📸 כרטיסי תחנות "לאחוז ברגע"

גוזרים ומניחים כרטיס בכל תחנה

📸 צילום – רגע של חוזקה בעדשה

• צלמו חפץ, מקום או פרט קטן שמספר משהו על חוזקה שלכם – בלי פנים של אנשים.

• שאלו את עצמכם: מה רואים בתמונה? איזו חוזקה היא מסמלת? מתי השתמשתי בה לאחרונה?

• כתבו כיתוב של שתי שורות, והציגו לזוג.

🥊 יסודי: מצלמים (או מציירים, אם אין מצלמה) חפץ בכיתה או בבית שמזכיר לך חוזקה שלך.

🧩 חנ"מ: 1️⃣ 📸 בוחרים חפץ שאני אוהב/ת 2️⃣ 👉 מצביעים עליו או מצלמים

🤸 תנועה – פסל חוזקה – מי מנחש?

• שולפים חוזקה. יש דקה להכין "פסל" או תנועה קצרה שמראה אותה.

• הקבוצה מנחשת – ואז מספרת: מתי ראינו את החוזקה הזאת בכיתה?

• סיבוב בונוס: פסל זוגי של שתי חוזקות שעובדות יחד.

🥊 יסודי: שולפים כרטיס חוזקה (בכפתור למטה).

🧩 חנ"מ: 🦁 אומץ – עומדים זקוף כמו אריה 🤲 עזרה – מושיטים יד לחבר/ה

🎨 יצירה – מציירים את האור

• קולאז' חוזקות: גזרו מעיתונים צבעים, מילים ותמונות שמתאימים לחוזקה שלכם.

• הוסיפו במרכז משפט: "החוזקה שלי נראית כמו...".

• אפשר להתחיל בסקיצה על המסך.

🥊 יסודי: ציירו את עצמכם כגיבור/ת עם "כוח־על" – שהוא חוזקה אמיתית שלכם.

🧩 חנ"מ: 🎨 בוחרים צבע שאני אוהב/ת ⭐ מציירים כוכב גדול

✍️ כתיבה – רגע שבו הייתי חזק/ה

• כתבו סיפור קצר (6–8 שורות) על רגע שבו הייתם חזקים.

• התמקדו ברגע אחד: מה ראיתם, מה שמעתם, מה עשיתם.

• בסוף: איזו חוזקה פעלה שם?

🥊 יסודי: נזכרים ברגע שבו הייתם חזקים – גם רגע קטן.

🧩 חנ"מ: 🌄 לפני – מה קרה? 💪 ברגע – מה עשיתי?

👥 מראה חוזקות – החברים רואים בי

• קבוצות של 4–5. דף "מראה" לכל אחד/ת עובר בסבב.

• כותבים חוזקה + דוגמה קצרה ("ראיתי את זה כש...") בעזרת פותחי המשפטים.

• בסוף כל אחד/ת קורא/ת בשקט ומסמן/ת את מה שהכי הפתיע.

🦸 יסודי: יושבים בקבוצה של 4–5. לכל אחד/ת דף עם השם במרכז.

🧩 חנ"מ: 🌟 נותנים לחבר/ה מדבקת כוכב 🗣️ אומרים: "את/ה ___"

🗣️ שפת האימון – שואלים במקום לתת עצות

• בזוגות: אחד/ת מאמן/ת, אחד/ת מתאמן/ת. שולפים 3 שאלות מקלפי האימון.

• אסור לתת עצות – רק לשאול ולהקשיב!

• מסיימים בסולם 1–10: איפה אני? מה הצעד הקטן הבא?

🦸 יסודי: "מה עזר לך להצליח?"

🧩 חנ"מ: 🖐️ מראים 1–5 אצבעות: כמה טוב לי?

🔒 פרטיות: מצלמים אנשים רק ברשות, ועדיף חפצים ומקומות. מדברים רק על דברים טובים ואמיתיים.