



אגף תכנים, תוכניות, הכשרה
והשתלמויות



משרד החינוך

חלוקת הפנאי

כיתה י'



"הזמן הזה, כמו כל הזמנים, הוא זמן טוב אם רק נדע מה לעשות בו"
ראלף ואלדו אמרסון



אגף תכנים, תוכניות, הכשרה
והשתלמויות



משרד החינוך

מבוא למורה

מהו פנאי?



שיעור זה הוא אחד מתוך שלושה שיעורים בנושא "פנאי משמעותי כמזמן התפתחות אישית וחברתית" והוא מיועד לכיתה י'.
נברר מהו פנאי ומהו פנאי משמעותי. נתבונן בסיפורי הצלחה בניצול פנאי, נברר ונבחן דפוסי פנאי בקרב בני נוער ונעודדם לרתימת חזקותיהם להתפתחות אישית וחברתית.
נתמקד בסדרי עדיפויות, בשילוב עשייה חברתית ובפיתוח יכולת ליצור תרבות פנאי איכותית.

כל שיעור מותאם ל-45 בכיתה :

- שיעור 1** – מהו פנאי? - כיתה ט'
- שיעור 2** – חלוקת הפנאי - כיתה י' ←
- שיעור 3** – פנאי פלוס - כיתה יא'



אגף תכנים, תוכניות, הכשרה
והשתלמויות



משרד החינוך

כשאנחנו חושבים על ניהול שעות הפנאי, האסוציאציות הראשונות שעולות
הן מילוי טבלאות וחשובי שעות. אך ניהול פנאי נכון מתחיל הרבה קודם.
הוא מתחיל בתכנון נכון של תהליכים לטווח ארוך, בצפייה של בעיות
העולות לצוץ ובמניעתן, בהשקעה בפיתוח אישי ובפיתוח הסביבה.
(סטיבן קובי)

נקרין את סרטון- סוכריות הג'לי

הסרטון ממחיש את ערכו הרב של הזמן, את העובדה שאי אפשר להשיבו ואת הצורך
בתכנונו בצורה יעילה ונכונה בעזרת סוכריות ג'לי. כן הסרטון מציג את ניצול שעות
הפנאי שלנו למען עשייה חברתית.

פתיחה

גוף –
מהלך

סיום

שאלות לדיון:

- על פי הסרטון, כמה מהזמן הפנוי שלך היית רוצה לכוון לעשייה חברתית?
- כיצד תפנה מזמנך הפנוי לצורך עשייה זו?



משל האבנים ממחיש את החשיבות שיש בניהול הפנאי באמצעות בחינת סדרי עדיפויות ומתן עדיפות לדברים החשובים בחיינו.

מהלך הפעילות:

חומרים: □ מכל שקוף □ אבנים □ חצץ □ חול □ מים (יש להחביא את החומרים מעיני התלמידים טרם השימוש בכל אחד מהם).

נספר או **נקרין** את **משל האבנים** הגדולות ונדגים לתלמידים **על פי הנחיות אלה:**

1. ניקח מכל זכוכית גדול ונניח על השולחן בפני התלמידים.
2. ניקח כתריסר אבנים, כל אחת בגודל של כדור טניס.
3. נניח בעדינות אחת אחת בתוך המכל.
4. כאשר המכל יתמלא לגמרי ולא יהיה אפשר להוסיף עוד אבן אחת, נשאל את התלמידים: האם המכל מלא?
4. כעת נשפוך אבני חצץ מעל האבנים וננער מעט את המכל (אבני החצץ יסתננו בין האבנים הגדולות וירדו לתחתית המכל). נשאל את התלמידים: האם המכל מלא?
6. נשפוך סיר מלא חול לתוך המכל ונשאל את התלמידים: האם המכל מלא?
7. כעת נשפוך מים לתוך המכל

פתיחה

**גוף –
מהלך**

סיום

שאלות לדיון

- מה לדעתכם המסר העיקרי בהדגמה שערכנו?
- מהן האבנים הגדולות בחייכם? מהו החצץ? החול? המים?
- לאחר שנחשפתם לניסוי, ספרו על דבר אחד שתשנו בניהול הפנאי שלכם



נספח – משל האבנים הגדולות

מרצה זקן בבית הספר למנהל ציבורי בארה"ב החזמן יום אחד לשאת הרצאה בנושא "תכנון זמן יעיל" בפני קבוצה של 15 מנהלים בכירים בחברות הגדולות ביותר בארה"ב.

ההרצאה הייתה אחת מתוך חמש הרצאות ביום העיון שאורגן למנהלים. למרצה ניתנה שעה אחת "להעביר את החומר". המרצה הזקן עמד לפני קבוצת אליטה זו, שהייתה מוכנה לרשום כל מילה שתצא מפיו, העביר את מבטו עליהם באיטיות ולאחר מכן אמר: "אנו עומדים לערוך ניסוי".

מתחת לשולחן שהפריד בינו לבין מאזיניו הוציא המרצה מכל זכוכית גדול והניחו בעדינות לפניו. לאחר מכן הוציא מתחת לשולחן כתריסר אבנים, כל אחת בגודל של כדור טניס, והניחן בעדינות, אחת אחת, בתוך המכל.

כאשר התמלא המכל לגמרי ולא היה אפשר להוסיף עוד אבן אחת, הרים המרצה את מבטו באיטיות ושאל: "האם המכל מלא?" כולם השיבו "אכן". המרצה המתין שניות מספר ושאל: "האומנם?" ואז התכופף שוב והוציא מתחת לשולחן כלי מלא אבני חצץ. בקפדנות שפך את החצץ מעל האבנים וניער מעט את המכל. אבני החצץ הסתננו בין האבנים הגדולות וירדו לתחתית המכל. שוב הרים המרצה הזקן את מבטו ושאל את הקהל: "האם המכל מלא?"

עתה החלו מאזיניו המבריקים להבין את כוונתו. אחד מהם השיב "כנראה שלא". "נכון", השיב המרצה הזקן. חזר והתכופף והפעם הוציא מתחת לשולחן סיר מלא חול. בתשומת לב שפך את החול אל תוך המכל. החול מילא את החלל שבין האבנים הגדולות ובין החצץ. פעם נוספת שאל המרצה את תלמידיו: "האם המכל מלא?" הפעם, ללא היסוס ובמקהלה, השיבו התלמידים המוחננים: "לא!"

"נכון", השיב להם המרצה הזקן. וכפי שציפו תלמידיו רבי העוצמה והיוקרה, הוא נטל כד מים שעמד על השולחן ומילא את המכל עד שפתו מים. המרצה הזקן הרים את מבטו אל הקהל ושאל: "איזו אמת גדולה אנו יכולים ללמוד מניסוי זה?" בחשבו על נושא ההרצאה, השיב אחד הנועזים והזריזים שבין מאזיניו: "אנו למדים שככל שנראה לנו שהיומן שלנו גדוש ומלא התחייבויות, אם באמת מתאמצים תמיד אפשר להוסיף עוד משימות ומטלות". "לא", השיב המרצה הזקן. "לא זה. האמת הגדולה שמוכיח לנו הניסוי היא זו: **אם לא מכניסים למכל קודם כול את האבנים הגדולות, לעולם לא נוכל להכניס אותן אחר כך.**"

דממה עמוקה השתררה באולם, כאשר כל אחד מנסה לתפוס את מלוא המשמעות של דברי המרצה.

בשיעור זה, בחנו את סדרי העדיפויות שלנו בניהול שעות הפנאי וביררנו מה הן "האבנים הגדולות" (הדברים המשמעותיים) בחיינו. הבנו כי יש לנו היכולת "להנהיג את הפנאי שלנו" ואף למצוא זמן משותף לנו לחברינו לפעילויות פנאי משמעותיות. מצאנו כי יש ביכולתנו לשלב עשייה חברתית בשעות הפנאי שלנו ולפעול למענה הלכה למעשה.

"היו שימושיים. בין אתם דואגים להיות זמינים לחבר או לעמית, בין אתם מקדישים זמן בכל חודש להתנדבות, אין דבר הקוצר תחושת העצמה יותר מאשר לתת שירות לאדם שזקוק לכך." (ג'יליאן אנדרסון)

פתיחה

גוף –
מהלך

סיום

שאלה למחשבה

- איזה תוכן חדש הייתם רוצים לשלב בשעות הפנאי שלכם?

סרטים

