



לתת פה

מוגנות • מיניות • קשר

תוכניות מוגנות ומיניות בריאה

בשפה חיובית ופשוטה

חוברת פעילות תשפ"ה
2024-2025

תוכנית מאושרת גפ"ן 2322

תוכניות חט"ב תיכון

02-9918030



058-5886544



latetpe.org.il



תוכניות חט"ב תיכון

גיל ההתבגרות

גיל ההתבגרות הוא זמן חשוב מאוד לביסוס תפיסות חיוביות וערכיות לגבי התפתחות מינית, מיניות ומוגנות. לצערנו העולם מוצף במיניות פוגענית ולא מכבדת ותפיסות דימוי גוף לא מציאותיות.

רציונל התוכנית הוא ביסוס נרטיב חיובי לגבי מיניות, חיבור לעולם ערכי ויצירת שיח רלוונטי, ישיר, פשוט ומכבד עם נוער.

כיתות
ד'-ח'

כיתות
ט'-י"ב

התבגרות • מיניות • קשר

יש בעולם הרבה נרטיבים פוגעניים ושלייליים לגבי מיניות. אנחנו מאמינים שיש סיפור אחר - מכבד, חיובי וערכי המכוון לחיים של נוכחות וקשר. סיפור זה מוביל לאיכות חיים. רציונל התוכנית הוא לימוד תובנות מחדשות בנושאים שמעסיקים את הנוער - אהבה ומערכות יחסים, קשר זהות, מיניות, גבריות, נשיות ועוד.

כיתות
ד'-ט'

נוער ורשת

כולנו יודעים שיש אתגרים משמעותיים ברשת - תוכן אלים, מיני, פניות והצעות לא מתאימות, סוגיות חברתיות כמו בריונות ושיימינג וזמן מסך לא מאוזן.

רציונל התוכנית הוא ראייה ביקורתית וביסוס גבולות פנימיים וחיצוניים, שיאפשרו התמודדות עם האתגרים המשמעותיים שיש ברשת, ומתוך כך יאפשרו הנאה מהטוב הרב שיש שם. בתוכנית נעסוק ביתרונות ובמחירים שיש ברשת ונבחן האם אנחנו בוחרים בכך או מובלים בעל כורחנו.





תוכנית נוער גיל ההתבגרות



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

ממבוכה לקשר < הרצאת הורים ו/או צוות

- ◀ תפקיד המבוגרים ביצירת נרטיב חיובי על התבגרות ומיניות
- ◀ מודלים וכלים לשיח על התבגרות ומיניות מתוך עולם ערכי
- ◀ התמודדות עם חשיפה לתוכן פוגעני
- ◀ ניתן לקיים סדנה נוספת להעמקה ותרגול הצוות



שעה וחצי למפגש
שני מפגשים
(שבוע אחרי שבוע)
הפרדה מגדרית

מתבגרים בטוב < סדנאות נוער

- ◀ ידע ונרטיב חיובי על התפתחות פיזית ומנטלית
- ◀ שיח ערכי על מיניות בריאה ופוגענית
- ◀ עיסוק בשאלות ובהתמודדויות של המתבגרים והמתבגרות בכיתה, באופן מותאם



מפגש בודד של שעה ורבע
ערב במהלך השבוע
הפרדה מגדרית
(ניתן לחבר כיתות)

מתבגרים ביחד < מפגש משותף להורים ולנוער בכיתה

- ◀ מפגש המאפשר שיח חי בין הורים לנוער על התבגרות ומיניות
- ◀ נרטיב חיובי על התפתחות פיזית ומנטלית
- ◀ מיצוב ההורה ככתובת כדאית לשאלות והתמודדויות
- ◀ חיבור מיניות לעולם של ערכים



ערב במהלך השבוע או יום שישי
פרונטלית

אירוע מתבגרים ביחד < הרצאת הורים וסדנת נוער במקביל ולאחריהן סדנה משותפת

- ◀ הרצאה להורים ('ממבוכה לקשר') וסדנת נוער ('מתבגרים בטוב') במקביל ולאחריהן, מפגש משותף להורים ולילדים ('מתבגרים ביחד'), מפגש שיאפשר שיח פשוט וחיובי בין ההורים לילדים על התבגרות ומיניות.



מפגש בודד של שעה וחצי
פרונטלי

שומרים על הטוב < סדנה לבנות בלבד

- ◀ הקשבה לגוף כמפתח למוגנות
- ◀ הבנה והתמודדות עם מצב "קפיאה"
- ◀ תרגול - באופן מותאם - של מקרי מוגנות

לסרטוני הסבר,
תעריפים
ושאלות נפוצות
לחצו כאן

לוח לזיכרון

למחירון

תוכנית נוער התבגרות • מיניות • קשר

כיתות
ט'-י"ב



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

מבוכה לקשר < הרצאת הורים ו/או צוות

- תפקיד המבוגרים ביצירת נרטיב חיובי על התבגרות ומיניות
- שיח על התבגרות ומיניות מתוך עולם ערכי
- התמודדות עם חשיפה לתוכן פוגעני
- כלים פשוטים לפתיחת שיח משמעותי עם המתבגרים



סדנה בת שעה וחצי
פרונטלית

מחוסר אונים למסוגלות < סדנת העמקה לצוות

- ניתוח התמודדויות מהשטח דרך מודל 'מחוסר אונים למסוגלות' ותרגול דרך סימולציות
- התמודדות עם התנהגות מינית לא מותאמת
- מודל 3 שאלות טובות לפתיחת שיח מול מתבגרים בסוגיות של מוגנות ומיניות בריאה



שעה וחצי למפגש
שני מפגשים
(שבוע אחרי שבוע)
הפרדה מגדרית

מתבגרים בטוב < סדנאות נוער

- ידע ונרטיב חיובי על מיניות, גבריות ונשיות, מערכות יחסים
- שיח ערכי על מיניות בריאה ופוגענית
- עיסוק בשאלות ובהתמודדויות של המתבגרים והמתבגרות בכיתה באופן מותאם



הרצאה בת שעה ורבע
פרונטלית

לבחור נכון < הרצאה שכבתית על מיניות בריאה - לבנים בלבד

- שינויים פיזיים ומנטלים ומשמעותם
- ראייה ביקורתית על מסרים מיניים ישירים וסמויים
- בחירה במיניות בריאה על מיניות פוגענית



מפגש בודד של שעה וחצי
פרונטלי

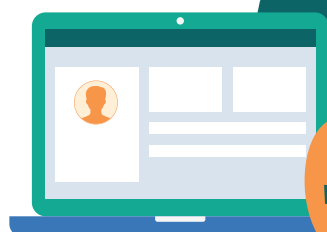
שומרים על הטוב < סדנה לבנות בלבד

- הקשבה לגוף כמפתח למוגנות
- הבנה והתמודדות עם מצב "קפיאה"
- תרגול - באופן מותאם - של מקרי מוגנות

לסרטוני הסבר,
תעריפים
ושאלות נפוצות
לחצו כאן

לוח לזיכרון

למחירון



כיתות
ד'-ט'

תוכנית נוער ורשת



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

לא עוצמים עיניים < הרצאת הורים ו/או צוות

- ◀ איפה הם נמצאים? למה שם? - מגמות ועקרונות
- ◀ פיתוח ראייה ביקורתית
- ◀ מעבר ממודעות להרגלים
- ◀ מוגנות ברשת בגילאים אלה



מפגש של שעה וחצי
פרונטלי
הפרדה מגדרית

לבחור נכון < סדנאות נוער

- ◀ המלחמה על הקשב - למה כולם מפסידים
- ◀ סוגיות חברתיות ברשת
- ◀ פיתוח ראייה ביקורתית והרגלי צריכה
- ◀ התמודדות עם פורנוגרפיה

לסרטוני הסבר,
תעריפים
ושאלות נפוצות
לחצו כאן

לוח"ז לדוגמא

למחירון

מחירון תוכניות חט"ב תיכון

* המחירים אינם כוללים נסיעות, ביטול זמן, והזמנת מנחים ספציפיים לפי בקשה

גיל ההתבגרות ז'-ח'	הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	1,750 ₪	1,250 ₪ (מ)
	סדנאות נוער שני מפגשים (שעה וחצי) - בהפרדה מגדרית	2,000 ₪	מינימום שתי סדנאות לכל מגדר
	מפגשים משותפים (שעה ורבע)	900 ₪	
	הרצאת הורים ובמקביל סדנה לכיתה (שעה ורבע) ולאחריהן סדנה משותפת (שעה)	2,250 ₪ לכיתה	4 כיתות ומעלה - 2,000 ₪ לכיתה
	סדנת מוגנות - מפגש בודד (שעה וחצי) - לבנות בלבד	1,000 ₪	

התבגרות מיניות קשר ט'-י"ב	הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	1,750 ₪	1,250 ₪ (מ)
	סדנאות נוער שני מפגשים (שעה וחצי) - בהפרדה מגדרית	2,000 ₪	מינימום שתי סדנאות לכל מגדר
	הרצאה שכבתית - לבנים בלבד	1,800 ₪	
	סדנת מוגנות - מפגש בודד (שעה וחצי) - לבנות בלבד	1,000 ₪	

נוער ודשת ז'-ט'	הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	1,750 ₪	1,250 ₪ (מ)
	סדנת נוער מפגש בודד (שעה וחצי) - בהפרדה מגדרית	1,000 ₪	מינימום שתי סדנאות לכל מגדר
	מפגשים משותפים (שעה ורבע)	900 ₪	

לו"ז לדוגמא < שישי של מתבגרים ביחד (כיתות ז'-ח')

סדנת נוער והרצאת הורים במקביל ולאחריהן סדנה משותפת

הפעילות תערך ב-2 פעימות באותו יום שישי.

הפעילה הראשונה תכלול: (1) הרצאת מבוגרים (2) סדנת נוער - **במקביל**, ולאחריהן (3) מפגש משותף להורים ולילדים - בהפרדה מגדרית של הכיתות. לדוגמא נניח שלקחתם את הפעילות לשכבות ז' וח', ובכל שכבה 2 כיתות.

שישי של מתבגרים ביחד < לו"ז לדוגמא					
מנחה 4	מנחה 3	מנחה 2	מנחה 1	מרצה	
סדנת נוער ח' בנות	סדנת נוער ח' בנים	סדנת נוער ז' בנות	סדנת נוער ז' בנים	הרצאה להורים	8:45-10:00 פעילות מקבילה
הפסקה					10:00-10:15
סדנה משותפת ח' בנות	סדנה משותפת ח' בנים	סדנה משותפת ז' בנות	סדנה משותפת ז' בנים		10:15-11:30 מפגשים משותפים להורים ולנוער

מפגשי נוער בהפרדה מגדרית | גישה מתונה והתאמה תרבותית לאופי המוסד