



# מסע פתיחת שנה תשפ"ב "בשביל המיזות"

*צוותים יקרים,*

ב"ה אנו זוכות לקיים השנה את מסע פתיחת שנה במתכונת סניפית ובו נציין ונחווה לראשונה את הנושא השנתי – "עבודת המיזות" אשר ילך איתנו בכל הפעילויות התנועתיות לאורך השנה.

מסע פתיחת שנה זהו המסע בו מציגות לחניכות את הנושא הנבחר ומתחילות לברר איתן יחד מהו הנושא, למה חשוב לעסוק בו, ואיך הוא נוגע אלינו.

על מנת שהתוכן יעבור בצורה חווייתית המסע כולל בתוכו 5 תחנות שבכל תחנה המטרה להשיג "כלי" איתו אפשר לעבוד על המיזות... הכלים שנצבור במסע הם כלים שיכולים לעזור לנו בהתמודדות בתהליך האישי והקבוצתי של תיקון המיזות.

בסוף כל תחנה שהקבוצה צלחה היא תקבל כרטיס – סה"כ 5 כרטיסים שהן אוספות לאחר מעבר בכל התחנות.

תחנת הסיום היא תחנת יצירה בה הבנות יחברו את כל הכרטיסים שאספו ויחברו אותם למחזיק מפתחות – ויקשטו אותו כרצונן.

אתן יכולות להשתמש בתוכן הקיים כפי שהוא או להתאימו כל אחת לסניפה ולשבטה איך שנכון לכן.

מאחלות לנו שנה משמעותית ובניית עוד קומה בעצמנו ובעמנו מעריכות אתכן כל כך על כל העשייה והפעילות היום יומית שלכן!

נועה רכזת הדרכה  
וצוות תחום בנות:



## תחנה ראשונה - כח ההתמדה:

צריץ:

בפעילות זו אין עזרים מיוחדים.

פצ'ולוק:

כל הקבוצה עומדת בטור אחת אחרי השניה, כל פעם מי שנמצאת בסוף הטור צריכה לזחול מתחת לכל הבנות שבטור עד שהיא מגיעה לראש הטור והיא נהפכת להיות הראשונה. כשהיא מסיימת הבאה אחריה מתחילה לזחול את כל הטור עד שהיא ראשונה וזה חוזר על עצמו עד שמגיעים לנקודת היעד שהוגדרה. המטרה - להצליח להגיע מנקודה X לנקודה Y בזמן הקצר ביותר.

אסל:

כאשר אנו עובדות על המידות עלינו להבין שלוקח זמן להצליח להגיע ליעד שהצבנו לעצמנו ועלינו לדעת שכל התקדמות אפילו הקטנה ביותר מקרבת אותנו ליעד ועלינו להתמיד בדרך למטרה שכן, אם נתמיד נצליח להגיע ליעד ואם לא נתמיד לא רק שלא נתקדם אלא אנו יכולות למצוא את עצמנו חוזרות חזרה ח"ו.

## תחנה שניה - כוחה של חבורה:

צריץ:

כוסות עם הרבה חורים בגדלים שונים, בקבוק מים, כלי בו מסומן בקו הכמות של המים שצריכים להגיע אליה.

פצ'ולוק:

מירוץ שליחים עם כוס שיש בה חורים..

המטרה - להצליח למלא את המתקן הסופי עד הקו המסומן. החניכה הראשונה ממלאת מים מהדלי ההתחלתי ויוצאת לדרך לכיוון כלי היעד אליו היא מעבירה את המים. כאשר היא חוזרת היא מעבירה לחניכה אחריה את הכוס ורק אז החניכה יכולה לצאת. אותו מהלך חוזר על עצמו עד שיש קבוצה שהגיעה לכמות המים המסומנת.

אסל:

עבודת המידות היא משהו פנימי שכל אחת יכולה להעריך את עצמה איפה היא עומדת ויחד עם זאת יש בה גם את המקום של קבוצה ותמיכה, את המקום שמקדם אותך ודוחף אותך קדימה. היכולת להיעזר בחברה, לשתף ולהתייעץ איתה יכול להניב תוצאות מוצלחות יותר.



## תחנה שלישית - הצלחות קטנות:

צרימי:

לוח פריטים, לוח תרגיל, טוש, דבק / חוט לתלות את הלוחות.

פצילות: (מומלץ לעבור על הנספחים במקביל להנבת המשחק)

להצליח מתוך לוח שלם מלא בפרטים למצוא כמה פרטים יש מכל דבר.  
כאשר:

1. כל פעם רק בת אחת מהקבוצה רשאית להגיע ללוח לחפש פריט כלשהו ולספור כמה פעמים הוא מופיע בלוח (היא יכולה להתעכב בספירת הפריט המבוקש עד דקה).
  2. כאשר היא מסיימת עליה לרוץ ללוח התשובות שבו יש תרגיל שחסרים בו המספרים.
  3. התשובות של המספרים החסרים יהיו לפי כמות הפריטים שיש מכל פריט על הלוח.
  4. חניכה לא יכולה להגיע ללוח הפריטים פעמים רצוף. כל פעם יש לשלוח חניכה אחרת עד לסיום סבב שבו כל חניכה השתתפה פעם אחת.
  5. אחרי שמלאו את כל הפריטים החסרים עליהם לחשב את תוצאת התרגיל.
  6. אם הגיעו לתשובה נכונה הן מכריזות: "סיימנו". המדריכה בודקת שאכן הגיעו לתשובה הנכונה, אם צדקו - נצחו: אם טעו - ממשיכים הלאה.
- המשחק מסתיים כאשר יש קבוצה שצדקה בפתרון התרגיל. **פיתרון: 56**

אסר:

בדרך ליעד יש ליצור לעצמנו יעדים קטנים ולדעת להוקיר את עצמנו על הצלחות שאנו מצליחות להשיג בדרך ליעד הגדול, לא לפחד ממעידות קטנות שמתרחשות בדרך. לדעת לקחת אותן למקום של בניה ולא של שבירה ובעיקר לדעת לראות גם את הדרך שצעדנו עד כה... וכמובן, הכי חשוב - גם למחוא לעצמנו כפיים על כך!.

## תחנה רביעית - סבלנות:

צרימי:

מספרים מ 1-30, סטופר (לא חובה).

פצילות:

מתחלקים ל-2 קבוצות כאשר המספרים 1-30 מפוזרים על הרצפה וכל קבוצה עומדת מסביבם.  
המטרה - להצליח לדרוך על המספרים לפי הסדר כך שכל פעם רק בת אחת יכולה לדרוך בלי תיאום בניהן מי דורכת ומתי.  
- אם 2 בנות דרכו על אותו מספר יש להתחיל מהתחלה. המנצחות הן הקבוצה הראשונה שמצליחה להגיע ל-30 עם דריכה של חניכה יחידה על כל מספר.

אסר:

עבודת המידות דורשת סבלנות. לוקח זמן מרגע ההחלטה עד לרגע שבו מצליחים בתדירות גבוהה להתנהל כפי שהחלטנו. בד"כ שינויים גדולים ומשמעותיים לא קורים ברגע ועלינו לבוא עם סבלנות על מנת להצליח.



## תחנה חמישית - איזון:

צרימ:

- עבור האפשרות הראשונה - בקבוק שתיה מלא מים, כוס יציבה / כלי שיכול להכיל בתוכו מים, חוטים, דבק ליצב את החזקת הבקבוק על ידי החוטים.
- עבור האפשרות השנייה - מצנח, סדין גדול, 10 כדורים או בלונים.

פצילות:

אפשרות 1 - שמים בקבוק שתיה מלא במים המרכז המעגל ואליו קשורים הרבה חוטים (לפחות כמספר הבנות המשתתפות) כל אחת מבנות הקבוצה מושכת חוט אחד כך שלכל מחברות הקבוצה יש חוט שהיא אוחזת בו.

המטרה - להצליח לשפוך מהבקבוק מים לכוס בלי שישפך החוצה ובלוי ולגעת בבקבוק עצמו.

אפשרות 2 - כל בנות הקבוצה מחזיקות מצנח - כל דקה מוסיפים כדור / בלון לקיימים כבר במצנח.

המטרה: להצליח להיות הקבוצה ששורדת הכי הרבה זמן בלי שאף כדור / בלון יוצא מחוץ למצנח. הקבוצה שנשארת אחרונה היא המנצחת.

אסכ:

כאשר עובדים על המידות אנו צריכים לצאת מנקודת הנחה שלא קיים דבר כזה מידה לא טובה. כל מידה היא נצרכת במינון הנכון ובצורה הנכונה. כאשר אנו עובדים על המידות עלינו לא לדכא מידה אחת לגמרי אלא להגיע למינון הנכון שהמידה תהיה קיימת. ממש כמו במשחקים - כאשר מישהי היתה מושכת אליה חזק או לא פועלת בשיתוף פעולה על שאר חברות הקבוצה הניעור / משיכה שלה היתה לא מאוזנת ביחס לכולם ויכולה לגרום לפסילה של הקבוצה.

## תחנה שישית - סיכום ויצירה:

צרימ:

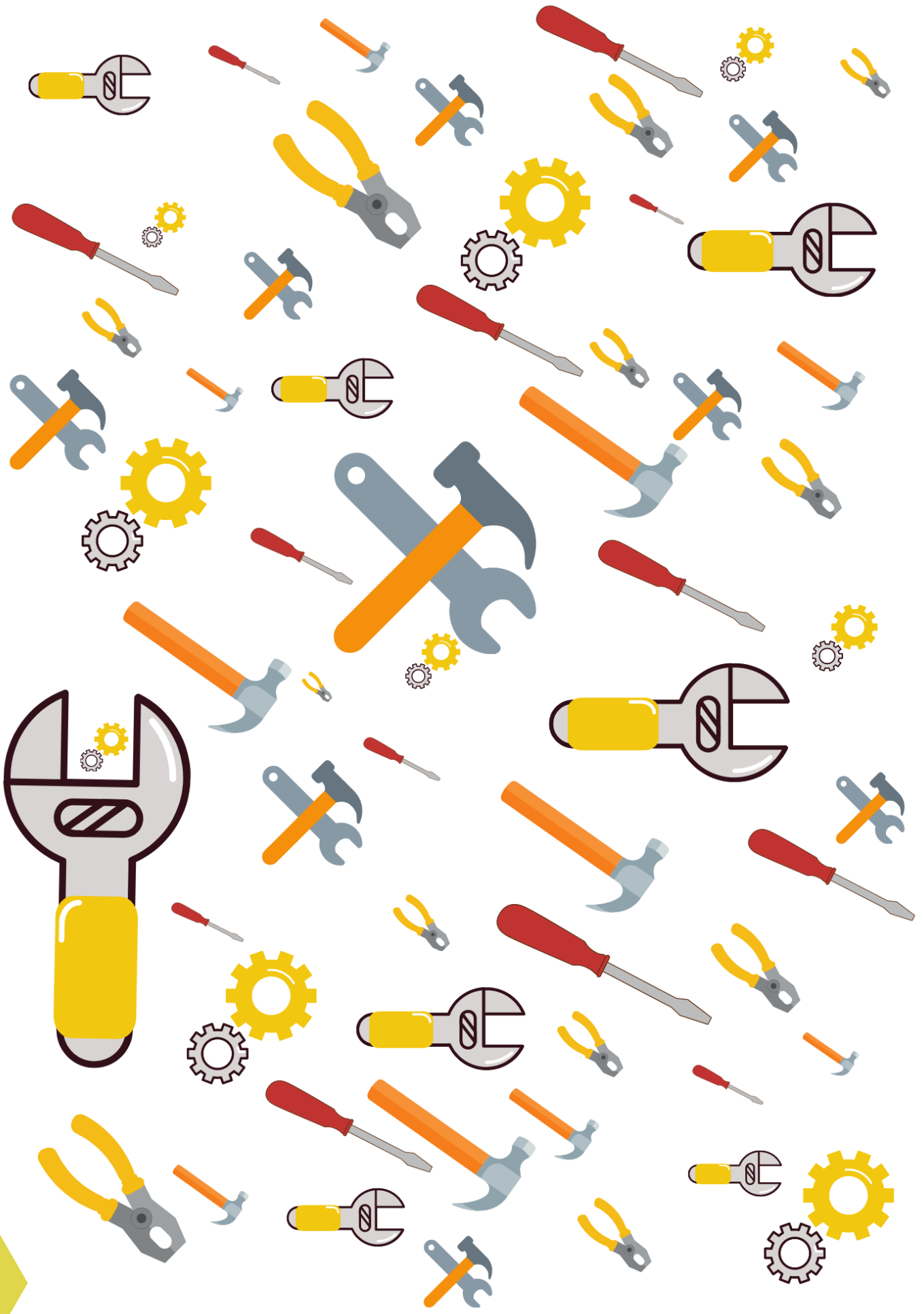
מחזיקי מפתחות, טושים, מדבקות, צבעים וכל חומר יצירה שעולה לכן:

פצילות:

בתחנה זו נאסוף את כל הכרטיסים שקיבלנו בתחנות, נקבץ אותן למחזיק מפתחות אחד וניתן לחניכות לקשט.

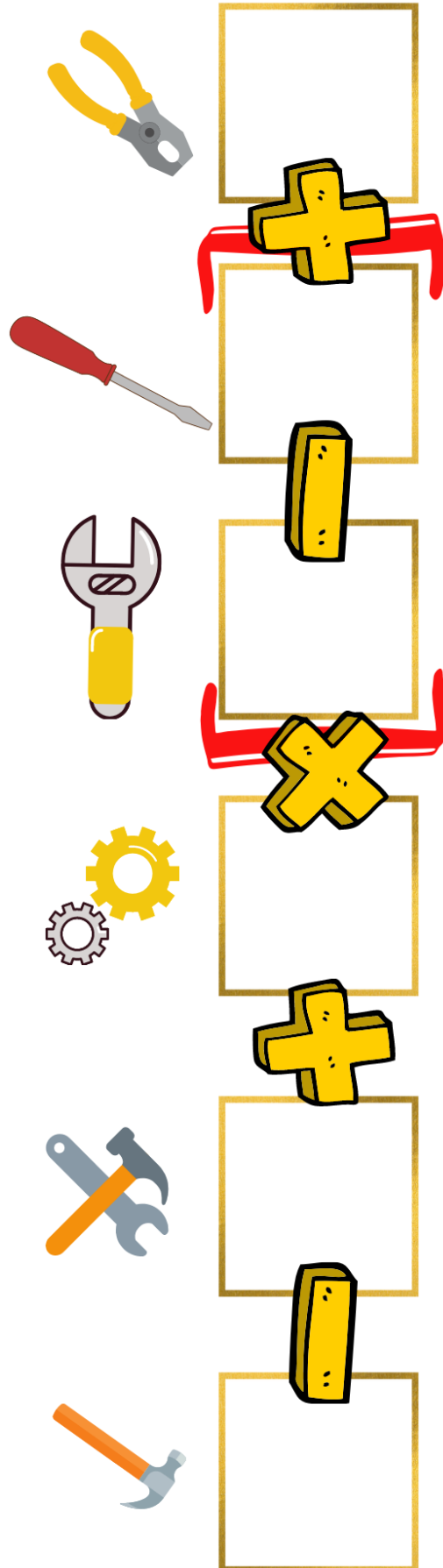
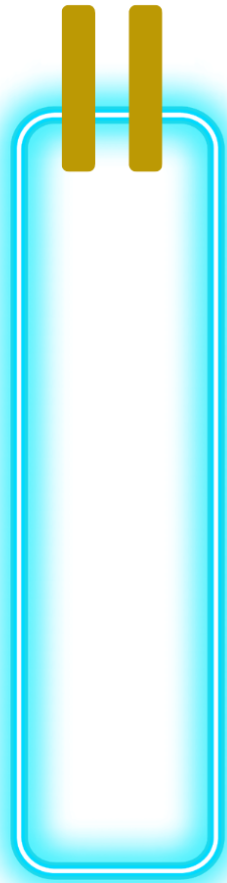


# עזרים-תחנה שלישית





# עזרים-תחנה שלישית



# פיתרון:



## עזרים - תחנה רביעית

להדפיס בגדול או להכין עצמאית

(שיהיה בגודל שאפשר לדרוך עליו ורואים על מה דורכים)

1

2

3

4

5

6



## עזרים - תחנה רביעית

להדפיס בגודל או להכין עצמאית  
(שיהיה בגודל שאפשר לדרוך עליו ורואים על מה דורכים)

7

8

9

10

11

12





## עזרים - תחנה רביעית

להדפיס בגדול או להכין עצמאית

(שיהיה בגודל שאפשר לדרוך עליו ורואים על מה דורכים)

13

14

15

16

17

18



## עזרים - תחנה רביעית

להדפיס בגדול או להכין עצמאית  
(שיהיה בגודל שאפשר לדרוך עליו ורואים על מה דורכים)

19

20

21

22

23

24



עזרים -  
ברטיסיות לסיום תחנה



סבלנות

זזה לא משנה כמה  
לאט אתה הולך כל  
עוד אתה לא עוצר

איחון

"שני קצוות הרחוקות זו מזו שבכל דעה ודעה,  
אינן דרך טובה ואין ראוי לו לאדם ללכת בהן,  
ולא ללמדן לעצמו.  
ואם מצא טבעו נוטה לאחת מהן,  
או מוכן לאחת מהן,  
או שכבר למד אחת מהן,  
ונהג בה יחזיר עצמו למוטב וילך בדרך הטובים,  
והיא דרך הישרה."  
-הרמב"ם

הצלחות קטנות

"מעט פה מעט איה,  
אל תקבל על עצמך  
לעשות האון,  
קח על עצמך קצת שבו תליח".  
רה"י נחמן



## עזרים - תחנה רביעית

להדפיס בגדול או להכין עצמאית  
(שיהיה בגודל שאפשר לדרוך עליו ורואים על מה דורכים)

26

25

28

27

30

29



עזרים -  
ברטיסיות לסיום תחנה

התמדה

"כל ההתחלות קשות,  
אך קשה מהן היא  
ההתמדה."  
חיים נחמן ביאליק

פזמון של חבורה

"יש לך חברים מקצתן מוכיחין  
אותך ומקצתו משבחין אותך, אהוב  
את המוכיחך ושנא את המשבחך,  
שמוכיחך מביאך לידי חיי העולם  
הבא, והמשבחך מוציאך מן  
העולם."  
- אבות דרבי נתן

מסע פתיחת שנה  
תשפ"ב  
"בשילוב האיכות"