

תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן למא ואש הנשיא



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

דברי פתיחה

מנהלת ביה"ס - הגב' מרסל דניאלי

תוכנית תרבות הפנאי

הפנאי מאפשר לבני אדם לחוות מרחבים של הנאה וחופש אישי, דרך התנסויות חווייתיות ותכנים אותם בוחר האדם, מתוך רצונו החופשי והעדפותיו האישיות. לפעילות הפנאי תרומה משמעותית לרווחה האישית, הרוחנית והחברתית של האדם, להשגת תחושת סיפוק ומשמעות בחיים, להעלאת הדימוי העצמי ופיתוח רגשות חיוביים של שמחה, הפגת מתחים, עונג ושייכות.

בחיים המודרניים קיימת מגמה של עלייה בפעילות בשעות הפנאי. שעות פנאי הן הזדמנות של רבים לבילוי חברתי, לפיתוח תחביבים וכישורים. בו בעת, ידוע ממחקרים שאנשים עם אוטיזם לרוב מבודדים חברתית בהשוואה לאוכלוסייה הרגילה ומתקשים למלא את שעות הפנאי. כך יוצא, שדווקא אנשים עם אוטיזם, הזקוקים במיוחד להזדמנות ליצירת מפגשים חברתיים ולפעילות פנאי, אינם מגיעים לכך ולרוב הם שוהים בבתייהם, פסיביים בפעילויותיהם, נצמדים לתחום עניין אחד ונמנעים מחשיפה והתנסות לתחומים שאינם מוכרים להם.

מטרת תכנית לימודי תרבות הפנאי בביה"ס היא לאפשר לתלמידים שלנו להתנסות ולחוות פעילות בתחומי פנאי שונים, כדי שיוכלו ליצור קשרים חברתיים, לפתח כישורים, להתאמן ביכולת בחירה בהעדפות אישיות, להרחיב את תחומי העניין, לקחת יוזמה, ליהנות, להצטיין וללמוד להתמיד בבחירה.

במסגרת תכנית לימודי העשרה ותרבות הפנאי התלמידים בוחרים מתוך כ- 20 קורסים שונים את הקורס בו ירצו להעמיק ידע, מיומנויות וכישורים. כל מחצית מחליפים קורסים ומתמקדים בתהליכי הבחירה. בשבוע מתנסים ב-4-5 קורסים שונים עפ"י בחירה. הבחירה מצמיחה ומאפשרת למידה מתוך עניין, מוטיבציה ואהבה לתחום. התלמידים, משתתפים בפעילויות פנאי שונות ומגוונות במסגרת שיעורי העשרה כגון: כלבנות, ג'ודו נגרות, סייבר, אומנות, ג'אלינג, מועצת תלמידים, כדורגל, מוזיקה, שחמט, הרכבים מוזיקליים, תיאטרון, בישול ועוד על פי בחירתם תכנית הפנאי מאפשרת פיתוח של תהליכי הנאה, העמקת חברויות, אימון אישי וקבוצתי העוסקים גם בקידום האקלים החברתי בכיתה ובביה"ס ויוצרים תחושת שייכות וגאווה של התלמידים למקום בתכנית הושקעו מחשבה רבה, תפיסה חינוכית לפיתוח תחושת מסוגלות ומימוש עצמי ומשאבים ייחודיים עבורכם ובשבילכם. אתם מוזמנים לבחור את העדפותיכם וליהנות מהתכנית.

בברכה,

מרסל דניאלי

מנהלת בית הספר

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

על התוכנית

פרטי התוכנית



במהלך השבועיים הראשונים לשנת הלימודים ייחשפו כלל תלמידי בית הספר לקורסים השונים בהתאם לחטיבה בה הם לומדים.

במהלך החשיפה יכנסו לכיתות אנשי הצוות האחראים על הקורסים השונים, יציגו אותם, ידגומו, יענו לשאלות התלמידים ויאפשרו לתלמידים לחוות ולהתנסות.

בתום החשיפה, התלמידים בשיתוף עם ההורים/צוות הכיתה ימלאו טופס מקוון ובו יצינו באילו קורסים היו רוצים לקחת חלק. בחירת הקורסים מתבצעת בכל מחצית, כך שניתן יהיה לבחור במחצית ב' קורסים שונים.

חוברת זו מציגה את מגוון תכניות הפנאי המועברים בבית הספר לפי אשכולות ומאגדת בתוכה את רציונל הקורס, מדריך הקורס, מס' שעות שבועיות ולאיוזו חטיבה מיועד.

לחצו על הלינק למילוי שאלון העדפות לתלמידי חטיבת הביניים-

[שאלון למילוי חטיבת ביניים](#)

לחצו על הלינק למילוי שאלון העדפות לתלמידי חטיבה עליונה-

[שאלון למילוי חטיבה עליונה](#)

לחצו על הלינק למילוי שאלון העדפות לתלמידי חטיבה עליונה-

[שאלון למילוי רב גילאית](#)

לכל שאלה מוזמנים ליצור קשר בכתובת מייל - HENA1011@GMAIL.COM

בברכה,

חן אלון

רכזת תכנית תרבות הפנאי

תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו

מוסיקה



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אמא למוזיקה



הרכב מוסיקלי

מנחה: גיא יהודה | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

במהלך התוכנית נעבוד על מספר שירים שההרכב יבחר/יכתוב בעצמו. חשיבות החברות בהרכב הנה לתת ביטוי לכשרון בנגינה ושירה וללמוד להשתלב בקבוצה.



מטרות התוכנית:

לנגן ולשיר בקבוצת ההרכב המוסיקלי, עיבוד חומרים מקוריים שיכתבו תלמידי ההרכב ושירים מוכרים שהם בוחרים. לימוד בקבוצה כבר מהצעדים הראשונים תורם לפיתוח מיומנויות חשובות ומגביר את יכולות ההקשבה, התמיכה, המוטיבציה וההפריה ההדדית כי מוסיקה יוצרים ביחד ובחברה נעימה ומכילה.

דרישות התוכנית:

יכולת עבודה בקבוצה, קבלה והכלה של חברי ההרכב, שיתוף פעולה, עקביות בהגעה, יכולת עמידה מול קהל. יכולת לנגן על כלי נגינה (גיטרה, תופים, קלידים ועוד) או תלמידים/ות שאוהבים לשיר ולהופיע.

תוצר התוכנית:

הופעות מוסיקליות במהלך השנה באירועים בית ספריים, פיתוח יכולת נגינה בכלי מסוים, להוות חלק צומח ומצמיח בהרכב מוזיקלי מנצח.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא



הרכב מוסיקלי

מנחה: שביט נוי | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

במהלך המחצית ננגן שירים שיבחרו על ידי חברי ההרכב בהחלטה משותפת וגם נכיר מוזיקה חדשה. ההשתתפות בתוכנית כרוכה בתרגול הנגינה בבית, נוכחות בחזרות ההרכב והשתתפות במופעים במסגרת בית הספר ההרכב ייפגש אחת לשבוע בחדר המוזיקה, באווירה פתוחה ותומכת המעודדת יצירתיות וביטוי עצמי.

מטרות התוכנית:

לתת לתלמידי בית הספר, המנגנים על כלי נגינה או שרים, הזדמנות להתנסות בנגינה משותפת. תוך שיפור היכולת להקשיב לאחר, להתבטא באופן יצירתי ולתת מקום לשאר משתתפי התוכנית.

דרישות התוכנית:

עקביות בנוכחות, יכולת להיחשף למוזיקה בווליום גבוה, סבלנות וסובלנות לאחר בקבוצה, תרגול הנגינה בבית.

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוצר התוכנית:

הופעה מוזיקלית אישית וקבוצתית במסגרת אירועים בית ספריים.





תיפוף

מנחה: סתיו שמיר | שעה שבועית | חטיבת ביניים

על התוכנית:

קורס תיפוף לתלמידי בית ספר מציע חוויה מוזיקלית וקצבית ייחודית, המשלבת למידה של טכניקות תיפוף, יצירת הרמוניה קבוצתית וביטוי אישי דרך קצב. הקורס יפתח מיומנויות מוזיקליות, קואורדינציה וקשב, לצד חיזוק עבודת הצוות, המשמעת והביטחון העצמי.

מטרות התוכנית:

הקניית יסודות מוזיקליים: ללמד את התלמידים את עקרונות הקצב, המקצב והנגינה על כלי הקשה. פיתוח יכולות קואורדינציה: לשפר קואורדינציה מוטורית, קואורדינציה יד עין וקואורדינציה בין שתי הידיים.

חיזוק עבודת צוות: לפתח מיומנויות הקשבה, שיתוף פעולה ותקשורת בתוך קבוצה. העצמה וביטחון עצמי: לספק פלטפורמה בטוחה לביטוי אישי, להגברת הביטחון העצמי ולחיזוק הדימוי העצמי.

הבנה תרבותית: לחשוף את התלמידים למגוון מקצבים ותרבויות מרחבי העולם. הנאה ויצירה: לעודד הנאה ממוזיקה, יצירה והבעה דרך קצב.

דרישות התוכנית:

אהבה לקצב ורצון ללמוד: מוטיבציה וחיבור לעולם הצלילים והמקצבים. פתיחות לניסוי: נכונות להתנסות בכלי נגינה שונים ובמקצבים מגוונים. הקשבה וכבוד הדדי: יצירת סביבת למידה תומכת ומכילה לכל המשתתפים. נוכחות פעילה: השתתפות בכל השיעורים והתרגילים. סבלנות והתמדה: תיפוף דורש תרגול ודיוק.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, התלמידים יציגו מופע קבוצתי קצר, שישלב את כל האלמנטים שנלמדו במהלך השיעורים. המופע יכלול ביצוע מקצבים ויצירות מקוריות, וישמש כהדגמה חיה של מיומנויות התיפוף, ההרמוניה הקבוצתית והביטוי האישי שרכשו. זו תהיה הזדמנות עבורם לחלוק את היצירה המשותפת ולחוות את ההגשמה שביצירה מוזיקלית.



בנימין רוטמן לשכת אגף המשפט

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו

ספורט





נבחרת אופניים

מנחה: ערן פלג | שעתיים שבועיות | בית ספר



על התוכנית:

נבחרת האופניים תרכב פעם בשבוע באשל הנשיא ומחוצה לו, בסיבה ובטבע הקרובים. הרוכבים ילמדו ויתרגלו טכניקות שונות כדי לשפר את יכולות הרכיבה ויצברו חוויות טובות כקבוצה.

מטרת התוכנית:

קורס רכיבת אופניים לתלמידי בית ספר מציע הזדמנות ללמוד, לשפר ולשכלל את מיומנויות הרכיבה, תוך דגש על בטיחות, אחריות והנאה. הקורס יפתח יכולות פיזיות, קואורדינציה, שיווי משקל וסיבולת, לצד חיזוק הביטחון העצמי, המודעות לסביבה והיכרות עם עולם הרכיבה.

דרישות התוכנית:

הקורס מיועד לתלמידי בית ספר, ויתאים לרמות שונות. הדרישות העיקריות הן: רצון ללמוד ולשפר: מוטיבציה לרכוש מיומנויות חדשות ולשפר קיימות. משמעת והקשבה להוראות: ציות לחוקי הבטיחות והקשבה למדריך. פתיחות לאתגרים: נכונות להתנסות במסלולים שונים ובטכניקות רכיבה מגוונות. נוכחות פעילה: השתתפות בכל השיעורים והתרגילים.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, התלמידים יצאו למסע רכיבה קבוצתי מאורגן ובטוח, שבו יוכלו ליישם את כל המיומנויות והידע שרכשו. המסע יכול להיות במסלול מוגדר מראש, תוך הקפדה על כללי הבטיחות והרכיבה הקבוצתית. המסע יהווה שיקוף של התהליך שעברו התלמידים, ויספק להם חוויה מסכמת ומתגמלת של יצירה, הגשמה והנאה משותפת.



“..... בסוף כל עליה מגיעה ירידה”

“ החיים הם כמו רכיבה על אופניים, כדי לשמור על איזון חייבים להמשיך לנוע”

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא



חדר כושר

מנחה: נרקיס חג'בי | שעה שבועית | חטיבת בייניים

על התוכנית:

כולנו מבינים שצריך לחזק את הגוף ולהפעיל אותו כמה שיותר, בעיקר כי אנחנו נמצאים בעידן שבו רוב היום עובר בישיבה.

עולם האימונים מורכב משני סוגים עיקריים:

- פעילות אירובית - משפרת את מערכות הלב, הדם, הנשימה והשרירים.
 - פעילות אנאירובית - מגבירה את כוח השריר, מחזקת ומחטבת.
- האימונים יתחלקו לשני חלקים - פתיחת השיעור אימון אירובי ואימון כוח. המפגשים יתקיימו באולם תנועה.

מטרת התוכנית:

התלמידים ישפרו את יכולותיהם הגופניות והמנטאליות. יפתחו תחושת מסוגלות עצמית ומשמעת עצמית. יחוו תחושה של הצלחה ואמונה עצמית.

דרישות התוכנית:

מוטיבציה גבוהה, רצון להתמיד ולהשקיע במפגשים, הגעה לאימון באופן סדיר עם הציד לבוש נדרש, מים.

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוצר התוכנית:

שיפור כושר גופני - תרגולים אירוביים, חיזוק שרירים, גמישות ושיווי משקל יכולים לשפר את הכושר הגופני באופן כללי. הגברת האנרגיה והמוטיבציה - פעילות גופנית מסייעת לשפר את הרגשה הכללית ולהעלות את האנרגיה.



ספורט

נבחרת ג'ודו

מנחה: אבי אגר | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

התלמידים יתמקצעו בענף הג'ודו על כל ערכיו. התלמידים ישתתפו באופן מלא ותדיר באימונים. ילמדו טכניקות קרב ויעבדו על שיתוף פעולה על המזרון בדגש על הכלה, התמודדות עם מגע (ויסות חושי) ונחישות. התלמידים (אלו שירצו בכך) ייצגו את ביה"ס בתחרויות אזוריות.

מטרת התוכנית:

שיפור המוטוריקה העדינה והגסה. העלאת הביטחון עצמי והדימוי העצמי. רכישת כלים למיקוד קשב והתמדה. התלמידים ילמדו להתמודד עם הפסד וניצחון באופן שאינו פוגע בסביבה.

דרישות התוכנית:

מוטיבציה לעבודה קשה, רצון לקחת חלק בקבוצת שייכות. על המשתתפים לעבור בדיקת רפואית אצל רופא ספורט.

תוצר התוכנית

כל ספורטאי ייקח חלק בתחרות ג'ודו בית ספרית. ויצג לראווה את התקדמותו לכל קהילת ביה"ס.





נבחרת כדורגל

מנחה: שניר לוי | שעתיים שבועיות | בית ספרי



על התוכנית:

קורס כדורגל בבית הספר מהווה הזדמנות לפיתוח מיומנויות ספורטיביות וחברתיות בקרב התלמידים. להקנות להם את הטכניקות הבסיסיות של המשחק. בנוסף, הקורס מקדם את הכושר הגופני והבריאות, תוך טיפוח ערכים חשובים כמו עבודת צוות, הוגנות ורוח ספורטיבית.

מטרות התוכנית:

מטרות התוכנית הן הענקת ביטחון עצמי וחיזוק תחושת המסוגלות באמצעות התנסויות מוצלחות במגוון פעילויות חווייתיות מעולם הספורט בכלל והכדורגל בפרט. המשתתפים רוכשים מיומנויות מוטוריות בסיסיות ומתקדמות המעניקים שליטה גופנית. כך הילדים מסגלים משמעת ואמונה עצמית התורמים רבות להרגשתם הפנימית. ההנאה והכיף שיש במשחקי התנועה והכדורגל מטמיעים בילדים ערכים חברתיים כמו סובלנות, רעות, שיתוף פעולה, איפוק, ויתור, משחק הוגן, קבלת האחר, שיוויון, התגברות על מכשולים, כיצד מנצחים ומפסידים בכבוד ועוד.

במהלך השנה תנהל הקבוצה טורנירים עם בתי ספר אחרים ברחבי הארץ.

דרישות התוכנית:

מוטיבציה גבוהה, התמדה, התמודדות עם מצבי תסכול, הופעה מתאימה ועקביות על מנת לבנות טכניקה וללמוד לשחק כקבוצה.

תוצר התוכנית:

הכרת כללי המשחק והישמעות להם על מנת להיות שותף וליהנות. הקורס חושף את התלמידים לסיטואציות חברתיות ומעודד את הילדים לחקור ולחשוב על פתרונות. עליהם להשתמש בתקשורת בין אישית על מנת להעביר מסר, להביע רגשות, לשכנע ולשתף פעולה כדי להשיג את מטרותם, ללא פגיעה באחר. השתתפות בטורנירים ארציים.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

פטאנק

ספורט

מנחה: יואב שי | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

קורס הפטאנק מציע לתלמידים הזדמנות ייחודית ללמוד ולשלוט בענף ספורט עתיק ומעניין, המשלב מיומנות פיזית, ריכוז, חשיבה טקטית ואסטרטגית. הקורס נועד לפתח קואורדינציה, דיוק, ריכוז ויכולת עבודה בצוות, כל זאת תוך כדי הנאה ופעילות גופנית מתונה.

מטרות התוכנית:

הקניית יסודות הפטאנק: הכרת חוקי המשחק, סוגי זריקות וטכניקות בסיסיות. פיתוח קואורדינציה ודיוק: שיפור יכולות מוטוריות עדינות וגסות באמצעות תרגילי זריקה מגוונים. חידוד חשיבה טקטית ואסטרטגית: למידת קבלת החלטות מהירות במהלך המשחק, זיהוי נקודות חוזק וחולשה אצל היריב ותכנון מהלכים עתידיים. הקניית ערכים ספורטיביים: פיתוח רוח ספורטיבית, כבוד הדדי, עבודת צוות והתמודדות עם ניצחונות והפסדים. עידוד פעילות גופנית: חשיפה לענף ספורט נגיש ומהנה המעודד יציאה לפעילות בשעות הפנאי.

דרישות התוכנית:

התלהבות ורצון ללמוד: נכונות להתנסות בספורט חדש ולפתח מיומנויות. יכולת ריכוז: יכולת לשמור על מיקוד במהלך משחק ותרגול. רוח ספורטיבית: נכונות לכבד את השחקנים האחרים, להפגין הגינות ולקבל החלטות שיפוט. הגעה מסודרת לשיעורים: נוכחות פעילה והשתתפות בתרגילים ובמשחקים. לבוש נוח: בגדים ונעליים מתאימים לפעילות גופנית קלה בשטח פתוח.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, התלמידים יפגינו שליטה בטכניקות זריקה, יישום חשיבה טקטית ואסטרטגית, עבודת צוות ותקשורת משופרים, ורוח ספורטיבית והגינות.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא



טניס שולחן

מנחה: שניר לוי | שעה שבועית | חטיבת ביניים

על התוכנית:



קורס טניס שולחן בבית הספר מספק לתלמידים הזדמנות מצוינת לפתח מיומנויות ספורטיביות ייחודיות. הקניה של הטכניקות הבסיסיות של המשחק, כמו אחיזת מחבט, תנועות יד ורגליים. בנוסף, הקורס מקדם את הכושר הגופני והריכוז, תוך טיפוח ערכים חשובים כמו התמדה וקבלת החלטות מהירות.

מטרות התוכנית:

- פיתוח מיומנויות טניס שולחן - שליטה בכדור, תנועות יד-עין, אסטרטגיה.
- שיפור הכושר הגופני - פעילות אירובית, חיזוק שרירים, גמישות.
- פיתוח אסטרטגיה וחשיבה טקטית.
- יצירת אווירה חברתית, מכילה ומאפשרת.
- הנאה ובילוי פעיל.

דרישות התוכנית:

נוכחות קבועה והתמדה, חשוב שהתלמידים יגיעו באופן סדיר לאימונים וייקחו חלק פעיל בפעילות, התלמידים צריכים להגיע למפגשים עם מוטיבציה ללמוד ולשפר את מיומנויותיהם ונכונות לקבל הדרכה ומשוב.

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוצר התוכנית:

- שיפור מיומנויות טניס שולחן ויכולות מוטוריות
- פיתוח אסטרטגיה, חשיבה טקטית ופתרון בעיות
- שיפור הכושר הגופני והבריאות





היפ הופ

מנחה: עדי חכמון | שעתיים שבועיות | בית ספרי



על התוכנית:

קורס ריקוד היפ הופ מציע לתלמידים הזדמנות לצלול לעולם התנועה, הקצב והביטוי העצמי דרך סגנונות הריקוד המגוונים של ההיפ הופ. הקורס יחזק את הביטחון העצמי, ישפר קואורדינציה ויכולות פיזיות, ויאפשר לתלמידים לפתח את סגנונם האישי בסביבה תומכת ומעצימה.

מטרות התוכנית:

הקניית יסודות ריקוד: ללמד את התלמידים את הטכניקה הבסיסית של סגנונות ריקוד ההיפ הופ השונים.
פיתוח יכולות פיזיות: לשפר קואורדינציה, קצב, גמישות, כוח וסיבולת.
חיזוק ביטחון עצמי: לעודד ביטוי אישי, להגביר את הביטחון ביכולות הריקוד ובכלל.
הבנת מוזיקה ותנועה: לפתח רגישות למוזיקה ויכולת לתרגם אותה לתנועה.
יצירתיות וביטוי: לאפשר לתלמידים למצוא את קולם הייחודי דרך הריקוד.
חיבור חברתי: ליצור קהילה תומכת ושיתופית בין התלמידים.

דרישות התוכנית:

רצון לזוז ולרקוד: מוטיבציה וחיבור למוזיקה ולקצב.
פתיחות ללמידה וניסוי: נכונות להתנסות בתנועות חדשות ולצאת מאזור הנוחות.
משמעת עצמית והתמדה: מחויבות לתרגול ולשיפור מתמיד.
הקשבה וכבוד הדדי: יצירת אווירה חיובית ותומכת בקבוצה.
בגדים נוחים: המאפשרים חופש תנועה מלא.

תוצר התוכנית:

- בסיום הקורס, התלמידים יציגו מופע ריקוד קצר שיכלול:
- כוריאוגרפיה קבוצתית: ריקוד משותף של כל הקבוצה, המשלב אלמנטים שנלמדו בקורס.
 - קטעי פריסטייל: הזדמנות לכל תלמיד להציג את סגנונו האישי בריקוד חופשי.

המופע יתקיים במסגרת אירועים בית ספריים, וישמש כחווייה מסכמת ומתגמלת של למידה, יצירה והגשמה.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא



קפוארה

מנחה: משה דיאל | שעתיים שבועיות | בית ספר



על התוכנית:

קורס קפוארה לתלמידי בית ספר מציע חוויה רב-ממדית המשלבת אמנות לחימה, ריקוד, מוזיקה ותרבות ברזילאית. הקורס יפתח יכולות פיזיות, קואורדינציה, גמישות וקצב, לצד חיזוק המשמעת העצמית, הביטחון העצמי והבנה תרבותית עמוקה.

מטרות התוכנית:

הקניית יסודות הקפוארה: ללמד את התלמידים את הטכניקה הבסיסית של תנועות הקפוארה, הקצב והמוזיקה. פיתוח יכולות פיזיות: לשפר קואורדינציה, גמישות, כוח, סיבולת, שיווי משקל וקצב. חיזוק ביטחון עצמי ומשמעת: לעודד ביטוי אישי, להגביר את הביטחון ביכולות הפיזיות והחברתיות, ולפתח משמעת עצמית. הבנה תרבותית: לחשוף את התלמידים לתרבות הברזילאית העשירה, להיסטוריה של הקפוארה ולערכיה. פיתוח חברתי: ליצור קהילה תומכת ושיתופית, לעודד הקשבה הדדית, כבוד ומשחק הוגן. ביטוי יצירתי: לאפשר לתלמידים למצוא את סגנונם האישי בתוך מסגרת הקפוארה.

דרישות התוכנית:

סקרנות ורצון ללמוד: נכונות לחקור עולם חדש ולצאת מאזור הנוחות. פתיחות מחשבתית: היכולת לקבל רעיונות חדשים ולהתנסות בצורות ביטוי שונות. הקשבה למדריך וכבוד הדדי: יצירת סביבת למידה בטוחה, מכילה ומעצימה לכל המשתתפים. נוכחות פעילה: השתתפות בכל השיעורים והתרגילים. בגדים נוחים: המאפשרים חופש תנועה מלא.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, התלמידים יציגו מופע קפוארה, המופע יתקיים במסגרת אירועים בית ספריים, וישמש כחוויה מסכמת ומתגמלת של למידה, יצירה והגשמה.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו

אמנויות



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אמר הנשיא



ג'אגלינג

מנחה: משה כהנא | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

במהלך המחצית יפגשו הילדים מגוון רחב של אביזרים מעולם הג'אגלינג: כדורים, מקל פרח, דיאבולו, צלחות סיניות, פוי, מוטות, הולה הופ, נונצ'אקו ועוד. חשיבות הג'אגלינג הנה להכיר את האיכויות הטמונות בכל אחד מתוך תפיסה שכולם יכולים להתמודד עם כלים חדשים, להתחבר ולהתאמן. המפגשים יתקיימו באולם האודיטוריום. המפגש מתאפיין בהכרת כלים, הקניית המיומנות הנדרשות על מנת להפעיל את הכלי, אימון, תרגול, משחק ושיח מלמד על אופי ההתמודדות של כל אחד.

מטרות התוכנית:

- דרך לימוד כלי הג'אגלינג השונים יחווה התלמיד את הדברים הבאים:
- יגלה בתוכו את המקום השקט, המאפשר גישה יציבה ובריאה לחיים.
- יחווה את הלימוד מתוך שחרור, ויבין את חשיבות הנתינה כערך, כמו גם את הסבלנות והקבלה של האחר.
- יחווה תהליך לימודי נושם, כאשר כל פעם מתקדמים צעד אחד קטן קדימה, פיתוח סבלנות ויכולת התמדה מבלי להגיע לעודף מאמץ.
- ילמד להתבונן בתהליך מורכב ולהתמודד עם בעיה חדשה ולא מוכרת, כמו כן להקשיב לאחר ולעזור לו.
- יחווה את האפשרות שבמשחק יחד: איך מצליחים יחד כקבוצה ואיך נהנים מתוך העשייה עצמה, ללא תחרותיות.
- ילמד לראות את היכולות החבויות בתוכו, דבר שיביא להגדלת ביטחון העצמי ותחושת הערך והדימוי העצמי, העצמת יכולות פיזיות, רגשיות וקוגניטיביות.
- וכמובן, שמחת חיים וכייף בלתי רגיל.

דרישות התוכנית:

עקביות בנוכחות, נכונות להכיר ולהתאמן בכלי הג'אגלינג, סבלנות. נדרשת שמירה על הציוד של המורה.

תוצר התוכנית:

מיומנויות שונות בהתאם לכלי, קואורדינציה הופעה אישית וקבוצתית בהתאם למיומנויות הנרכשות באירועים בית ספריים במהלך השנה.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

צילום ועריכה בפוטושופ



מנחה: סבטלנה צירלין | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

קורס זה מיועד לתלמידים המעוניינים לצלול לעולם המרתק של הצילום והעריכה הדיגיטלית, ולרכוש כלים וידע שיאפשרו להם לבטא את עצמם בצורה יצירתית.



מטרות התוכנית:

הקניית יסודות הצילום: הכרת מושגי יסוד בצילום והבנת אופן השימוש במצלמה. פיתוח עין אומנותית: עידוד התבוננות סביבתית, זיהוי רגעים מעניינים ופיתוח רגישות אסתטית. הכרות עם תוכנת פוטושופ: למידת הכלים והפונקציות המרכזיות בתוכנת פוטושופ לעריכת תמונות. פיתוח מיומנויות עריכה: רכישת כלים לעריכה בסיסית ומתקדמת של תמונות, שיפורן והתאמתן למטרות שונות. ביטוי אישי ויצירתיות: מתן כלים לתלמידים לבטא את עולמם הפנימי, רעיונותיהם וכישרונם דרך הצילום והעריכה.

דרישות התוכנית:

נוכחות סדירה בשיעורים, עבודה מעשית לאורך כל הקורס, חשיפה והתנסות עם תוכנות עריכה שונות. עבודה אישית בסביבה נעימה וחברותית.

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוצר התוכנית:

התלמידים יצרו מגוון רחב של תוצרים במהלך הקורס, בהתאם למיומנויות שרכשו אותם יאגדו בתום המחצית לתיק עבודות מעשית שניצור לאורך הקורס. הכנת פרויקט גמר אישי שיציג את כישרי הצילום והעריכה שרכשו התלמידים.





אומנות ועיצוב בבטון פולימרי

מנחה: סבטלנה צירלין | שעה שבועית | חטיבה ביניים

על התוכנית:



קורס זה מיועד לתלמידים המעוניינים לחקור את עולם העיצוב והיצירה באמצעות בטון פולימרי- חומר חזק וחדשני. הקורס יאפשר לתלמידים ללמוד על תכונות הבטון, טכניקות עבודה שונות, ולעצב וליצור פריטים שימושיים ואמנותיים כאחד, תוך דגש על יצירתיות, דיוק ועבודת ידיים.

מטרות התוכנית:

הכרות עם חומר הבטון: למידת תכונות הבטון, סוגיו השונים, וכיצד הוא מתנהג בתהליכי עבודה שונים.

הקניית טכניקות עבודה בבטון: לימוד טכניקות יציקה, ליטוש, צביעה וגימור של בטון. פיתוח חשיבה עיצובית ויצירתית: עידוד התלמידים לתכנן ולעצב פריטים מקוריים, תוך התחשבות בפונקציונליות ואסתטיקה.

שיפור מיומנויות עבודת ידיים: פיתוח דיוק, סבלנות ויכולת עבודה עם כלים וחומרים. הבנת תהליכי ייצור: חשיפה לשלבי התכנון והביצוע של מוצר, מהרעיון ועד לתוצר המוגמר. יצירת פריטים אישיים: כל תלמיד ייצור מספר פריטים מבטון שיוצגו בסיום הקורס.

דרישות התוכנית:

המפגש יתקיים בקבוצה קטנה, בהדרכה אישית לפי רמת התלמיד ובחומרים מקצועיים ואיכותיים. עבודה בשלבים, אין צורך בידע קודם וציוד אישי. חשיבות לרצון להתמיד וחיבור ראשוני לחומר. השתתפות פעילה והבעת עניין.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, כל תלמיד יציג אוסף של פריטי עיצוב מבטון פולימרי שיצר באופן עצמאי. התוצרים יוצגו בתערוכה בסוף שנת הלימודים, כאשר כל תלמיד יציג את עבודותיו יחד עם הסבר תהליך העיצוב והיצירה מאחורי כל פריט.



תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו

טכנולוגי

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשד הנשיא
איחוד למאטור ויטויב





יישומי מחשב – תכנות וסקראץ

מנחה: ניבה בנימיני | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

נלמד להכיר את יסודות התכנות באמצעות תוכנת סקראץ. זוהי שפת תכנות ויזואלית ונוחה כהתנסות ראשונה ללמידת תכנות, נכיר איך פועלים משחקים ואיך מתכנתים משחק בסקראץ. הלמידה נעשית תוך כתיבת קוד בתוכנה והרצתו. הלימודים חווייתיים, מאתגרים ומפתחים את החשיבה הלוגית.



מטרות התוכנית:

הקניית יסודות התכנות: לחשוף את התלמידים לעולם התכנות וללמד אותם מושגי יסוד בצורה חווייתית. פיתוח חשיבה לוגית: לשפר יכולות חשיבה חישובית, פתרון בעיות, ותכנון צעדים. עידוד יצירתיות ודמיון: לספק פלטפורמה ליצירה חופשית, ניסוי וביטוי אישי. פיתוח מיומנויות המאה ה-21: להקנות כלים חיוניים לעידן הדיגיטלי, כמו אוריינות דיגיטלית ויכולת חשיבה ביקורתית. הנאה ומוטיבציה: להפוך את למידת התכנות לחוויה מהנה ומעוררת השראה.

דרישות התוכנית:

יש להגיע עם רצון ומוטיבציה ללמוד, לחקור את הנושא וליצור.

תוצר התוכנית:

בסיום הקורס, כל תלמיד יציג פרויקט סקראץ' מקורי ואישי (משחק, סיפור אינטראקטיבי או אנימציה) שיצר בעצמו, המדגים את הידע והמיומנויות שרכש.



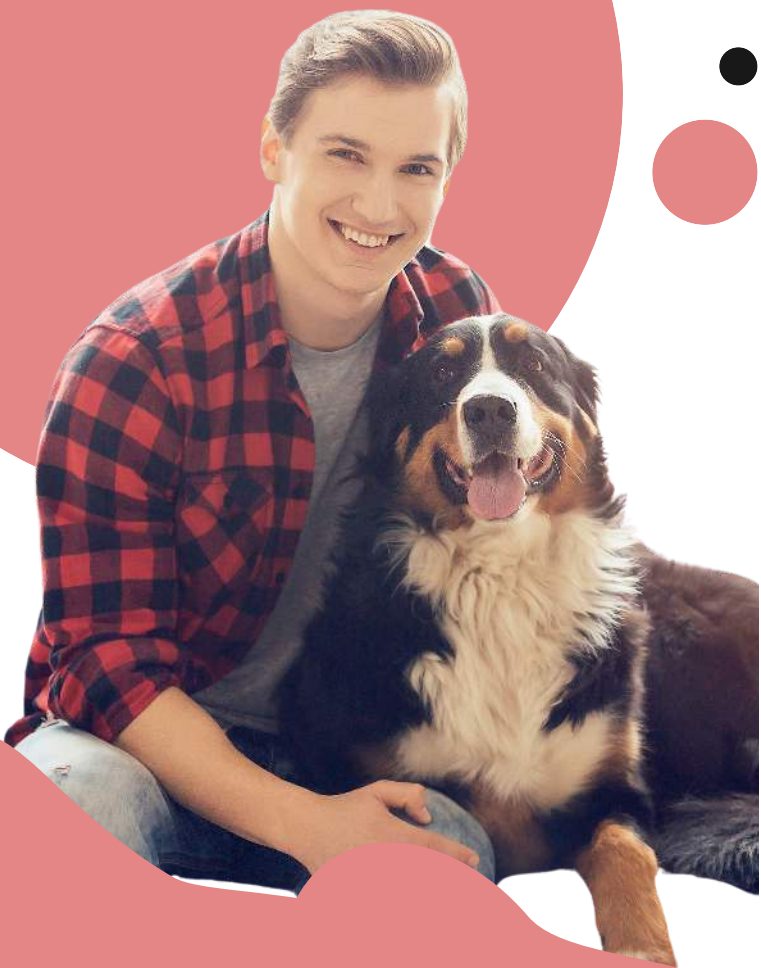
תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוכנית פנאי

שנה"ל תשפ"ו

עשייה
והתפתחות אישית



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן למאט הנשיא



כלבנות

מנחה: מיכל אידל | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

במהלך המפגשים נלמד על תחומים רבים הנוגעים לעולם הכלבנות- הקשר המיוחד שיש בין בני האדם לכלבים, אילוף כלבים לפקודות בסיסיות וטריקים מורכבים, שיטות אילוף שונות, ספורט כלבני, שפת גוף ותקשורת בין כלבים ונושאים מעניינים נוספים. כלל המפגשים יתקיימו בנוכחות כלבים שאוהבים ונהנים להיות ולעבוד בחברת אנשים וילדים, וכל מפגש יכלול משחקים ותרגולים מעשיים חווייתיים של הנלמד במפגש. התוכנית יכולה לסייע להתמודד עם פחד מכלבים, עם קשיים בביטחון העצמי או בתחושת המסוגלות וכן יכולה לסייע בשיפור מיומנויות תקשורת.

מטרות התוכנית:

התוכנית מאפשרת היכרות מעמיקה עם עולם הכלבנות, מתוך התנסות מעשית, חווייתית ומהנה עם הכלבים. במפגשים נכיר כלבים מסוגים שונים, נתנסה בעבודה ומשחק איתם ונתרגל מיומנויות תקשורת שונות דרך עולם הכלבים.

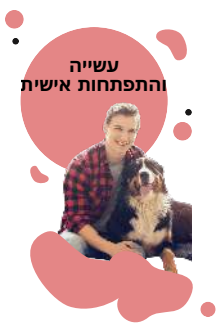
דרישות התוכנית:

חשובה מאוד נוכחות רציפה לאורך כל המפגשים, מתוך מחויבות לקבוצה ולקשר שנרקם עם הכלבים. חשובה מוטיבציה גבוהה ללמידה ולהעשרה להשתתפות פעילה בשיעור ובתרגולים. במפגשים נעבוד עם אוכל או חטיפים לכלבים, שעלולים להיות בעלי ריח לא נעים.

תוצר התוכנית:

התוכנית מאפשרת עבודה בסביבה בטוחה ונעימה יחד עם כלבי תרפיה שמאומנים לכך, והיא מחזקת מיומנויות תקשורת רבות, קריאת סיטואציות חברתיות, שיפור הביטחון העצמי והעצמת תחושת המסוגלות.





שחמט ובניית חדר בריחה

מנחה: אריאל קרסיק | שעתיים שבועיות | בית ספרי



על התוכנית:

קורס זה משלב את עולם האסטרטגיה והחשיבה הלוגית של השחמט עם היצירתיות והפתרון בעיות של בניית חדרי בריחה. הקורס נועד לפתח כישורי חשיבה אסטרטגית, יצירתית, לוגית, עבודת צוות ויכולת פתרון בעיות מורכבות.

מטרות התוכנית:

פיתוח חשיבה אסטרטגית וטקטית: רכישת כלים וטכניקות בשחמט לשיפור יכולות התכנון לטווח קצר וארוך.

העמקת ההבנה הלוגית: למידת דפוסי חשיבה לוגיים, זיהוי קשרים סיבתיים ופתרון חידות. עידוד יצירתיות וחדשנות: פיתוח יכולת המצאתית בתכנון חידות וסיפור מסגרת לחדר בריחה. חיזוק עבודת צוות ותקשורת: שיתוף פעולה בין התלמידים בתכנון, בנייה ובדיקת חדר הבריחה. פיתוח מיומנויות תכנון וביצוע: תכנון מפורט של חדר בריחה, מהקונספט ועד הביצוע בפועל.

דרישות התוכנית:

סקרנות ומוטיבציה: נכונות ללמוד, לחקור, לחשוב מחוץ לקופסה וליצור. יכולת חשיבה לוגית: רצון ואוריינטציה להתמודד עם אתגרים לוגיים וחידות. יצירתיות ודמיון: יכולת להמציא סיפורים, רעיונות ופתרונות מקוריים. עבודת צוות: נכונות לעבוד בשיתוף פעולה, להקשיב לרעיונות של אחרים ולתרום לפרויקט קבוצתי. הגעה מסודרת לשיעורים: נוכחות פעילה והשתתפות בתרגילים ובדיונים.

תוצר התוכנית:

בניית חדר בריחה פיזי שיוצג בסוף הקורס ויאפשר לכלל תלמידי בית ספר להתנסות.



תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

בישול חברתי

מנחה: סאלי פלח סיגרון | שעתיים שבועיות | בית ספרי

על התוכנית:

בבישול החברתי נעסוק במכלול הפעולות הקשורות לאוכל או לשלבים בהתקנתו, תוך התבוננות בנגזרות החברתיות שמשתקפות מתוך העשייה והתוצרים.

העיסוק באוכל מערב בתהליך את כל החושים: טעם, ראייה, שמיעה, ריח ומישוש, כמו גם את מערכת החישה העמוקה. התלמיד יוכל לשפר את יכולותיו המוטוריות כשהוא מתמודד עם מגוון רחב של פעולות.

בנוסף לכך, החוויה מזמנת גם התמודדות עם תסכול כגון חוסר הצלחה, משך בישול ארוך או אי-התאמה בין התוצר לציפיות וכן צורך להיעזר באחר במיומנויות שטרם נרכשו. כל אלו מזמנים עיבוד משותף של החוויה הרגשית וחיפוש משותף של דרכי ביטוי שמאפשרות להמשיך ביצירה ובקשר החברתי.

מטרות התוכנית:

1. התנסות חווייתית בכישורי מטבח- החל מקריאת מתכונים, הכנת חומרי הגלם ועד לאופן הכנתם.
2. למידת מיומנויות חברתיות באמצעות העיסוק באוכל ובהכנתו- לשיים ולהביע רגשות, להבין את רגשות האחר, להיות אקטיבי בקבוצה, לחלוק ולשתף, להציע ולבקש עזרה, להמתין בתור, לקבל חוקים, להישמע להם ועוד.

דרישות התוכנית:

- נוכחות אקטיבית לאורך המפגשים.
- רצון להתמודד עם אתגרים והתנסויות חדשות (אם בתהליך ואם במרקמים ובטעמים חדשים).
- שמירה על כללי בטיחות ונהלי עבודה במטבח.

תוצר התוכנית:

התוצר הינו קבוצתי- הקבוצה תצטרך לבחור מתכון שאותו יכינו יחד במפגש האחרון, תוצר שיהווה הלכה למעשה הן של כישורי המטבח שרכשו והן של המיומנויות החברתיות שבהן התנסו במהלך המפגשים.





מועצת תלמידים

מנחה: ויקטוריה גרקושה | שעתיים שבועיות | בית ספרי



על התוכנית:

מועצת התלמידים מהווה את הקול והנציגות של התלמידים בפני הנהלת בית הספר, היא מאפשרת לתלמידים להביע את דעותיהם, רעיונותיהם ודאגותיהם, לפתח כישורי מנהיגות, שיתוף פעולה ויכולת קבלת החלטות בקרב התלמידים.

מטרות התוכנית:

במועצה נפעל לקידום סביבה לימודית חיובית ומעורבת, תוך פיתוח יוזמות לשיפור איכות החיים בבית הספר, חיזוק הקשר בין התלמידים למורים, וקידום פעילויות חברתיות חינוכיות המעשירות את חוויית הלימודים.

דרישות התוכנית:

השתתפות פעילה ונוכחות קבועה בכל המפגשים, יכולת לתרום בצורה פעילה לדיונים ולהחלטות. תקשורת ברורה ומכבדת בין חברי הקבוצה, הקשבה ויכולת לעבוד בשיתוף פעולה עם תלמידים אחרים, מורים וצוות הנהלה, יוזמה לקידום פרויקטים ופעילויות למען שיפור הסביבה הלימודית והחברתית בבית הספר, ויכולת לקחת אחריות על ביצוע המשימות, יכולת להתמודד עם קונפליקטים ולטפח יחסים חיוביים עם תלמידים אחרים ועם צוות ההוראה.

תוכנית פנאי שנה"ל תשפ"ו

בנימין רוטמן אשל הנשיא

תוצר התוכנית:

ארגון ותיאום של אירועים בית ספריים כגון ימי ספורט, הפסקות פעילות והופעות של תלמידי בית הספר, שמטרתן לשפר את האווירה הבית ספרית ולחזק את הקשרים החברתיים. שיתוף פעולה עם הנהלת בית הספר.

