



The Sholem Fund  
מגיסת שולם  
מגיסת שולם  
מגיסת שולם



מדינת ישראל  
משרד החינוך



משרד הרוחה  
והשירותים החברתיים



המוסד לבטוח לאומי



## "אל תפספס חבר"

פעולה בנושא חברות עם ילדים ונוער עם מוגבלות

שכבה בוגרת ט-יב

כתיבה: רקפת הימן זהבי

מטרת על:

העלאת המודעות לנוער עם מוגבלות בחברה וקידום יחסי חברות בין נוער ללא מוגבלות לנוער עם מוגבלות

מטרות:

1. החניך יכיר בחברות כעונה על צורך בסיסי של כל אדם לשייכות ולאהבה ויבין כי יחסי חברות עם קבוצת השווים תופסים מקום משמעותי בגיל הנעורים.
2. החניך יכיר בכך שלכל אדם נקודות חוזק וכי לכל אדם יכולת לתת מעצמו לאדם אחר.
3. החניך ידון במושג החברות, ייחשף לשונות בין בני אדם ויבין כי רב המשותף על השונה.
4. החניך ידון בעמדותיו כלפי אנשים עם מוגבלות בחברה.
5. החניך יבין כי קיימת אפשרות לחברות אמיתית בינו לבין נערים השונים ממנו, ביניהם נערים עם מוגבלות.

רציונל:

הפעולה החינוכית המצורפת נועדה ללוות את הקמפיין השיווקי 'אל תפספס חבר'. בחלק הראשון של הפעולה ידונו חברי השכבה הבוגרת במושג החברות בהקשר לצרכים הבסיסיים של כל אדם בשייכות ובאהבה וילמדו על משמעותה של חברות וקבוצת השווים כאחד המאפיינים המרכזיים והחשובים בגיל ההתבגרות. בחלק השני של הפעולה יעמדו על נקודות החוזק של כל אחד ואחד מהם, יעמיקו במושג החברות בעבורם ויעמדו על

תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052- 4213385



מדינת ישראל  
משרד החינוך



משרד הרוחה  
והשירותים החברתיים



המוסד לבטוח לאומי

הדברים המשותפים ביניהם. בחלק השלישי יחשפו הפעילים לאנשים עם מוגבלות בחברה, ידונו בעמדותיהם לגבי אנשים עם מוגבלות, ויבחנו אפשרות לקיום יחסי חברות עם אנשים עם מוגבלות.

משך הפעולה:

שעתיים

מהלך הפעולה:

### הפעלת פתיחה (10 דקות):

(1) הקרנת סרטון - קטע מהסדרה 'חברים'. נמצא בקישור הבא:

<https://www.youtube.com/watch?v=Kf90-6DOHk>

(2) "משחק פתיחה - מעגל כסאות אנושיים"

חברי הקבוצה עומדים במעגל, אחד אחרי השני. בהוראת המדריך צריכים חברי הקבוצה להצטופף ולהתיישב זה על גבי זה, מבלי שהמעגל יתמוטט.

בתנועות הדתיות - ניתן לבצע את המשחק בשני מעגלים נפרדים, בנים ובנות, כתחרות. המעגל הראשון שמצליח להתיישב מבלי להתמוטט - מנצח.

(3) "עזרה חברית" - חלקו את החברים לשתי קבוצות. סמנו קו התחלה וקו סוף (משני קצוות הרחבה/חדר). על הקבוצה להעביר את חבריה מהתחלה לסוף, כאשר אסור להם לגעת ברצפה. בידיהם שני כסאות ושני רבעי בריסטול. חבר שנגע ברצפה - פסול. קבוצה שמסיימת ראשונה ועם הכי הרבה חברים שהצליחו לעבור מצד לצד - מנצחת. אפשר לבצע את המשחק בחלוקה לשתי קבוצות או כקבוצה אחת.

עזרים וציוד נדרש: אמצעי הקרנה (אפשר בטלפונים), כסאות, רבעי בריסטול.

### תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052-4213385



מדינת ישראל  
משרד החינוך



משרד הרוחה  
והשירותים החברתיים



המוסד לבטוח לאומי



## ”שיחות בית קפה” - (75-60 דקות)

מרבית הפעולה תתנהל על פי מתודה בה חברי הקבוצה מתחלקים לקבוצות קטנות, ומבצעים פעילות סביב שולחנות. הפעילות כוללת הפעלה מתודית, העשרה ולימוד או דיון.

חלקו את הקבוצה ל 4-5 קבוצות. (לא יותר מ 7 בקבוצה). ערכו בחדר שולחנות בהתאם למספר הקבוצות, סדרו כסאות סביב כל שולחן.

רצוי לערוך את השולחנות במפות, ניתן להוסיף כוסות שתיה וכיבוד קל.

מומלץ להחליף בין חברי הקבוצות בין הפעילויות, כך שבכל סבב יורכבו הקבוצות מחניכים אחרים. במידת הצורך (תלוי בריכוז הפעילים).

לכל אחת מהפעילויות הקדישו בין 10-15 דקות.

אפשר להוסיף משחקים הפגתיים בין הפעילויות בשולחנות.

**עזרים וציוד נדרש:** כרטיסיות משימה לכל התחנות (מצורפים בנספח עזרים לפעולה), שולחנות וכסאות, כלי כתיבה, דפים פלקטים ריקים.

### פעילות 1 - פירמידת הצרכים של מאסלו

א. חלקו למשתתפי הקבוצה כרטיסיות ועליהן כתובים הצרכים בפירמידת הצרכים של מאסלו.

הנחו את הקבוצה לנסות ולסדר את הצרכים מהצורך החשוב ביותר (הראשון) ועד לצורך הכי פחות חשוב (האחרון). עודדו את החברים להביע את עמדותיהם האישיות, לדון על הצרכים ולהגיע להחלטה משותפת. (5 דקות)

ב. חלקו לחברים הסבר על פירמידת הצרכים של מאסלו. הנחו אותם לקרא את ההסבר וללמוד אותו יחד. (3 דקות)

ג. שאלו את חברי הקבוצה: על אילו מהצרכים בפירמידה עונה חברות בין אנשים?

**עזרים:** כרטיסיות צרכים, כרטיסיית הסבר על תיאוריית הצרכים

## תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052-4213385



מדינת ישראל  
משרד החינוך



משרד הרווחה  
והשירותים החברתיים



המוסד לבטוח לאומי

## פעילות 2 - חברות בגיל ההתבגרות

- א. הנחו את הקבוצה למלא 'שאלון אישי' - שאלון המוכיח את חשיבותה של קבוצת השווים בגיל ההתבגרות. בקשו מהם לחלוק אחד עם השני את תוצאות השאלון. (5 דקות)
- ב. השוו בין העוגות בשאלונים. כמה אחוזים תופסים החברים בעוגות של כולם? (2 דקות)
- ג. חלקו לקבוצה הסבר על מאפיינים פסיכולוגיים בגיל ההתבגרות. בתום הקריאה שאלו את החברים: מה למדתם על עצמכם? האם אתם 'מתבגרים טיפוסיים'? מה הבנתם מהפעילות?

**עזרים:** שאלון אישי, כרטיסיית הסבר על גיל ההתבגרות

## פעילות 3 - חברות טובה

- א. הנחו את החברים לפעילות אישית. כל אחד בוחר את אחד החברים הטובים שלו וכותב לו מכתב תודה. (לא חייב להיות מישהו מהקבוצה, יכול להיות חיצוני). במכתב עליו לכתוב לו תודה על כך שהוא חבר שלו ולפרט לו למה הוא מודה לו, מה הדברים שהוא אוהב בו, למה החברות שלהם טובה, מה הוא חושב על החברות שלהם, למה או שמח להיות חבר שלו וכו'. (5 דקות)
- ב. הנחו את חברי הקבוצה לכתוב על גבי פלקט מרכזי מהי חברות טובה (לאור הדברים שכתבו במכתבים)
- ג. החוזקות שלי - כל אחד מחברי הקבוצה מקבל את "דף החוזקות שלי". לאור מה שהגדירו כחברות טובה, הנחו את חברי הקבוצה לכתוב על עצמם מה הם יכולים לתרום לחברות עם אנשים אחרים, אילו חוזקות יש בהם שיכולות להתאים לחבר אחר מהקבוצה.

**עזרים:** דפים ריקים, דף החוזקות שלי, פלקט ריק

## פעילות 4 - רב המשותף על השונה

- א. פרסו על השולחן נייר גדול (נייר עיתון או בריסטול). הנחו את חברי הקבוצה לצייר את כף היד שלהם על הנייר, אחד אחרי השני. הנחו אותם לצייר את הידיים בצורה כזו שחלק מהאצבעות יגעו אחת בשנייה.

## תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052-4213385



מדינת ישראל  
משרד החינוך



משרד הרוחה  
והשירותים החברתיים



המוסד לבטוח לאומי



ב. הנחו את חברי הקבוצה לכתוב בחלקים שאינם עולים זה על זה, כל אחד על כף ידו : תכונות אישיות, דברים שהוא אוהב לעשות, דברים שחשובים לו, ערכים שהוא מאמין בהם, דברים שמצחיקים אותו, בילויים, תחביבים וכל אלמנט אישיותי אחר.

ג. הנחו את חברי הקבוצה למצוא דברים משותפים בין כפות הידיים שלהם לבין כפות הידיים האחרות, ולכתוב את הדברים הדומים בשטח המשותף של כפות הידיים.

ד. שאלו את הקבוצה בשיחה פתוחה במליאה: מה גיליתם אחד על השני? מה למדתם מהפעילות הזו?

הדגישו בפניהם כי בבסיס שלנו כבני אדם, על אף השונות הרבה ביננו, ניתן למצוא דמיון ומשותף עם כל אדם. הרבה מאתנו מחפשים את אותם דברים בחברות. בנוסף, הרבה פעמים אנחנו מאמינים בערכים דומים ולעיתים חולקים את אותן אהבות, דעות ואמונות.

עזרים: פלקטים ריקים, טושים

לאחר פעילות זו השאירו את הקבוצות לשבת יחד לפעילות נוספת. ניתן לבצע את הפעילות הבאה במליאה (להוציא או לאחד את השולחנות)

### פעילות 5 - חבר עם מוגבלות

א. בקשו מהחברים בקבוצה לעמוד על הכסאות. והנחו אותם לרדת מהכסאות כאשר המשפט רלוונטי עבורם. בסיום כל משפט עליהם לעלות שוב על הכסא. (5 דקות)  
המשפטים:

- 👉 כל מי שידוע מה זה אוטיזם או תסמונת דאון
- 👉 כל מי שראה בחייו אדם עם מוגבלות
- 👉 כל מי שמכיר באופן אישי ילד או נער עם מוגבלות
- 👉 כל מי שיש לו קשר עם ילד/נער עם מוגבלות
- 👉 כל מי שיש לו חבר שיש לו מוגבלות
- 👉 כשאני רואה אדם עם מוגבלות עולה בי הרגשת מבוכה
- 👉 כשאני רואה אדם עם מוגבלות אני מרגיש רחמים כלפיו
- 👉 אדם עם מוגבלות הוא ברמה נמוכה ולכן אני לא חושב שיכולה להיות ביננו חברות
- 👉 אני חושב שאנשים עם מוגבלויות צריכים לקבל זכויות שוות בחברה

### תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052- 4213385

- לנוער עם מוגבלות יש מאפיינים דומים לנוער בלי מוגבלות
- הייתי רוצה להכיר מישהו עם מוגבלות

הדגישו בפני החברים בקבוצה את ההבדלים בכמות של אלו הנשארים על הכיסאות/יורדים לקרקע.

נהלו שיחה עם הפעילים על החששות והפחדים שיש לנו מול אנשים עם מוגבלויות, הנובעים מחוסר היכרות עם המוגבלות, עם האדם ומדעות קדומות. נסו לעבד את הרגשות שלהם אל מול הדעות הערכיות שלהם.

ב. הקריאו את מכתב "עשר עובדות שכל ילד עם אוטיזם היה רוצה שתדעו" (5 דקות)

ניתן לחלק את המכתב לחלקים ולתת לחברי הקבוצה להקריא

הסבירו לחברים הקבוצה כי אוטיזם זו רק דוגמא לסוג אחד של מוגבלות. בחברה חיים אנשים עם מגוון של מוגבלויות: פיזית, התנהגותיות, הפרעות תקשורת, לקות למידה והפרעות נפשיות. גם לחלק מחברי הקבוצה יש דברים שהם מתקשים בהם.

נהלו שיחה, שאלו את הפעילים: (5 דקות)

- מה אנחנו למדים מהמכתב?
- איך הדברים במכתב מתקשרים לפעילויות שעשינו עד כה?
- האם התיאוריה של מאסלו ומאפייני גיל ההתבגרות תקפים גם על נוער עם מוגבלות?
- איך הנושא של נקודות החוזק בא לידי ביטוי במכתב?
- איך אתם מרגישים לגבי התכנים שעברנו בפעולה?
- האם אתם חושבים שקיימת אפשרות אמיתית לחברות ביניכם לבין נוער עם מוגבלות?

הדגישו בפני החניכים את המסר של הפעולה - לכולנו יש נקודות חוזק וכולנו יש קשיים ומוגבלות. אם נתמקד בנקודות החוזק והדמיון נגלה כי אנחנו יכולים להיות חברים של עוד הרבה אנשים מעבר למעגל הקרוב שלנו. קיימת אפשרות לחברות אמיתית בין ילדים השונים אחד מהשני, ביניהם ילדים עם מוגבלות.

עזרים: מכתב "עשר דברים שילד אוטיסט היה רוצה שתדעו עליו"

## תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052-4213385

## ”אל תפספס חבר” (10 דקות)

לסיום, הקרינו את הסרט ”אל תפספס חבר”. (בחרו 1-2 סרטונים)

הסבירו על הקמפיין: הסבירו לחניכים כי כחלק מהמסר הכולל של תנועות הנוער ”אל תפספס חבר”, אנו מבצעים עוד מספר דברים:

1. מכינים שלט ”אל תפספס חבר”
2. מצטלמים עם חבר שכמעט פספסנו / חבר שלא היינו רוצים לפספס
3. מעלים לאינסטגרם את התמונה ומתייגים אותה ב#אלתפספסחבר. מומלץ שיהיו בתמונה סממנים מזהים של התנועה.

(התמונות הטובות ביותר יזכו בפרסים מתנת ערוץ הילדים)

**עזרים וציוד נדרש:** אמצעי הקרנה, שמיניות בריסטול, טושים, מצלמות בסלולרים



תכנית להשתלבות חניכים עם מוגבלות בתנועות הנוער

מועצת תנועות הנוער, היסמין 1 סמינר אפעל, רמת אפעל. טל': 03-5354777 . [orit@tni.org.il](mailto:orit@tni.org.il) . 052-4213385