

חוברת למדריך.ה

”מתי אלמד לבחור נכון?
”להאמין, לראות שטוב...”

רפסודיה 2022

תוכן עניינים

3	הרפסודיה - רציונל
4	לו"ז מחזור של רפסודיה
5	דברים שחובה לעשות בבית לפני היציאה לרפסודיה
6	פרטים ארגוניים וטכניים לזמן השהייה בחוף הרפסודיה
7	נהלים ונורמות התנהלות למדריכים וחניכים
8-15	פעילויות לקראת היציאה לרפסודיה
16-22	פעילויות בזמן הרפסודיה
23-25	פעילויות לאחר הרפסודיה

❖ החוברת כתובה בלשון זכר מטעמי נוחות אך מיועדת כל המגדרים

הרפסודיה - רציונל

הרפסודיה הוא מפעל חינוכי אשר מאורגן ומובל על ידי אגף חינוך בתנועה הקיבוצית ומתקיים כחלק מהתהליך השנתי אותו מובילים מדריכי הנוער.

מפעל חינוכי

מפעל חינוכי הוא אירוע שיא חינוכי, כחלק מהרצף השנתי המהווה תשתית עבודה עבור מדריכי/ות הנוערים. המפעל מחזק את תחושת השייכות לקבוצה ומייצר חווית הצלחה אישית, יישובית ואזורית.

מדובר בתהליך חינוכי הכולל:

התחלה - ההכנות בבית לקראת המפעל

אמצע – השתתפות במפעל עצמו

והמשך - תהליך העיבוד בבית

נושא מרכזי: "לבחור נכון"

בכל שלב בחיים עלינו לבחור- ישנן החלטות להן נקדיש חשיבה מעמיקה, נתלבט ונשקול את צעדנו ולעתים אנחנו בוחרים ברגע, בקלות דעת וללא תשומת לב מיוחדת. בחירות אלו, קטנות כגדולות, מעצבות את חיינו ואת מי שאנחנו כאנשים.

השנה נבקש לעסוק בנושא הבחירה- נשאל את עצמנו: כיצד אני בוחר? מה משפיע על בחירותיי? האם בחירותיי משקפות אותי כאדם- את האופי, הערכים והמטרות שלי? וכו'.

מתוך שאלות אלו נבקש לעודד את הנערים/ות "לבחור נכון" עבורם ועבור הסובבים אותם- לבחור בעשייה למען סביבתם הקרובה ולמען החברה שלנו ככלל, להיות אקטיביים ולפעול למען נושאים החשובים להם ולגלות אמפתיה ואכפתיות כלפי עצמם וכלפי אחרים.

ציר התוכן הוא חלק בלתי נפרד מהרפסודיה. ציר זה, הכולל העברת תכנים ופעילויות לקראת היציאה לרפסודיה, בזמן הרפסודיה ואחריה, מהווה הזדמנות ליצירת תהליך חינוכי מעמיק ומעשיר עם הקבוצה הן בפן החברתי- קבוצתי והן בפן הרעיוני- העשרתי המחובר לרצף החינוכי השנתי. כמו כן, אנו מעוניינים לעודד את הקבוצות השונות לקיים פעילויות משותפות, מתוך ההבנה שקיום מפגשים חברתיים בין הקבוצות השונות עשוי לתמוך בתהליך החינוכי ולתרום ביצירת חוויה חיובית ומהנה עבור החניכים.

חוברת זו באה לתת מסגרת לתהליכים החינוכיים אשר יתקיימו ברפסודיה. לשירותכם תעמוד בנוסף חוברת בטיחות.

בשם צוות הרפסודיה, אני מאחל לנו מפעל נעים ובטוח!

גיא גרסול

מנהל הרפסודיה, אגף חינוך בתנועה הקיבוצית

לו"ז מחזור של רפסודיה

יום ראשון	יום שני	יום שלישי
	6:00 – משיכת ציוד והמשך בנייה במקביל - ארוחת בוקר	ארוחת בוקר
10:00	בניה	8:00- הכנסת רפסודות למים
11:00	ב11:30 – עצירת עבודה (מזג אוויר)	התארגנויות למשט וארוחת צהריים קלה
	תהליך אישור מפרש. סיום	פירוק מחנה וניקיונות
12:00	הכנת ארוחת צהרים	שיחת ראשים
13:00	ארוחת צהרים, זמן מנוחה ורחצה במים.	תדריך בטיחות על הרפסודה בקו המים יציאה למשט
14:00	15:30- המשך בניה ועיצוב מפרש לכל מי שעדיין לא סיים להגיע עד הרמת תורן.	
14:45-17:30	16:30 - במקביל – התחלת טורנירים – על המדריך לודא איזו שעה המשחקים הראשונים של הקבוצה שלו.	משט
17:30	19:00- הכנת ארוחת ערב במקביל לטורנירים	נחיתה משוערת בחוף דוגל: פירוק רפסודה, שיחת סיכום בקבוצות
19:00		
20:00	ארוחת ערב סיכום יום קבוצתי / גמרים של הטורנירים	סיום המשט תלוי בהחלט ברוחה של הרוח!
21:30	שיחת ראשים – בתום הטורנירים	

דברים שעליכם לעשות בבית, לפני היציאה לרפסודיה

1. המדריך ומנהל החינוך יסמנו לעצמם מטרות שרוצים להשיג מהתהליך ברפסודיה למען חוויה מיטבית לקבוצה ולפרט.
2. המדריך ומנהל החינוך יסכמו את דרכי הפעולה בכל נושאי הנהלים והנורמות ואכיפתם.
3. יש לערוך חלוקת תפקידים ומשימות מקדימה בבית.
4. יש לקיים פעילות הכנה בנושא המרכזי: **"לבחור נכון"** (בחוברת המדריכים)
5. קיבוצים שרוצים יכולים לקבל מפרש מראש ולקיים פעילות תוכן - **"לבחור נכון"**, ולהגיע עם המפרש מוכן. יש לקבל אישור מהראש לסקיצה. לקבלת מפרש יש ליצור קשר עם גיא.
6. מומלץ לקיים מפגש הכרות מקדים לרפסודיה בין קיבוצים שמשלימים יחד רפסודה. במידה ולא מתאפשר – חובה להגיע להסכמות בטלפון.
7. במידה ומדריך מוציא לרפסודיה נערים מישוב אחר תחת אחריותו, חובה לערוך היכרות בין המדריך והקבוצה לבין הנערים.
8. להוציא מכתב להורים אשר מסביר את הרציונל, הנהלים והנורמות (מעבר לדף אישור הורים שעליו הם חותמים)
9. **חובה למלא במחשב את דף "השבצק"**, לשלוח במייל לרויטל ולהדפיס בשני עותקים. ניתן יהיה לבצע ששינויים בשבצ"ק בחוף – יש לשלוח לרויטל למייל את השבצק עד 3 ימים לפני היציאה לרפסודיה
10. יש להעביר לרויטל במייל ולהביא מודפס אתכם את האישורים הנדרשים: גז, רשימה שמית של העולים לרפסודה, אישור הורים כולל רגישויות בריאותיות ותרופות שנלקחות באופן קבוע, אישור היעדר עבירות מין לכל המדריכים והמלווים.
11. מזמינים אתכם לראות בראש ראש כתובת לשאלות, הבהרות והיערכות במהלך ההכנת מדריכים, בזמן ההיערכות בבית וברפסודיה עצמה.

פרטים טכניים וארגוניים לזמן השהייה בחוף הרפסודיה

1. **מרפאה** – הגעה למרפאה עם מדריכה בלבד ובלבוש מלא. במקרה חירום - הגעה מיידית ללא היסוס. בחוף יימצא כל העת רופא עם צוות של 4 חובשים. במהלך המשט- הורדת מפרש ועדכון החמ"ל על הצורך באיש רפואה.
2. **שעות רחצה ונהלים**- רחצה אך ורק בשעות אור כאשר יש מציל בסוכת המציל. בשעות 7:00- 18:00. העובר על הוראה זו לא יוכל להמשיך להשתתף ברפסודיה ויישלח לביתו.
3. **בישול** – בישול במחנה על כלב גז בלבד. אין להדליק מדורות, עמדת מנגל בנקודה מוגדרת (לא מומלץ, אזור המנגלים הינו מרוחק וחשוך).
4. **תקינות ציוד**- יש להביא אישור לתקינות ציוד גז. לגבי ציוד החשמל, יש לוודא תקינות ושהמכשיר לא מקצר.
5. **איסור על מערכות הגברה** – הרפסודיה מתקיימת בחוף חוקוק שהוא "חוף שקט" כל העובר על איסור זה צפוי לקנס על פי החוק.
6. **אבטחה** - שמירה על החוף בלילה בשער הכניסה, בחוף, ובמעבר לכרי דשא – איסור מעבר לכרי דשא
7. **קניות**- אפשר לעשות הזמנות ממחסני השוק או לנסוע לסופר דבאח.
8. **קרח**- חלוקה פעמיים ביום לפי מפתח של 2 ק"ג לאדם ביום. החל מ-15:00 של יום הקליטה.
9. **אשפה** - יש מכולות אשפה מסודרות בחוף.
10. **שירותים ומקלחות**- יש שירותים במבנה בחוף ויתוגברו בשירותים כימיים.
11. **חניית רכבים ורכבי מנהלה**- יש חנייה בתשלום בחוף. התשלום דרך אפליקציות או בכרטיס אשראי. אין תשלום במזומן.

נהלים ונורמת התנהלות למדריכים וחניכים

הרפסודיה הינה מפעל חינוכי ולכן במידה ומדריך או הצוות המלווה הבוגר יפר את האמון הבסיסי עם צוות הרפסודיה ויעבור על הנהלים והנורמות בעצמו או לא ייקח חלק פעיל באכיפתם על חניכיו יביא הדבר להפסקת פעילותה של קבוצתו במפעל. יש חשיבות רבה לשמירה של המדריך על בריאותו האישית. קבוצה לא תוכל לצאת להפלגה ללא מדריך/ מפקד רפסודה רלוונטיים שהיו בהכנה.

- בזמן הבניה חל איסור להיות יחפים - או סנדלים או נעלים סגורות.
- בזמן הבניה חובה להיות לבושים בחולצה עם שרוול (לא גופיות) וכובע.
- כל פניה למתחם הצוות תיהיה בלבוש מלא ולא יחפים, כולל הגעה לשיחות.
- יש להישמע למדריכים ולאנשי הצוות.
- יש לחבוש כובע כל הזמן מעלות השמש ועד שקיעתה (00:18-06:00).
- יש ללכת בביגוד מתאים: סנדלים/נעליים סגורות, חולצה (ולא גופיה).
- האירוע הוא מהלך שעוברים יחד כקבוצה, אין להינתק מהקבוצה ללא אישור המדריך.
- תנאי השתתפות באירוע היא השתתפות מלאה בל"ז האירוע.
- אין לנהוג באלימות מילולית.
- אין לגנוב.
- אין לעשות מעשי קונדס.
- אין לנהוג בוונדליזם מכל סוג שהוא.
- אין לעשן נרגילה.
- **חל איסור מוחלט על: רחצה בחוף לא מוכרז, שימוש בסמים, שתיית אלכוהול, הטרדות מיניות, אלימות פיזית. כל העובר על נוהל זה יורחק מידיית מהרפסודיה.**
- יש לשמור על חוקי מדינת ישראל- מעבר על חוקים אלו יגרור הרחקה מידיית ויישקל דיווח למשטרה.

דרכי אכיפה:

- הבהרה של הנוהל מול המדריכים בהכנה
- העבודה במשך המפעל היא מול המדריכים
- פעם ראשונה שיחה של הראש ראש למדריך ועדכון מנהל החינוך, אזהרה לגבי יציאה לשייט.
- פעם שנייה שיחה של מנהל הרפסודיה עם המדריך ומנהל החינוך על יציאה למשט.

פעילויות לקראת היציאה לרפסודיה

גיבוש מטרות קבוצתיות לרפסודיה

מערך פעילות

משך פעילות: כשעה

עזרים: דפים עם מטרות כתובים מראש, דפים ריקים, אבנים 3X מספר המשתתפים

רציונל

הכנה מקדימה בבית לקראת הרפסודיה תורמת רבות להצלחה בשטח. גיבוש מראש של מטרות קבוצתיות ברפסודיה ודרכים להשגתן עוזר להבנת המהות, להתכווננות לקראת הרפסודיה, ולקיחת אחריות אישית וקבוצתית. פעילות המשך בנושא חלוקת תפקידים ברפסודיה תתרום ליכולת ורמת ההתארגנות והשותפות המעשית בשטח.

מטרות

- עיצוב קבוצתי של מטרות החוויה הקבוצתית ברפסודיה
- ניהול שיח על ההזדמנויות והאפשרויות שהרפסודיה מזמנת

מהלך

1. המדריך מפזר את המטרות במרכז המעגל. מסבירים שאלו מטרות אפשריות של הקבוצה לרפסודיה. עוברים יחד על המטרות ושואלים אם מישהו רוצה מטרה שלא כתובה.
2. כל חניך לוקח 3 אבנים וממקם על שלוש המטרות שלו לרפסודיה.
3. הקבוצה צריכה לבחור שלוש מטרות מרכזיות לקבוצה.
4. על הקבוצה לפרט באיזה כלים היא יכולה להגשים את המטרה שלה. מה יגרום לקבוצה להגשים את מטרותיה לרפסודיה? לדוגמא:

- חלוקת אחריות מראש
- לויז בנייה
- שיחת קבוצה בערבים שבה בודקים התקדמות לפי המטרות
- פעילויות כיפיות במהלך הבנייה

רשימת מטרות:

- אוירה טובה ומפרגנת
- שנתגבש כקבוצה
- שיהיה אוכל טעים
- שכולם יהיו שותפים לבנייה
- שיהיו צחוקים
- לסיים מהר את הבנייה

- שכולם יהיו שותפים בתפעול וניקיון המחנה
 - שנגיע ראשונים לחוף השני
 - שתהיה חלוקה לא מגדרית לתפקידים
 - שנכיר אחד את השני טוב יותר
 - שנדע לעבוד כקבוצה
 - שהרפסודה לא תתפרק
 - שניצור חברויות חדשות עם ישובים אחרים
 - שננצח בטורניר
 - שיהיה לי מקום בקבוצה
 - להיות במים כמה שיותר
 - שיהיה לנו מפרש מושקע ביותר
 - אחר
5. סיכום: לסכם מהן המטרות הנבחרות ומהן הדרכים להשגתן עליהן הוחלט במפגש. הצעה: להעלות את הסיכום על הכתב, על פלקט שיתלה ברפסודיה יחד עם חלוקת התפקידים של הפעילות ההמשכית.

משימות ותפקידים בקבוצה

מערך פעילות

משך פעילות: כשעה וחצי

עזרים: כרטיסיות משימות, עטים, דפים, פלקט מטרות רפסודיה.

רציונל

שיח בנושא חלוקת תפקידים ומשימות עוזר לבחון, לתרגל לקיחת אחריות אישית כחלק מקבוצה ולקיחת אחריות קבוצתית. מה מתאים לי? מה בין מגדר לבין התאמה אישית? איך לוקחים אחריות על משימות פחות אטרקטיביות? איך יוצרים שותפות? חלוקת תפקידים מראש תתרום ליישום מטרות הרפסודיה, להתארגנות וליישום מיטבי בשטח.

מטרות

- לקיחת אחריות אישית וקבוצתית לקראת וברפסודיה
- ליצר אמירה קבוצתית ביחס לתפקידים מגדריים ברפסודיה
- חלוקת משימות מראש לטובת ארגון ויישום מיטבי של מטרות הרפסודיה בשטח

מהלך

1. יושבים במעגל, במרכזו ערמת כרטיסיות בהן רשומים משימות שונות. כל אחד מקבל כרטיס משימה או תפקיד (אפשרות נוספת: מחלקים למשתתפים כרטיסיות ריקות ומבקשים מכל משתתף לרשום על גבי הכרטיסיה משימה/ תפקיד ברפסודיה). במידה ולא מעוניינים בכרטיס, מתחיל סחר חליפין כ 5 דקות. מי רוצה להתחלף?
- כרטיסיות משימות:** בישול ארוחות, חיסול ארוחות, שטיפת כלים, בניית רפסודה, צביעת מפרש, בחירת משפט למפרש, הקמת מחנה, הבערת מדורה, ניקיון המחנה, השתתפות בטורנירים ועוד.
2. המדריך עושה סדר בבלגן ומפנה אל הקבוצה את השאלות הבאות לדיון:
 - מי קבל כרטיס שהוא מעוניין בו? למה הוא מעוניין בו? האם הוא חושב שהמשימה שקבל מתאימה לו?
 - מי קבל כרטיס שאינו מעוניין בו? למה הוא לא מעוניין?
 - מה עושים בקבוצה עם משימות שאף אחד לא אוהב לעשות?
 - האם יש משימות חשובות יותר וחשובות פחות?
 - כמה חשוב לנו שכולם ישתתפו במשימות? על מה שווה להתווכח על מה לא?
 - האם יש קשר בין מה שקורה בקבוצה במהלך הבניה והעשייה החברתית הקבוצתית לבין מה שיקרה בשיט?
3. על הקבוצה להגיע להסכמה על חלוקת המשימות.

4. כעת נעסוק בתפקידים מגדריים בהקשר של הרפסודיה: מחלקים את הקבוצה לבנים ובנות, על כל קבוצה לכתוב 3 ציטוטים אופייניים למין השני ברפסודיה. כל קבוצה מציגה באופן היתולי ודרמטי את משפטיה.
5. דין:
- מה הם התפקידים של הבנים ברפסודיה? של הבנות?
 - ממה הדבר נובע?
 - האם התפקידים מוכרים לכם גם בפעילויות אחרות של הקבוצה? היכן?
- בשלב זה כדאי להסביר על ההבדל בין מין ומגדר – מין מתייחס לשונות הפיזיולוגית בין זכר ונקבה, ומגדר מתייחס לאופן בו החברה והתרבות מעצבים את תפקיד הגבר והאישה
- האם הדבר מייצר בעיות? מגביל? האם יש מישהו שהדבר מפריע לו?
 - האם אנחנו רוצים לשנות את המצב? אם כן, מה ניתן לעשות בזמן הרפסודיה ובכלל?
6. סיכום: לסכם את שני נושאי השיחה – תפקידים מגדריים בקבוצה, משימות ותפקידים בקבוצה. להקריא את חלוקת התפקידים כפי שנקבעה. להוסיף את חלוקת התפקידים לפלקט מטרות הרפסודיה שיתלה ברפסודיה עצמה, בשטח המוקצה לישוב.

”לבחור נכון”

מעריך פעילות

משך פעילות: שעה וחצי

עזרים: היגדים קבלת החלטות, גיליון נייר גדול, עטים, כרטיסיות סגנונות מקבלי החלטות.

רציונל

בכל שלב בחיים עלינו לבחור- ישנן החלטות להן נקדיש חשיבה מעמיקה, נתלבט ונשקול את צעדנו ולעתים אנחנו בוחרים ברגע, בקלות דעת וללא תשומת לב מיוחדת. בחירות אלו, קטנות כגדולות, מעצבות את חיינו ואת מי שאנחנו כאנשים. במפגש זה נבקש לעסוק בנושא הבחירה- נבחן את הגורמים המשפיעים על בחירותינו, נוהה את סוג קבלת ההחלטות שלנו ונכיר מודל לקבלת החלטות העשוי להועיל לנו בבחירותינו בעתיד.

מטרות

- הכרות עם הגורמים המשפיעים על קבלת ההחלטות שלנו
- זיהוי סוג קבלת ההחלטות שלנו
- חשיפה לכלים לקבלת החלטות

מהלך

1. **פתיחה:** נשב במעגל. נערוך סבב בו המשתתפים מציגים בפנטומימה, כל אחד בתורו, **כיצד הם מרגישים כשהם עומדים בפני החלטה ממש גדולה?** לאחר הסבב נסביר שהמפגש היום יעסוק בתהליך קבלת ההחלטות שלנו.
2. **בחירות או לא להיות:** ישנן שתי אפשרויות לפעילות:
 - **אפשרות 1:** נבקש מכל משתתף לחשוב על נקודה בחייו בו היה צריך לקבל החלטה. נפזר בחדר את ההיגדים ונבקש להסתובב ולבחור את ההיגד הקרוב ביותר לדרך קבלת ההחלטה עליה חשב. נערוך סבב שיתוף. לאחר מכן נשאל את המשתתפים:
 - מדוע בחרת דווקא בהחלטה זו? האם היא הייתה משמעותית עבורך?
 - האם ההיגד שבחרת מתאר את דרך קבלת ההחלטות שלך בדרך כלל? במידה ולא- האם יש היגד אחר המתאר את דרך קבלת ההחלטות שלך ברוב המקרים?
 - האם, במבט לאחור, אתה מרוצה מההחלטה שקבלת? האם היית משנה משהו לגביה?
 - **אפשרות 2:** כל הקבוצה מעלה דילמות מחיי היום יום (דוגמאות: בגריות, חברים, הורים וכו') רושמים את הדילמות על גיליון גדול. נפזר על הרצפה כרטיסיות עם סוגי מקבלי החלטות (נקריא כל אחת מהכרטיסיות לפני שאנחנו מניחים על הרצפה). המשחק הוא כמו ”של מי השורה הזאת”: מזמינים משתתף ונותנים לו דמות של אחד מטיפוסי מקבלי החלטות. נותנים לו דילמה והוא צריך להציג את דרך קבלת החלטות של הדמות שלו (למשל: דילמה האם להמשיך בנבחרת כדורסל כשיש בגריות, איך 'המהיר' היה מתמודד עם דילמה זו?)

לאחר מספר 'הצגות' נשאל את השאלות הבאות:

- עם איזה סגנון של קבלת החלטות אתה הכי מזדהה?
 - מה היתרונות והחסרונות של סגנון זה?
 - תוכל לספר על מקרה בו השתמשת באחד מסגנונות אלו? האם הוא הביא לתוצאה רצויה בעינייך?
3. מודל לקבלת החלטות: בחלק זה נציג מודל לקבלת החלטות, שנבנה על ידי הרברט א. סיימון, זוכה פרס נובל לכלכלה בתחום קבלת ההחלטות של גופים עסקיים. הוא מציע מודל בסיס המתאר את תהליך קבלת ההחלטות בארגון כתהליך הבנוי מארבעה שלבים.
- נבקש מהמשתתפים דוגמה להחלטה קשה/מורכבת שעליהם לקבל ונדגים את המודל בעזרתה:
1. **שלב הזיהוי (Intelligence)** – מטרתו של השלב היא רכישת מידע בנוגע לבעיה. המידע הנאסף בשלב זה יכול לאתר בעיות הדורשות פתרון או לחלופין לזהות הזדמנויות לשיפור וצמיחה. שלב הזיהוי כולל בתוכו איסוף נתונים, מיונם, עיבדם והצגתם (כתיבה שלהם בצורה מסודרת).
 2. **שלב הניתוח והעיצוב (Desing)** – שלב של הגדרת אלטרנטיבות לפתרון. בשלב זה מקבל ההחלטות מתווה פתרונות חלופיים לבעיה תוך בדיקה של הפעילויות הדרושות לביצוע כל חלופה. בשלב זה יוצאים מנקודת הנחה שכל הנתונים הרלוונטיים להחלטה כבר נאספו בשלב הזיהוי והם נגישים ומוכנים לניתוח תסריטים שונים ותוצאות אפשריות. כל חלופה נבדקת. בשלב זה עדיין לא מתקבלות החלטות ולא נקבעות דרכי פעולה.
 3. **שלב הבחירה והבקרה (Choice)** - בשלב זה מקבל ההחלטות בוחר את הפתרון המועדף מבין כל החלופות העומדות בפניו.
- לאחר מכן נשאל את המשתתפים: מה דעתכם על המודל? מה היתרונות שבו? למה הוא יכול לעזור בדילמות קשות?
4. סיכום: בסבב נבקש מכל משתתף לספר על משהו חדש שלמד או לקח מהמפגש.

נספחים

1. היגדים קבלת החלטות:

- "בדקתי יתרונות מול חסרונות של כל האפשרויות שעמדו לפני, ולבחירה זו היו את היתרונות הרבים ביותר"
- "בכלל לא העליתי ספקות לגבי הבחירה. בחרתי וזהו"
- "האמת שהימרת, אני מאמין שזה עניין של גורל"
- "לא הייתה לי ברירה, הייתי חייב להחליט מהר"
- "האנשים הקרובים אליי העדיפו שאבחר את הבחירה הזו"
- "משהו בתחושת הבטן אמר לי שזה מתאים"
- "בחרתי אחרי שלמדתי מניסיונם של אחרים"

2. סגנונות בחירה:

- "המהיר"- מחליט במהירות רבה, התוצאה של ההחלטה פחות חשובה לו. העיקר בשבילו הוא להימנע ממצב של פסיחה על שני הסעיפים, שאותו הוא לא סובל
- "ברגע האחרון"- מחכה תמיד עד הרגע האחרון האפשרי לפני ההחלטה
- "החששן"- דוחה כל החלטה, משום שהוא חושש להיכשל ולטעות. הוא לא בטוח בכך שיוכל "להסתדר" עם תוצאות ההחלטה.
- "יוצא למרד"- מחליט תמיד את ההיפך מכולם, רק כדי להיות שונה.
- "הילד הטוב"- מחפש תמיד פשרה, כדי להשביע את רצון כולם.
- "המושלים"- מהסס הרבה, מנתח ובודק את כל הצדדים בכל עניין ועניין בניסיון להגיע להחלטה מושלמת. דוחה החלטות אם אין בידו כל הנתונים וכל חוות-הדעת שהוא יכול לאסוף.
- "הרגיש"- מחליט החלטות אימפולסיביות המבוססות על הרגש - ללא כל מחשבה על התוצאות.
- "המתנדנד"- מתקשה להחליט משום שהוא משנה את עמדותיו מדי פעם ועובר מצד לצד. אחרי שהוא מחליט מיד הוא מתחרט, מהסס, משוכנע שמוטב היה לו בחר באלטרנטיבה השנייה.
- "רולטה"- אינה מחליטה דבר בעצמה: משאירה הכול ליד המזל וליד הגורל.
- "אתה תגייד לי"- משאיר תמיד את ההחלטה לאחרים (חברים, הורים או בעלי סמכות אחרים).
- "לא יודע"- חסר מידע על עצמו ועל האפשרויות שלפניו: משום שאינו יודע, אינו מחליט.

פעילויות בזמן הרפסודיה

מעגלי שיח "לבחור נכון"

פעילות עיבוד וסיכום

משך פעילות: חצי שעה

עזרים: כרטיסיות עיבוד וסיכום המפגש (ניתן לקבל מהצוות)

רציונל

בערב הראשון נתכנס, בקבוצות קטנות, למעגלי שיח עם דוברים שונים בנושא המרכז "לבחור נכון". לאחר מעגלי השיח מומלץ להישאר לשיח של עיבוד וסיכום המפגש. מטרתו של שיח זה הוא לאפשר למשתתפים לשתף במחשבותיהם בעקבות המפגש, לחבר את הנושאים שעלו במפגש לחייהם ולבחון יחד מה הם יכולים לקחת איתם להמשך מתוך מפגש זה.

מטרות

- שיתוף מחשבות/ תובנות המשתתפים בעקבות מעגל השיח
- חיבור הנושאים שעלו במעגל לחייהם של המשתתפים
- בחינה מה המשתתפים יכולים לקחת איתם להמשך מתוך המפגש

מהלך

1. פתיחה: נאמר שכעת נעשה עיבוד וסיכום קצר של מעגל השיח בו השתתפנו.
2. כרטיסיות עיבוד וסיכום: ישנן מספר אופציות לשימוש בכרטיסיות:
 - לפזר את הכרטיסיות במרכז המעגל ולבקש מכל משתתף לבחור שאלה שהוא מעוניין להתייחס אליה.
 - להניח את הכרטיסיות בחבילה ולבקש מכל משתתף לשלוף כרטיסיה ולענות על השאלה.
 - לתת לכל משתתף לבחור את השאלה עבור מי שיושב מימינו.
3. סיכום: לסכם בקצרה את דברי המשתתפים ולשתף מה אני (המדריך) לוקח איתי מהמפגש היום.

פעילויות שטח

רציונל

קיום מפגשים חברתיים בין הקבוצות השונות עשוי לתמוך בתהליך החינוכי ולתרום ביצירת חוויה חיובית ומהנה עבור החניכים. לשם כך מצורפות מספר פעילויות שטח המעודדות יצירת מפגשים חברתיים אלו.

“נסיד נסיכה דרקון”

רעיון מרכזי: פעילות פיזית מצחיקה, מרגשת וכיפית על בסיס אבן נייר ומספריים אבל המשחק קבוצתי ולא בזוגות.

עזרים: אין

פורום: קבוצה בינונית או גדולה

מהלך: המשחק מבוסס על חוקיות אבן נייר ומספריים: נסיד מנצח דרקון, דרקון מנצח נסיכה, נסיכה מנצחת נסיד.

מחלקים את הילדים לשתי קבוצות שוות. מסבירים להם את החוקיות של נסיד נסיכה דרקון (יש בה היגיון של אגדות למי שמתקשה לזכור).

לכל דמות מחברים תנועה (תחשבו על תנועה מצחיקה שהייתם עושים כדי לייצג נסיד או דרקון או נסיכה, נניח השתחוות מלכותית לנסיד - משהו שיחליף את התנועה של אבן נייר ומספריים אבל עם כל הגוף ולא רק עם היד)

כל קבוצה הולכת לצד נגדי במגרש ומקבלת החלטה קבוצתית לגבי המהלך שהם הולכים להציג מול הקבוצה השנייה (נניח כל הקבוצה מחליטה שהם עושים נסיד - חובה שכולם יעשו את אותו הדבר כמובן).

לאחר שהחליטו (תנו להם דקה בערך) שתי הקבוצות נפגשות שורה מול שורה במרכז המגרש כשבין השורות רווח של מטר או שניים בערך.

המנחה סופר “שלוש ארבע ו...!” והקבוצות עושות בייחד את המהלך שלהן.

אם יצא תיקו (שתי הקבוצות הכריזו נסיד למשל) אז הולכים שוב הצידה ומחליטים על המהלך הבא. אבל אם קבוצה אחת ניצחה (נניח קבוצה א' הכריזה “נסיד!” וקבוצה ב' הכריזה “דרקון!”) אז הקבוצה המנצחת צריכה לרדוף אחרי המפסידים ולתפוס אותם בזמן שהמפסידים בורחים לסוף המגרש שלהם. חניך שנתפס עובר לקבוצה המנצחת וחניך שהצליח לברוח עד לקצה גבול המגרש ניצל ונשאר בקבוצה שלו. המשחק נגמר כאשר קבוצה אחת העבירה את כל חברי הקבוצה השנייה אליה (או כשהחניכים מתחילים לקבל התקפי אסטמה מעירוב של מתח, התרגשות וריצה מטורפת).

מולקולות

רעיון מרכזי/מטרות: שבירת קרח, חלוקה לקבוצות קטנות בדרך נחמדה וחברתית, היכרות ראשונית, יצירת הווי

עזרים: אין

פורום: מתאים לקבוצות בינוניות וגדולות

מהלך הפעילות: המנחה מכריז על שם של איבר ומספר. כל החניכים צריכים להתחלק לקבוצות ובכל קבוצה כולם מחוברים באיבר. לדוגמה: המנחה מכריז "7 כתף" וכל החניכים מתחלקים לשביעיות אשר חברי השביעיה מחוברים זה לזה בכתפיים (ניתן לעשות בצורת כוכב בו כל הכתפיים מרוכזות בנקודה אחת או בצורת מעגל של כתף לכתף).

לאחר כל חלוקה מציגים שאלה/נושא והקבוצות מדברות עליו. למשל אחרי שהתחלקו לשביעיות, כל שביעיה מדברת על משהו שאוהבים לעשות בזמן הפנוי/המוזיקה שמעניינת אותי...

דגש: לא להכריז על איברים אינטימיים כגון "3 לשון" (אלא אם הפעילות מועברת בקונטקסט המתאים ולקהל המתאים):

• רגליים עיניים

רעיון מרכזי/מטרות: תרגיל ללא מגע המתאים כשובר קרח, הכרות ראשונית, יצירת הווי. גם כשרוצים לשנות סדר ישיבה/עמידה במעגל בצורה אקראית.

עזרים: אין

פורום: מתאים לכל גודל קבוצה

מהלך הפעילות: כל המליאה עומדים במעגל. המנחה מכריז "רגליים" וכולם מתבוננים אל כפות הרגליים של חברי המעגל. כאשר המנחה מכריז "עיניים" כל אחד מרים את מבטו לעיניים של מישהו מי שבדיוק הסתכלת על הרגליים שלו. במידה ונוצר קשר עין (שני חניכים מתבוננים זה לעיניו של זה) יש כמה אפשרויות:

- מחליפים מקום/מחליפים מקום בריצה וצעקות

- הולכים למרכז, נותנים כיף ואומרים את השם

- הם עושים שניים שלושה צעדים זה לכוונו של זה (למרכז המעגל), מכוונים אקדח דמיוני (עושים אקדח עם אצבעות היד) זה לכוונו של זה ואומרים "פיו פיו פיו....." ללא הפסקה עד שנגמר להם האוויר. הראשון שנגמר לו האוויר נופל לרצפה ויוצא מהמשחק. (מתיישב במרכז המעגל או מחוץ למעגל) ועוד אפשרויות כיד הדמיון. הערה-תרגיל נחמד כדי לשנות מקום במעגל כדי שיעמדו ליד אנשים שמכירים פחות.

• הפשרת צוות

רעיון מרכזי: פעילות נחמדה לצינון הקבוצה. הקבוצות מתחרות זו בזו בכדי לראות מי יכול להמיס קוביות קרח הכי מהר.

מטרות הפעילות: תקשורת, חשיבה מהירה, שיתוף פעולה, גיבוש

עזרים: קוביות קרח, דלי או קערה לכל צוות.

פורום: 8 עד 80 איש.

זמן כולל: 10-20 דקות.

מהלך: חלקו את הקבוצה לצוותים של 4 עד 6 משתתפים. הסבירו את הפעילות. יידעו את הקבוצה שהצוותים מתחרים זה בזה בכדי לראות מי יכול להמיס קוביית קרח הכי מהר רק בעזרת הידיים.

הצוות עומד בשורה ישרה. לאדם הראשון בתור תינתן קוביית קרח. אותו אדם אז ישפשף את ידיו סביב קוביית הקרח עד שיתקרר מדי ויהיה צורך להעביר אותה. לאחר מכן הם מעבירים את קוביית הקרח לחבר הצוות הבא. הצוות חוזר על התהליך עד שקוביית הקרח נמסה לחלוטין. אם חבר צוות מפיל בטעות את קוביית הקרח, עליו להתחיל שוב מההתחלה. הצוות ממיס את קוביית/קוביות הקרח הכי מהר מנצח! כל אחד מהצוותים ירים את קוביית קרח מהקערה שלהם באותו הזמן. כדי להפוך את הפעילות למאתגרת יותר תוכלו לתת לצוותים כמות ספציפית של קוביות קרח להמיס... 2,3,4 קוביות וכו'. הודיעו על הזוכה. דיון לסיום הפעילות (לא חובה)

דגשים לשיחת סיכום יום עם הקבוצה

משך פעילות: חצי שעה עד שעה

מטרות

- הזדמנות לראות ולשמוע את כל הקבוצה.
- פלטפורמה לקבוצה לבחון את התנהלותה במשך היום על פי קריטריונים שונים: חלוקת תפקידים, בטיחות, יחסים וכו'.
- הפקת לקחים וקביעת מטרות להתנהלות טובה יותר בהמשך.

מהלך

בסוף היום המדריך יאסוף את כלל הקבוצה לישיבה במעגל של כשעה. השיחה יכולה להתנהל בסבב או בשיחה פתוחה. חשוב לשים לב שלכל הנערות והנערים יש מקום לביטוי בשיחה (סבב הוא כלי טוב לקבוצות שבהן יש אנשים שלא מדברים בקביעות).

להלן שאלות לעזר בנושאים השונים:

- ממה נהיית היום במיוחד וממה פחות?
- האם כולם שותפים במשימות?
- האם יש התחשבות בבקשות של כל אחד?
- בחנו יחד עם הקבוצה את אופן חלוקת התפקידים בקבוצה - האם התקיימה "חלוקה" אוטומטית?
- האם יש בקבוצה תפקידים קבועים?
- מי עושה את המשימות הפחות "פופולריות"?
- מה הוביל אותי למשימה...הניסיון שצברתי, הסקרנות, האתגר, כי אין ברירה... כי ידעתי שאצליח...
- איזו משימה רציתי לעשות ולא העזתי...
- האם ניתנה הזדמנות לעשות תפקידים שלא משויכים למגדר שלי?
- האם יש מישהו בקבוצה שרצה לקחת תפקיד מסוים ולא עשה זאת בגלל שאי אפשר/ לא נוח/ לא מקובל מבחינה מגדרית או מבחינה אחרת? אם כן- מה ואיך אפשר לעשות למחרת אחרת.
- האם נוצרה מחלוקת במהלך הבנייה? איך ומי פתר אותה?
- שימור ושיפור- מה עבד היום ממש טוב, מה ואיך אפשר לשפר את התקשורת ואת ההתנהלות הקבוצתית מחר?

פעילות סיכום הרפסודיה (בשטח)

משך פעילות: כ-45 דקות

עזרים: ממתקים עטופים (לפי מספר המשתתפים) כאשר על כל ממתק מודבקת מדבקה עם מילה מתוך מאגר המילים (תחתית העמוד).

רציונל

שיח עיבוד וסיכום, בתום הרפסודיה, הוא חשוב ומשמעותי לקבוצה על מנת שיוכלו לבחון את החוויה שעברו ולבחון מה הם לוקחים ממנה איתם להמשך. כמו כן זוהי הזדמנות לפרגן ולחזר את חברי הקבוצה ולסכם את החוויה בקבוצתית בצורה מיטיבית וחיובית.

מטרות

- התבוננות על התהליך שהקבוצה עברה ברפסודיה
- בחינת התהליך האישי שכל פרט עבר ברפסודיה
- חשיבה להמשך: מה היינו רוצים לקחת לפעילות היום- יומית שלנו?

מהלך

יושבים במעגל. במרכז מניחים את הממתקים כאשר על כל ממתק מודבקת מילה המתארת משהו שתורם לקבוצה. כל משתתף מסתכל על מי שיושב מימינו, ניגש למרכז ובוחר מילה המתארת את מה שאותו אדם תרם לקבוצה ושומר אצלו את הממתק.

בסבב כל אחד אומר (הערה: מומלץ גם למדריך להשתתף בסבב):

- איך הוא מסכם את הרפסודיה (באופן אישי)
- מה בהתנהלות הקבוצה היה רוצה לקחת להמשך הפעילות ביישוב
- מעניק למשתתף שמימינו את הממתק ומנמק

❖ מאגר מילים: אותנטיות, תקשורת, יושר, צחוק, מסירות, מנהיגות, פרופורציות, איזון, חדשנות, יחד, שלמות, התמדה, פתרון, מסירות, חריצות, למידה, שמחה, בהירות, ביטחון, חופש, תודה, אהבה, יצירתיות, חכמה, שקט, תוצאות, עשייה, פשטות (הערה: מומלץ להוסיף/ להתאים את המילים לפי הקבוצה הספציפית).

פעילויות לאחר הרפסודיה

פעילות עיבוד וסיכום הרפסודיה

משך פעילות: כשעה

עזרים: מדבקות (כמספר המשתתפים), עטים, פתקים, היגדים- התהליך הקבוצתי.

רציונל

במפגש זה נסכם את החוויה שלנו ברפסודיה, הן בפן האישי והן בפן הקבוצתי. נבקש לבחון מהם האתגרים עמם התמודדנו, מה למדנו על עצמנו ועל חברנו לקבוצה ומה אנו לוקחים איתנו הלאה להמשך הדרך.

מטרות

- סיכום ועיבוד הרפסודיה בפן האישי והקבוצתי.
- שיתוף בחוויות וברגעים המשמעותיים כיחידים וכקבוצה.
- העלאת מחשבות על המשך הדרך והצטיידות מתוך החוויה לקראתה.

מהלך

1. פתיחה: נאמר כי המפגש היום יעסוק בסיכום הרפסודיה. נתחיל במשחק "מדבקות רפסודיה": על כל מדבקה נרשום שם של אדם שהיה משמעותי עבור הקבוצה ברפסודיה (דוגמאות: הדובר ממעגל השיח, חברים מקבוצות אחרות, מדריך/ איש צוות וכו'). נדביק לכל משתתף מדבקה על המצח (שהוא אינו יכול לראות). נחלק את המשתתפים ל-2 קבוצות, כל פעם נבקש ממשתתף מקבוצה אחרת לשבת במרכז המעגל. לכל קבוצה יש זמן מוגבל לעזור למשתתף לגלות מה השם המופיע במדבקה כאשר המשתתף יכול לשאול שאלות והם עונים לו בתשובות "כן/לא" בלבד. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה הראשונה שכל חבריה גילו את השמות על המדבקות.
2. החוויה הקבוצתית: נפזר במרכז המעגל משפטים המתייחסים לתהליך הקבוצתי שהתקיים ברפסודיה. נבקש מכל משתתף לבחור משפט ולהשלימו. לאחר מכן נשאל את השאלות הבאות:
 - כיצד לדעתכם ההשתתפות ברפסודיה השפיעה עלינו כקבוצה?
 - האם יש דבר שהיה ברפסודיה (מבחינת היחסים ביניכם וכו') שהייתם רוצים שיהיה לו המשך בקבוצה שלנו?
3. החוויה האישית: כל משתתף מקבל שלושה פתקים וכותב בכל פתק מילה המתארת עבורו את הרפסודיה. מפזרים את כל המילים על הרצפה או שתולים אותן על הקיר. כל אחד בוחר שלוש מילים שהוא לא כתב מתוך מאגר המילים. עורכים סבב בו כל משתתף מספר על החוויה שלו מהרפסודיה דרך שלושת המילים הנבחרות. שאלות לדיון במהלך הסבב:
 - מה היו המילים המקוריות שלך?
 - האם המילים שבחרת היו יותר מדויקות או שהצלחת למצוא מילים שלא חשבת עליהן?
 - אם היית צריך לצמצם את הכול למילה אחת מה היא הייתה?

4. סיכום: נשתף את הקבוצה בחוויה שלנו כמדריכים (נתייחס לתהליך הקבוצתי, נקודות חוזק ושימור, דברים שיש לשפר להמשך וכו'). ניתן לסיים בסבב בו כל משתתף אומר דבר אחד שהוא לוקח מהמפגש היום.