



לתת פה

מוגנות • מיניות • קשר

תוכניות מוגנות ומיניות בריא

בשפה חיובית ופשוטה

חוברת פעילות תשפ"ה
2024-2025

תוכנית מאושרת גפ"ן 2322

תוכניות יסודי

02-9918030



058-5886544



latetpe.org.il



תוכניות יסודי

תוכנית מוגנות מינית

פגיעות מיניות הן דבר קשה ומטלטל. יש הרבה לעשות על מנת לצמצם פגיעות. רציונל התוכנית הוא **מוגנות דרך קשר** בתוכנית נרכוש ידע וכלים פשוטים ושימיים, וניצור חיבורים ישירים בין הורים וצוותים לילדים, כדי להגביר מוגנות.

כיתות
א'-ו'

כיתות
ג'-ו'

תוכנית מוגנות ברשת

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 **ביסוס גבולות פנימיים וחיצוניים** שיאפשרו התמודדות עם האתגרים המשמעותיים שיש ברשת, ומתוך כך יאפשרו הנאה מהטוב הרב שיש שם. בתוכנית נרכוש ידע וכלים פשוטים וניצור חיבורים בין הורים וצוות לילדים על מנת להגביר מוגנות וקשר.

תוכנית גיל ההתבגרות

גיל ההתבגרות המוקדם 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, מה שיוביל לבסוף לאיכות חיים.**

כיתות
ו'-ח'





תוכנית מוגנות מינית



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום
אפשרות למפגש העמקה
"מחוסר אונים למסוגלות"

מכאוס לסדר < הרצאת הורים ו/או צוות

- איך יוצרים מוגנות בשגרה, באופן ישיר ופשוט, מבלי לעורר בהלה
- התמודדות עם חשד לפגיעה ופגיעה בפועל
- מענה להתנהגויות ושאלות מאתגרות של ילדים
- מחוסר אונים למסוגלות <** סדנת העמקה לצוות החינוכי בה ננתח התמודדויות הקשורות למיניות ומוגנות בכיתה, ונתרגל בסימולציות



סדנה בת 60 דק'
(כיתות א' 45 דק')
עד 30 ילדים בכיתה

שומרים על הטוב < מפגשים משותפים להורים וילדים

- תרגול שיח הורים וילדים על מוגנות בצורה ישירה, פשוטה וחיובית
- זיהוי מצבים מבלבלים וביסוס סדר בעולם המוגנות
- מיצוב ההורה ככתובת כדאית עבור הילד



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

יוצרים עוגנים < הרצאת הורים ו/או צוות

- הרצאת המשך והעמקה להרצאת מוגנות
- יצירת עוגנים פיזיים ורגשיים לילדים ולמבוגרים במצבים מבלבלים



סדנה בת 60 דק'
עד 30 ילדים בכיתה

סדנת עוגנים < מפגשים משותפים להורים וילדים

- מפגש המשך והעמקה, מיועד לכיתות ג'-ו' שעברו סדנת מוגנות
- יצירת עוגנים פיזיים ורגשיים בהתמודדות עם סיטואציות מבלבלות
- סדנה אקטיבית הכוללת שיח משותף, משחקים ותרגול פיזי



ימי שישי ב-2 סבבים

שישי של מוגנות < שומרים על הטוב

הרצאה להורים ואחריה מפגש משותף להורים וילדים



המופע נמשך כ-50 דק'
חלוקה לשכבות א'-ג' / ד'-ו'
מותאם לעד 200 ילדים בקהל

יש לי למי לספר? < מופע תיאטרלי מוזיקלי

- עיסוק במוגנות מינית, בריונות ומוגנות ברשת
- תרגול סיטואציות מבלבלות עם הילדים
- שירים וקטעי משחק מקוריים
- מערכי הכנה ועיבוד לצוות להטמעת תוכן המופע



לסרטוני הסבר,
תעריפים
ושאלות נפוצות
לחצו כאן

לוח ליד לדוגמא

למחירון



תוכנית מוגנות ברשת

כיתות
ג'-ו'



הרצאה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

לא עוצמים עיניים < הרצאת הורים ו/או צוות

- 4 האתגרים במוגנות ברשת ותפקידם של המבוגרים
- איך אהיה רלוונטי למרות גילי המופלג 😊
- אמצעי סינון ובקרה
- התמודדות עם בריונות ברשת והתמכרות למסך
- מודל 'התגובה הטובה' במקרה שילד נפגע



סדנה בת שעה וחצי
פרונטלית או זום

מחוסר אונים למסוגלות < סדנת העמקה לצוות

- ניתוח התמודדויות של צוות המורים דרך מודל 'מחוסר אונים למסוגלות' ותרגול דרך סימולציות
- התמודדות כיתתית עם בריונות ברשת
- חינוך לראייה ביקורתית של תוכן ברשת
- כלים לפתיחת שיח רלוונטי בכיתה



סדנה בת 60 דקות
פרונטלית
עד 30 ילדים בכיתה

בוחרים ביחד < מפגשים משותפים להורים וילדים

- תרגול שיח ישיר על האתגרים ברשת ועל דרכי התמודדות מול מסכים
- עקרונות לפעולה במצב של פגיעה ברשת ומיצוב ההורה ככתובת כדאית
- אמנה משפחתית לתיחום השימוש במסכים



יתקיים בימי שישי
פרונטלית

שישי של מוגנות ברשת < בוחרים ביחד הרצאה להורים ואחריה מפגש משותף להורים וילדים



לוח"ז לדוגמא

למחירון

תוכנית גיל ההתבגרות

כיתות
ו'-ח'



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 (כיתה, גיל ותרבות)



מפגש בודד של שעה ורבע
שישי בבוקר או בערבי השבוע
הפרדה מגדרית
(ניתן לחבר כיתות)

מתבגרים ביחד < מפגש משותף להורים ולנוער

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



שישי בבוקר או בערבי השבוע
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.

לסרטוני הסבר,
תעריפים
ושאלות נפוצות
לחצו כאן

לוח לידוגמא

למחירון

מחירון תוכניות יסודי

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

הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	1,750 ₪	1,250 ₪ (מ)
מפגשים משותפים (שעה)	750 ₪	8 כיתות ומעלה - 700 ₪ לכיתה
מופע יחיד/כפול	3,750 ₪	5,250 ₪

**מוגנות
מינית
א'-י'**

הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	1,750 ₪	1,250 ₪ (מ)
מפגשים משותפים (שעה)	750 ₪	8 כיתות ומעלה - 700 ₪ לכיתה

**מוגנות
ברשת
ג'-י'**

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 ₪	
אירוע מתבגרים ביחד: הרצאת הורים ובמקביל סדנה לכיתה (שעה ורבע), ולאחריהן סדנה משותפת (שעה)	2,250 ₪ לכיתה	4 כיתות ומעלה - 2,000 ₪ לכיתה

**גיל
ההתבגרות
י'-ח'**

לוח לזוגות < שישי של מוגנות

הפעילות תערך ב-2 פעימות באותו יום שישי -
כל פעימה תכלול הרצאת מבוגרים ואחריה מפגש משותף להורים וילדים.
לזוגות נניח שלקחתם את הפעילות ל-4 שכבות - שכבות א'-ד'
ובכל שכבה 2 כיתות - סה"כ 8 כיתות, 2 פעימות.

שישי של מוגנות < לוח לזוגות				
הרצאת מבוגרים להורי שכבות א' וב'				8:00-9:15
מנחה 4	מנחה 3	מנחה 2	מנחה 1	סדנאות משותפות
ב2	ב1	א2 (45 דק')	א1 (45 דק')	9:30-10:30
הרצאת מבוגרים להורי שכבות ג' וד'				9:20-10:35
מנחה 4	מנחה 3	מנחה 2	מנחה 1	סדנאות משותפות
ד2	ד1	ג2	ג1	10:45-11:45

לוח לזוגות < שישי של מתבגרים ביחד (כיתות ו')

הרצאת הורים וסדנת נוער במקביל ולאחריה סדנת משותפת
הפעילות תערך ב-2 פעימות באותו יום שישי.
הפעילה הראשונה תכלול: (1) הרצאת מבוגרים (2) סדנת נוער - במקביל,
ולאחריה (3) מפגש משותף להורים וילדים - בהפרדה מגדרית של הכיתות.
לזוגות נניח שלקחתם את הפעילות לשכבת ו', ובשכבה 2 כיתות.

שישי של מתבגרים ביחד < לוח לזוגות			
מנחה 2	מנחה 1	מרצה	
סדנת נוער ו' בנים	סדנת נוער ו' בנות	הרצאה להורים	8:45-10:00 פעילות מקבילה
הפסקה			10:00-10:15
סדנה משותפת ו' בנים	סדנה משותפת ו' בנות		10:15-11:30 מפגשים משותפים להורים וילדים

מפגשי נוער בהפרדה מגדרית | גישה מתונה והתאמה תרבותית לאופי המוסד