



## שכבה צעירה

פעילות בנושא – גזענות

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי.

ציוד: ב.מספר בלונים כמספר החניכים בצבע אחיד ועוד בלון אחד בצבע שונה. לוח מחיק. טוש ללוח. 2 סמרטוטים, 2 דליים, 2 קערות ג. מדבקות בצבעים שונים. הסיפור של הברוזון המכוער מודפס (ראה נספח)

פתיחה:

א.מספרים לחניכים בקצרה את הסיפור של הברוזון המכוער.(נספח)

גוף הפעולה:

ב. מסבירים לחניכים כי נחוזה את השלבים אשר עבר את הברוזון המכוער לפי הסיפור. כמו כן, רצוי לכתוב כל משפט אשר מתקשר למשחק על גבי לוח מחיק כדי להדגיש לחניכים את הקשר בין הסיפור למשחק.

אמא ברוזזה דגרה על 6 ביצים. בבוא היום בקעו 5 מהן ויצאו מהן 5 אפרוחים צהובים ויפים, רק ביצה אחת בקעה שעות מאוחר יותר, וממנה בקע אפרוח מכוער. על המדריך להסביר לחניכים, כי כמו שאמא ברוזזה דגרה על ביציה, כעת אנו נבצע את אותה פעולה.

1. מחלקים לחניכים בלונים מנופחים בצבע אחיד. על אחד המדריכים להשתתף במשחק ולו יהיה בלון בצבע שונה מזה של החניכים. על החניכים לפוצץ את הבלונים של חבריהם אך לשמור שהבלון שלהם לא יתפוצץ, כלומר, עליהם "לדגור" על הבלונים. כל חניך שבלונו התפוצץ נפסל ויצא מהמשחק. ברגע שנשאר חניך אחד במשחק, המדריך מצטרף וקעת הם בדו קרב, הבלון בצבע האחיד מול הבלון החריג.

אמא ברוזזה לקחה את אפרוחיה למלכת החווה. כל האפרוחים קדו לפני המלכה, ורק הברוזון המכוער נפל. מאותו יום כל החיות בחווה צחקו עליו והשפילו אותו, ואף אחד לא היה מוכן להיות חבר שלו.

2. מחלקים את החניכים לשתי קבוצות ועל כל קבוצה לעמוד בטור. מניחים לכל קבוצה דלי עם מים צמוד לטור וקערה בגודל בינוני במרחק של כמה מטרים. המטרה של החניכים היא למלא כמה שיותר מהר את הקערה הרחוקה במים מהדלי הקרוב אליהם. עליהם לעשות זאת באמצעות סמרטוט שיהיה עליהם לספוג במים מהדלי ולסחוט אל תוך הקערה. את הדרך מהדלי לקערה עליהם לעשות בזריזות ובריצה קלה, כי הקבוצה שתמלא ראשונה את הקערה תנצח. לאחר משחק אחד כזה, ולאחר שכבר קבוצה אחת הוגדרה כמנצחת משחקים את אותו משחק שוב רק שהפעם בצורה שונה. בכל קבוצה בוחרים חצי מהחניכים ולהם אומרים שעליהם להשתמש ביד אחת וברגל אחת, כלומר עליהם לספוג ולסחוט את המים ביד אחת ואת הדרך לעשות בקפיצה על רגל אחת. לאחר שהסתיים הסבב המדריך ישאל את החניכים כיצד הרגישו החניכים "החריגים" וכיצד הקבוצה עצמה הרגישה לגביהם, בסופו של דבר כאשר המדריך יכריז על הקבוצה המנצחת זו לא תהיה הקבוצה שרק סיימה ראשונה למלא את הקערה אלא הקבוצה שהתייחסה בכבוד "לחריגים" גם אם הם התעכבו בגללם. המדריך יסביר שכמו שהברוזון המכוער היה צריך לעשות את הפעולה שעשו אחיו אך הייתה לו מוגבלות

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



מסוימת באותה סיטואציה והוא נפלו. כתוצאה מכך, אחיו וחבריו לחווה התייחסו אליו בצורה משפילה אך זו לא הדרך להתנהג למישהו שונה ממך.

לכן החליט הברווזון לברוח מהחווה.

3. משחקים עם החניכים את המשחק תופסת. בוחרים חניך אשר ישמש כתופס ועליו לתפוס חניכים, המטרה של שאר החניכים היא לא להיתפס וזאת באמצעות בריחה מהתופס. במקרה בו החניך התופס תפס חניך אחר על החניך הנתפס לשמש כעת תופס.

הברווזון מגיע לבקתה שבה חיה אישה זקנה, תרנגולת וחתול. הם מגלים שהוא לא יכול להטיל ביצים ומגרשים אותו מהבקתה. ילדים מצילים אותו באגם קפוא, מביאים אותו הביתה.

4. משחקים עם החניכים את המשחק חתול ועכבר וזאת מפני שהחתול גירש את הברווזון המכוער מן הבקתה. על החניכים לעמוד במעגל כאשר ידיהם שלובות. על המדריך לבחור שני חניכים אשר ישמשו כחתול וכעכבר. על החתול לתפוס את העכבר הבורח. החתול נמצא מחוץ למעגל והעכבר בתוכו. על החתול לפרוץ אל תוך המעגל ולנסות לתפוס את העכבר. המשחק נגמר כאשר החתול תופס את העכבר. רואה להקת ברבורים שטה באגם, מצטרף אליהם, מגלה שהוא ברבור. ושוב לא היה נלעג ונרדף בידי יצור כלשהו.

5. כמו שהברווזון השתייך לקבוצה החניכים ישחקו את המשחק 'מולקולות'. על החניכים להסתובב ברחבי החדר, מדי פעם על המדריך לנקוב בספרה שלפיה על החניכים להסתדר בקבוצות. אם המדריך אמר את הספרה 4 על החניכים להסתדר ברביעיות. חניך אשר לא השתייך לאיזושהי קבוצה נפסל ולא ממשיך לשחק.

סיום:

ג. לסיום משחקים משחק קטן אשר ממחיש לחניכים כי לפעמים אנו עושים את הבחירות שלנו רק על פי צבע או דעה קדומה.

על המדריך להדביק על מצחו של כל חניך מדבקה בצבע כלשהו, לדוגמא: על 8 חניכים מדביקים מדבקה בצבע כחול, על 4 חניכים מדביקים מדבקות בצבע צהוב ועל עוד 4 חניכים מדביקים מדבקות בצבע אדום. אסור לחניכים לדעת איזו מדבקה קיבלו ורצוי להדגיש זאת גם בפניהם. על המדריך להנחות את החניכים להסתובב ברחבי החדר. בשלב מסוים, המדריך יבקש מהחניכים להתחלק לקבוצות, ויאמר מספר משפטים אשר ישפיעו על בחירתם של החניכים. המדריך יאמר, כי האדומים הם אנשים שהכי פחות כדאי להתחבר עמם, הצהובים הם לא האנשים הכי הכי אבל עדיפים מהאדומים, ואל האנשים הכחולים הכי כדאי להתחבר.

לאחר המשחק עורכים דיון מסכם ושואלים את האדומים כיצד הרגישו להיות המנוודים? שואלים את הכחולים והצהובים שאלו כיצד הרגישו כלפי האדומים? ומעלים את המושג 'שונה'. שואלים את החניכים האם יצא להם להיחשף לסיטואציה בה התרחקו ממישהו בגלל שהוא חריג או בגלל צבע עורו, מעלים את המושג גזענות ושומעים את דעתם של החניכים.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## -נספחים-

הסיפור של הברווזון המכוער: אמא ברווזה דגרה על 6 ביצים. בבוא היום בקעו 5 מהן ויצאו מהן 5 אפרוחים צהובים ויפים. רק ביצה אחת בקעה שעות מאוחר יותר, וממנה בקע אפרוח מכוער. אמא ברווזה לקחה את אפרוחיה למלכת החווה. כל האפרוחים קדו לפני המלכה, ורק הברווזון המכוער נפל. מאותו יום כל החיות בחווה צחקו עליו והשפילו אותו, ואף אחד לא היה מוכן להיות חבר שלו. משכך, החליט הברווזון לברוח מהחווה. הברווזון הגיע לבקתה שבה חיה אישה זקנה, תרנגולת וחתול, לאחר זמן מה הם גילו שהוא לא יכול להטיל ביצים ומאחר ואין להם בו צורך, הם מגרשים אותו מהבקתה. הברווזון המשיך לנדוד והגיע לאגם קפוא, שם חבורה של ילדים הצילו אותו והביאו אותו הביתה. אמא רצתה לבשל אותו, כאשר גילה זאת הברווזון ברח משם והמשיך בנדידתו. בסופו של דבר פגש להקת ברבורים אשר התחברו עמו, הוא הצטרף אליהם ולאחר זמן מה בהה בהשתקפותו מהמים וגילה כי גם הוא ברבור יפה ושוב לא היה נלעג ונרדף בידי יצור כלשהו.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא "כוחה של מילה"

מטרת הפעילות- החניכים יעברו פעילות משמעותית העוסקת בנושא כוחה של המילה והשפעתה על האחר.

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 6-30

מיקום: חדר

זמן: כשעה וחצי

ציוד: ב. בקבוקי פלסטיק ריקים, ללא הפקקים, 2 נרות בעובי שיכול להיכנס בפייט הבקבוק חוט ארוך, לא דק מדי ג. פתקים כחולים על פי מספר החניכים, פתקים כתומים על פי מספר החניכים, כלי כתיבה ד. 2 חפיות שוקולד(או יותר, תלוי בכמות בחניכים, 2 לימונים חתוכים לפרוסות (לפי מספר החניכים) ו. לוח, טוש, צמר גפן, 2 קשים, חבל, 2 דכורים, מספרים מ1 עד 12 X 2

\*\*אופציה לצ'ופר – לצייר מסננת ולרשום תסננו את המילים שיוצאות לכם מהפה.

### פתיחה:

א. בתחילת הפעולה, אחד המדריכים יבקש משני חניכים לצאת עימו החוצה, בזמן הזה, המדריך השני בוחר שני נציגים ויחלק את הקבוצה ל2 (יכול לחלק לפי בחירה אקראית שלו או שכל נציג יבחר חברים לקבוצה שלו).  
לאחר מכן יסביר המדריך לחניכים כי ברגע שיכנסו שני החניכים שיצאו "לעזור" למדריך הנוסף, עליהם לצרף כל אחד מהם לקבוצה, על אחד להתחנן שיצורף לקבוצה (ולשבח אותו) ואת השני לדחות ולהתחנן שלא יהיה חלק מהקבוצה.  
לדוגמא- שמות החניכים שיצאו דור וירין, המדריך יאמר לקבוצה כי ירין יהיה החניך שאף אחד לא רוצה בקבוצה ודור יהיה החניך שכולם רוצים בקבוצה.  
לאחר שכל קבוצה צירפה חניך לקבוצתה ישחקו "נר לבקבוק".

\*\*למדריך\*\* יש להסביר לקבוצה כי לאורך כל המשחק הראשון עליהם להמשיך להתייחס לנציגים כמו בהתחלה –"ירין" בתור הלא רצוי, הדחוי ול"דור" בתור הרגיל, המקובל..(חשוב להדגים להם מראש באיזו צורת דיבור להשתמש על מנת לא לפגוע ברגשות החניכים!!!).

ב. המדריך יסביר לקבוצה את מהלך המשחק "נר לבקבוק"-יבחרו הנציגים (ירין ודור). במהלך המשחק הקבוצה של דור יריעו לו וישבחו אותו ולעומת זאת הקבוצה של ירין יפנו לנציג ויאמרו" למה בחרת בו הוא גרוע" וכו'.  
בסיום המשחק, יעמיד המדריך לידו את דור וירין (הנציגים שנבחרו), יסביר להם מה קרה במהלך המשחק ויבקש שישתפו מה הרגישו במהלך המשחק.

משחק נר לבקבוק: קושרים נר לקצה חוט באורך של כמטר (בהתאם לגובה החניכים, שיהיה באותו אורך). בוחרים שני משתתפים. חוגרים את החוט סביב המותניים של הילדים, כך שהנר ישתלשל מאחור כמו זנב. אפשר גם להשחיל ברצועה האחורית המיועדת לחגורה במכנסיים או בשמלה.  
המדריך מעמיד את שני הנציגים מול הבקבוק ומחזיק את הנרות בידי, החל מהרגע שעזב את הנרות (חשוב שיתנדנדו בשביל הקושי) יכולים להתחיל.  
כל ילד עומד מעל בקבוק ומנסה להשחיל את הנר לבקבוק, ללא עזרת הידיים. הילד שמצליח להכניס את הנר ראשון- מנצח.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## גוף הפעולה:

ג. החניכים ישבו על הריצפה במעגל, כל חניך מקבל שני פתקים, פתק אחד כחול ופתק אחד כתום. על הפתק הכחול ירשמו מילה שזכורה להם שעשתה להם טוב ועל הפתק הכתום מילה שאמרו להם ומאוד פגעה בהם.

לאחר מכן (מי שירצה) כל חניך יבחר על איזה מן המילים שכתב ירצה לספר (חשוב לדרבן את החניכים לשתף גם בדברים הפוגעים שאמרו להם שנוכל ללמוד מהם) - לאחר מכן ידברו בקבוצה באיזו מילה עם משמעות הפוכה יכלו להשתמש ואיך זה יכל להשפיע.

לדוגמה - חניך שיתף כי המורה אמרה לו שהוא מאוד השתפר בלימודים, רואים את הרצון, הנכונות וזה שימח אותו מאוד, ומאז הוא מצליח עוד יותר בלימודים.

איך זה יכל להיות אם היא הייתה משתמשת במילים אחרות? - אתה לא משקיע מספיק, הצינונים שלך לא מספיק גבוהים, אתה צריך לשאוף למצוינות, תפסיק להכשל!

**\*\*למדריך\*\* יש להדגיש בפני החניכים כי מעבר למה שאנחנו אומרים אחד לשני, חשובה גם הגישה –הדרך בה אנחנו פונים אחד לשני /מביעים דעתנו. גישה ומילים נכונות יכולות להביא להבנה טובה יותר, וכך גם אנחנו לא פוגעים באחר.**

**-ניתן גם להוסיף ולדבר על ביטויים כמו "מה ששנאו עלייך אל תעשה לחברך" "נאה דורש נאה מקיים" "מילה טובה שווה זהב"**

**\*ניתן להעביר את הפעילות עם בלונים –על בלון לרשום מילה שפוגעת ועל פתק לרשום מילה לשימור – את הבלונים יפוצצו ואת הפתקים ישמרו בבקבוק/רשת/קופסא).**

ד. שוקולד לימון – החניכים ישבו במעגל, על המדריך להסביר לקבוצה כי כל אחד, על פי סבב, יגיד מילה כלשהי ועליהם לגלות מהי החוקיות. ישנן מילים שעליהן יקבלו שוקולד, ישנן מילים שעליהן יקבלו לימון וישנן מילים שעליהן לא יקבלו כלום. איך יגלו את החוקיות? על פי המילים שנאמרות ומה שהם מקבלים בתמורה.

**\*\*למדריך – על מילים בעלות משמעות חיובית יקבלו שוקולד, מילים כגון: חבר, תכונות חיוביות, קבוצה, קשת בענן, מלאך וכדומה, על מילים בעלות משמעות שלילית יקבלו פלח לימון, מילים כגון: מלחמה, תכונות שליליות, כישלון, חרב, שטן וכדומה. על מילים חסרת משמעות, לא מקבלים כלום, מילים כגון: שולחן, שעון, טלוויזיה וכדומה.**

ה. משחק "פיו פיו-מילים": החניכים יעמדו במעגל, בכל פעם המדריך יוציא חניך החוצה, בזמן הזה הוא יגיד לשאר הקבוצה מילה (מילים בעלות כח כמו –יפה, חכם, אמיץ ← לחיוב או שקרן, מכוער, טיפש ← לשלילה. כמובן להגיד מילים בגבול הטעם הטוב!). כאשר החניך יכנס, עליו לעמוד במרכז המעגל, שאר הקבוצה "תכוון" עליו אקדח (לעשות בעזרת הידיים) ותגיד בלי סוף את המילה שאמר להם המדריך להגיד.

לדוגמה: המדריך בחר את המילה "גיבור", ברגע שנכנס החניך כל הקבוצה "יורה" עליו ואומרת בלי הפסקה "גיבור..גיבור..גיבור" עד שהוא נעמד במרכז המעגל (לאורך כל ההליכה הם "מלווים" אותו עם הידיים, עד שהמדריך מבקש לעצור.

וכך מספר פעמים. לאחר כ-2-3 חניכים, יושיב המדריך את החניכים במעגל ויבקש מהחניכים שעליהם "ירו" לספר מה הרגישו ולאחר מכן יסכם במספר מילים את ההבדל בין אלה שנאמרו להם מילים מעצימות לבין אלו שאמרו להם מילים פוגעות, מה בעצם עוצמתה של מילה שיוצאת לנו מהפה

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## סיום:

1. מרוץ הצלחה המדריך יחלק את הקבוצה ל-2 (המדריך מראש יסדר כיסאות על פי מספר החניכים, ויאמר להם להסתכל מתחת לכסא – מתחת לכל כסא יהיה מודבק מספר 1 או 2, החניכים יתחלקו לקבוצות על פי המספרים הרשומים).

2. כעת, החניכים יעברו מספר משימות קבוצתיות, לאחר כל משימה, יציין המדריך על לוח כמה נק' כל קבוצה קיבלה (כל מדריך יקח תחת אחריותו קבוצה, ועליו להתבונן על דרך הפעילות שלהם) – חשוב שהחניכים לא ידעו על פי מה הם נשפטים, ייתכן וינסו לעשות כל משימה במהירות המירבית וישכחו מהדרך שבה הם צריכים להתייחס אחד לשני.

אופן הניקוד:

0-5 נק' על זמן

0-10 נק' על שיתוף פעולה

0-15 נק' על ביצוע המשימה

0-20 נ' על יחס לאחר

\*\*את הניקוד מחשבים לפי חיבור הנק' שקיבלו מתוך כל קריטריון.

המשימות:

1. החניכים יעמדו במעגל עם הפנים כלפי פנים המעגל, עליהם למצוא דרך, מבלי לעזוב ידיים, שבה יהיו עם הפנים כלפי חוץ המעגל.
  2. תחרות 3 רגליים – מכל קבוצה יבחרו שני נציגים שרגל אחת שלהם קשורה יחד עם הרגל של חברם לקבוצה, עליהם לרוץ עד למדריך (לתת כיף) ולחזור לנקודת ההזנקה.
  3. צמר גפן וקשית – יבחר נציג מכל קבוצה, עליו לנשוף דרך הקשית על מנת להזיז את צמר הגפן, עד לנקודה כלשהי וחזרה.
  4. 21 מסירות – על הקבוצה לעמוד במעגל ולהתמסר 21 פעמים מבלי להפיל את הכדור ומבלי לדבר ולספור בקול.
  5. 12 ספונטני- החניכים יעמדו במעגל, על הרצפה (בתחום המעגל) יפוזרו מספרים מ-1 עד 12, עליהם לדרוך על המספרים על פי הסדר, מבלי לדבר, בכל פעם רק אחד דורך בתוך המעגל, אסור לתאם בניהם - במידה ועשו אחד מהדברים האלה יתחילו מההתחלה.
- לאחר ביצוע המשימות, יכריזו המדריכים על הקבוצה המנצחת ויסבירו על פי מה נשפטו.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא – עדות

גיל: שכבה צעירה

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: א. בידורית ב. כלים חד פעמים מפה חד פעמית/אל בד

שימו לב - מודיעים לחניכים מראש כי עומד להתקיים ערב עדות, ולפעולה הקרובה עליהם להגיע עם מאכל אשר מייצג את העדה שלהם וסיפור משפחתי שקשור לעדה. כמו כן, כדאי לשלב את הוריי החניכים בערב זה ולהזמין, כך יוכלו להכיר את המדריכים והסניף טוב יותר לקראת מפעלי הקיץ.

פתיחה:

א. החניכים נכנסים לסניף עם המאכלים וברקע השיר 'אצלנו בחצר', נותנים להם מספר דקות להתארגן ולהניח את המאכל אשר הביאו. לאחר מכן מדברים בקצרה על השיר 'אצלנו בחצר' (אפשר להדפיס מראש לחניכים את מילות השיר) ומסבירים כי יש מגוון עדות וניתן להיחשף אליהם ביומיום, בבית ספר, בבית, בשכונה וגם בסניף. עורכים סבב קצר בו כל חניף יספר מה העדה שלו וישתף באיזשהו סיפור משפחתי במידה וירצה.

גוף:

ב. מתיישבים מסביב לשולחן. כל חניף מציג את המאכל שהביא עמו ולאחר מכן מניח במרכז השולחן. לאחר שכל החניכים הציגו את המאכל, יושבים לאכול.

סיום:

לאחר הארוחה, מושיבים את החניכים במעגל ושואלים אותם איך היה להם? מה הם למדו? איך הם הרגישו לספר על העדה שלהם וכד'. מסבירים לחניכים כי קיימות עדות שונות, ולכולם היסטוריה שונה, ככל שנעמיק ונלמד להכיר את השונה ניחשף לעולם רחב של תרבויות ומנהגים שונים.

לסיכום משחקים משחק שיגרום לחניכים להבין כי אומנם הם שונים במוצאם אך כולנו ישראלים. מבקשים מהחניכים לעמוד במעגל ולשלב ידיהם. המדריך יסביר, כי כעת הוא הולך לחלק לכל אחד שתי עדות שונות. מה שהחניכים לא יודעים הוא שרק עדה אחת מתוך שתי העדות שקיבלו היא שונה והעדה השנייה תהיה 'ישראל' ואותה כל החניכים יקבלו. המדריך ידגיש לחניכים, כי אסור לספר אחד לשני מה העדות אשר קיבלו. לאחר שכל חניף קיבל 2 עדות מתחיל המשחק. המדריך יסביר, כי כאשר יקרא בעדה מסוימת על החניף שזו העדה שקיבל לנסות להתיישב ולהגיע ממש עם הישבן לארץ, המטרה של שני החניכים שמצדדו היא לעצור אותו ולמנוע ממנו להתיישב, אם החניף לא הצליח להתיישב הוא נפסל. המדריך מתחיל לקרוא במספר עדות (מרוקאי, פולני, אתיופי, רוסי) ולאחר מספר עדות שונות, וכאשר החניכים הבינו את המשחק וכי עליהם להתיישב במהירות ובחוזקה על הקרקע המדריך יאמר 'ישראל' וכל החניכים יפלו לארץ. המדריך יסביר שכולם נפלו על הרצפה כי למרות שלכל אחד תרבות שונה, עדה שונה, הם שווים ודומים כישראלים.



## שכבת ביינים

פעילות בנושא – האחר הוא אני

גיל: שכבת ביינים

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: ב. חפץ כלשהו למרוץ השליחים, בלוני מים, 2 דליים אשר ישמשו כסל, 2 כדורים, כיסא, דלי, שולחן, כדור, לוח מחיק, טוש ללוח, דף ועט, ד. בידורית, מקרן

פתיחה:

א. טרם הפעולה המדריך יבחר מספר חניכים וינחה אותם ל"פברק" כל מיני בעיות (לדוגמה: כאב ראש, עייפות, אי יכולת לזוז במהרה, בעיית סטריליות וכד') שיגרמו להם לנוע באיטיות. מסבירים לחניכים אלה, כי תחילת הפעולה תעסוק בתחרות בין שתי קבוצות בה הם יהיו חברים, בכל המשימות עליהם לנהוג על פי הבעיה שלהם. כמו כן, יש להדגיש בפני החניכים "השתולים" כי על אף מגבלתם עליהם להתעקש להשתתף בפעולה, וכי אסור שחברי הקבוצה יבינו כי הם "שתולים". על המדריכים לבחון כיצד החניכים מגיבים האחד לשני ואף לרשום כדי לזכור לדיון שיערכו בהמשך.

גוף:

ב. מחלקים את הקבוצה לשתי קבוצות, ולאחר מכן מסבירים, כי הפעולה הזאת תעסוק בשאלה מי הקבוצה המנצחת? הקבוצה אשר תנצח בכמה שיותר משימות תוגדר כקבוצה המנצחת.

1. 21 – כל קבוצה מקבלת בלון מים, על כל קבוצה להתמסר 21 פעמים רצופות מבלי שהבלון יתפוצץ או ייפול על הארץ, במידה וזה קרה על הקבוצה להתמסר מחדש. קבוצה אשר הגיעה ראשונה ל21 משימות ניצחה.

2. מרוץ שליחים – כל קבוצה עומדת בטור. במרחק כמה מטרים מהם מונח חפץ, המטרה היא להעביר את החפץ בין כל חברי הקבוצה בצורה הבאה: הראשון שבטור רץ אל החפץ לוקח אותו, חוזר מהר אל הטור של קבוצתו מביא לחניך שעמד אחריו את החפץ ועומד בסוף הטור. כעת, החניך שקיבל את החפץ רץ אל המקום שהיה בו החפץ ומניח אותו במקום, חוזר אל הקבוצה נותן יד לחניך שעמד אחריו וכעת על החניך הזה לרוץ ולהביא את החפץ כמו החניך הראשון. הפעולה חוזרת על עצמה, עד שהחניך שעמד ראשון בתחילת המשימה שוב ראשון בטור, במקרה כזה הקבוצה תוגדר כמנצחת.

3. כדורסל – יוצרים שני סלים באמצעות דליים או כל חפץ אחר שקיים בסניף. על הקבוצה לעמוד בשני טורים, המדריך יגדיר כי בדקה הקרובה על הקבוצות לקלוע כמה שיותר פעמים לסל. כל חניך בתורו ינסה לקלוע לסל על פי סדר עמידתם בטורים. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שבתום הדקה קלעה לסל יותר פעמים.

#דיון: לאחר שלוש המשימות המדריך יכריז על הקבוצה המנצחת ויערוך דיון על שאירע בתחרות זו. המדריך שאל בין היתר, איך היה המשחק? מה הייתה מטרתם? האם כל הקבוצה הייתה מלוכדת סביב מטרה זו? אילו חניכים הפריעו לניצחון הקבוצה? מה לדעתכם היה צריך להיעשות בנידון? האם גם השתתפותם הייתה חשובה? וכד'... לבסוף על המדריך לפנות אל החניכים "השתולים" ולשאול כיצד היה להם? מה היחס שקיבלו? ומדוע היה להם חשוב להשתתף במשימות?



# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



המדריך יסביר לחניכים, כי עליהם להיות קשובים למגבלותיהם של הזולת. יש לשים בצד את הרצון לנצח, יש לעודד את חבריהם להגשים את מטרותם על אף הקושי הקיים, ולגרום להם להרגיש בנוח בקבוצה וכאחד האדם. אומנם במקרה הזה מדובר בחבריהם אשר שימשו כשחקנים ו"פברקו" מוגבלות, אבל במקרה אחר זה יכול להיות חבר עם קושי בלימודים שצריך עזרה בלמידה למבחן, עיוור שחוצה את הכביש, וכד'. במקרים מסוג זה, יש להיות ערניים לקורה מסביבנו ולגרום לאותם אנשים לתחושת שוויון.

ג.עיוור – המדריך יבחר 4 מתנדבים, שלושה מהם יוציא החוצה ואילו אחד ישאיר בחדר ויכסה את עיניו באמצעות בד. המדריך יניח בחדר מספר חפצים (לדוגמא: כיסא, דלי, שולחן וכד') אשר יהוו מכשולים ויכתוב על גבי לוח מחיק גלוי את המשימה הבאה "עליך להעביר את X מעל המכשולים בדרך הטובה ביותר עבורו". מבקשים משאר חניכי הקבוצה להיות "צופים בלתי משתתפים" - עליהם לצפות ולבחון את המתרחש אך אסור להם להתערב ולעזור. על המדריך להכניס חניך אחד ולתת לו פתק בו כתוב "קרא את המשימה אשר כתובה על גבי הלוח לעצמך (בלב), אל תגיד כלום, עשה מה שאתה מבין". לאחר מכן מכניסים את החניך השני והשלישי ועליהם לעשות אותו דבר, כמובן שכל אחד בנפרד.

כאשר שלושת החניכים סיימו את משימתם, לפני שפונים אל הקבוצה ולפני שהחניך מוריד את כיוסי העיניים שואלים אותו כיצד הרגיש? שואלים אותו עם מי הרגיש הכי בנוח?

לאחר מכן פותחים בדיון. דגשים לדיון :

- "הובלת העיוור" הינה מניפולציה שנועדה להטעות, יש להבהיר לחניכים כי רבים "נופלים בפח" הזה. יחד עם זאת, אנו נוהגים כך גם בחיי היומיום ללא כוונת זדון, השאלה היא כמה אנו מודעים לזה, ומה אנו מוכנים לעשות כדי לנהוג אחרת.
- המושג "החפצה" – התנהגות לאדם כחפץ.
- המושג "אפקט ההילה" – יצירת מעין הילה של תכונות הנובעות למעשה, מתכונה ידועה אחת. העובדה שזהו עיוור אין משמעותה שהוא גם לא חושב, לא מבין, וכד'.
- המושג "אמפתיה" – היכולת להיכנס לנעליו של האחר, לראות מהי נקודת מבטו. חשוב לדון בדוגמאות מהיומיום.

סיום:

ד.מקרינים את הסרטון האחר הוא אני (ראה קישור בנספחים). בסיום הצפייה, יש לערוך סבב קצר, בו כל חניך ישתף את תחושותיו בעקבות סרטון זה.

נספחים :

סרטון האחר הוא אני - [https://www.youtube.com/watch?v=XKtdKD5Q\\_AI](https://www.youtube.com/watch?v=XKtdKD5Q_AI)

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא – גזענות

גיל: שכבת ביניים

מספר חניכים: 30-6

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: א. עטים ב.גליל חוט צמר ג. ציוד אשר ישמש את החניכים בהצגת הסיטואציות וזאת בהתאם לכרטיסיות (לדוגמה: כדור, חולצת תנועה, איפור, ציוד יצירה וכו') ד.אגוזים, נייר קרפ בצבעים שונים

פתיחה:

א. המדריך לחלק את הקבוצה לזוגות, כל זוג יקבל תעודת זהות (ראה נספח) עם קריטריונים למלא. אחד מבין כל הקריטריונים יהיה ממולא מראש, והחניכים יצטרכו להשלים את תעודת הזהות לפיו ולפי מחשבותיהם. לאחר מכן על המדריך לערוך דיון בנושא ולשאול בין היתר לפי מה מילאתם את תעודות הזהות? מדוע תעודות הזהות שמילאנו בסופו של דבר שונות?, האם גזענות קיימת בכלנו? דבר קבוע בחברה או ניתן לשינוי? האם האנשים אשר מופיעים בתעודת הזהות שהם יצרו מוכרים להם מהיומיום?

גוף:

ב. משחק חוט הצמר - על החניכים לעמוד במעגל. המדריך יזרוק לאחד החניכים חוט צמר, החניך אשר קיבל את החוט מהמדריך צריך להציג איזושהי בעיה חברתית המעידה על גזענות בחברה הישראלית. לאחר שהציג בעיה זו הוא מוסר את חוט הצמר לחניך אחר. כעת, על החניך שקיבל את חוט הצמר לחשוב במהירות על דבר היכול לשמש פתרון לבעיה אשר הציג החניך הקודם. לאחר שהחניך הציג את פתרונו הוא מוסר את החוט לחניך אחר שכעת עליו להציג בעיה אחרת בחברה הישראלית ולאחר מכן מוסר לחניך אחר אשר יצטרך למצוא פתרון לבעיה וכך ממשיכים לשחק מספר דק'. לאחר מספר דק' כאשר כבר נוצר פלונטר ממסירת החוט אחד לשני, המדריך יראה לחניכים כי כמו שהחוט הסתבך ככה גם אנו מסבכים את המציאות, במקום לחפש פתרונות, כדאי לעצור קודם, ולמנוע מהבעיות להגיע, על המדריך להסביר שהכול מתחיל מאתנו ואם נדע להתייחס לחברינו באופן שווה ללא קשר למוצאם וכו' כבר הסביבה תהיה נעימה ומקבלת יותר.

ג. משחק הסיטואציות – מאחר ומדובר בחניכים אשר עתידים להיות מדיריכם, יהיה נכון לחשוף אותם לסיטואציות העלולות להתרחש בסניף, בהן החניכים התנהגו באופן גזעני אחד לשני. על המדריך לחלק את החניכים לשלשות, כל שלשה תקבל כרטיסיה (ראה נספח) אשר תציג איזושהי סיטואציה אשר מתרחשת בזמן הפעולה. כל שלשה תצטרך לחשוב על פתרון למצב, לחלק תפקידים על פי הדמויות המופיעות בכרטיסיה להכין הצגה קטנה בנושא ולהציג לשאר הקבוצה.

לאחר כל הצגה על המדריך לתת משוב על המקרה והפתרון. כמו כן, לתת מקום לשאר החניכים בקבוצה להביע את דעתם ולהציע פתרון אחר.

סיכום:

ד. נותנים לכל ילד אגוז שעטוף בנייר צבעוני (כל אגוז עטוף בצבע אחר), רואים כי כל אחד קיבל אגוז הנראה אחרת. לאחר מכן, מבקשים מכל אחד לפתוח את העטיפה. על המדריך לשאול: האם כעת קיים הבדל בין האגוזים?

בכך אנו רואים כי כאשר כל אחד מוריד את העטיפה/ קליפה שלו אנו מגלים כי כולנו בעצם דומים. כולנו יש רגשות, מחשבות, חלומות, רצונות ועוד....

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



נספחים:

דוגמאות לתעודת זהות :

- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... רופא..... תחביב : .....  
 מצב משפחתי : .....
- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... ישראל..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : .....
- מצב
- שם : ..... אברהם..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : .....
- מצב
- שם : ..... שם משפחה : ..... מעודה.....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : .....
- מצב
- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : ..... תל אביב.....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : .....
- מצב
- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... שיפוצניק..... תחביב : .....  
 מצב משפחתי : .....
- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : ..... קריאה.....  
 מצב משפחתי : .....
- שם : ..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : ..... נשוי + 8 .....
- מצב
- שם : ..... לודמילה..... שם משפחה : .....  
 ארץ לידה : ..... מקום מגורים : .....  
 מקצוע : ..... תחביב : .....  
 משפחתי : .....
- מצב

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



דוגמאות לכרטיסיות : #1 שלומי הוא מדריך קבוצת בנות בכיתות ו', במהלך הפעולה בעודן משחקות הוא שם לב, כי הבנות אינן משתפות את אביבה, חניכה מקסימה ממוצא אתיופי. כאשר שיחקו תופסת ותפקידה של מיכל היה לתפוס היא לא תפסה את אביבה אפילו שממש עמדה על ידה. מה על שלומי לעשות?

#2 טל היא מדריכה קבוצת חניכים בכיתות ד'. היום הם עברו פעולה בנושא מסביב לעולם. כאשר טל סיפרה להם על ספרד החניך חורחה אשר עלה עם משפחתו מדריד לפני 3 שנים, התלהב מהנושא ושר להם שיר עממי ספרדי. רינה, חניכה נוספת מהקבוצה, החלה לצחוק בקול רם והלבינה את פניו של חורחה ברבים. במהלך הפעולה החניכים התבטאו כלפי חורחה באופן גזעני אשר כלל בין היתר מילות גנאי, וזלזול בארץ מולדתו. מה טל צריכה לעשות?

#3 רועי הוא מדריך כדורגל בסניף, במהלך אחד האימונים שם לב כי כאשר בוריס, קפטן הקבוצה, מדריך את שאר השחקנים, או קורא להם לעזרתו הם צוחקים על מבטאו. מה רועי צריך לעשות בנושא?

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא "מעמדות בחברה"

מטרת הפעילות- החניכים יעברו פעילות משמעותית העוסקת בנושא מעמדות בחברה והיחס כלפי החניכים.

גיל: שכבת ביניים

מספר חניכים: 15-45

מיקום: חוץ

זמן: כשעה וחצי

ציוד: א. חומרי יצירה להקמת שבטים, 3 בריסטולים, לורדים, אלבד בשלושה צבעים ב. 10 כסאות, שמיכה ג. כיסא, בלוני מים, 6 דליים, 3 כדורים, 6 כוסות חד"פ, חוט לקשירה מעץ לעץ. \*לדאוג לתפאורה מתאימה.

### פתיחה:

א. הישרדות :

המדריך יחלק את הקבוצה ל 3 :

שבט תסוס, שבט סמורקי , שבט אימרוז

**\*\*למדריך\*\*** שבט תסוס יהיה שבט המשתווה ביחס אליו למעמד הגבוה שבט סמורקי יהיה שבט המשתווה ביחס אליו למעמד הביניים ושבט אימרוז יהיה שבט המשתווה ביחס אליו למעמד הנמוך.

חשוב לא לספר לאורך כל הפעולה לחניכים כי מדובר על פעולת מעמדות!.

ב. כל שבט יתמקדם ויכין את השטח שלו ואת הלבוש שלו מחומרים המדריך יגיד כי:

שבט תסוס מקבל לשטחו 10 כיסאות, שמיכה ויוכל לבחור משימה אחת שלא יעשה שבט סמורקי לא מקבל דבר

שבט אימרוז לא מקבל דבר, על כל חבר מהשבט להוריד נעל אחת, והשבט יצטרך לבצע משימה אחת יותר.

2. עליהם להכין קמע לשבט שיהיה על מקל ארוך

### גוף הפעולה:

לאחר שכל השבטים מוכנים עליהם להגיע למרכז הפעילות .

ג. משימות:

1. פירמידה אנושית-

על כל חברי הקבוצה ליצור פירמידה

לשבט תסוס יש 5 דקות, לשבט סמורקי יש 3 דקות ולשבט אימרוז יש 2 דקות.

2. שלושה כלבים ועצם -

הקבוצה כולה תעמוד במשולש-כל שבט משמש כצלע .

לכל אחד מחברי השבט נותנים אות –לשבט תסוס אותיות עבריות, לשבט סמורקי אותיות לועזיות ולשבט אימרוז מספרים.

במרכז מניחים כיסא עם בלון מים. המדריך ינקוב במספר אות עברית ואות לועזית, רק לאחר שהוא אומר היכון הכן צא הם רשאים לרוץ לכסא, הראשון שמתיישב על הכיסא ומפוצץ את הבלון זכה בנקודה לקבוצה .

שבט תסוס מתחיל עם נקודה יותר , שבט סמורקי מתחיל כרגיל ושבט אימרוז מתחיל עם מינוס נקודה.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



3. קפיצה קבוצתית לרוחק-כל שבט בתורו עומד בשורה ואוחז ידיים, ועליו לקפוץ כקבוצה כמה שיותר רחוק.

שבק תסוס יתחיל את הקפיצה צעד אחד קדימה מהקו המסומן  
שבט סמורקי יתחיל את הקפיצה מהקו  
שבא אימרוז יתחיל את הקפיצה צעד לפני הקו המסומן.

4. שני דליים וכדור.

דלי אחד ריק ובתוכו כדור והדלי בצד השני מלא.  
על כל שבט למלא את הדלי הריק בעזרת כוס עד שהכדור יפול.  
לשבט תסוס תהיה כוס אחת יותר בדלי הריק  
שבט סמורקי יתחיל כרגיל  
שבט אימרוז את הריצה הראשונה יעשה עם כוס ריקה.  
המשחק יתנהל כך שרק לאחר שהנציג שלפני חוזר רשאי הבא לצאת .

5. שלושה חוטים-

שלושה חוטים שקשורים בין שני עצים, על כל שבט לעבור מצד אחד לצד השני כאשר הראשון עובר  
מלמטה השני באמצע והשלישי מלמעלה.  
שבט תסוס יעביר חבר קבוצה אחד פחות  
שבט סמורקי יעביר כרגיל  
שבט אימרוז יעביר אחד פעמיים.

## סיום

ד. המדריך ירכז את כל השבטים למועצת השבט, שם כל קבוצה תבחר לעצמה שם שלדעתה מאפיין/משקף אותה-לפי התנהלות המשחק.  
#דיון: לאחר מכן, ידון המדריך עם הקבוצה, האם המשחק היה הוגן? על מה לדעתם מדברת הפעולה?  
?

מה דעתם על המעמדות בחברה, אפשר לכוון שאלה לכל קבוצה – איך הרגישו?

מתוך הדיון, יש לכוון את החניכים איך צריך להתנהל מול חניכים היות וכל חניך גדל באופן אחר, חלק ממשפחות החניכים מגיעות ממצב כלכלי גבוה, חלק בינוני וחלק נמוך. לכן יש לזכור כי לא לכולם יש את אותה האפשרות (במידה וירצו לעשות פעולות המצריכות להביא דברים, תשלום וכיוצא בזה).

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא "כוחה של מילה"

מטרת הפעילות- החניכים יעברו פעילות משמעותית העוסקת בנושא כוחה של מילה, איך מדברים לחניכים.

גיל: שכבת ביינים

מספר חניכים: 15-45

מיקום: חדר

זמן: שעה וחצי

ציוד: א. מדבקות, טוש ב. אביזרים לדמויות ג. נספחים מודפסים לפי מספר חניכים, ד. שתיה, כוסות, ופלים /רבע לשבע.

### פתיחה:

א. על מנת להכיר סוגים שונים של חניכים וקצת "להכנס לדמותם". לשם כך, נשחק את משחק מדבקות – כמו המשחק המוכר בו כל חניך צריך לנחש מה כתוב לו על המצח באמצעות ניחושים, אך בדרך אחרת. על מצחו של כל חניך יהיה כתוב סוג חניך מסוים, חניכי הקבוצה יסתובבו ברחבי השטח ויחיסו אחד לשני בהתאם למה שכתוב למי שעומד מולם על המצח, אין לגלות אחד לשני מה כתוב. מי שגילה מה כתוב לו מרים את היד ומגיע למדריך לבדוק אם זה נכון, ולאחר מכן ממשיך לשחק. #דיון: בתום המשחק, נדון על ההרגשה, איך התיחסו אלייך בהתאם למה שכתוב? האם זה נכון לתת יחס מיוחד לאותו חניך בגלל "תווית המודבקת עליו"? איך הרגשת?

### גוף הפעולה:

ב. על מנת שנוכל ללמוד כיצד להתנהל מול סוגים שונים של חניכים, במהלך הפעולה ילוו אותנו 4 סוגי חניכים(אותם יגלמו 4 נציגים מתוך הקבוצה. את סוגי החניכים האלה נפגוש ברוב הקבוצות, כמובן שיש עוד הרבה סוגים, אך אלה הבולטים ביותר.

על הנציגים המגלמים את החניכים להיות חלק מהפעילות לכל אורכה ולפעמים גם בהגזמה!

1. החניך הערס-מצחיק: בדרך כלל הכוכב החביב על הקבוצה-ה"מגניב", אבל משגע את המדריכים, על כל דבר שתגיד לו יחזיר לך בדיחה או שיצחק ויראה כמה גיבור הוא. אי אפשר בלעדיו אך גם אי אפשר איתו! ולקיחת חלק בפעילות-תלוי במצב הרוח שלו.

2. החניך הלקקן-יהיה צמוד אליך יותר מהסקיני שלבשת לפעולה, מחפש את תשומת הלב שלך לאורך כל הפעילות, לרוב הוא לא לוקח חלק בפעילות כי הוא בא בשבילך, יביא בשבילך הכל מהכל רק כדי לכות בחיזוק כלשהו.

3. החניך שתמיד מגיע אך לא עושה כלום – לרוב ביישן, תמיד מגיע, לא מפספס אף פעילות-אבל לא משתתף לעולם, קשה קצת להבין אותו, אבל כדאי לתת לו את היחס הנכון ולראות מאיפה זה נובע.

4. החניך המורעל- עוד לפני הפעולה אתה תשמע אותו מגיע מהקצה השני של השכונה מזמר שירי מורל, הוא לפעמים מורעל מידי, אך הוא זה שעושה לך את כל הפעילות, לעיתים כדאי להזכיר לו שיש מדריכים בקבוצה ואין צורך באחד נוסף! והכי חשוב-לא להוריד לו את המורל!!

-במהלך המשחקים הבאים ילמדו החניכים איך מעבירים משוב ואיך מענישים, בנוסף יעברו התנסות קלה בעזרת דמויות החניכים.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



ג.. (נספח מצורף בסוף) משו"ב +סוגי משו"בים- נסביר לחניכים איך מעבירים משו"ב,מה כן אומרים,מה לא אומרים, איך מעבירים משו"ב בצורת ביקורת בונה , נקריא סוגי משובים שונים

1. המדריך יבחר 8 נציגים ויחלק אותם לזוגות(מלבד 4 דמויות החניכים),על כל זוג (יחד עם אחת מהדמויות-סה"כ 3) להציג בפנינו משוב שנותנים שני מדריכים לחניך.  
איך יעשו זאת? ע"י שיח א-ב, כלומר, הראשון מתחיל באות א' "אנחנו רוצים לדבר איתך" הבא באות ב' וכן הלאה.

סיטואציות:

- א.שני מדריכים שנוזפים בחניך
- ב. שני מדריכים שעדינים יתר על המידה עם החניך
- ג. חניך שמרשה לעצמו וצועק על המדריכים
- ד. משוב המתנהל כמו שצריך,נוצרת הבנה בין מדריכים לחניך ויוצאים עם מסקנות.

2. (נספח מצורף בסוף)נסביר לחניכים את משמעות הענישה של החניך.למה זה חשוב להעניש ולא להעביר על מה שנעשה. נשאל את החניכים האם ישנו עונש חיובי ומתי יש להשתמש בעונש חיובי ומתי בשלילי.

א.נשחק את המשחק "דג מלוח", החל מתחילת המשחק ועד תומו,יתחלפו מדריכים –כל פעם זוג אחר.במהלך הפעילות –דמויות החניכים יקצינו את התנהגותם ויפריעו למהלך הפעולה בהתאם לאופיים,ניתן גם להוסיף עונד מספר דמויות ולחלק בין חניכיי הקבוצה .  
כאשר מפריע אחד החניכים לקבוצה,על המדריכים לפעול בהתאם למה שלמדו בפעילות, אם מבחינת סוגי חניכם,אם סוגי משוב וגישה ואם מבחינת נתינת עונשים.

מהלך המשחק דג מלוח : נבחר את אחד המשתתפים לתפקיד "דג מלוח". המשחק מסתיים בכך שנבחר המשתתף שימלא את תפקיד הדג המלוח בסיבוב הבא.

שלב ראשון :הדג המלוח עומד צמוד לקיר או קו דמיוני. שאר המשתתפים עומדים במרחק כ-20 מטר ממנו, מאחורי קו קבוע מראש. ה"דג המלוח" מסתובב עם הגב למשתתפים, עוצם עיניים, קורא "2 1 3 דג מלוח", ושוב מסתכל אל המשתתפים. בזמן שהוא קורא, יתר המשתתפים מתקדמים לעברו. כאשר הוא פוקח עיניים הם קופאים במקום. אם הדג המלוח רואה מישהו זז, הוא פוקד עליו לחזור לקו התחלה לאחר שהמשתתפים קופאים במקומם, ה"דג המלוח" ניגש לכמה משתתפים שבחר, ומנסה להצחיק אותם (ברוב המקרים אסור לו לגעת בהם). אם משתתף זז או צחק הוא חוזר לקו ההתחלה המסומן. מטרתם של המשתתפים להגיע אל הדג ולגעת בקיר לידו הוא עומד.

שלב שני:לאחר שהגיע אחד השחקנים אל קו הסיום, אל מולו עומד הדג המלוח, נפתח השלב השני במשחק:הדג מספר סיפור, בו משולבות המילים "דג מלוח". במהלך הסיפור עשוי הדג המלוח להטעות את יתר השחקנים, בשלבו מילים דומות לצרף המילים "דג מלוח". באומר מילים אלו, הופך ה"דג המלוח" לתופס במשחקתופסת. מספר הסיפור נוגע בכל מילה שהוא אומר במשתתף אחר.השחקן שבו נוגע "הדג מלוח" בזמן שהוא אומר "מלוח" מתחיל לרדוף אחרי שאר משתתפי המשחק.

שלב שלישי:משחק תופסת, מי שנתפס הופך להיות הדג המלוח בסיבוב הבא.



# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## סיום

ד. בעיות קצה פרטניות – מאחורי כל חניך עומד סיפור, מה אנחנו עושים במצבים בהם חניך נפתח אליי ומספר לי דברים לא כ"כ נעימים?  
נדון על כך ב"קפה דילמה" – כולם יושבים על הרצפה (רצוי אזור עם דשא) במעגל, נחלק ל5 חניכים פתקים עם סיטואציות לא נעימות בהן חניך/חניכה סיפרו משהו אישי.  
במרכז המעגל תהיה חב' ופלים/רבע לשבע, בכל פעם כאשר מקריאים סיטואציה, נדון עליה, וכל מי שרוצה להביע דעתו יביע, רק מי שמדבר רשאי לקחת ופל (2 לכל אחד).

1. חניכה שמאוד רוצה לצאת לטיול, אך יש לה בעיית הרטבת לילה והיא מפחדת שיצחקו עליה
2. חניך שלא מצליח בלימודים וההורים מאיימים כי יוציאו אותו מהתנועה אם לא ישתפר
3. חניכה שאחד ההורים מכה אותה בבית ומפחדת לפנות לאחרים מלבדך.
4. חניך עם מצב כלכלי קשה מאוד בבית שמתבייש לפנות לרכז ורוצה מאוד לצאת לטיול שבועות.
5. חניכה שמציקים לה כל הזמן בקבוצה בגלל המראה החיצוני שלה והיא רוצה לצאת מהתנועה בגלל זה.

נספחים:

נספח משובים- משו"ב

## מטרה:

כלי עבודה בעזרתו, בכל שלב, יכול לדעת החונך או החניך היכן הוא עומד, מה יכול לשפר ומה עליו לשמר.

## משתתפים:

1. מעביר המשוב – יוזם השיחה.
2. מקבל המשוב ההבדלים בין ביקורת למשוב:  
ביקורת – כשאדם מעביר ביקורת הוא אינו רואה לנגד עיניו את הגורם האנושי עליו מועברת הביקורת, מטרת הביקורת איננה לשפר ולקדם את הגורם עליו מועברת הביקורת אלא להציג תמונת מצב ע"פ דעתו של מעביר הביקורת. הביקורת הינה שיפוטית.  
משוב - לכל משוב יש מטרה. משוב מועבר על מנת לשפר ולקדם את הממושב. ישנן דרכים שונות להעביר משוב וככל שהמשוב מועבר טוב יותר כך תושג מטרתו יותר. המשוב הינו בונה.

## חלון ג'והארי:

כלי שעוזר להבין אנשים יותר טוב ברובד הבין אישי והתקשורת. אחת הטכניקות לפיתוח מודעות אישית בקבוצה, מבוססת על חלון ג'והארי. למעשה הכלי בפסיכולוגיה הנקרא חלון ג'והארי, מבחין בפועל בארבעה תחומי מידע, הגלוי, החבוי (ידוע רק לי), העיוורון (ידוע לאחר), והלא מודע.

|                         |                            |
|-------------------------|----------------------------|
| אני יודע והקהל יודע.    | אני יודע והקהל לא יודע.    |
| אני לא יודע והקהל יודע. | אני לא יודע והקהל לא יודע. |

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



כשאנו נותנים משוב אנחנו מדברים על מה שאני לא יודע והקהל יודע במטרה לשפר את דרכי העברה שלי בתור מעביר.

## עקרונות להעברת משוב:

1. אווירה טובה.
2. אובייקטיביות.
3. ראש פתוח.
4. מסקנות ולא חוויות.
5. ענייניות, שימוש בדוגמאות.
6. ישירות, אני ואתה.
7. תזמון, במקום הנכון בזמן הנכון וכמובן לא בשעת רוגז.
8. עובדות, לא להמציא דברים, להתייחס למה שקרה באמת.

הסימפטום והמחלה - כאשר מעבירים משוב חשוב לשים לב כי הבעיות שאנחנו מדברים עליהם מייצגים "מחלה" ולא "סימפטומים". לדוג': כאשר עושים משוב לחניך חסר ביטחון עצמי, במקום לומר לו שלא הסתכל על החניכים, דיבר בשקט וידיו היו בכיסים, נגיד לו פשוט כי הוא חסר ביטחון עצמי, שזו היא בעצם המחלה שכוללת בתוכה את כל הסימפטומים שצינו. את הסימפטומים של המחלה יבין החניך כאשר ניתן לו במהלך המשוב דוגמאות מתוך הפעולה.

## סב"א חז"י הל"ך

- ס**בלנות, יש להיעזר בהרבה סבלנות כלפי המעביר ולדאוג שכל הערה מובנת מבחינתו.
- ב**הירות, יש להגיע מוכנים למשוב ולדבר בבהירות על מנת לא לבלבל את המעביר.
- א**ווירה, בכל משוב צריכה להיות אווירה פתוחה ונוחה.
- ח** יזוקים ולא כיסוחים.
- ז**מן, משוב לא ארוך מדי ולא קצר מדי.
- י**ושר, יש לנהוג ביושר כלפי המעביר ולא לנצל כל יחסים מיוחדים בין נותן המשוב למעביר.
- ה**תאמה, יש להתאים את המשוב למעביר.
- ה**קשבה, חשוב שבמהלך המשוב תתנהל שיחה וגם נותן המשוב יקשיב ולא רק ידבר.
- ל**ימודי, יש לתת הערות שניתן ללמוד מהם, לא הערות כמו "אתה מכוער"
- כ**אן ועכשיו, יש להעביר את המשוב ישר אחרי הפעולה- אחרת זה ישכח ויהיה פחות רלוונטי.

כאשר אנו נותנים משוב לחניך, אנו משקפים את התנהגותו, תוך התמקדות בפונקציות המרכזיות שעליו למלא, והדגשת הביצועים שביצע בהצלחה, לעומת אלו הטעונים שיפור.

**חשוב לתת לחניך את המשוב מבלי לפגוע במידת האמונה שלו בעצמו!**

**זכרו תמיד : משוב הנו דיאלוג, ולכן חשוב לשאול שאלות, לקבל תשובות ורק אז להסיק מסקנות!**

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



| משוב בלתי בונה   | משוב בונה  |
|--|--|
| ✓ התייחסות אישית למעביר הפעולה, גם מעבר לפעילות בעקבותיה ניתן המשוב.           | ✓ התייחסות עקרונית לפעולה ולאופן העברתה.   |
| ✓ הערות המתארות את הפעולה ללא הסקת מסקנות.                                     | ✓ הסקת מסקנות מהפעולה וניסוחן ככלי עשה / אל תעשה לשימוש בעתיד.                   |
| ✓ מסרים מעורפלים מבלי לגעת בעיקר.  | ✓ דיבור ישיר וענייני.  |
| ✓ לתת משוב כשהחניך מתוח או עצבני.  | ✓ לקחת בחשבון את צרכיו ורגשותיו של החניך.  |
| ✓ המשוב הוא שיפוטי ונעשה אך ורק עפ"י עיני הממשב. בלי להתייחס לתיאור הסיטואציה. | ✓ המשוב מתאר את הסיטואציה ולא שופט אותה.   |
| ✓ הממשב עסוק ב"להשמיע" ולא לראות אם החניך מקשיב- מונולוג.                      | ✓ הממשב בודק עם החניך שדבריו הובנו כפי שהוא התכוון להם- דיאלוג.                  |
| ✓ המשוב מפוזר ולא נוגע בעיקר.  | ✓ הממשב שם דגש על שיפור ביצועים, יכולות והתנהגות.                                |
| ✓ לא קיים פידבק חיובי והממשב מתמקד רק בדברים שליליים.                          | ✓ הצלחות תמיד מודגשות- לא לשכוח פידבק חיובי! כישלונות מנוצלים כהזדמנויות לשיפור. |
| ✓ המשוב פוגע בדימוי העצמי ובאמונה של החניך.                                    | ✓ המשוב מלווה בחיזוק האמונה העצמית של החניך וביכולתו להשתפר ולהתקדם.             |

## עקרונות לקבלת משוב:

1. השתדל להבין את הנאמר לך, בשלב הראשון אל תתגונן.
2. בדוק האם הבנת את כל המשוב שנאמר.
3. בדוק בכנות עם עצמך מדוע התנהגת כפי שהתנהגת.
4. סכם את הדברים, בכדי לשמר ולשפר.

וזיכרו : משוב הנו דיאלוג !

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## נספח עונש-ה משמעת: הגדרת עונש

מי מאיתנו לא נתקל כמדריך בבעיות המטרידות ביותר – בעיות המשמעת. בשל היותנו חלק בלתי נפרד ממערכת החינוך (אנחנו נחשבים חינוך בלתי פורמאלי) עלינו לטפל בבעיות אלו בדרכים "מיוחדות".

1. בעיות משמעת עם חניכים יש לפתור בדרכי נועם, בשום מקרה אין להרים יד על חניך!.

2. מדריך יטפל בהפרת משמעת בדרכים הבאות:

\*ישוחח עם החניך הלא ממושע באופן פרטי (ישנם חניכים, אשר יתנגדו לכם אם תפנו אליהם מול כל הקבוצה, לכן עדיף ברוב המקרים לאחר הערה או שתיים לקחת את החניך לצד ולשוחח איתו באופן פרטי).

\*יזהיר את החניך בעלייה בדרגה – לשיחה עם הרכז / ראש"צ.

\*החניך ישלח לשיחה עם הרכז/הראש"צ.

\*במידה והחניך עדיין לא נרגע יש לזמן את הוריו לשיחה.

3. זכור, כי תנועת הנוער הלאומי מהווה הזדמנות "להשתחרר" מעול המשמעת הנוקשה של בית הספר ומסגרות החינוך הפורמאלי.

אין משמעו של הדבר כי מותר להם לעשות כרצונם, עלים להבהיר להם כי אומנם החוקים פחות נוקשים אך יש לכבד את העומדים מולם ואת המקום בו הם נמצאים, וכמובן את עצמם.

4. היו החברים הכי טובים של החניכים – אך גם דמות סמכותית, שידעו איפה הגבול.

5. השתדלו לא לפנות לראש"צ או לרכז על כל דבר קטן על מנת לא לערער את סמכותכם..

6. הדרך הטובה ביותר להתמודד עם בעית משמעת הינה שילוב בין אורח רוח, הבנה והרבה הומור!

\*\*חשוב לזכור!

לעיתים מאחורי התנהגות חריגה או בעייתית של ילד, מסתתר צורך כלשהו- ייתכן וזו דרכו של הילד לאותת לתשומת לבכם, יתכן והוא נמצא בבעיה, משהו קורה מחוץ למסגרת הסניף – בבית, בבית הספר.

נכון, אתם לא פסיכולוגים ולא תמיד תדעו לפתור את בעיות הילדים,

אך הם זקוקים לחיזוקכם ולתמיכתם, השתמשו במילים מעצימות ותומכות, המנעו מהשפלת החניך בפני הקבוצה – זה ייצור התנגדות, נסו להבין מה גורם להתנהגות זו של הילד, האם הוא מעוניין בתשומת לב? האם כואב משהו? אולי מישהו פוגע בו? אולי איימו עליו? האם הוא מרגיש לא רצוי? פתחו את לבכם, והגדילו ראש! וזכרו! מילה זה כח – השתמשו בה בחוכמה!



## שכבה בוגרת

### פעילות בנושא "כבוד האדם"

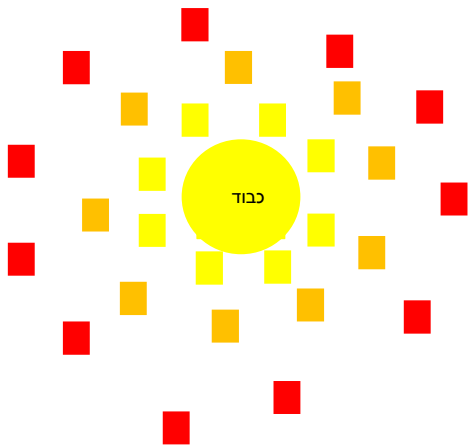
מטרת הפעילות- החניכים יעברו פעילות משמעותית העוסקת בנושא כוחה של מילה, איך מדברים לחניכים.

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 10-35

מיקום: חדר

זמן: שעה וחצי



ציוד: א. בריסטול, 10 דפים צהובים, 10 דפים כתומים, 10 דפים אדומים, מספריים, כלי כתיבה. ב. כדור ג. מחשב, מקרן

#### פתיחה:

א. מעגלים: כולם יושבים במעגל, על בריסטול כתבו את המילה כבוד ושימו על הרצפה במרכז.  
1. חלקו לכל חניך 5 פתקים (בצבע צהוב), בקשו מכל חניך לרשום על כל פתק מה אומרת לו המילה "כבוד". סדרו את הפתקים של החניכים על הרצפה, במידה ויש כפילויות הצמידו אחת לשניה.

2. חלקו לכל חניך 5 פתקים (בצבע כתום), בקשו מכל חניך לרשום על כל פתק למי לדעתו צריך לתת כבוד בחברה? סדרו את הפתקים של החניכים על הרצפה, במיד ויש כפילויות הצמידו אחת לשניה.

3. חלקו לכל חניך 5 פתקים (בצבע אדום), בקשו מכל חניך לרשום על כל פתק איך מתבטא כבוד האדם בחברה. סדרו את הפתקים של החניכים על הרצפה, במיד ויש כפילויות הצמידו אחת לשניה.

! כל שלב לעשות בנפרד!

#דיון: לאחר מכן, דונו, האם יש מישהו שלא מסכים עם אחד מהפתקים? האם בחברה הישראלית אנחנו באמת נותנים כבוד לאחר כפי שאנחנו מצפים לקבל? למה לדעתכם לא קיימת "הדדיות" בנתינת כבוד?

#### גוף הפעולה:

ב. שורת דעות: בקשו מהחניכים לעמוד בשורה. הסבירו כי שבכל פעם, לאחר שתקריאו משפט, עליהם לקחת צעד קדימה (במידה ומסכימים עם האמירה) או להשאר במקום (במידה ולא מסכימים עם האמירה)

1. כבוד נותנים רק לאדם הגדול ממני (בדגש על רק!)

2. בחברה הישראלית כולם מכבדים אחד השני

3. אני תמיד מכבד את האחר

4. אני חושב שלא צריך לכבד כל אחד

5. בעיני לעצור בכביש על מנת לתת זכות להולכי רגל זה נקרא לתת כבודו

6. שמירה על שקט בין השעות 14:00-16:00 ולאחר השעה 23:00 זה נקרא לתת כבוד

7. לתת לאדם מבוגר / אישה בהריון / בעל מוגבלות לשבת במקומי באוטובוס זה נקרא לתת כבוד

8. לדעתי כל אדם אחראי לכבוד שנותנים לו (האדם הוא זה שגורם לאחרים לתת לו כבוד – התנהגות לבוש וכו)

9. כשאני משקר אני לא מכבד.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



#דיון: על מנת לפתח דיון, בקש מכל אחד לנקוב במשפט אחד שהוא מאוד מסכים איתו ומשפט אחד שהוא מאוד לא מסכים איתו .  
במידה ואין להם, הם יכולים ומוזמנים להביא משפטים מהיומיום.

\*\*\*למדריך\*\* נסה להתסיס כמה שיותר ולגרום להם להגיע ל"דיון סוער" כך שאפילו יתחילו לצעוק אחד על השניה. (אפשר להעלות נושאים כמו לבוש פרובוקטיבי, התנהגות לא מוסרית וכו) לאחר שיגעו לסוג דיון כזה, עצור אותם ושאל, האם עכשו אתם מכבדים אחד את השני ? מישהו באמת הצליח לשמוע את דעתו של האחר ? הסבר להם כי לא נצליח לעולם לשמוע אחד את השני אם אנחנו לא מקשיבים אחד לשני .

איך מנהלים דיון נכון ? קח כדור, והסבר שכעת "הכדור בידיים שלהם" מי שרוצה לדבר שירים את היד וימסרו אליו את הכדור. אין לדבר – רק מי שאוחז בכדור רשאי לדבר. (אפשר לחלק להם דפים ועטים על מנת שירשמו את מה שיש להם לומר – כדי שלא ישכחו עד שתורם יגיע)

ג. הישראלי המכוער

מסע בעקבות הישראלי המכוער <https://www.youtube.com/watch?v=dqKTyIWMOdk>  
כתבה <https://www.youtube.com/watch?v=vvVXIKb5Xbg>  
טיסת השוקולד <https://www.youtube.com/watch?v=XO7UEX9LT04>  
וסרטונים נוספים מתוך הפייסבוק "הישראלי המכוער"  
<https://www.facebook.com/hosfim?fref=ts>

#דיון: דונו למה נחשפתם בסרטונים, במידה ויש לחניכים סיטואציות נוספות לשתף, בקשו מהם לשתף, העלו את השאלה- איך ניתן לבקש כבוד כשלא נותנים אותו ?  
האם יש דרך, לדעתם, שאפשר לשפר / לתקן ?

סיום

ד. אנחנו נחשפים יום יום למקרים בהם לא כל פרט מכבד את רעהו, אם זה בערוצי התקשורת, אם בחברה איתה אנחנו מסתובבים, אם ברחובות ולעיתים גם אנחנו, בין אם אנחנו שמים לב ובין אם לא .  
חשוב תמיד להסתכל ולחשוב לפני שאנחנו נוקטים בצעד שיתכן ולא נוכל לבטל אותו – כאשר מדובר בפגיעה באחר הן מילולית והן פיזית.  
בסרטונים נחשפנו להתנהגות לא מוסרית בה אנשים ביד אחת מקרבים וביד השניה מרחיקים.  
כמו שיש רגעים בהם אנחנו נחשפים למקרים של חוסר כבוד, כך יש מקרים רבים שבהם האחר עושה למען האחר !

#דיון: דונו-אילו מקרים יצא לכם לראות את הישראלי היפה ? מה זה אומר בכלל "הישראלי היפה" ?

ה. הישראלי היפה-

<https://www.youtube.com/watch?v=Oyt3woVFPzo> (סרטון שהוכן במיוחד לפעילות)

"יהי כבוד חברך חביב עליך כשלך"

\*\*צ'ופר אפשרי- מאזניים-שקלו מילים

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא – האחר הוא אני, ADHD

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 6-30

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד:א. כיסאות ב. מבחנים מודפסים כמספר החניכים \*עטים כמספר החניכים \* 10 דפי נייר על מנת ליצור מהם כדורים \* ממתקי שוקולד \*בידורית \* מוסיקה \*קטעי מידע בנושא ה - ADHD מודפסים כמספר החניכים.

פתיחה:

א.המדריך יסדר את הכיסאות בשורות בדומה לצורה של כיתה, אך את הכיסאות יניח על הרצפה באופן הפוך.

על החניכים להיכנס לסניף. כל אחד ישב באי נוחות על כיסא הפוך.

תחילה המדריך יעביר את חוקי הפעולה, והם :

- חייבים לשבת במהלך כל הפעולה, אסור לחניכים לקום ממקומותיהם.
- אין לדבר על נושאים אחרים מלבד הנושא אותו יעלה המדריך
- מי שיצליח לפתור את השאלונים בצורה טובה יקבל הפתעה (טעימה) ומי שלא יצליח יאלץ לשבת ולנסות עד שיצליח.

גוף הפעולה:

ב. שאלונים בנושא ADHD – מחלקים לחניכים שאלונים בנושא "מה מרגיש ילד עם ADHD בבית הספר" (ראה נספח) ועליהם לענות עליהם.

מבחן בעברית – מחלקים לחניכים מבחן, לדוגמה מספר שאלות מפרק העברית בבחינת הפסיכומטרי (ראה נספח). במהלך העבודה יש לוודא כי החניכים יושבים באי נוחות, בצורה בה סודרו הכיסאות מלכתחילה, וכי אף אחד לא הפך את הכיסא או התיישב על הרצפה. בזמן שהחניכים יענו על השאלות על המדריך להפריע להם, בכך שיזרוק עליהם כדורי נייר לפנים מדי פעם (רצוי לעשות זאת מבלי שהחניכים יבחינו כי עושים זאת גם לאחרים). כל הזמן הזה על החניכים להיצמד לחוקים ומשך אסור להם לקום במהלך הבחינה. לאחר שהחניכים יסיימו לענות על השאלות, יסמנו בידם למדריך אשר יבדוק את הבחינה, במידה והחניך ענה נכון יקבל ממתק, במידה קיימות שגיאות במבחן יאלץ לחזור ולפתור מחדש.

מבחן במחשבון – מחלקים לחניכים תרגיל בחשבון (ראה נספח), התרגיל הוא פשוט אך ארוך ולכן דורש ריכוז וסבלנות. בשלב זה ניתן לאפשר לחניכים לשבת על הכיסאות באופן רגיל. כאשר החניכים מתחילים לפתור את התרגיל על המדריך להפריע להם בדרכים הבאות : להפעיל מוסיקה בעוצמה גבוהה, להדליק ולכבות את האורות בסניף, להעיר הערות בסגנון "נו זה ממש פשוט" "תחשוב טוב יותר". גם במבחן הזה, חניך שסיים יקבל ממתק חניך שלא פתר נכון יצטרך לשבת עד שיפתור נכון.

#דיון – כעת המדריך יערוך עם החניכים דיון וישאל כיצד הרגישו במהלך השאלונים? האם תחושה זו מוכרת להם מהמבחנים בבית הספר? או האם הם מכירים חברים אשר מתקשים להתרכז בזמן מבחן, במידה וכן כיצד הקושי של אותם הילדים בא לידי ביטוי בעת מבחן ?

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



המדריך יחלק קטעי קריאה מקצועיים בנושא הפרעות קשב וריכוז (ראה נספח) ויערוך דיון קצר בו החניכים יגידו האם הדברים שעולים מן הטקסט מוכרים להם? איך צריך להתנהג אל מול חבר שיש לו קשיי קשב וריכוז? האם זה מפריע?

סיום:

ג.המדריך יקרין כתבה אשר התפרסמה בחדשות ערוץ 2, על הדרך להתמודד עם הקושי, 'רטלין'. ולאחר מכן יערוך דיון קצר, שבו, בין היתר ישאל את החניכים מה עוזר להם להתרכז כשצריך?

ויתן לחניכים אשר ירצו לשתף באם הם נוטלים רטלין או תרופה מסוג זה, וכיצד זה עוזר להם?



# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## נספחים-

שאלון בנושא – כיצד מרגיש ילד עם ADHD בכיתה : 1) ילד עם תסמונת ADHD יושב בכיתה, מה מפריע לו ללמוד?

2) באיזו מידה הוא אשם במצבו? פרט

3) איך ניתן למנוע או למגר תופעה זו?

מבחן בעברית :

עליך לכתוב נכון את המספר אשר כתוב בכל סוגריים, במילים, בהתאם למין הנושא.

- שלמה גר ברחוב ויצמן ..... ( 21 ), ממש ליד הסופר.
- הסניף מונה ..... (350) חניכים
- המדריך ביקש ממיכל שתיקה את ..... (3) התיקות, שבהן ..... (18) הציורים שלה ותבקש מ... (1) המדריכים לתלות את היצירות על הקיר הקבוצתי.
- החולצה שרציתי לקנות עלתה....(70) ₪, אך, כעת יש מבצע והיא עולה .....(40) אחוזים פחות מהמחיר ההתחלתי.
- המורה הסביר לנו כי יש ..... (4) דרכים לפתור את התרגיל הזה
- ה"וואיז" כיון את יוסי, כי בעוד ..... (200) מטרים יגיע לכיכר ושם יצטרך לצאת ביציאה ה.....(3)

עליך להתאים לכל מילה, מילה נרדפת ממחסן המילים

- תפוז –
- מדף –
- מתנה –
- שמש –
- מדבר –
- בונה –
- קיר –
- עץ –
- חלון -

מחסן מילים: כותל, חמה, אשנב, דורון, אילן, אצטבה, ישימון, מוז, תפוח זהב.

תרגיל בחשבון :  $100-50+3+1+20-70+4+2+48-20-1-3+4+20-12+14 = ?$



הפרעות קשב וריכוז – קטע מידע :

## חוסר קשב

ילדים בעלי הפרעת קשב וריכוז מאבדים מהר את מוקד תשומת הלב שלהם. הם משתעממים, דעתם מוסחת והם נעים ממשימה למשימה מבלי להשיג דבר. הכנת שיעורי הבית נמשכת זמן רב, ולפעמים אינה מסתיימת כלל. המורים אינם מבינים, הרי הילד מספיק כל כך הרבה כאשר משגיחים, עליו וכל כך מעט כאשר מניחים לו לנפשו. הבעיה לובשת פנים חדשות יום יום. יש ימים שבהם הילדים מרוכזים, וביום שלמחרת הם בעולם אחר. התנהגותם משתנה גם ממצב למצב. כמה מהילדים חסרי הקשב עשויים לגלות עניין רב כאשר הם צופים במשחק וידאו ולהתעלם לגמרי מחבריהם.

השינויים בהתנהגות הזו משמעים, שמאבחנום לא מנוסים עלולים להחמיץ את הפרעת הקשב והריכוז של הילד ולא להבחין בו. ישנם ילדים הסובלים מהפרעת קשב וריכוז שבסביבה החדשה ומעניינת מגלים ריכוז רב, ובאותה מידה יש ילדים עם הפרעות קשב המשתפים פעולה יפה עם הפסיכולוג כאשר בוחנים אותם ביחידות, אבל מתפרקים שוב כאשר הם חוזרים לכיתה פעלתנית של 30 ילדים ויותר. המאפיין הכי בולט הוא חוסר הקשבה להוראות מילוליות וקשיי זיכרון לטווח קצר. ההורים אומרים לילד לעשות שני דברים, והוא אחרי רגע חוזר ושואל מה הדבר השני שעליו לעשות.

ישנה תת קבוצה של ילדים בעלי הפרעת קשב בלבד (לא היפראקטיביים אימפולסיביים) ודעתם מוסחת מאד על ידי מחשבותיהם שלהם. הילדים האלה מתחילים לרחף כאשר המורה מתחיל לדבר. מוחם נמצא הרחק משם. כאשר הם יושבים בשקט בכיתה, אין הם מטרידים איש, אבל לא נראה שהם לומדים. הם הופכים לילדים "שקטים שאינם מצליחים בלימודים". יש להניח שאיינשטיין היה כזה, אינטליגנטי שנכשל בבית הספר, והתעניין בפיצוח תורת היחסות יותר מדברי המורה. מבוגרים שנשארו אצלם שרידים מהפרעות הקשב מילדותם, מספרים על קשיי הריכוז שלהם בזמן הרצאה. מוחם מרחף, והם חושבים על נושאים אחרים. כאשר הם קוראים, העיניים רואות את האותיות אבל המוח נמצא במקום אחר. אחרים מתמודדים עם הזיכרון לטווח קצר על ידי רשימות או על ידי עשיית דברים מיד. רב המבוגרים והילדים בעלי הפרעת קשב וריכוז מתקשים באריתמטיקה או בזכירת סדרות מספרים.

כאשר אנחנו מתקשים בביצוע משימה, עד מהרה אנחנו מפסיקים להתרכז. לזה קוראים חוסר קשב משני. הוא מצוי אצל ילדים בעלי קשיי שפה וקשיי קריאה ומתמטיקה. הילד אינו מרוכז כאשר מוחו עמוס יתר על המידה, אבל אחרי שהמתח נפסק, הוא חוזר למלוא הקשב. ילדים מוגבלים בשכלם עושים לעתים קרובות רושם כאילו הם חסרי קשב. אבל טווח הקשב שלהם מתאים לגילם השכלי



הנמוך. יש ילדים שאינם מרוכזים כאשר הם נתונים במצוקה כלשהי, אבל חוסר ריכוז זה בא וחולף יש כמובן. ADHD בהתאם לאירועים הרגשיים, ואין הוא קשור לקבוצה האחרת של התנהגויות מקרים שבהם מצוקה רגשית, ליקויי למידה ספציפיים ומוגבלות שכלית קיימים יחד עם הפרעת הקשב והריכוז.

## אימפולסיביות

ילדים בעלי הפרעת קשב אינם מחפשים להם צרות, הם פשוט יורים מהמותן מבלי לחשוב על התוצאות. הם בהחלט מבחינים בין טוב לרע, אבל הדבר נקלט אצלם אלפית השניה אחרי שכבר הגיבו ואז כבר מאוחר מידי. השליטה הדלה בדחפים, היא ההתנהגות המסבכת את הילדים האלה בצרות הגדולות ביותר. ההורים אינם מסוגלים להבין איך ילד כל כך אינטליגנטי מסוגל להתנהג בצורה כה טיפשית. הילדים האלה באמת מצטערים על מה שעשו, אבל יתנהגו בדיוק באותו חוסר מחשבה בפעם הבאה. כאשר ילד דוחף ילד אחר רגיל בבית הספר, הנדחף בודק ומברר בקפידה אם המורה מסתכלת, לפני שהוא מתנקם בדוחף ובוטע בו. ילד עם הפרעת קשב מגיב מתוך רפלקס, נתפס וזוכה לכינוי "ילד תוקפני". הרבה מהילדים האלה מועדים לתאונות. הם מטפסים על גגות, קופצים מתוך חלונות, רצים בכבישים ורוכבים על אופניהם מבלי להתבונן קדימה.

ילדים אימפולסיביים קוטעים את דברי האחרים ומתפרצים לדבריהם. הם נעשים מתוסכלים במהירות ומאבדים את סבלנותם. רובם נוחים לכעוס ונוטים להתפרצויות. הם פולטים את התשובות הלא נכונות לפני שהמורה סיימה לשאול את השאלה. הם מגיבים אחרי ששמעו חצי מההוראות, והם עושים עבודתם במהירות עם הרבה שגיאות רשלניות.

בחצר בית הספר קל להשפיע עליהם, ולעתים קשה לשאת אותם. יש ילדים המבליים את ההפסקה ליד דלת מנהל בית הספר. הילדים האלה אינם תוקפניים, אבל התנהגותם יוצאת מהר מכלל שליטה, ואין הם חושבים יותר מדי על התוצאות. לפעמים הילדים הגדולים מוצאים את עצמם מושעים מבית הספר. בילדים קצרי רוח וחמי מזג אלה קשה להחדיר משמעת, כיוון שתגובותיהם תלויות מאד ברפלקסים. הם לומדים מהניסיון לאט לאט, ולאורך הדרך גורמים סבל לסובבים אותם: להוריהם, מוריהם ולעצמם.



## פעלתנות יתר

פעלתנות יתר כשלעצמה היא בעיה קלה, אבל כאשר ADHD-בעבר הייתה המאפיין העיקרי של ה היא מתחברת לאימפולסיביות, נוצר צירוף שהופך לחומר נפץ מוחלט. חלק מילדים אלה, שאין להם מנוח, היו פעילים בצורה יוצאת דופן אפילו קודם שנולדו. בינקותם היו רבים מהם תינוקות תובעניים שסבלו מכאבי בטן, אך למרבה ההפתעה, חלק גדול היו תינוקות רגילים לגמרי או אפילו טובים במיוחד. לגבי רב הילדים השינוי חל כאשר התחילו ללכת. הם "הפכו" את הבית ונכנסו לכל פינה ומקום. רבים מילדים אלה פעילים מאד בגן ומתקשים לשבת כשמקריאים להם סיפור. כשמתחילים ללמוד בבית הספר, ההיפראקטיביות מתבטאת בצורות ממותנות יותר. יש עלייה כללית בתנועות הגוף, ההולכת ומחריפה בסוף היום. הילדים חסרי שקט, מתנועעים בעצבנות ומתקשים לשבת במקומם. מי שבכל זאת יושבים, מניעים את רגליהם, מתופפים באצבעותיהם או נוגעים או משחקים בכל דבר המצוי בהישג ידם. כאשר ילדים אלה יוצאים להפסקה הם דומים לחיות ששוחררו מהכלוב. כשהם חוזרים לשיעור מובנה בכיתה, הם מתקשים להירגע. בבית הם הולכים ממקום למקום, נוגעים בכל מני דברים, פותחים וסוגרים את דלת המקרר. הפעלתנות יתר נוטה להתמתן בשנות בית הספר הראשונות ופוחתת במידה רבה בשנות העשרה. מעטים נשארים כה פעלתנים וכעסניים בשנות בגרותם.

## תובענות בלתי פוסקות

הילדים האלה מפריעים, דורשים חוקרים ולא יודעים מתי לסגת. התובענות הבלתי נלאית הנלווית ל היא כנראה, התכונה המעצבנת ביותר את הסובבים אותם. אם צץ במוחו של הילד רעיון ADHD כלשהו, הוא דבק בו יותר ויותר, הרבה אחרי השלב שבו ילד אחר היה מרפה מהעניין. הילדים מתווכחים, מנדנדים ודורשים, עד שאפילו ההורה השלו ביותר מרגיש שהוא עומד להתפוצץ. זאת ההתנהגות שההורים מתקשים לשאת מכל. כאשר התרופות הממריצות פועלות את פעולתן, ההורים "אומרים בדרך כלל: "החיים בבית נעשו רגועים יותר

## מגושמות חברתית

ילדים אלה רגישים ואוהבים את הזולת, ואף על פי כן רבים מהם אינם מקובלים בחברה. הם רוצים להיות מקובלים על חבריהם, וכנראה אינם יודעים איך לממש זאת. אין הם מפענחים את האיתותים החברתיים המקובלים, והם אומרים ועושים דברים שאינם מתאימים למצב. כאשר הם בחברת ילדים,

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



הם נלהבים ונסערים מדי ולכן חבריהם נרתעים. בחצר בית הספר הם רוצים להשתתף במשחקים אבל במקום להניח לדברים לזרום במהלכם הטבעי הם מתפרצים, נדחפים, צועקים ומציקים. וככל שהם מנסים להיות יותר ידידותיים, כך הם נשארים בודדים. הילדים האלה מתפקדים טוב יותר בקבוצות קטנות או בחברת חבר אחד, גם אז הם נתקלים בבעיות, כיוון שהם נותנים הוראות ורוצים תמיד לנהל את העניינים וזה תמיד נגמר בכעס. הבעיות החברתיות מגיעות לשיאן בבית הספר היסודי ומתחילות להתמתן בבית הספר התיכון. אולם בגיל ההתבגרות שרידי חוסר ביטחון מהילדות מחזקים את חוסר ביטחון הקיים ממילא בגיל זה. כאשר המתבגרים מגיעים אל שנות הבגרות עם שרידי הפרעות קשב ואו פעלתנות יתר המגושמות החברתית הזאת גורמת להם לסבל מיוחד

## קואורדינציה לקויה

בעיות קואורדינציה מופיעות בתחום המוטוריקה העדינה: צביעה, הפעלה בידיים, כתיבה, קשירת שרוכי נעליים. או בתחום המוטוריקה הגסה: ריצה, טיפוס, תפיסת כדור, רכיבה על אופניים. רוב הילדים הללו מתקשים במשימות המוטוריקה העדינה, בייחוד בכתיבה. ככל שהם כותבים על הדף כך הוא נראה מלוכלך יותר וכך הם מוחקים יותר. פעמים רבות ההורים והמורים מתייאשים מאיכות עבודותיהם ולפעמים הם נעשים כל כך אובססיביים לגבי הכתיבה, עד שהם מצליחים לראות את הכשרון הבא לידי ביטוי בתוכן הדברים

יש ילדים בעלי הפרעת קשב ופעלתנות יתר שתנועותיהם באמת מסורבלות, אבל יש הרבה יותר ילדים שעושים רושם כזה בגלל שליטתם הלקויה בדחפים. הילדים האלה מתנהלים כמו "פיל בחנות חרסין". כשהם הולכים הם נדחפים, מתפרצים קדימה ושופכים מהכלי שבידם. הברכיים והמרפקים מצולקים והרגליים מכוסות פצעים. להרבה ילדים יש בעיית קואורדינציה פחות גלויה. באותה מידה שזרימת תנועותיהם לקויה, הם מתקשים לתכנן את מעשיהם. הם הולכים, רצים ומטפסים כראוי, אבל איכשהו תנועותיהם לא נראות נכונות. הם מתקשים לתאם בין כמה תנועות, או לעשות שני דברים באותו זמן. בברכת השחייה הם מניעים את זרועותיהם ובעטים ברגליהם, אבל נראה שאינם מסוגלים לנשום על פי קצב התנועות האלה. בשיעור ריקוד הם אוהבים את המוסיקה, אבל כשמדובר בצעדים הם אבודים. פעילות אירובית אינה באה בחשבון עבורם כיוון שהם מנסים לבעוט, לנפנף, להתנדנד ולחייך בעת ובעונה אחת. על שרוכי הנעליים הם מוותרים ומעדיפים סקווש ילדים המתקשים לזרוק ולתפוס כדור, מרגישים לא רצויים במשחקים המקובלים בהפסקה בחצר בית הספר. ריפוי בעיסוק לא יהפוך אותם לאתלטים גדולים, אבל אפשר באמצעותו לשפר את ביצועיהם בחצר המשחקים. כנגד זה, יש ילדים המצטיינים בספורט, והתכונה הזאת תורמת תרומה אדירה להערכתם העצמית

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



יש מבוגרים בעלי הפרעת קשב ופעלתנות יתר שהם אתלטים יוצאים מן הכלל. אחד משחקני הרגבי הגדולים של אוסטרליה הסתבך לאחרונה בצרות בגלל בעיות אימפולסיביות במגרש, אחד החברים "שנתן עדות אופי אמר: "הוא בחור נפלא, אבל הוא כמו שדה תעופה גדול עם מגדל פיקוח קטן מאד

## חוסר אירגון והפכפכות

הרבה מבעלי הפרעת הקשב אינם מסודרים. הדבר מתבטא בלבושם, הם לובשים את הבגדים הפוכים, מרושלים ולא נקיים ושרוכי הנעליים קשורים למחצה. הם מנגבים את ידיהם המלוכלכות בשערם ואחר כך בבגדיהם, ולכמה מהם יש אצבעות חסרות שקט, שכאילו פועלות בלי הוראה מהמוח. הודעות מבית הספר אינן מגיעות הביתה. הילקוט נשאר באוטובוס. את בגד הים מוצאים מאוחר יותר בבריכה. רבים מהילדים אינם מבחינים באי סדר השורר בסביבתם. בתחילת בית הספר התיכון הילדים נעשים מסודרים יותר, אבל חוסר הארגון עדיין מכשיל אותם. כאשר הם צריכים לבצע משימה כלשהי, הם משחקים, מתמהמהים ומתקשים להתחיל. כאשר הם נבחנים, הם מבזבזים את מחצית הזמן על שאלה אחת ואינם מסיימים את השאלות האחרות. הילדים מכירים בבעיה זו והם מגנים על עצמם על ידי שיגרת חיים נוקשה, כמעט כפייתית. כאשר ילד איננו מאורגן מלידה, אי הסדר שלו ישתפר עם הגיל וחשוב שההורים לא יטרחו יותר מדי בעניין זה. כאשר לא מסודרת באופן כפייתי יש ילד שאינו מסודר כלל, עלול לפרוץ ביניהם סכסוך גדול. אין טעם להילחם בילד, כיוון ששום נדנוד מצד האם לא ישנה אותו בזמן הקרוב

לכל הילדים ולכל המבוגרים יש ימים טובים וימים רעים, אבל אצל אנשים בעלי הפרעת קשב ופעלתנות יתר יש תנודות בהתנהגות ובמצבי רוח. ההבדלים הדרמטיים האלה מבלבלים את הסובבים אותם. במקרים רבים הם שואלים את עצמם אם לילד יש אישיות כפולה, ואולי הוא אפילו סכיזופרני. ההורים מנסים להסביר את הימים הרעים ולטעון שמקורם במתח, בחוסר שינה, אולי באוכל, אבל גם אם מצליחים לשלוט בכל הגורמים האלה, התנודות בהתנהגות נשארות בעינין. מקורן אינו ידוע, אבל ודאי שאין הן נעשות במכוון. מי שערים במיוחד לשונות זו הם המורים. ביום טוב הם מופתעים מההספק של הילד, ובימים רעים אומרים שהוא היה יכול באותה מידה להישאר בבית. המורים חייבים להבין שהתנודות האלה צפויות, ולתגמל את הילד בימים הטובים. את הימים הרעים יש לקבל כחלק מתסמיני הפרעת הקשב ופעלתנות היתר, ולא כסימן לעצלות

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא – גזענות

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 30-6

מיקום: פנים (חדר).

זמן: כשעה וחצי (תלוי במספר החניכים).

ציוד: א. כתבות ב. דפים, כלי כתיבה ג.ד.מקרן, בידורית

פתיחה:

א.טרם הפעולה, המדריך ידפיס מספר כתבות בעלות אופי גזעני. את הכתבות ידביק ברחבי הסניף. בתחילת הפעולה המדריך יבקש מהחניכים להסתובב ברחבי הסניף ולעיין בכתבות.

גוף:

ב.המדריך יספר לחניכים את הסיפור הבא:

"כשסבא שלי היה בן 18, צעיר ורענן, נסע לכבוש את העולם. את מסעו התחיל בטיול בארה"ב. הוא היה בטוח כי העולם נפלא והחיים בו מזמנים הזדמנויות שוות לכולם. את מסעו לפילדלפיה עבר באוטובוס, בדרכו נהנה מנופיה היפים של ארה"ב ופגש מגוון רחב של תושבים בעלי צבע עור שונה. כאשר עלה לאוטובוס העדיף לשבת מקדימה על מנת ליהנות ממקום ישיבה נקי ונעים. במהלך נסיעתו הנעימה וקסומה הבחין בתופעה מוזרה ולא מובנת לו...."

כעת, על המדריך לבקש מהחניכים לכתוב המשך לסיפור לפי ראות עיניהם, (הערה מתודית- במידה ומדובר בקבוצה גדולה מומלץ לחלק את הקבוצה לתתי קבוצות שימנו עד 5 משתתפים, הערה נוספת, כוון את החניכים להבדלים בין שחורים ללבנים, שיחשבו על המשך עדכני כפי שאנו פוגשים היום)

#דיון: לאחר שהחניכים כתבו את הסוף שלהם, עושים סבב וכל אחד (או לפי קבוצות) מספר את הסוף שלו. כעת המדריך יערוך דיון קצר, בו ישאל בין היתר, מה מאפיין את המשך הסיפורים אשר כתבו חברי הקבוצה? האם קיים מכנה משותף? באיזו מציאות גדלים היום בני הנוער?

לאחר הדיון המדריך ימשיך את המשך הסיפור : "...הוא הבחין שחברת האוטובוס שבה נסע הקציבה את המושבים האחוריים והמזוהמים לחבורת השחורים אשר קיימה כלכלית את מעמד חברת האוטובוסים (הרבה שחורים נהגו להשתמש בחברת אוטובוסים זו).תופעה זו גרמה לסבי להרגיש ממש רע והוא החליט לעשות משהו בנידון. הוא התיישב ליד איש תשוש מעבדות, מחבורת הפועלים השחורים שישבו בספסלים האחוריים והחל לדבר עמו, השחור שאל אותו למה הוא יושב באזור המטונף כאשר הוא יכול לשבת באזור הנקי והמפואר. סבי ענה לו שלפי דעתו הספסלים המגעילים הם דווקא הספסלים שמלפנים כי שם יושבים הגזענים, ושאל אותו מדוע הם נותנים למצב הזה לקרות והאם הם הולכים לעשות משהו בנידון, כי זו ממש שערורייה. השחור חשב לדקה וענה- מה נעשה? אם ננסה לשבת קדימה יחטיפו לנו מכות וירידו אותנו בלי החזר כספי שעליו עמלנו בשעות היום החמות. סבי שאל- ואחרי כל זה אתה עדיין לא מוכן לעשות משהו? השחור ענה לו שהוא יחשוב על צעד למרות שלא נראה לו שזה יעזור.

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



#דיון: כעת המדריך יעצור את הקראת הסיפור ויערוך דיון, בו ישאל בין היתר את החניכים, מה אתם הייתם עושים?

סיום הסיפור- (לפני שמספרים את הסוף מסבירים להם שהסיפור מבוסס על מקרה אמיתי). בסוף השחורים פעלו בנידון והחרימו לגמרי את חברת האוטובוס לאות מרד במה שקרה שם (מה שיכול היה לגרום לחברה להתמוטטות כלכלית). לבסוף, נאלצה החברה להשתפר ואפשרה לשחורים לשבת בקדמת האוטובוס.

המדריך יאמר שהסיפור שסיפר התרחש לפני זמן רב ובמדינה אחרת, האם הם חושבים שכאן קיימת תופעה מעין זו?

ג.1. סרטון התלמיד האתיופי – המדריך יקרין את הכתבה (ראה בנספחים קישור לכתבה) אשר שודרה בערוץ 10, ובה מראיינים ילד, ממוצא אתיופי, אשר העירייה בעירו (פ"ת) נקט באקט גזעני אשר הפלה אותו מילידים בגילו אשר צבע עורם הינו בהיר.

ג.2. סרטון החייל האתיופי – המדריך יקרין את האירוע בו חייל, ממוצא אתיופי, הוכה על ידי שוטר. (ראה קישור בנספחים)

ג.3. #דיון: לאחר הקרנת הסרטונים, הקבוצה תדון בכך שהגזענות עדיין קיימת בנינו ונמצאת ביומיום שלנו, בבית הספר, ברחוב, וכד'. המדריך ישאל את החניכים לגבי תחושותיהם בנוגע לכתבה בה צפו ולסרטון המראה חייל ממוצא אתיופי אשר הוכה על ידי שוטר. כמו כן, המדריך יעלה את השאלה, מה ביכולתנו לעשות בכדי לצמצם כמה שאפשר תופעה זו? מה קורה כאשר אנו נחשפים לגזענות בסניף? וכו'.

סיום:

ד. המדריך ישמיע את השיר "שווים" וידון בקצרה על תוכן השיר. (ראה בנספחים, מילות השיר)

נספחים:

קישור לכתבה על התלמיד האתיופי - <https://www.youtube.com/watch?v=jqDWbfV7zP8>

קישור לסרטון בו רואים שוטר מכה חייל ממוצא אתיופי -  
<https://www.youtube.com/watch?v=9ELlpRX3i7s>

כותרות של כתבות בעלות אופי גזעני:

"סופרלנד": תיערך בימים הקרובים בדיקה מחודשת של ההחלטה להפריד בין הימים בעקבות הפרסומים על ימי הפרדה בין בתי ספר יהודיים לערביים בפארק "סופרלנד", עמוד הפייסבוק של הפארק מוצף בעשרות תגובות גולשים שקוראים להחרים את המקום. המחנך מיפו שפרסם את הפרשה: "חייבים להחרים את הסופרלנד". סופרלנד: "בתי הספר ביקשו הפרדה כדי למנוע מתח ואלימות בין קבוצות תלמידים שונות ממגזרים שונים". ועדת החינוך של הכנסת תדון בדברים



# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



"תגובות גזעניות נגד הזכייה של נוף: "גועל נפש, מדינה של גויים  
נוף ניסתה לאורך כל העונה לקדם את האג'נדה שלה למען דו-קיום בין יהודים וערבים. למרות זאת,  
זכייתה בתואר המאסטר שף הבא של ישראל עוררה סערה ברשת וזכתה לתגובות קשות: "ערבייה  
מסריחה"

"הגזענות במכללה: "הושפלתי מול הכיתה  
דיון סוער התפתח במכללה בחולון במהלכו תועדה מרצה באמירות גזעניות כלפי סטודנטית ממוצא  
אתיופי. בריאיון ראשון לרינה מצליח אומרת הצעירה: "חינכו אותי לנהוג אחרת". המרצה מסרבת  
להתנצל: "שתכבד אנשים אחרים"

"מטפלת טוענת שהושפלה בקופת חולים: "קראו לי כושית מסריחה  
אחות ממוצא אתיופי בקופת חולים בירושלים טוענת כי אם שהגיעה למקום עם בנה על מנת לטפל  
בידו השבורה – תקפה אותה ואמרה לה: "כמה שנים את בארץ שתדברי אליו ככה? כושית מגעילה  
היא אמרה בכאב: "בחיים לא חשבתי שדבר כזה יקרה לי" Online ומסריחה". בשיחה עם חדשות 2

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



מילות השיר, "שווים" - אתה לבן אני שחור ,  
אני חשוך אתה באור  
שמחמם כמו אמא ,  
ושדואג לך .  
אתה קטן אני גדול  
אני רוצה אתה יכול  
לרקוד, לצעוד קדימה .  
להיות שלם בין אנשים .

ואולי יבוא יום ונהפוך שווים  
אתה תהיה לי נחל ואני לך ימים  
ונזרום ביחד עד אין סוף  
שנייה לפני שקו החוף מגיע  
שנייה לפני שקו החוף מגיע

אני בוכה אתה צועק  
אני טועה אתה צודק  
זאת הצגה שלנו ,  
ואין קהל ואין במה .  
אולי נשב ננוח ,  
אתה, אתה .  
אני, אני .  
וגם תחלוף הרוח ,  
ויעברו כל השנים .

ואולי יבוא יום...

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



## פעילות בנושא "הישראלי היפה"-כבוד האדם –תרומה לקהילה

מטרת הפעילות- החניכים יעברו פעילות משמעותית העוסקת בנושא נתינה ויצאו מתחום הסניף על מנת לשמח את העוברים ושבים.

גיל: שכבה בוגרת

מספר חניכים: 10-35

מיקום: חוץ

זמן: שעתיים וייתכן יותר

ציוד:א. בידורית להשמעת השיר.בבריסטול,לורד (שאר הציוד בהתאם למה שיבחרו לעשות )

### פתיחה:

א.בזמן שהחניכים מגיעים ומתארגנים לקראת הפעילות להשמיע ברקע את השיר "ככלות הקול והתמונה" של דני בסן <https://www.youtube.com/watch?v=wuStxl759vA>

עושים רענון קל לפעולה הקודמת – דיברנו על כבוד האדם, מה זה כבוד, למי נותנים,איך זה שאנחנו מצפים לכבוד אך לא נותנים כבוד לאחר .. בסיום הפעולה נגענו בישראלי היפה.

#דיון: בקשו מהחניכים להגיד, לדעתם, איך אנחנו כחברה יכולים לכבד יותר אחד את השני,מה אפשר לעשות לשם כך ?  
\*חניך אחד שירשום את זה יפה על בריסטול גדול

דוגמאות :

- 1.להחזיק את הדלת למי שבא אחרי.
2. לברך "בוקר טוב " את העוברים ושבים.
- 3.לעזור לאדם שמתקשה (לוא דווקא נכה או מבוגר-אפילו ילד שקשה לו לסחוב את תיק הגב במדרגות)
- 4.לחייך !

ועוד...

### גוף הפעולה:

ב. (הקדישו 30 ד' הכנה) בפעולה זו נצא מתחום הסניף על מנת לשמח את הסובבים אותנו,איך נעשה זאת ?

### אפשרויות:

1. להכין שלטים על דפי 4A ולתלות ברחבי העיר/שכונה/רחוב.
  - 2.להכין פתקים קטנים (אפשר לקנות מראש טופי) ולרשום: שיהיה לך יום מתוק, וחלק לאנשים העוברים ברחוב
  - 3.עמדת חיבוק-שלט חיבוק חנים <https://www.youtube.com/watch?v=TroAeYtRKWQ>
  4. ריקוד עם- הציבו בידורית באזור עם הרבה אנשים (גינות ילדים ) וריקדו עם אנשים
  5. הפעלה חיצונית קלילה לילדים בגינה ציבורית –משחקי כדור,חבל,גומי,ריקודים וכו'
  - 6.לשפץ תחנת אוטובוס /מקום ציבורי שלא נראה טוב(להכין חומרים מראש)
  - 7.להכין בריסטול ענק-איך להיות חברה טובה יותר? (אפשר לקחת את מה שרשמו בתחילת הפעולה) ולהשאיר מקום פנוי –שאחרים יוכלו לרשום עוד, אפשר להכין אלבד ארוך עם לורדים שהעוברים ושבים יחתמו כי הם רוצים ומסכימים עם מה שכתוב .
  - 8.בקבוקים עם מים-לחלק לעוברים ושבים כוס מים !
- ג.לאחר שסיימתם את כל ההכנות צאו לרחוב /לאזור בו יש הרבה אנשים ושמחו אותם !הראו להם דרך טובה יותר .

# תנועת הנוער הלאומי בית"ר מחלקת הדרכה ארצית



סיום

ד.סכמו בקצרה עם החניכים, איך הרגישו?  
הסבירו להם – לא צריך לחכות ליום המעשים הטובים על מנת לעשות משהו טוב.  
חלקו להם צ'ופר מתוק על עשיה מתוקה!