



**לתת פה**

מוגנות • מיניות • קשר

**תוכניות  
מוגנות ומיניות  
בריא**

בשפה חיובית ופשוטה

**חוברת פעילות תשפ"ד  
תוכנית מאושרת גפ"ן 2322**

**תוכניות יסודי**

058-5886544



לתת פה



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** אך בתוכנית נרכוש ידע וכלים פשוטים וישימים, 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'





כיתות  
א'-ו'

# תוכנית מוגנות מינית



הרצאה בת שעה וחצי  
פרונטלית או זום

## 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
- מודל 'התגובה הטובה'



סדנה בת שעה וחצי  
פרונטלית

## מחוסר אונים למסוגלות < סדנת העמקה לצוות החינוכי

- ניתוח התמודדויות של צוות המורים דרך מודל 'מחוסר אונים למסוגלות' ותרגול דרך סימולציות
- התמודדות עם התנהגות מינית לא מותאמת
- עקרונות ליצירת שיח על מוגנות ומיניות בריאה באופן מותאם בשגרה



סדנה בת 60 דק'  
(כיתות א' 45 דק')  
פרונטלית  
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



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

## 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



יתקיים בימי שישי  
פרונטלית

## שישי של מוגנות < שומרים על הטוב

### הרצאה להורים ומפגש משותף הורים וילדים

- הרצאה להורים ('מכאוס לסדר') ולאחריה מפגש משותף להורים וילדים ('שומרים על הטוב').
- הפעילות יכולה להיערך ב-2 פעימות באותו יום שישי - כל פעימה תכלול הרצאת מבוגרים ומפגש משותף להורים וילדים

לסרטוני הסבר,  
תעריפים  
ושאלות נפוצות  
לחצו כאן



לוי"ז 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

## בחרים 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 < בחרים ביחד

### הרצאה להורים ומפגש משותף הורים וילדים

- הרצאה להורים ('לא עוצמים עיניים') ולאחריה מפגש משותף להורים וילדים ('בחרים ביחד').
- הפעילות יכולה להיערך ב-2 פעימות באותו יום שישי - כל פעימה תכלול הרצאת מבוגרים ומפגש משותף להורים וילדים.



לוי"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.



לוי"ז לדוגמא

למחירון



## מחירון תוכניות יסודי

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

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

1,250 ₪	1,750 ₪	הרצאות מבוגרים פרונטלי/זום	מוגנות ברשת ג' - ו'
8 כיתות ומעלה - 700 ₪ לכיתה	750 ₪	מפגשים משותפים (שעה)	

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



## לוי"ז לדוגמא < שישי של מוגנות

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

שישי של מוגנות < לוי"ז לדוגמא					
הרצאת מבוגרים להורי שכבות א' וב'				8:00-9:15	פעימה ראשונה
מנחה 4	מנחה 3	מנחה 2	מנחה 1	סדנאות משותפות	
ב2	ב1	א2 (45 דק')	א1 (45 דק')	9:30-10:30	פעימה שנייה
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	

## לוי"ז לדוגמא < שישי של מתבגרים ביחד (כיתות ו')

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

שישי של מתבגרים ביחד < לוי"ז לדוגמא			
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