

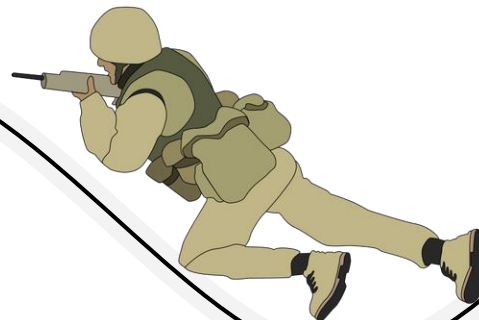
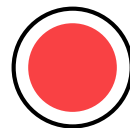
מתגייסים נכון

תוכנית לחיזוק המוטיבציה והמוכנות הפיזית והמנטלית של תלמידי יב לקראת הגיוס לצה"ל

אימונים

מפגשים עם אנשי צבא

סדנאות



יעדי התכנית

חיזוק תחושת המסוגלות של התלמידים לקראת השירות

היכרות של התלמידים עם סדר היום הצה"לי

העלאת המוטיבציה לשירות משמעותי

קבלת כלים מנטליים להתמודדות עם אתגרי השירות

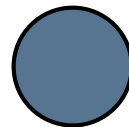
כושר גופני - הכנה פיזית של קבוצת תלמידים

מתגייסים נכון 3 - תחומים

**מפגש ושיח עם מפקד בבית הספר
ביקור תלמידים בבסיס
שיחה בזום לקבוצת תלמידים גדולה.**

**היכרות עם הצבא, סדר היום הצה"לי
לקראת שירות משמעותי
יתרונות השרות הצבאי**

**מפגשים
מעוררי השראה עם
מפקדים בצבא**



מתגייסים נכון 3 - תחומים

תכנית כושר קרבי בליווי והדרכה חברת אקסלנט:

מפגשי הכשרה וליווי אישי למורים

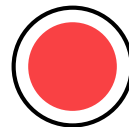
תכנית אימונים מותאמת לבית הספר

לכל אימון - ערך מוביל

3 אימונים בליווי והדרכת מדריך חברת אקסלנט

2 סדנאות הכנה מנטלית לקבוצה

אימונים פיזיים

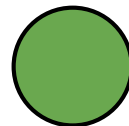


מתגייסים נכון 3 - תחומים

נושאי הסדנאות

חששות - אתגרים ופתרונות
חוסן רגשי
חוזקות
היתרונות שבשירות הצבא

סדנאות הכנה רגשית
להפעלה עצמית
בבית הספר



מבנה התכנית

פעולות

יצירת סדירות לתכנית האימונים בתוך המערכת
הבית ספרית (במקום שיעור ספורט או בסוף יום)



קביעת מפגשים מול נציגי הצבא, שילוב ביום
החשיפה, נסיעה לבסיס וכו..



סדנה שתועבר ע"י חברת אקסלנט - כלים
מעולם האימון המנטלי



סדרת סדנאות העוסקות בשיח רגשי ובחוסן
לקראת הגיוס, להעברה ע"י מחנכים / יועצות

תחום

תכנית האימונים



מפגשים מעוררי השראה
עם א.נשי צבא



סדנת הכנה מנטלית



סדנאות חוסן

איך מתחילים?

- ★ נפגשים עם המנהל/ וצוות יב -משתפים במבנה התכנית וחושבים מי עוד יכול לסייע -גיוס צוות מלווה לתכנית .
- ★ רותמים שותפים נוספים- הורים, תלמידים ומדריכים בתנועות וארגוני נוער, בוגרים
- ★ מקיימים מפגש חשיפה משמעותי לשכבת י'ב -מפגש עם חיילים, הקרנת סרטונים, אימון, סדנאות
- ★ מגייסים תלמידים באופן אישי ודרך המחנכים -פרסום ומעבר בין הכיתות, פניה אישית, שעות מעורבות, חבר מביא חבר, ציון בתעודה
- ★ שליחת מכתב להורים
- ★ יצירת סדירות לתוכנית האימונים -שיבוץ במערכת השעות
- ★ נעיצת תאריכים לסדנאות ומפגשים עם א.נשי הצבא

מבנה יום החשיפה לתכנית

- ★ דברי פתיחה - דבר המנהל.ת / רכז.ת השכבה
- ★ הצגת התכנית (במצגת נפרדת)
- ★ שיתוף בוגרים של בית הספר / תלמידים מאחריי - סיפורים אישיים
- ★ מפגש ושיח עם מפקד/לוחם
- ★ סדנה - החששות והאתגרים לקראת הצבא
- ★ טעימה מאימון
- ★ רישום לתכנית

דרכי התמודדות

רותמים את ההורים, מרחיבים את מעגלי השותפים והתמיכה, יוצרים גאוות יחידה לתכנית (מיתוג וחולצות), שיווק התכנית ונראות, תגמול לתלמידים - ציון בתעודה, שעות מעורבות וכו... מתחילים לעבוד עם קבוצה מובילה שתגייס עוד תלמידים.

משלבים פעילות גם אחה"צ, מסדירים את הפעילות במערכת השעות

קשר אישי מול רכז התכנית שיחות אישיות של מחנך עם מספר תלמידים פעולות בהם ירגישו מחוייבים

חלוקת המטלות, בנית תכנית עבודה לשכבה ולקבוצת הסיירת, רתימת רכז/ת מערכת, מנהל/ת לשילוב במסגרת שיעורי ספורט /סוף יום

אתגרים בדרך

רתימת תלמידים

לו"ז צפוף

התמדה של תלמידים

רתימת צוות, יצירת סדירות