**פעולות לערכי תוכנית קידום אישית**

#### **מטרת הפעילות:**

1. לחזק את הכישורים והחשיבות של התמדה בהשגת מטרות אישיות.
2. להבין את המשמעות של המילה התמדה
3. לגרום לחניכים.ות להגיע להתמדה קבוצתית

**מהלך-**

1. **פתיחה (10 דקות):**
   * נפתח בדיון קצר על התמדה ומה היא משמעותה עבור החניכים.ות
   * נשאל את החניכים.ות על חוויותיהם האישיות שבזכות התמדה הם הצליחו.
2. **סיפור השראה (10 דקות)**:
   * הצג.י סיפור קצר או סרטון על אדם שהשיג הצלחה בזכות התמדה. זה יכול להיות דוגמה מפורסמת (כמו תהליך ההצלחה של ספורטאי או זמר) או סיפור אישי (אם יש לך כזה).
   * בקש.י מהחניכים.ות לשתף מה הם למדו מהסיפור.
3. **הגדרת מטרות אישיות (15 דקות):**
   * הנחי.ה את החניכים.ות לכתוב מטרה אישית אחת שהם רוצים להתמיד בה בשנה הקרובה.
   * נבקש מהחניכים.ות לכתוב את הסיבות שחשובות להם כדי להתמיד במטרה זו.
4. **יצירת תכנית התמדה (20 דקות):**
   * הנחי.ה את החניכים.ות להכין לוח השראה מציורים וכדומה, תכנית פעולה אישית להתמדה במטרות שכתבו, תוך התמקדות בכלים שיעזרו להם להישאר ממוקדים. (לכיתות קטנות אפילו ציור מספיק)
   * שיתוף פעולה ומחויבות (15 דקות):
   * נבקש מהחניכים.ות למצוא חבר לקבוצה שהם יוכלו להיפגש באופן קבוע כדי לבדוק את ההתקדמות שלהם ולתמוך אחד בשני. (אפשר להם להחליף פרטי קשר או לקבוע פגישות לעקוב אחרי ההתקדמות)
5. **סיכום (5 דקות):**
   * סכם את הפעילות עם דגש על החשיבות של התמדה
   * עודד את החניכים.ות לשמור על מחויבות ולעדכן את חברי הקבוצה על ההתקדמות שלהם.

#### **טיפים:**

* תן דוגמאות מעוררות השראה מהחיים האישיים שלך כדי להניע את המשתתפים.
* אפשר להשתמש בציטוטים מעוררי מוטיבציה לאורך הפעילות כדי לשמור על תחושת התלהבות.

קישור למשל עץ הבמבוק להמחשה: [סיפור עץ הבמבוק](https://www.youtube.com/watch?v=oz3q-GQU33s)

קישור לסרטון לשחק על המים להמחשה:[לשחק על המים - סרטון מוטיבציה חינוכי](https://www.youtube.com/watch?v=k6PgVNCdPH8)

**פעילות בנושא אחריות:**

**(שעה)**

**מהלך:**

**1.סבב מה נשמע ?(5 דק'**

**2. הסבר על אחריות (10 דק') -**  נבקש מהחניכם.ות לעלות מצבים שונים הדורשים לקיחת אחריות (כגון: סיטואציות בבית נוער , בבית הספר, במשפחה וכו'). ובכך נבין את ההגדרה של חניכים.ות למהי אחריות ומשם נוכל למקד אותם.

3. **פעילות ההגדים (15 דק') -** מקריאים משפטים ומניחים שני דפים על הרצפה – "אני אעשה עם זה משהו" ו"שמישהו אחר יעשה משהו עם זה".

החניכים צריכים לעמוד לפי המשפט במה שנכון לדעתם.

המשפטים:

* אחותך הקטנה בוכה
* ילדה ברחוב בוכה
* הבית שלך מבולגן
* הבית נוער נשאר מלוכלך אחרי הפעולה
* עטיפה של חטיף זרוקה ברחוב
* המורה מבקש שמישהו יודיע לחבר חולה מה השיעורים
* המדריך מבקש לאסוף את הזבל שהשארנו
* אחד החניכים נשאר בצד ולא משתתף במשחק
* המדריך מבקש ממך להכין פעולה לשבת הבאה

נחזור למליאה לאחר הפעילות הגדים ונדון על מה שראינו:

**שאלות לדיון:( 5-10 דק')**

* למה דברים שקשורים אלינו אנו נעשה אך שקשורים לאחרים יותר קשה?
* האם מה שמניע אותנו מלא לעשות זה מהפחד לאחריות?
* האם פתאום יש משפט שאתם הייתם משנים ובוחרים אחרת?

3. **הפואנטה של הפעילות:(10 דק') "**אני חושב לעצמי, למה דווקא אני צריך לעשות? שמישהו אחר יעשה!" ואז המקום נשאר אחרי הפעולה מבולגן, והכלים נשארים בכיור, הרחוב ישאר מלוכלך לאנשים אחרינו, וכל זה למה? כי כל אחת חושבת שהאחרת צריכה לעשות ולא היא. "למה אני?" זה שאלה שאנחנו שואלים את עצמנו כל הזמן. למה שאני אנקה? יש עוד 30 חניכים בבית נוער, שהם ינקו. למה שאני אקום לזקנה באוטובוס? הרי יש עוד מלא צעירים כמוני שיושבים ויכולים לפנות לה מקום. וכן הלאה. בכל סיטואציה שנתקלים בה לשאול "למה לא אני?" זה יהפוך לנו לגמרי את צורת המחשבה, את דרך החיים. זה יהפוך אותנו לאנשים טובים יותר. מה אנחנו צריכות ללמוד מזה? לקחת אחריות. אף אחד לא יעשה אם אתה לא תעשה! זה בידיים שלך, ושלך בלבד.

**פעולה בנושא עבודת צוות ושיתוף פעולה**

**(שעה)**

**מטרות:**

1. לפתח את הכישורים של עבודת צוות ושיתוף פעולה בין החניכים
2. להבין את החשיבות של עבודה משותפת בהשגת מטרות.
3. שהחניכים יזמו שיתופי פעולה בינם לבין עצמם וידעו לעבוד יחד

#### **מהלך:**

* **פתיחה (10 דקות):** נפתח בשיחה קבוצתית על מהי עבודת צוות ושיתוף פעולה. נשאל את החניכים.ות למה זה חשוב ואילו יתרונות הם רואים בעבודה משותפת

**הגדרה-** עבודת צוות או עבודה משותפת מוגדרת כפעילות משותפת של שני פרטים (אנשים, בעלי חיים, רובוטים וכיוצא באלה) או יותר, הפועלים לשם מטרה דומה תוך שיתוף פעולה ביניהם.

**משחק פעולה קבוצתי (20 דקות):**

**-**כדור על משטח הילדים מחזיקים במשטח ישר (לוח עץ) עליו מונח כדור. עליהם להעביר את הכדור מנקודה א' לנקודה ב' רק על ידי איזון של הלוח, מבלי שהכדור ייפול בדרך. (5 דק')

- על החניכים.ות לבנות מגדל גבוה ככל הניתן על ידי חיבור של פריטים שעליהם כגון: נעליים וכו'. המטרה היא שהמשתתפים יעבדו יחד כדי להשלים את המשימה.(5 דק')

- פאזל קבוצתי להכין מראש פאזל עם תמונות של החניכים או משפט שיתוף פעולה להחביא בבית נוער . בוחרים חבר קבוצה אחד שרואה הכל שאר הקבוצה עם עיניים מכוסים הוא צריך לכוון את כולם כל מי שמצליח למצוא פאזל יכול להוריד את הכיסוי עיניים ולעזור לחבר לקבוצה לעזור.(10 דק')

* **דיון על חוויות (15 דקות):** לאחר המשחק, הנחה דיון על החוויות שהיו להם. מה הם הרגישו במהלך המשחק? מה עבד טוב ומה היו אתגרים? בקש מהם לשתף כיצד הם יכלו לשפר את עבודת הצוות שלהם.
* **תכנון פרויקט קבוצתי (20 דקות):** הנחה את החניכים.ות לחשוב על פרויקט קטן שיכולים לבצע יחד (כגון: אירוע קטן, פעילות למען הקהילה או פרויקט יצירתי) המטרה לראות איך הם עובדים יחד לא נצפה מהם גם לתכנן זאת.

בקש מהם להגדיר מטרות, תפקידים ולוח זמנים, ולשתף את התוכניות עם שאר הקבוצה.

* **סיכום (5-10 דקות):** נסכם את הפעילות עם דגש על החשיבות של עבודת צוות ושיתוף פעולה. נעודד את החניכים.ות לחשוב על דרכים ליישם את מה שלמדו בחייהם ובקבוצות בהן הם משתתפים.

#### חומרים נדרשים:

* דפי עבודה או כרטיסי נייר
* טושים, עטים צבעוניים
* לוח מחיק או פתקיות מדבקה
* חידות או משחקי צוות (אופציונלי)