

מעל ומעבר

תכנית חינוכית לפיתוח
והעצמה לתלמידי
חטיבות הביניים
שנת הלימודים תשע"ט



מעל ומעבר מבית צעד קדימה הינה חברה המתמחה במיזמים חברתיים, ששמה לה למטרה לפתח ולהעצים את בני הנוער החל מתקופת היותם תלמידים בחטיבות הביניים ועד להיותם מועמדים לשירות ביטחון- רגע לפני גיוס.

אנו מאמינים שיש לפתח את דור העתיד ולחזק את החוסן האישי של בני ובנות הנוער. אנו רואים חשיבות רבה בצורך לחשוף את הצעירים ליכולות האישיות שלהם תוך מתן כלים שעתידים לסייע להם בהתבגרותם בעולמנו.

בימים אלו אנו משתפים פעולה בתחומים שונים עם למעלה מ-150 בתי ספר, עם מועצות מקומיות ואזוריות, עם רכזי נוער ורכזים חברתיים וכן עם חברות במגזר הציבורי והעסקי.

למה מעל ומעבר?

המדריכים שלנו **מנוסים**, **ערכיים ואכפתיים**! בעלי רקע מקצועי רלוונטי.

הצוות החיצוני (שאינו חלק ממורי בית הספר) משרה **אווירה ייחודית ומאפשר** לתלמידים להשקיע ולעבוד בשביל עצמם ובשביל חבריהם ללא קשר לשגרת הלימודים.

בבניית הסדנה לוקחים חלק **אנשי צוות מתחומים שונים** המשלבים יכולות ובונים תוכנית שעתידה לתרום להצלחת התלמידים בהמשך דרכם.

מענה מקצועי לכל טווח התלמידים- החל מתלמידי מסלולים ייחודיים, וכלה בבעלי קשיים רגשיים, פיזיים ולימודיים.

הנמצאים בקשרי עבודה עם צעד קדימה זוכים **לליווי של הצוות המקצועי שלנו** לאורך כל השנה ונותנים ייעוץ אינטרנטי וטלפוני לבעיות נקודתיות ושאלות המתעוררות לאורך התהליך.

התהליך הוא שלם וכולל צוותים חינוכיים, תלמידים והורים- החבילה שאנו מציעים נותנת מענה מקיף לאורך התהליך כולו.

אנו בעלי **נסיון רב** בהעברת סדנאות, הרצאות, ופעילויות שיא בבתי ספר ומועצות אזוריות ברחבי הארץ.

תכנית לתלמידי חטיבות הביניים

סדרת "החץ"

סדרת גיבוש והעצמה אישית לתלמידי חטיבות הביניים

"השחף המרחיק ראות, הוא זה המגביה עוף..." (ג. ליווינגסטון)

תלמידי חטיבות הביניים עוברים תהליך של התבגרות לאורך שלוש שנות החטיבה. במהלך אותן שנים התלמידים נתקלים לראשונה בקשיים הניצבים בפני אדם בוגר. הם מוצאים עצמם מתמודדים עם נושאים חדשים, ומתמודדים עם שאלות רבות אודות עצמם וזהותם (האישית והחברתית). גיל זה ידוע גם בשל הקשיים החברתיים העומדים בפני הנערים. בעוד שאופי האתגר ישתנה בין אזורים ובני נוער שונים אין ספק שהדינאמיקה החברתית הופכת חלק משמעותי מחייו של המתבגר בגילאים אלו.

סדרת שחף מציעה לתלמידים כלים ומנחילה ערכים שיעזרו בהתמודדות עם האתגרים הצפויים דרך התווך של האימון הגופני. הסדרה בנויה כמפגש שיא חד פעמי או כמספר מפגשים (כשבניהם רצף מסוים), ויכולה להוות אירוע פתיחה או אירוע סיום של התכנית החינוכית/ייעוצית בנושאים אלה, וכן כפעילות גיבוש או פרידה.

מטרת הסדרה

- **חשיפה** של בני הנוער ליכולותיהם האישיות תוך הקניית ביטחון בעצמם וביכולותיהם
- **הנחלת ערכים** כמו אחריות ועבודת צוות.

הסדרה עוסקת ודנה בנושאים כגון חברות, אמינות, רעות, סובלנות, השגיות מול רעות, דיוק, העצמה. הסדרה יכולה להוות פעילות פתיחת שנה או סיום שנה, התכנים מותאמים לקבוצה על פי הדגשים הניתנים על ידי הצוות החינוכי. קיום הפעילות בתחילת השנה יכול לאפשר לצוות החינוכי התבוננות ייחודית על הדינאמיקה חברתית.

חשוב לדעת

בבניית הסדרה לוקחים חלק אנשי מקצוע מתחומים שונים שיחד בונים תכנית שעתידה לתרום להצלחת התלמידים בהמשך דרכם:

- מדריכי כושר ומומחים לכושר בבני נוער.
 - עובדת סוציאלית המלווה את התהליך במובן הרגשי וההתפתחותי
 - אנשי חינוך המתמחים בחינוך הבלתי פורמלי והפורמלי
- הצוות החינוכי (שאינו חלק ממורי בית הספר) משרה אווירה ייחודית ומאפשר תהליך מיוחד ושבירת שגרה. צוות המדריכים שלנו מיומן ומנוסה בעבודה עם קבוצות שונות ומסגרות ייחודיות.

קהל יעד: כיתות ז'



החיים משולים לנסיעה ברכבת הרים: יש בהם עליות ומורדות, אך ההחלטה אם ליהנות מהנוף בפסגה או לחשוש מהמדרון התלול היא לבחירתו של

חטיבת הביניים, ותחילת מסע ההתבגרות בהיבט החברתי, בהיבט האישי ובהיבט הלימודי, זהו שלב בו נתקלים בשאלות רבות ובמצבים ייחודיים. גיל ההתבגרות מתחדדת התפיסה הרגשית וכך גם המודעות כלפי מצבים משתנים הכוללים הצלחות וכישלונות. יש הבוחרים לראות את התנהלותם בחייהם דרך הכישלונות ויש הבוחרים בהצלחות. בעולם התחרותי וההישגי של היום נדרשת לפעמים תמיכה בהתמודדות עם מצבים אלו, ונדרשים כלים על מנת לראות את המציאות בגוונים שונים ולא רק בשחור ולבן....

מה אנו מציעים?

אנו מציעים סדנה ייחודית, במהלכה ירכשו התלמידים כלים פרקטיים להתמודדות עם כישלונות והצלחות ועם העליות והמורדות בתקופה זו של חייהם. הסדנה משלבת עזרים אור קוליים, הפעלות ודוגמאות רלוונטיות לגיל זה. הסדנה מועברת על ידי גורמים מקצועיים ומנוסים.

קהל יעד: כיתות ז'-ח'



סדרת "כי רצות שכזאת לעולם..."

תפנית ייחודית לקראת יום הזיכרון להללי צה"ל

סדנה ייחודית ומשמעותית, המשלבת בין סיפור מורשת קרב וחוויה אישית של המספר, שגם מנחה את הסדנה, ובין עיסוק בערך ה"רעות" המהווה את אחד הנרטיבים בעלי המשמעות הגדולה ביותר לאורך קיומם של מדינת ישראל וצה"ל, כפי שבא לידי ביטוי במלחמות ישראל לאורך השנים, ובחיי היומיום של התלמידים.

- הסדנה משלבת סיפור חווייתי ופעילות אינטראקטיבית.
- הפעילות יכולה להתקיים בתוך הכתות או מחוצה להן בהתאם לצרכי בית הספר.
- משך הסדנה-3 שעורים רצופים.

קהל יעד: כיתות ח'-טי'

סדרת "כן או לא"

סדרת היפרות עם תהליך קבלת החלטות

תהליך הלמידה של קבלת ההחלטות מתחיל עוד בשלב הינקות וממשיך להתפתח ולהשתכלל לאורך כל החיים. עם ההתבגרות נוספים לתהליך מימדים רגשיים חברתיים ועוד. בסדרת "כן או לא" נכיר בדרכים של התנסות חווייתית איך בוחרים את המטרה, ננסה להכיר את סגנון הבחירה אישי של המשתתפים. במהלך הסדרה נתנסה בהיבטים של של תהליכי קבלת החלטות: האינטואיטיבי, המרצה, הנגרר, המתלבט הנצחי, המנומק ואחרים. נלמד להכיר איזה משקל יש לאינטואיציה, לחברים, ללחץ חברתי, לציפיות מהסביבה, ואיך מודעים לכל אלה, משקלים אותם ומגיעים להחלטה מתאימה

- הסדרה מורכבת משלושה שיעורים כפולים, סה"כ שש שעות לימוד.
- מומלץ לקיימה שלושה שבועות ברצף



קהל יעד: כיתות ט'

סדרת "עוקר ושב"

תפיסת עולם ומיומנויות כלכליות

העולם של היום שבו יש דגש רב על חומרנות, תחרותיות ו"קידוש" האינדיבידואל, מעמיד בפני בני הנוער דילמות אישיות מורכבות לגבי מערכת יחסי הגומלין שיש להם עם כסף.

מה אנו מציעים?

אנו מציעים סדרה המלמדת באופן ייחודי וחוויתי את הרבדים השונים של המונח "כסף", היכולת להתמודד עמם ולהתנהל לצידם, באופן המותאם לגיל ההתבגרות ומאפשר הנחת תשתית להתנהלות נכונה בעתיד.

היחידות השונות בסדרה יעסקו בנושאים כגון:

- מה זה כסף? מה הוא נותן? (כבוד, נוחות, כאב ראש...)
- איך אנחנו מושפעים מכסף, ומה משפיע על תפישת הכסף שלנו.
- הכסף ואני- חושב, רוצה, צריך



קהל יעד: כיתות ט'

סדנת תלונה ותנועה כאפתח להצלחה

”מלא לחם או לחם מלא?”

סדנה ייחודית, החושפת את תלמידים לפעילויות חווייתיות ומהנות. בסדנה נעורר את המוטיבציה הפנימית של התלמידים לתנועה יום- יומית, ולעשייה מושכלת. במהלך הסדנה נתנסה בקשר שבין תחושות כגון: שובע, רעב, צמא וכד', לבין שביעות רצון, רוגע ופינוי אנרגיה להתמודדויות שונות.

- הסדנה מורכבת משלושה שיעורים כפולים, סה"כ שש שעות לימוד.
- מומלץ לקיימה שלושה שבועות ברצף.
- על מנת לאפשר פעילות בחוץ, מומלץ לקיים את הסדנה בסתיו או באביב.

קהל יעד: כיתות ז'-ח'

חוויית הניווט כדרך לעצמאות

על התנועה עם תכנון ומהשבה...

מומלץ גם כפעילות משותפת הורים-ילדים בשנת הבה"ר מצווה.

במהלך הסדנה יתנסו התלמידים וילמדו את יסודות הניווט. פעילות הניווט מעצימה את הביטחון העצמי ואת תחושת המסוגלות האישית. הפעילות תורמת לפיתוח יכולות תכנון הזמן, ההתארגנות, וטכניקת הניווט משפרת את יכולת ההתמצאות במרחב והבנת הכיוונים. בפעילות יושם דגש על פיתוח עצמאות ובגרות, תוך חוויה של הצלחה.

הסדנה ניתנת להעברה בשתי דרכים:

1. תהליך כתתי

- שלושה שיעורים כפולים, סה"כ שש שעות לימוד.
- מומלץ לקיימם שלושה שבועות ברצף.
- על מנת לאפשר פעילות בחוץ, מומלץ לקיים את הסדנה בסתיו או באביב.

קהל יעד: כיתות ז'-ח'

2. פעילות משותפת הורה וילד- לקראת בר / בת המצווה

- בשעות אחר הצהרים או בשישי בבוקר
- שלוש שעות רצופות
- ניתן להתאים את הדגשים לצרכי המשתתפים
- על מנת לאפשר פעילות בחוץ, מומלץ לקיים את הסדנה בסתיו או באביב

קהל יעד: כיתות ז'



תכניות להורים

"אולי" ג'ול

גיל ההתבגרות הינו תקופה משמעותית למתבגרים עצמם, להוריהם ולצוותים החינוכיים. קונפליקט תלות עצמאות, סמכות הורית, פערי הדורות התפתחות מינית, כל אלה ועוד מהווים אתגר לכל הנוגעים בדבר. בהרצאה נסקור ונמפה את המאפיינים הייחודיים ונציע טיפים וכלים להתמודדות אפקטיבית

איתור סימני מצוקה אצל מתבגרים

הרצאה הסוקרת בהרחבה את מצבי המצוקה הייחודיים לגיל ההתבגרות כגון: דימוי עצמי, זהות אישית ומינית, משברים אופייניים אובדנות ועוד, מציעה כלים לזיהוי מצבים אלה וסוקרת מגוון אפשרי של דרכי התמודדות.

תכניות לצוותים חינוכיים

אם רוצים- אפילו אי, אפשר לבנות בים

פעילות ייחודית, המתקיימת מחוץ לחדר המורים, ומדגישה את ההעצמה האישית, ושיפור תחושת המסוגלות של הצוות החינוכי. הפעילות מקנה כלים לבניית מערכים, המתבססים על כך שלכל תלמיד יש מקום וחשיבות בתוך המארג הכיתתי.

- שני מפגשים באורך שעה וחצי, סה"כ שלוש שעות.
- מומלץ לקיים במהלך שבועיים רצופים.
- על מנת לאפשר פעילות בחוץ, מומלץ לקיים את הסדנה בסתיו או באביב.



חיזוק חוסן האישי של תלמידים

סדנת חיזוק החוסן האישי של התלמיד המועברת לצוותים החינוכיים, מתמקדת בחיזוק החוסן האישי הקיים בכל תלמיד, שהוא הגורם הפנימי המסייע בהתמודדות עם כישלונות, אכזבות ומשברים. התוכנית מורכבת מארבעה מפגשים בני שעה וחצי המתרחשים לאורך שנת הלימודים . מטרת הסדנה :

- מתן כלים לחיזוק החוסן האישי בקרב תלמידים.
- מתן מידע בנושאי חוסן אישי, תגובות ללחץ, חיזוק כלי החוסן האישי, והתמודדות עם שינויים וחוסר ודאות בחיים.
- ליווי הצוותים החינוכיים בתהליך הטמעת הכלים והעקרונות בבית הספר.
- פיתוח תחושת מסוגלות בקרב הצוותים החינוכיים באשר ליכולתם לחולל שינוי חיובי באסטרטגיות ההתמודדות של תלמידיהם.

מפגש 1- ההיבט הקוגניטיבי של חוסן אישי

מהו חוסן אישי? למה הוא חשוב? ממה מורכב? איך מחזקים? הכלים שיילמדו: פרספקטיבה - נתמקד בלימוד חשיבה אופטימית, גמישות מחשבתית, וזיהוי ובחינת מחשבות שליליות על עצמי והסביבה.

מפגש 2- ההיבט הרגשי של חוסן אישי

רפלקציה: ליבון דילמות ודיון בדוגמאות מהווי בית הספר. הכלם שיילמדו: פרופורציה - התמקדות ברגשות חיוביים וויסות רגשי.

מפגש 3- ההיבט ההתנהגותי של חוסן אישי

רפלקציה: ליבון דילמות ודיון בדוגמאות מהווי בית הספר. הכלים שיילמדו: זיהוי וטיפוח חוזקות אישיות.

מפגש 4- ההיבט החברתי של חוסן אישי

רפלקציה: ליבון דילמות, דיון בדוגמאות מהווי בית הספר וסיכום. הכלים שיילמדו: מיפוי מקורות תמיכה החברתיים, חשיבות המחויבות והמעורבות החברתית לביסוס רשת בטחון חברתית.



"צעד קדימה"

איתכם ובשבילכם

www.stepforward.co.il



03-5344435



Office@stepforward.co.il



"צעד קדימה"