



חזקים וחלשים

נעסוק בחוזקות וחולשות ונבחן מה אנשים עושים עם הכוח שלהם לטוב ולרע

חלק א' - מיהו החזק?

מטרה: נדבר על מיהו אדם חזק?

"Bring sally up" - שיר המלווה בתנועות של שכיבות סמיכה, בו נאמרות המילים אפ (UP) ודאון (DOWN), ובזמן שנאמרות, מטרת החניכים היא להחזיק בשכיבת סמיכה (מצב 2) כמה שיותר זמן במהלך המשחק, המנצח הוא מי שנשאר אחרון, והוא יהיה מי שהכי חזק בקבוצה. מי שנופל, יוצא מהמשחק.

<https://www.youtube.com/watch?v=41N6bKO-NVI>

חזק או חלש? - מחלקים לחניכים שתי כרטיסיות או שלטים קטנים של חזק וחלש. מראים תמונות, וכל פעם חניך צריך להרים את הכרטיסיה שהוא בחר, ולקבוע האם הדמות היא חזקה או חלשה.

דמויות:

סופר מן, שרירן, דפני ליף, ילדה קטנה, מארק צוקרברג (תמונה יומיומית ולא עם חליפה), לי קורזיץ (אלופת עולם בגלישה 4 פעמים), חטפני, תינוק, נמלה.

דיון:

- לפי מה קבעתם מה חזק ומה חלש?
- מראים לילידים את התמונות אותן הן בחרו לדמויות חלשות, חושפים את סיפורן האמיתי ומשקפים את החזקות.
- אז מה בעצם הופך אתם לחזק? (אפשר לעשות שמש אסוציאציות).

חלק ב' - האם אני חזק או חלש?

מטרה: נבין שחזקות של אחד זה חולשה של האחר

במה אני חזק? ובמה אני חלש? - מפזרים על הרצפה כותרות ונותנים לחניכים מדבקות/טושים בצבעים אדום וירוק, נותנים לילדים להסתובב בחדר, ואומרים להם לסמן במה הם חזקים (ירוק) ובמה הם חלשים (אדום).
דוגמאות: ציור, בישול, תאטרון, משחקי קופסה, ספורט, קפיצה בחבל, חשבון, חברות, להצחיק, לקרוא ספר, טכנולוגיה, לשיר, מחשבים וכו'.

נשאל:

- מה אנחנו רואים פה על הרצפה?
- האם אנחנו חזקים וחלשים באותם הדברים?



סיכום ביניים: נוכל לראות לפי המדבקות שחזקות וחולשות זה עניין אינדיבידואלי, ושחזקות של אחד יוכלו להיות החולשות של אחר, לכולנו יש גם חזקות וגם חולשות.

חלק ג' - עם כוח גדול באה אחריות גדולה
 מטרה: נבין שחזק נחשב רק שעושים אתו דברים חיובים

מבצעים שתי משימות אחת אחרי השנייה:

1. בוחרים מתנדב אחד שעומד מחוץ למעגל, שאר הקבוצה עומדת ומחזיקה ידיים, צופים אחד לשני. מטרת הילד היא להיכנס לתוך המעגל, ועל שאר הקבוצה למנוע מהילד שבחוץ להיכנס לבפנים.
2. כל הילדים מחזיקים חבל מתוח במעגל, חוץ מילד אחד שעומד על החבל, ובעזרת הקבוצה שתעזור במתיחת החבל ותתמוך בו, עליו ללכת על החבל ולהקיף את המעגל.

דיון:

- מה היה נדרש בשני המשחקים בשביל שתצליחו במשימות?
 - באיזו צורה השתמשתם בכוח בכל אחד מהמשחקים?
- במשחק הראשון ניסיתם כקבוצה למנוע ממישהו מלהכנס לתוך המעגל שלכם ולהרגיש חלק ואפשר להסתכל על זה כמו שלפעמים בחיים משתמשים בחזק של קבוצה כדי למנוע ממישהו להכנס לחבורה מסויימת וזה יוצר אצלו תחושה קשה ולא טובה ואפילו מעליב ופוגע. לעומת זאת במשחק השני השתמשתם גם בחזק שלכם והפעם דווקא כדי להרים אחד השני, כל אחד תרם את חלקו ויצרתם חווית הצלחה עבור מי שהלך על החבל גם אם זה היה קשה לכולם.

סיכום

שורה תחתונה: בכל אחד מאיתנו יש חזקות וחולשות. במפגש עם חברים חשוב לנסות למצוא את החזקות בכל אחד, להשתמש בהן בצורה טובה ולדעת להבחין בחולשות של כל אחד, לעזור ולהיות אמפתיים. עליכם לזכור שבכל אחד מכם עוצמות אך עליכם להשתמש בהם לטובה. חזק יכול מהר מאוד לסנוור אותנו ולהפוך לחולשה שלנו. לכן חשוב שנזכור להשתמש בחזקות שלנו בצורה חיובית. 'עם כח גדול באה אחריות גדולה'.