

סיכום ופרידה לקראת היציאה לחופש הגדול

- א. משחקי סיכום – אז מה היה לנו?
- ב. משחקי פרידה- שלום ולהתראות
- ג. ניהול זמן – לקראת הקיץ שהגיע

משחקי ניהול זמן

תרגיל המרשמלו: (באדיבות דר טלי פלד מרכוס)

מחלקים את המשתתפים לקבוצות של 4 משתתפים

- כל קבוצה מקבלת 20 מקלות ספגטי
- יחידת מרשמלו
- חצי מטר חוט
- מטר וחצי ניר דבק (רצוי מנייר ולא סלוטייפ רגיל)

כותבים על הלוח את המשימה:

עליכם לבנות מגדל גבוה ככל האפשר מהחומרים הנ"ל .

המגדל צריך לעמוד בזכות עצמו ולא להשען על הקיר או להיות שכוב על הרצפה.

המרשמלו צריך לעמוד בראש המגדל וכל המגדל צריך לעמוד במשך 30 שניות לפחות.

- כעבור זמן מה, המנחה מציע תגמול לקבוצה שתצליח להעמיד את המגדל ראשונה.
- רוצי להציע תגמול "שווה" טלי מציעה פחית שתיה.

שאלות לדין:

1. איך הרגשתם?
2. מה היו הגורמים להנעה?
3. איך הרגשתם כשהמגדל התמוטט?
4. בתרגיל זה הייתה לכם מטרה מוגדרת מראש והיא אף נכתבה על הלוח. מה התובנה שאתם לוקחים אתכם מהמשחק לקראת החופש הגדול שבהגדרתו הוא "הכל אני יכול בחופש הגדול"? גם בחופש כדאי להציב מטרות שיגרמו לי למוטיבציה. ניהול הזמן שלי מוכתב על ידי המטרות שאני מצביע לעצמי. אלמלא אציב לעצמי מטרות יאזל הזמן ויתפוגג אגיע לסוף החופש והנה לא הספקתי דבר.

5. מה הייתה השפעת הצעת התגמול על המוטיבציה שלכם? על פי תאוריית הציפיות ההנעה לפעולה תלויה בתגמול. עד כמה שווה לי להתאמץ. אם התגמול גבוה מספיק, זה יהיה טוב. אך אם התגמול יהיה גבוה ותחושת המסוגלות שלי או המסוגלות האמיתית שלי אינה מתאימה למשימה, לא יעזור שום תגמול. על כן הציבו לכם מטרה שהיא עצם הפעילות עצמה. אם אני רוצה לעשות קורס הרי שבסופו אני אדע לשחות, לרקוד, להפעיל תוכנה, להתנדב וכדומה.

6. כיצד ביצעתם את התרגיל? האם ניגשתם ישר לבניה או בדקתם תחילה מהם המשאבים שיש לכם (חומרים, כוח אדם ויכולות שונות, זמן וכדומה) באיזה מידה נעזרתם במשאבים אלו? מה חשיבותו של התכנון לניהול הזמן שלכם בחופש? הקדישו מחשבה וזמן לתכנון המטרות, בדקו מהם המשאבים העומדים לרשותכם? מי יכול לעזור לכם וכיצד? אלמלא כן תבזבזו זמן ניכר ואולי לא תגיעו למיצוי הפוטנציאל במסע אל המטרה שהצבתם לעצמכם.

ספין דייט באדיבות "משחק החיים".

פתקים: להכין רשימת שאלות בנושא זמן, למשל: מה מלחיץ אותי, מה מרגיע אותי, מה הזמן הכי כייפי במהלך היום, כמה זמן אני זקוק כדי להרגע ועוד. הכינו שאלות אלה על פתקים, תנו לכל אחד שאלה ובקשו שיסתובבו בחדר, כשאתם מכריזים או מכבים את המוזיקה (או מוחאים כף, או שורקים...) עליהם למצוא בן / בת זוג שלא דיברו איתו עדיין ולשאל אותם את השאלה שעל הפתק שקיבלו ולענות להם על השאלה שעל הפתק שלהם. כשאתם מסמנים שוב, הם מחליפים בינם את הפתקים ועוברים לפרטנר הבא.

משחק השעונים - באדיבות "משחק החיים".

מציירים שעונים ללא מחוגים על דף (יכולה להיות פעילות התחלתית משעשעת או שתביאו מוכן מהבית) ומחלקים לכל משתתף עם עט. יש לתת לכולם זמן קצר כדי שיקבעו עם האחרים פגישות זה עם זה בשעון שהכינו / שהבאתם, כל פגישה היא בת שעה (בהתאם למספר המשתתפים כמובן) ועם כל אחד נפגשים רק פעם אחת. אתם מכינים סך שאלות בנושא ניהול זמן, מתבלים בשאלות הכרות ובשאלות משעשעות, יש לנסח אותם לכיוון החיובי והמעצים. כגון: באילו משימות הכי קל לך לשמור על לוח זמנים? איזה טיפ יש לך לניהול זמן? באיזו משימה אתה כל כך נהנה ששוכח את עצמך? מה היית עושה לו קיבלת מיליון דולר? כמה שעות נוספות ביממה היו מרגיעות אותך? מה המשימה החשובה ביותר עבורך כל יום? לאיזו פעילות אתה מחכה כל יום? וכן הלאה.

כל שלוש דקות מכריזים על סיום המפגש הזוגי שלהם, הם מחליפים בהתאם ליומן שיצרו את

בני ובנות הזוג ואתם שולפים שאלה חדשה עליהם הם ידונו בפגישה. בסיום התהליך כדאי לרכז את מה שעלה במשחק, את החוויה, הטיפים שצברו וכו'.

לוח למידה – באדיבות "משחק החיים".

הניחו כמות גדולה של פתקי הודעות בצבעים שונים והפרידו את הצבעים, הכינו דפים של יומן שבועי.
חלקו את הקבוצה לרבעיות ובקשו מכל רביעייה לציין בצבעים פתקים שונים דברים שונים, כל פתק מציין שעה אחת של משימה.
לימודים: שיטות למידה שונות להם הם זקוקים למשל, למידה בקבוצה, שינון, קריאת חומר וכן הלאה, על כל פתק לציין מתי השעות הנוחות להם לסוג למידה זה, למשל, שינון נוח לי לפני השינה, קריאה בבוקר, קבוצות עבודה בצהריים וכן הלאה.
אילוצים: בפתקים בצבעים אחרים לרשום עבודה, טיפול בילד, דד ליינ של המבחן, עבודה אחרת אותה יש להגיש וכו'.
צ'ופרים או "מסחים": תוכניות טלוויזיה מסוימות, שיחות עם חברים, ארוחות מפנקות וכן הלאה, כמובן לרשום גם בהם את הזמנים הכי מתאימים.
על הלוח עליהם להניח את המשימות הקבועות בזמן, כגון הדד-ליינים, קבוצות הלמידה, תוכניות הטלוויזיה הנבחרות, העבודה וכו'. אחרי כן להניח את פתקי הלימודים על פי הערכה של כמה זמן הם זקוקים לכל משימה ובאיזה חלק יום הם הכי יעילים ואז להוסיף את הצ'ופרים.
בשיטה זו הם לומדים לעשות הערכות זמן ותכנון זמן ועדיין לאפשר לעצמם גם צ'ופרים מתוכננים שרק יסייעו ללמידה כנקודות יעד לרגיעה ומנוחה מתוכננים מראש (אם לא יפנו ויתכננו מראש זמן לכך, המציאות תקבע ולא הם), באופן זה גם יוכלו לנתק את הטלפון ולהשאיר הודעה שאומרת "בשעה X אני מתפנה" ואפילו לזהות חורים ריקים שיאפשרו להם קצת גמישות.

מילוי כדורים – באדיבות "משחק החיים".

משחק מוכר לניהול זמן הוא מילוי כלי בכדורים בגדלים שונים, ניתן לעשות זאת גם ללא כלים מיוחדים.
הכינו צורות ברורות על דף, ריבוע או עיגול. הכינו דיבוקיות בצבעים שונים ובגדלים שונים, עליהם למלא את הצורה בעיגולים, בלי שעיגול יעלה על עיגול.
חוק של ניהול זמן אומר שיש קודם להכניס את העיגולים המשמעותיים יותר שכמובן ייכתבו על דיבוקי גדולות יותר לחללים שנתרו להכניס את הקטנים, באופן זה יכנסו מירב העיגולים.

השאלה האמיתית שכדאי לבחון היא, מדוע "מתבזבז הזמן" על ה"שולי"? אולי העיסוק ב"שולי" יותר קל, נוח או בטוח? אולי העיסוק ב"שולי" הוא בעל חשיבות באופן שלא ברור לך אולי אין מספיק זמן במהלך הפגישות והציפייה שלך מוגזמת? אולי הם אינם מרגישים כמוך לגבי מה "שולי" ומה "מהותי"?

אני והאינטרנט

משחקים משחק הכסאות. כל מי שנפסל לוקח כרטיס צבעוני, וכותב עליה בטוש עצה כיצד להתמודד עם התשווקה לשבת מול המחשב שעות על גבי שעות. כל מי שהכדור פוגע בו צריך לכתוב הצעה לניצול הזמן, את הכרטיס תולה בעזרת אטב צבעוני על חבל (חוט שפגט) =הנמתח בין שתי כסאות. בדרך זו מתקבל שרשרת עצות כיתתית לניצול הזמן ולהתמודדות עם הפיתויים שמציע האינטרנט. רעיון אחר זה משחק ראש בראש בין שתי קבוצות על רעיונות לניצול איכותי של הזמן הפנוי.

עוד רעיון משחק הצרכן והמשווק. אחד מייצג משווק חבילת אינטרנט אטרקטיבית והשני צריך להמציא סיבות למה לא לקנות את החבילה או להמיר אותה בחבילה שתגביל את משך זמן הגלישה ו/או את האתרים שאני לא הייתי רוצה שילדיי הפרטיים יבקרו בהם. ועוד אחד -הצפת קשיים למה כל כך קשה להתנתק מהאינטרנט. החלטנו לתת לכל זוג כדור פינג פונג שעליו הם יכתבו את הקושי. להציף את הקשיים (את הכדורים) בגיגית מים. עכשיו כל אחד צריך לדוג קושי בעזרת חכה של אקווריום ולהתייחס אליו. כדאי לחבר את החכה למקל של מטאטא ולהגדיל את ההנאה.

משחקי פרידה



פלונטר באדיבות דר טליה פלד- מרכוס

כל ילד בכיתה נותן יד למישהו, ויד שניה למישהו אחר. כך נוצרת "תסבוכת ידיים". על התלמידים להשתחרר למצב של מעגל רגיל מבלי לעזוב ידיים.

כיצד קשור המשחק לפרידה מחברי הכיתה? בחופש הגדול אנחנו מפזרים. לא תמיד אנחנו נפגשים אפילו לא בפייסבוק. האם אנחנו צריכים לשמור על קשר בכל מחיר? עם כולם? כמה מאמץ אנחנו נשקיע בזה? מי יעזור לנו?

ואם לא הצלחנו לפצח את הפלונטר מה אנחנו למדים מכך? הם יש מצב שבו אנחנו רואים שקשר מסוים מכביד עלינו, לא טוב בשבילנו? האם זה נורא להיפרד? ומה בדבר פסק זמן כדי לבחון את טיב הקשר?

הקוסם מארץ עוץ – באדיבות "משחק החיים"

ומשחק פרידה זריז מכוון לשאלה "מה הייתי נותן לך במתנה לו לא הייתי מוגבל לחלוטין, שיתאים באופן אישי ויחזק את עוצמותיך", לדוגמא, זמן לא מוגבל כדי שתוכלי לעסוק רק באומנות, את השמש כדי שאף פעם לא יהיה לך קר, כרטיסים לטיול סביב העולם עליו את חולמת וכו'. אפשר לבקש מראש מהאנשים להכין עבור כל האחרים את הפתקים ולפתוח אותם במפגש.

גלגל המזל – להכין פתקי אסוציאציות, קלפי השלכה, אוסף תמונות מקרי וכו'. שקית עם משימות כגון: הכיני ברכה קצרה, חברי חמשיר, ספרי על אירוע משותף, הציגי פנטומימה וכו'. לערבב פתקים עם שמות המשתתפים וכל פעם מי בתורו שולף קלף, משימה ושם שעליו לבצע. יכול לעבוד גם עם בקבוק מסתובב באמצע.

יש לנו גולם

המשתתפים יושבים במעגל ואחד יושב במרכז המעגל בעיניים עצומות. המשתתפים במעגל מעבירים כדור בסדר אקראי, לא ניתן למסור את הכדור למשתתף שיושב לצידך. היושב במרכז סופר "א, ב...". עד שהמנחה אומר סטופ (בפעם הבאה מי שיכריז סטופ יהיה האחרון שישב במרכז). היושב במרכז מכריז על האות שיצאה. על המשתתף שהכדור אצלו בזמן ההכרזה לומר שלוש אסוציאציות לסיכום הקורס שמתחילות באות. הצליח-ממשיכים, נתקע- יושב במרכז.

חבילה עוברת

סבב סיכום דרך משימות – המשחק מוכן, רק לגזור ולשחק!

- עליך להשתמש ב 12- מילים בדיוק.
- סכמ' תוך שימוש במילה: "פיל".
- סכמ' תוך שימוש בשמות חמישה משתתפים.
- סכמ' תוך שימוש בשם המנחה.
- סכמ' דרך רגשות.
- סכמ' דרך עובדות.
- סכמ' במילה אחת.
- עליך לסכם כך שתתחילי/י באות א' ותסיימי/י באות ת'.
- סכמ' בצורה יצירתית וללא מילים.

- סכמ/ דרך ציון החוזקות.
- סכמ/ בחרוזים.
- סכמ/ על ידי שיר/ או שימוש בשורה משיר ידוע.
- סיכום שמתחיל באות ג'.
- סכמ/ בעשר מילים בדיוק!
- סכמ/ בשלושה משפטים בדיוק.
- ג'וקר !!! תוכלי לסכם בכל דרך שתבחרי/.
- סכמ/ את היום בפנטומימה.
- סכמ/ עם המילה ג'חנן.
- סכמ/ במהירות שיא - עליך לדבר מהר, מהר, מהר...
- סכמ/ בחיוך ענק ורצוי עם בדיחה.
- סכמ/ תוך העצמה של מישהו/י מהנוכחים.
- סכמ/ דרך נקודת מבט/ של חברה/ אחרת בקבוצה.
- סכמ/ בג'יבריש.
- סכמ/ יחד עם הבאה/ בתור כשכל אחד/ת מכם אומר מילה אחת בתורו/ה.
- סכמ/ תוך שימוש במשפט: "נחש נשך נחש".
- סכמ/ תוך התייחסות לדבר המפתיע של היום מבחינתך.
- סכמ/ תוך שימוש במשפט "מוטו" שמלווה אותך בחיים.
- סכמ/ כמו מבקר מסעדות תוך שימוש בדימויים מעולם האוכל.
- סיכום המשלב שם של סרט.
- סכמ/ במילה אחת בלבד.
- סיכום שהמילה הראשונה בו מתחילה באות ת' והמילה האחרונה מסתיימת

היגדים להשלמה

על השולחן יונחו כרטיסיות כאשר על כל כרטיסיה היגד.
כל אחד בתורו ירים כרטיסיה, יקרא את ההיגד וימשיך אותו.

היגדים:

- אני שמח שהשנה הסתיימה כי...
- אני עצוב שהשנה הסתיימה כי...
- הכי קשה לי עם סיום השנה זה ש...
- הכי ריגש אותי השנה...
- הייתי רוצה שבשנה הבאה...
- היה לי טוב השנה כש...
- שימח אותי במהלך השנה...
- החוויה הטובה שזכורה לי היא...
- הקל עלי כאשר... / עזר לי השנה כש...
- היה חסר לי השנה...
- הפעילות המעניינת ביותר שעשינו יחד השנה...
- אתגעגע ל.....

אילו יכלה/ה החפץ / התמונה / המילה לדבר...

לכתוב על הלוח את המילה "פרידה". לשאול את המשתתפים מהי פרידה עבורם.

לפזר על השולחן חפצים תמונות ומילים כתובות על גבי כרטיסיות. כל ילד בתורו יבחר בחפץ, תמונה, או מילה ויסביר למה הוא בחר בה וכיצד הוא יכול לקשר אותה לפרידה ולסיכום שנת הלימודים.

חפצים/מילים/תמונות שניתן להשתמש בהם:

- תמונה של ילד לומד
- תמונה של ילד שמח
- המילה כעס
- ספר
- מחברת
- תמונה של שני ילדים המחבקים זה את זה
- תמונה של כדור
- תמונה עם ילדים
- המילה מורה
- תמונה של אמא הנפרדת מילדה לפני שער בית הספר
- המילה הצלחה

המתנה שקיבלתי השנה.

קופסא עטופה שמביאים מראש עוברת בין האנשים

כל אחד בתורו אומר את שמו, את התכנית בה הוא מלמד ואת בתי הספר. ומספר מהי המתנה שהוא קיבל השנה.

ברכה בשקיק

לכל אחד יש שקית אורגנזה ובתוכה שלושה פתקים צבעוניים (רצוי לכתוב על הפתקים את הארוע לשמו התכנסנו למשל "ישיבת מחנכים אחרונה תשס"ט") בהינתן האות כל אחד נעמד מול מישהו. כל אחד מוציא פתק משקיקו וכותב עליו משהו מעצים לחברו. מחמאה, משהו שהוא מעריך אצלו, תכונה חיובית וכדומה. בני הזוג מוסרים זה לזה את הפתקים וכל אחד מכניס לשקיקו. המנגינה נמשכת וככה שלושה סבבים בסופם לכל אחד יש בשקיק שלושה הפתקים עם דברים מעצימים על עצמו

בסבב: מחמאה לעצמי על היום,, השבוע, השנה

ברכה המתחבאת בספר

מחלקים לכל אחד ספר. רצוי להתמש בספרים מסוגים שונים: ספר ילדים, ספר ביסול, ספר טלפונים, תנ"ך וכדומה.

נותנים לכל אחד פתק עם שם משתתף. מורים לכולם לפתח את הספרים בעומד 8. עליהם כעת, לברך את מי שהשם שלו רשום באמצעות כמה שיותר מלים ומשפטים שכתובים בעמוד 8 בספר שקיבלו.

סיבוב מחמאות

משמיעם מוזיקת רקע נעימה. המשתתפים מסתובבים ועוברים מאחד לשני לוחצים ידיים אומרים מחמאה מתחבקים ואומרים תודה.