

**סילבוס תוכנית חדר כושר חברתי-על יסודי**  
**מס' תוכנית 29002**

<p>כל אחד בכל גיל עובר תהליכים חברתיים שונים, בסביבות שונות, המשפיעות על עיצוב אישיותו, תהליכים אלה מתעצמים עם ההתבגרות, והופכים להיות האנרגיה הדומיננטית בחייו של מתבגר. אנו מבינים שתהליך סביב המודעות העצמית, יאפשר לנו להבין את המניע הפנימי שלנו, ודרך זאת נוכל להגיע לבניית חזון והגשמה אישית. בסדנה זו נבנה את החזון החברתי הכיתתי והקבוצתי המבוסס על ערכים והתנהגויות מיטביות.</p>	<p><b>סדנת פתיחה</b> <b>'היכרות עם העולם החברתי'</b></p>
<p>התפיסה המרכזית של תוכנית 'חדר כושר חברתי' היא שמיומנויות חברתיות אינם גזירת גורל אלא ניתנות לאימון ומתודות זו היא מרכזת של הסדנא שלנו התלמידים יחשפו למיומנויות חברתיות הבונות את התשתית והכלים ליצירת קשרי חברות מיטיבים ומותאמים נצא למסע בשילוב עולם הספורט כהשלכה לבניית מודעות חברתית באמצעו שיח שאלות והתנסות כיתתית</p>	<p><b>סדנת 'אימון השרירים'</b></p>
<p>כל מציאות חברתית מקורה באמפתיה היכולת שלנו לחוש את הזולת מטרת הסדנא לאמן את תחושת האמפתיה דרך יצירת שיח אמפתי והדהוד אמפתי בין תלמידים ככלי ליצירת תקשורת חברתית מכילה נשתמש בערכות המשחקים קלפי אמפתיה, ערכת המונופול להתחבר בכיף, ערכת 'אלא BE המסע אל עצמי' התלמידים יעברו בין התחנות ויוכלו באמצעות המשחקים להתאמן על מיומנות האמפתיה לפתח שריר מודע ומקדם תקשורת אמפתית.</p>	<p><b>סדנת 'המסע על עצמי'</b></p>
<p>השלכות רבות נוצרות מתהליכי חשיבה. אנו מזהים את יכולת הלמידה והבחירה במחשבות המגבירות את הטוב והתחושה החיובית. סדנא זו עוסקת בפיתוח היכולת לחשיבה חיובית ויצירתית המאפשרת לתלמידים לגלות את עצמם מחדש.</p>	<p><b>סדנת - " בניית חשיבה ותפיסה חיובית"</b></p>
<p>אנו מאמינים כי בכל אחד מאיתנו טמונים כוחות וחוזקות היחודיים לנו. מטרת הסדנא היא להוביל את התלמידים להתבוננות, גילוי וזיהוי הכוחות תוך זיהוי המוטיבציה הפנימית לפעולה ויצירה.</p>	<p><b>סדנת - "גילוי הכוחות שבי"</b></p>



