד השלט שליידו שמו את כספם ומחכים לשמוע למי קרה אותו מקרה המתואר בפי המדריך.

לאחר שנעמדו ליד האות שמייצג החניך אותו חשבו שכתב את המקרה, אומר המדריך את התשובה הנכונה.

כל החניכים שטעו- מפסידים את כספם והוא מתחלק שווה בשווה בין החניכים שצדקו בהימור שמו של החניך- לו קרה המקרה.

למדריך- שים לב שאולי כדאי להגדיר מראש סכום לסיבוב של 50 ₪ במידה ויהיה לחניכים קשה לעלות למי קרה המקרה או 20 ₪ במידה ולחניכים יהיה קל לעלות למי קרה המקרה. בנוסף, זכור לתת את שמות כל החניכים באופציות השרירותיות ואף רצוי לנסות ולבלבל את החניכים.

מטרת המשחק היא להראות לחניכים כמה הם מכירים את חבריהם לקבוצה.

סיום:

המדריך מסכם כי נראה שחלק מכירים את חבריהם טוב מאוד וחלקם פחות משחשבו אך לחברים בחיינו מקום חשוב מאוד... לא סתם נאמר המשפט "אמור לי מי חבריך ואומר לך מי אתה". לחברים חלק נכבד בעיצוב הזהות האישית של כל אחד ואחד מאיתנו ולכן כשאנו בוחרים את החבר'ה איתם אנו רוצים להסתובב, חשוב שנקח בחשבון שהם ישפיעו עלינו מבחינת החלטות, מבחינת אופי, מבחינת לבוש ומבחינת התנהגות ולכן כדאי לנו לבחור באנשים הטובים לנו!

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

כרטיסיות: להדפיס לפי מספר החניכים

שם ושם משפחה:

פאדיחה גדולה שקרתה לך:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
הדבר הכי טוב שקרה לך:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

כסף: הדפוסו כך שלכל חניך יהיה 500 ₪ סה"כ



תנועת הנוער הלאומי בית"ר
מחלקת הדרכה ארצית



כרטיסיות א, ב, ג לפוקר:

א

ב

ג

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא רכישת ביטחון בעמידה מול קהל

מטרת הפעילות- החניך ילמד על הדרכים השונות לצבור ביטחון בעמידה מול קהל.

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 8-40.

מיקום: פנים.

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: * פתקים למשחק הפתקים

פתיחה:

המדריך מבקש 2 חניכים לצאת החוצה ואומר לשאר החניכים לשים לב למה שהולך לקרות.

המדריך מכניס את המתנדב הראשון ואומר לו לעמוד על כסא ולדבר במשך 2 דק' על מה שבא לו ופותח שעון. (סביר להניח כי החניך לא ירגיש בנח לעמוד ולדבר ישר ושלא יעלה לו נושא כל כך מהר לראש).

המדריך מכניס את המתנדב השני, לא לפני שאומר לו שעליו לדבר על סרט טוב שראה לאחרונה/ סדרה שהוא עוקב אחריה הרבה זמן/ אירוע משמעותי שקרה בבית הספר וכו' במשך 2 דק'... ופותח שעון. (בהשוואה למתנדב הקודם, סביר כי לחניך הזה יהיה פשוט גם לדבר בפני האחרים וגם לדבר במשך 2 דק' כיוון שכבר חשב על אחד הנושאים).

למדריך- על מנת שרעיון הפתיחה יצליח רצוי לבחור 2 מתנדבים שאתם כבר מכירים את אופיים טוב- כיוון שזה ידגיש עוד יותר "מה יעזור לנו לביטחון העצמי בעמידה מול קהל".

למתנדב הראשון- בחרו חניך, שהוא קצת יותר סגור ולא פשוט לו לדבר מול אחרים.

למתנדב השני- בחרו חניך מוביל, ספונטני ובעל ביטחון עצמי לדבר מול אחרים.

בסיום, המדריך שואל את החניכים, האם הם ראו הבדל בין המתנדבים? ולמה לדעתם היה הבדל?

הוא מוסיף ואומר כי פרט לכך שכל אחד מהמתנדבים הוא אדם בפני עצמו ולכן בטוח שיהיה שוני בדרך ההתמודדות שלהם עם המשימה שהוא נתן להם, ישנם גורמים נוספים שעוצרים אותנו או מאפשרים לנו לעמוד מול קהל ולדבר. היום אנחנו נדבר בדיוק על הגורמים הללו.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



גוף הפעולה:

משחקי עמידה מול קהל:

משחק 1: "מה? מי? מו?"

המדריך בוחר 3-4 מתנדבים ונותן להם סיטואציה (ניתן לבחור סיטואציות המתאימות לקורה בסניפכם ולא דווקא לבחור את הסיטואציות הכתובות כאן). על המתנדבים לדבר האחד עם השני לפי סדר (אחד מתחיל, לאחר מכן שניים, אחרי זה שלוש ושוב חוזר לאחד...) רק בשאלות במשך 2 דק'. בסיום 2 דק' המדריך בוחר מתנדבים חדשים.

הסיטואציות:

1. המתנדבים הם 3 מדריכים שהגיעו לסניף ושמעו שהרכז החליט שמהיום עושים חולצה לסניף בצבע ורוד פוקסיה.

2. המתנדבים הם 3 חניכים משכבת כיתות ז' שעברו פעולת בר מצווה בסניף שבמהלכה הם היו צריכים להרים אחד את השני 14 פעמים (13 פעמים ואחד לשנה הבאה).

משחק 2: "אבגדה זחטי כלמנסע פצקע רשת"

המדריך בוחר 3-4 מתנדבים ונותן להם סיטואציה (ניתן לבחור סיטואציות המתאימות לקורה בסניפכם ולא דווקא לבחור את הסיטואציות הכתובות כאן). על המתנדבים לדבר האחד עם השני לפי סדר (אחד מתחיל, לאחר מכן שניים, אחרי זה שלוש ושוב חוזר לאחד...) לפי הא'- ב' במשך 2 דק'. בסיום 2 דק' המדריך בוחר מתנדבים חדשים.

הסיטואציות:

1. המתנדבים הם 3 רכזים שיושבים ומתכננים את טיול חנוכה.

2. המתנדבים הם 3 חניכי כיתות ג' שזכו בתחרות ה"חידונוער", תחרות ידע על הנוער הלאומי במקומות הראשון, השני והשלישי.

משחק 3: פתקים

המדריך בוחר 3-4 מתנדבים ונותן להם סיטואציה (ניתן לבחור סיטואציות המתאימות לקורה בסניפכם ולא דווקא לבחור את הסיטואציות הכתובות כאן). על המתנדבים לדבר האחד עם השני לפי סדר (אחד מתחיל, לאחר מכן שניים, אחרי זה שלוש ושוב חוזר לאחד...) כשבמהלך דבריהם, עליהם לשלוף פתק שהמדריך נותן להם ולשלב אותו בשיחה. בסיום הפתקים המדריך בוחר מתנדבים חדשים. (פתקים מצורפים בנספחים).

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



הסיטואציות:

1. המתנדבים הם 3 מדריכות בסניף (רצוי שבנים ישחקו את הסיטואציה) שמדברות על המדריך החדש שהגיע לסניף.

2. המתנדבים הם 3 מדריכים בסניף (רצוי שבנות ישחקו את הסיטואציה) שמדברים על אותו המדריך החדש שהגיע לסניף.

משחק 4: "תתנו לו צ'אנס הוא שר מהלב"

המדריך בוחר 3-4 מתנדבים ונותן להם סיטואציה (ניתן לבחור סיטואציות המתאימות לקורה בסניפכם ולא דווקא לבחור את הסיטואציות הכתובות כאן). על המתנדבים לשיר האחד לשני את מה שהם מעוניינים לומר לפי סדר (אחד מתחיל, לאחר מכן שניים, אחרי זה שלוש ושוב חוזר לאחד...) על פי סגנון השירה שהמדריך נותן להם במשך 2 דק'.

הסיטואציה:

המתנדבים הם רכזים מסניפים שונים (בחרו סניפים שהם לא הסניף שלכם) שמספרים על הסניף שלהם.

מתנדב ראשון- צריך לספר על הסניף שלו כשהוא שר את הסיפור בסגנון מזרחית.

מתנדב שני- צריך לספר על הסניף שלו כשהוא שר את הסיפור בסגנון אופרה.

מתנדב שלישי- צריך לספר על הסניף שלו כשהוא שר את הסיפור בסגנון רוק כבד.

מתנדב רביעי- צריך לספר על הסניף שלו כשהוא שר את הסיפור בסגנון מוזיקה קלאסית.

משחק 5: "עכשיו דממה... הסניף על הבמה"

המדריך נותן לחניכים 10 דק' להכין שיר ראפ המספר על הסניף שלהם, כשבסיום הם צריכים להופיע איתו מול המדריך.

סיום:

סיכום- המדריך מסביר לחניכים מה עומד מאחורי הפעולה. תחילה הוא מסביר להם, כי בקש מ3 מתנדבים לצאת החוצה ובעצם נתן לשלושתם את אותה המשימה רק עם דרכים שונות להתמודדות איתה... המתנדב הראשון נאלץ להתמודד עם המשימה בלי זמן להתכונן לכך ובלי זמן לחשוב על רעיון לספר לכם.

המתנדב השני, קיבל את אותה משימה רק שאותו הכנו מראש לכך שהוא צריך לדבר על נושא מסוים במשך 2 דק' ואפילו נתתי לו רעיונות לנושאים ולכן היה לו קל.

בגוף הפעולה, רציתי להדגים לכם מה בונה לנו ביטחון בעמידה מול קהל ואלו 3 גורמים עיקריים:

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



1. ניסיון והתנסות- משחקי התפקידים ששחקנו היום, הם דוגמא מושלמת להתנסות לעמוד מול קהל בסיטואציות שונות. כמה שתעבדו יותר ותתנסו יותר בעמידה מול קהל מכל סוג שהיא- כך ביטחונכם האישי יגדל.

2. הכנה מראש- כמו שראיתם בפתיחה, למתנדב שהכנתי אותו מראש למה שיצטרך לעשות, היה הרבה יותר קל להתמודד עם המשימה. כך גם אתם, ככל שתבואו מוכנים יותר מול הקהל- הביטחון העצמי שלכם יעלה ויהיה לכם קל יותר לעמוד מולו.

3. שיתוף פעולה- להרבה אנשים מאוד קשה לעמוד לבד מול קהל... אבל כשיש שותף או שותפים שעומדים איתך, אתה מקבל כוח... במשחק האחרון בקשתי מכולכם לבצע שיר ראפ על הסניף ושימו לב שגם אלו שהיה להם קצת יותר קשה להתמודד בהתחלה עם המשימות, כשעמדו עם כולם- הביטחון שלהם עלה והיה להם יותר קל.

אם כן, על מנת להעלות את הביטחון שלנו בעמידה מול קהל, עלינו לצבור ניסיון על ידי התנסויות, להגיע מוכנים מראש ולעבוד עם שותפים/ים שיקלו עלינו.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



-נספחים-

שמעתי שהמדריך החדש חתיך חבל על הזמן
אני מאוד אוהב/ת את הסימפוזיה התשיעית של בטהובן
אולי נלך יחד להשתטח על קברי צדיקים בעמוקה
הנמלים שלי בבית אימצו חיית מחמד "דב נמלים"
אני כבר מתגעגע/ת למדריך החדש
גם כשאני אהיה בן 30 אני אהיה בנוער הלאומי
בא לי לשיר את השיר האהוב עלי... "בוא אלי פרפר נחמד... שב אצלי על כף היד"
חשבתי על זה, הדג יודע מאיפה הוא משתין? או שגם לא?
כמה עוד אפשר לקרוא למה שיש בינינו אהבה?
כותותי וצבוטתי הלכו לים, כותותי טבע מי נשאר?
תל אביב י'חביבי תל אביב...
אני מת/ה על ביה"ס שלי, בעיקר על המחנכת המקסימה והמתוקה שלי, חבל שהיא נשואה
אל תלך אני מפחד מהחושך

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



פעילות בנושא עמידה נכונה מול קהל

מטרת הפעילות- החניך ילמד את הכלים לעמידה נכונה מול קהל.

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 8-40.

מיקום: פנים.

זמן: בין שעה וחצי לשעתיים (תלוי במספר החניכים).

ציוד: אין

פתיחה:

הצגה:

המדריך נכנס לחדר שבו נמצאים החניכים כשהוא לבוש בצורה זרוקה עם חולצת תנועה, חצי מגולגלת במכנסים, מסטיק בפה (ללעוס בצורה גסה) ובכללי מראה מוזנח. המדריך מתיישב מולם ושואל אותם "איך עבר עליהם השבוע?" תוך שבזמן שהם עונים לו, הוא מתעסק בפלאפון שלו וכלל לא נראה שמקשיב להם. הוא ממשיך ואומר "שהוא חשב שכדאי להם לעשות חולצות לסניף ובאיזה צבע הם היו רוצים את החולצה?" כל זאת תוך כדי שהוא לא מתייחס אליהם כלל... לא מסתכל עליהם ועסוק בדברים אחרים. הוא מוסיף ואומר בשקט שכמעט ולא ישמעו "שהגיע הזמן להתחיל את הפעילות ושיסתדרו במעגל" שוב תוך שהוא לא מסתכל עליהם (סביר כי החניכים לא יזיזו את עצמם מהר מדי להסתדר כשיראו שהמדריך לא מתעסק בהם). לאחר שהמדריך רואה שהחניכים מתמהמהים (כי הם לא שומעים אותו ורואים שהוא עסוק במשהו אחר), המדריך מרים את הקול וצועק עליהם שיסתדרו במעגל.

לאחר שהחניכים מסתדרים, המדריך מחייך אליכם, מסדר את החולצה, זורק את המסטיק, סוגר את הפלאפון ושואל את החניכים "האם הם היו יכולים להמשיך את הפעילות אם הוא כמדריך שלהם היה מדריך אותה בצורה שהפעילות החלה? למה לא?"

המדריך מסביר לחניכים כי כשעומדים מול קהל, קהל של ילדים, קהל של צעירים, קהל של מבוגרים, קהל של קשישים.... בקיצור כל קהל, יש כללי בסיס שחייב לשמור עליהם כדי שהאחרים יקשיבו לך, יתפסו ממך וירצו לשוב ולראותך. היום אנחנו נדבר על הכללים הללו.

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



גוף הפעולה:

1. קול- טלפון שבור:

המדריך מעביר משפט בלחישה לחניך שיושב לידו במעגל. על החניך להעביר בלחישה לבא אחריו את המשפט ששמע או שנראה לו שהוא שמע מהמדריך.

המשפטים:

- קול גלגל המתגלגל.
- קול פעמונים.
- הכל על הקול

בסיום, המדריך מסביר לחניכים כי כשעומדים מול קהל "הקול" שלנו הוא אחד הכלים החשובים ביותר. אם אני אדבר חלש מדי ובצורה מונוטונית- באיזשהו שלב, אתם בתור הקהל שלי, תפסיקו להתייחס אלי. אם אני אצעק כל הזמן- אתם לא תרצו להקשיב לי מההתחלה. לכן כשאני עומד מול אנשים, אני חייב לדבר בצורה ברורה ובטון שנעים לאוזן.

2. תנועה- מעגל כיסאות:

החניכים מצמידים את כיסאותיהם אחד לשני ועולים עליהם. בכל כמה שניות המדריך מוציא כסא, מה שגורם לחניכים להצטמצם ולהיעמד יחדיו על הכיסאות.

בסיום, המדריך מסביר לחניכים כי כשעומדים מול קהל ה"תנועה" שלנו, כלומר הדרך שבה ננוע בחדר היא כלי חשוב נוסף. אם אני אעמד במקום ולא אזוז, בשלב כלשהו, הקהל שלי יפסיק להסתכל עלי ויחפש דברים מעניינים אחרים להסתכל עליהם. אם אני לא אפסיק לזוז בצורה מוגזמת- יהיה לקהל שלי קשה להתרכז במה שיש לי להגיד, כי הם יהיו עסוקים בלנסות לעקוב אחרי. עלי לנוע ברחבי החדר בשטח שמול הקהל בצורה מדודה ובהתאם לדברים שאני אומר.

3. ידיים- פנטומימה:

המדריך בוחר מתנדב ועליו להעביר בפנטומימה לקהל את משפט: "לא דובים ולא יער".

לאחר מכן, המדריך בוחר מתנדב נוסף ואומר לו שעליו להעביר בפנטומימה את המשפט הבא אך אסור לו להשתמש בידיים שלו: "אם אין אני לי- מי לי".

לאחר מכן, שוב בוחר המדריך מתנדב ונותן לו להעביר את המשפט: "אל תסתכל בקנקן אלא במה שיש בו".

ומתנדב אחרון, נבחר על ידי המדריך והוא כמו המתנדב השני אינו יכול להשתמש בידיו להעברת המשפט הבא: "סייג לחוכמה- שתיקה".

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



בסיום, המדריך מסביר לחניכים כי לידיים שלנו תפקיד חשוב ביותר בהעברת המסר שאנו רוצים לומר לקהל שלנו. אם היינו מדברים בלי ידיים בכלל- סביר להניח שחלק מהדברים שהיינו אומרים- לא היו מועברים לקהל בצורה הנכונה. על אף שהם שומעים מילולית את מה שאנו אומרים, העין קולטת את התנועות שאנו עושים עם הידיים ועוזרת למח לעבד את המידע שהעברנו לקהל.

4. מבט- הרוצח:

החניכים יושבים במעגל ומורידים את הראש. המדריך עובר מאחוריהם וטופח לכולם פעם אחת על הגב, ובחר את אחד החניכים שיהיה "הרוצח" ולו הוא טופח פעמיים. לאחר שטפח לכולם על הגב, הוא אומר לחניכים להרים ראשים. מטרת הקבוצה היא לגלות מי הרוצח. הרוצח פועל על ידי קריצות ועליו לעשות זאת במסווה. מי שראה קריצה אומר "נרצחתי" (לא אומר על ידי מי) ונופל אחורה. אם אחד החניכים שלא נרצחו חושב שהוא יודע מי הרוצח הוא לוחש זאת למדריך. אם טעה – כאילו נרצח ויצא מהמשחק, אם צדק – התגלה הרוצח והמשחק הסתיים.

בסיום, המדריך מסביר לחניכים כי כלי חשוב נוסף הוא המבט. אם אתם זוכרים בפתיחה, לא הסתכלתי עליכם ולכן אתם לא הקשבתם למה שיש לי לומר. כשאני עומד מול קהל, אני צריך לתת לקהל שלי את התחושה שאני מתסכל על כל אחד ואחד בו. לכן חשוב לשמור על עיניים לקהל וחשוב מכך, עיניים לכל הקהל, כלומר לא להתרכז רק במקום אחד בקהל.

5. ביטחון עצמי- נפילת אמון.

המדריך מבקש ממספר מתנדבים לעמוד על כסאות ומשאר חברי הקבוצה, לעמוד בשני טורים קצרים לפני כל כסא. על המתנדבים לתת אמון ולבטוח בחבריהם שיתפסו אותם וליפול אחורה לתוך ידיהם.

בסיום, המדריך מסביר על הכלי הנוסף והחשוב ביותר והוא ביטחון עצמי. מה שאני משדר לקהל שלי- זה מה שהקהל שלי יקלוט. אם אני אשדר ביטחון עצמי, הקהל יקשיב לי, יסמוך עלי ועל דברי ויאמין למה שאני אומר, אבל אם אשדר ביטחון עצמי נמוך, גם אם הדברים שאמרתי יביאו לכך שמי שהקשיב לי יזכה במיליון דולר, הקהל שלי לא יסמוך על דברי ולא יאמין להם ולכן לביטחון העצמי שאני מביא איתי כשאני עומד מול קהל חשיבות עצומה.

6. הופעה/ התלהבות- צלילים:

החניכים עומדים במעגל, המדריך מבקש מחניך מסוים להתחיל לעשות צליל מסוים עם הפה/ ידיים/ רגליים מה שבא לו. לאחר מכן הוא מבקש מהחניך שעומד אחריו, להוסיף לצליל של החניך הראשון צליל נוסף שונה (על החניך הראשון להמשיך לעשות את הצליל שלו), לאחר מכן החניך הבא מוסיף צליל משלו וכו'... עד שנוצרת מוזיקה משלל קולות וצלילי כל החניכים.

בסיום, המדריך מסביר לחניכים כי הכלי האחרון הוא הופעה והתלהבות. כשאני אומר הופעה, אני לא באמת מתכוון להופעה של שירים או ריקודים אלא להופעה מבחינת לבוש. כשאני עומד מול קהל, אני רוצה להעביר לו מסר מסוים. אם אני נראה מוזנח ולא מדוגם- המסר אותו אני מעביר, נתפס כלא רציני וחשוב. חישוב אם הייתי מעביר לכם פעולות בלבוש איתו נכנסתי היום לפעולה- האם הייתם תופסים אותי ברצינות? כלי נוסף,

תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



הוא התלהבות- ככל שאני אראה לקהל שלי התלהבות לומר את דברי ככה הקהל שלי יתלהב לשמוע אותם.
אך אם אראה כאילו אני עושה טובה שאני עומד מול הקהל, הקהל יעשה טובה שהוא מקשיב לי.

סיום:

בקיצור, כדי לעמוד מול קהל עלי ליישם את ה- "קתימבה" קול, תנועה, ידיים, מבט, ביטחון והופעה/
התלהבות.