

היכרות מעמיקה: פעילות חוץ לבניית קבוצה

<p>1. יצירת חוויה קבוצתית משותפת נעימה למשתתפים 2. התחלה של בניית הקבוצה, ושיום התהליך כתהליך אישי וקבוצתי 3. העמקת תחושת הקשר, השייכות והביטחון בקבוצה</p>				<p>מטרות</p>
<p>טלפונים בתיקים, מתיישבים בסטינג מתאים, חיך והזמנה להיכנס למפגש.</p>				<p>טקס פתיחה/ זמן מעבר</p>
<p>ברוכים הבאים למפגש התצאם, היום במפגש תהיה לנו פעילות קבוצתית שונה: נצא החוצה ונשחק כמה משחקים קבוצתיים עם תנועה במרחב. אנחנו נוכל בעזרתם להתבונן על עצמנו כמשתתפים, ועל הקבוצה עצמה, ובהמשך נדבר על כך.</p>				<p>שער כניסה גשר למשתתפים</p>
<p>למנחה: לפניך כמה תרגילים להתנסות חוץ כיתתית. כדאי וניתן לבצע יותר מתרגיל אחד, אבל בין תרגיל לתרגיל נעצור לעיבוד קצר, ובסופם נמשיך להעמקה.</p>				<p>התנסויות לבחירה</p>
<p>הובלת עיוור</p> <ul style="list-style-type: none"> נארגן את המרחב: בניית שדה מוקשים ובו פזורים כיסאות, תיקים ומה שאפשר ומהווה מיכשול. נבקש מהתלמידים להתחלק לזוגות, כאשר אחד מבני הזוג יהיה ה'עיוור' (מכוסה עיניים במטפחת) והשני יוביל אותו בשדה המוקשים. נזמין בכל פעם זוג אחר להוביל את ה'עיוור' בשדה המוקשים. ההוראה שניתן למשתתפים: אתם מקשיבים?? Y 	<p>להפוך את השמיכה</p> <ul style="list-style-type: none"> ** מומלץ לבצע לפני תרגיל זה את אחד משני תרגילי החימום למעלה. ** סדין- כך שיכולים לעמוד עליו כל המשתתפים, לא גדול מזה ולא הרבה יותר קטן. נבקש מכל המשתתפים לעמוד יחד על הסדין/ שמיכה/ מחצלת קטנה. המשימה היא להפוך את הסדין לצידו השני כאשר אסור למשתתפים לגעת ברצפה. נעודד את המשתתפים לחשוב ולהציע דרכים שונות להצליח במשימה. 	<p>כדור שמות</p> <ul style="list-style-type: none"> עומדים במעגל רחב (אפשר לבקש מהמשתתפים לפתוח את הידיים לגובה כתפיים ובכך לסמן את המרחב בן כל שני משתתפים). המשימה היא להתמסר בכדור בן כל חברי הקבוצה כאשר אסור למסור למשתתף שעומד צמוד למשתתף המוסר (משני צדדיו- ימין ושמאל), ויש לקרוא בקול בשמו של המשתתף שנמסור אליו. הכדור לא יכול 'לחנות' יותר מ-2 	<p>חישוק</p> <ul style="list-style-type: none"> כלל המשתתפים עומדים במעגל, כאשר האצבע המורה מושטת קדימה, ומחזיקה חישוק בגובה הכתפיים של משתתף אחד שעומד במרכז. (אצבעות המשתתפים מחזיקות את החישוק בצורה מאוזנת). המשימה היא להוריד את החישוק לגובה הברכיים של המשתתף ואז להעלות שוב תוך שמירה על החישוק מאוזן. אפשר לדבר. למנחה: במרבית המקרים החישוק לא 	

<p>עליך להוביל את העיוור מעל המכשולים ובחזרה בדרך הטובה ביותר עבורו".</p> <ul style="list-style-type: none"> • נפתח שעון עצר (יוצר תחושה של תחרות). • בכל פעם זוג אחר יעבור את שדה המוקשים (העיוורים ימתינו מכוסי עיניים ולא יראו את המסלול). 	<p>אפשר לחזור על המשימה מספר פעמים כדי לשפר את הזמן להפיכת הסדין.</p>	<p>3 שניות אצל המשתתף. נעשה ווידוא הבנה של כללי המשחק עם כדור אחד.</p> <ul style="list-style-type: none"> • התנסות במשחק עם 3-4 כדורים (ואף יותר- תלוי בגודל הקבוצה). • נאפשר למשתתפים בן סבב לסבב להציע רעיונות איך יוכלו להשתפר/ לעמוד במשימה. 	<p>יהיה מאוזן, ויש נטייה להעלות ואז לתקן בצד האחר כדי להגיע לאיזון, לפעמים גם משתתפים מקפלים את האצבעות (הזכירו להם שהן צריכות להיות ישרות, ובקשו מהם להתחיל מהתחלה כשיש חוסר איזון/קיפול...).</p> <p>במידה והתלמידים מתקשים להשלים את המשימה כאשר הם מדברים, אפשר לבקש מהם לבצע אותה ללא דיבור (פעמים רבות זה עוזר)</p>	
<p>1. עיוורים- איך הרגשתם במהלך התרגיל? 2. מובילים- איך הרגשתם עם ההובלה? 3. איך הייתה התקשורת ביניכם בתרגיל? 4. מה עזר לכם לבצע את התרגיל? (הקשבה, אמון, התמסרות, תחושת ביטחון, חוש הומור...)</p>	<p>1. איך הרגשתם בתרגיל? 2. תארו את מהלך התרגיל: איך זה עבד? 3. מה נדרש מכם כקבוצה כדי לעמוד במשימה?</p>	<p>1. מה דורשת מכם המשימה הזו כמשתתפים? כקבוצה? (הקשבה, עירנות ותשומת לב לכלל המשתתפים ומה הם עושים, שמירה על החוקים) 2. מה קרה לכם בן סבב לסבב? (שיפור, למידה, עייפות...)</p>	<p>1. איך הרגשתם במהלך התרגיל? 2. מה אפשר לכם להצליח? (לדוגמה: הקשבה, סנכרון, וויתור על הובלה וזרימה עם השאר... למה עוד הייתם זקוקים? 3. מה היה קשה? (למנחה: כדאי לתת מקום לחוסר נוחות או קושי שעולים בפעילות, ולא להיבהל מכך). 4. מה היה אומר צופה מהצד עליכם כקבוצה בעקבות הצפייה בתרגיל?</p>	<p>עיבוד</p>

<p>נאסוף את כל ההתנסויות, ונשקף מה ראינו: כיצד קבלו החלטות, התנהלו בקבוצה, פרגנו, עבדו יחד לטובת המשימה ועוד... נשאל:</p> <ul style="list-style-type: none"> • מה הופך קבוצות למוצלחות? טובות? • מה יש בקבוצה שלנו/ היה היום שהיה מוצלח? • אילו עוד דברים אפשר לעשות יחד כדי להתחזק בקבוצה? 	<p>העמקה</p>
<p>עוברים בקצרה על מה עשינו במפגש, לדוגמה: דברנו על...שחקנו ב...ראינו ש... שמענו קולות ש... זה המקום גם לשקף כמנחה איך ראית אותם בקבוצה: הקשבה, השתתפות, דיבור פתוח ועוד.</p>	<p>סיכום המפגש</p>