



מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל חברה ונוער



יום המא"ה במתכונת זום

כל מה שאתן צריכות להצטייד בו ליום הזה הוא:

מחשב עם חיבור לאינטרנט 

מצלמה 

מיקרופון 

סביבה שקטה 

[מתוך אתר מתגייסים](#)

יום המא"ה

מערך שיעור לתלמידים

למנחה



מערך פעילות



קישורים
להרחבה



מטרות
הפעילות



מבוא

יום המא"ה



מדוע חשוב להשתתף ביום המאה?



שימו לב:

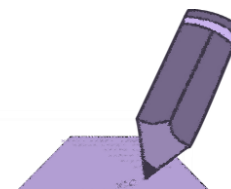
- ◆ ליום המא"ה יש השפעה רבה על שירותכם בצבא! על סמך נתוני יום זה – בצירוף נתוני הצו הראשון ובהתאם להעדפות שציינתם ולצורכי הצבא ייקבעו המקום והתפקיד שלכם בצבא!
- ◆ מלש"בית שלא תשתתף ביום המא"ה לא תקבל שאלון העדפות ותשובץ רק לפי נתוני הצו הראשון ולפי צורכי הצבא.
- ◆ החל ממאי 2020, עקב הנחיות הקורונה, יום המא"ה הפך למיון מקוון – כל התחנות יתבצעו מהבית באמצעות "zoom".

צפו בסרטון: יום המא"ה

יום המא"ה מקוון – אתר מתגייסים



רשמו את התחנות המוצגת בסרטון



כל התחנות מתבצעות בזום!

יום המא"ה – תחנות



מה החשיבות של כל תחנה? 

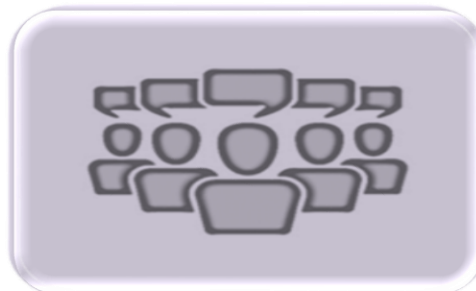
האם יש תחנה המעוררת בכן חששות? הסבירו מדוע 

בתום יום המיונים, תוכלו לראות את הציונים שקיבלתן באתר של מיטב. הציונים ניתנים בסולם של 1-5

מערכי פעילות



סימולציות בין
אישיות



סימולציות של
הדרכה



מבחנים מקוונים

מבחנים מקוונים

← נערכים בזום (קישור יישלח בבוקר המבחן)

← אין להיעזר בשום מקור נוסף

← אפשר להיבחר רק פעם אחת, אין אפשרות למבחן חוזר



שימו לב לעמידה בזמנים – חשוב להיכנס לקישור בזמן ולא להתעכב בשאלות שאתן מתקשות בהן.

שאלות לדוגמה

חפשו מבחן התנסות ליום המאה ברשת – הקדישו 10 דקות להתנסות אישית וענו על שאלות המבחן.



◆ איך הרגשתם בהתנסות?

◆ האם יש סוג מסוים של שאלות שהיה לכן קשה במיוחד? הסבירו מדוע.

◆ מה יכול לעזור לכן בהתמודדות עם הקושי?

◆ מה יוכל לסייע לכן לשמור על ריכוז ולהצליח במבחן?

◆ כיצד הייתן מציעות להיערך למבחנים אלו?



סימולציות של הדרכה

במהלך יום המאה, כל מלש"בית נדרשת להדריך את בנות הקבוצה. ←

את נושא ההדרכה היא תבחר מתוך רשימת נושאים שיציגו הבוחנות. ←

מרגע בחירת הנושא, יוקצו שש דקות להתארגנות להרצאה. ←

כל מלש"בית תרצה בתורה מול הקבוצה ומול הבוחנות במשך שלוש דקות. ←

♦ בהתארגנות להרצאה, אין להשתמש בעזרת אדם או חומר עזר.
♦ אפשר לרשום על דף נקודות להתייחסות בהרצאה ולהיעזר בהן במהלכה.



עבודה בקבוצות



חזרו לשיחה
במליאה



מלאו את
המשימה
בכרטיסיית
ההנחיות



התחלקו
לשלישיות

חלוקה לחדרים בזום



יש להקדיש למשימה 25 דקות.



שאלות במליאה



- ◆ איך הייתה חוויית ההדרכה בקבוצות?
- ◆ מה למדתן על עצמכן בהתנסות זו?
- ◆ לפי מה בחרתן את נושא ההדרכה? האם הייתה זו בחירה נכונה לכן? הסבירו.
- ◆ כיצד אפשר לנצל את זמן ההתארגנות להדרכה בצורה מיטבית?
- ◆ אילו הערות חשובות עלו בקבוצות? הדגימו.
- ◆ הציעו דרכים ורעיונות להתכוננות להדרכה מסוג זה.



סימולציות בין אישיות

← במהלך יום המאה, כל מלש"בית נדרשת למשחק תפקידים עם אחת הבוחנות.

← הבוחנת תציג סיטואציה של דיאלוג בין שני אנשים.

← הבוחנת תהיה בתפקיד המתלונן או המבקש והמלש"בית בתפקיד האחראית.

← השיח בין שתיהן יתקיים בזום.

בחלק זה, המלש"בית נבחנת לבדה מול בוחנת אחת. 
הבוחנת תקשה על המלש"בית, וזו תצטרך לתת מענה כאחראית. 



הנחיות לעבודה בזוגות



- ❖ בחרו באחת הסיטואציות שברשימה [המצורפת](#) (נושאים לדוגמה מתוך יום המאה).
- ❖ במשחק תפקידים – המלש"בית תהיה בתפקיד האחראית והבוחנת תהיה בתפקיד המתלונן.
- ❖ במשך חמש דקות – ערכו שיחה ביניכן.
- ❖ בחרו בנושא אחר והתחלפו בתפקידים.
- ❖ שימו לב:
- ✓ יש לשים לב לזמנים – לכל סימולציה להקדיש חמש דקות.
- ✓ חשוב שה"מתלוננת" תקשה על ה"אחראית" במציאת פתרונות.
- ❖ בסיום הסבב – העבירו משוב זו לזו על ההתמודדות בתפקיד האחראית.

שאלות במליאה



- ◆ איך הייתה חוויית משחק התפקידים?
- ◆ מה למדתן על עצמכן בהתנסות זו?
- ◆ לדעתכן, מה הבוחנות מבקשות לראות בהתנהלות שלכן כאחראיות?
- ◆ מהי יכולת אמפתית? כיצד היא יכולה לסייע לכן בתפקיד האחראיות?
- ◆ האם אפשר להיות אמפתיים ועדיין לעמוד על שלנו? הסבירו כיצד.
- ◆ מה התנסות זו יכולה ללמד על התאמה לתפקידים בצבא? הסבירו.
- ◆ מה הייתן מייעצות לבנות לקראת התנסות זו?

חשוב לדעת



- < יום המא"ה המקוון צפוי להתחיל בשעה 8:00 בבוקר ולהסתיים בשעה 16:00.
 - < עליכן להיות מוכנות כבר בשעה 7:30 – ייצרו איתכן קשר טלפוני לשם זיהוי.
 - < בבוקר יום המיון, תקבלו לינק לשיחת הזום ואת מספר הטלפון של אחראי המיון שאליו תוכלו לפנות אם תתקלו בבעיה.
 - < במהלך היום יהיו הפסקות בין התחנות.
 - < אפשר לדחות את המיון עד שבוע ממועדו.
 - < ההקלות שניתנות לכן בבית הספר אינן תקפות ביום המא"ה.
 - < במהלך המיון, עליכן להיות בחדר נפרד וסגור ולא תוכלו להתייעץ עם גורם נוסף.
 - < לא תוכלו להשתמש בעזרים, כגון מחשבון.
- מתוך: [אתר "מתגייסים" – מיטב](#)



קישורים להרחבה

◇ [יום המא"ה עובר למתכונת חדשה](#) – אתר "מתגייסים"

◇ [מהו יום המא"ה](#) – אתר "מתגייסים" של מיטב

◇ [יום המא"ה](#) – כל זכות נוער

◇ חשוב לבצע את יום המא"ה כשאתן במיטבכן!

◇ הקפידו על סביבה שקטה ובדקו את חיבורי המחשב והמצלמה מראש.

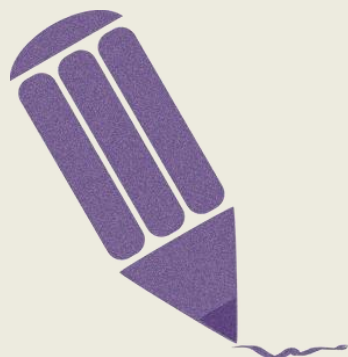


בהצלחה!





מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל חברה ונוער



נספחים



מבוא

- חודשים ספורים לאחר הצו הראשון, כל המלש"ביות מוזמנות ליום מיונים נוסף שנקרא "יום המא"ה" – מיון, איתור והתאמה.
- יום המאה מאפשר למלש"בית לבטא את עצמה ואת כישוריה בדרכים נוספות – בהדרכה, בביטוי בין אישי בקבוצה ובמבחנים ממוחשבים.
- תוצאות יום המא"ה יתווספו לנתונים האישיים של המלש"בית מהצו הראשון והן עשויות לפתוח בפניה תפקידים נוספים לשיבוץ בצבא.
- בשאלון ההעדפות תקבלו רשימת תפקידים בהתאם לנתוני הצו הראשון שלך ותפקידים נוספים בהתאם לנתוני יום המא"ה.





מטרות

- ① להכיר את המבדקים ואת ההתנסויות שעוברים ב"יום המאה".
- ② להבין את חשיבותו של יום מבדקים זה ואת השפעתו על השיבוץ בצבא.
- ③ להתנסות בהנחיה ובדינמיקה קבוצתית כהכנה ליום זה.



הנחיות לעבודה בשלישיות



- ❖ בחרו בנושא להדרכה מתוך רשימת [הנושאים המצורפת](#) (נושאים לדוגמה מתוך יום המאה).
- ❖ התארגנו להדרכה במשך חמש דקות (אין להתייעץ עם חברות, אפשר לרשום נקודות בדף).
- ❖ בסבב – כל אחת בתורה תדריך את שתי הבנות האחרות בנושא שבחרה במשך שלוש דקות.
- ❖ שימו לב:

✓ יש לשים לב לזמנים – בכל הדרכה אחת הבנות תמדוד זמנים.

✓ אפשר להפעיל את הבנות האחרות (להפנות אליהן שאלות).

✓ רשמו במהלך ההדרכה נקודות להערות ולהארות.

- ❖ בסיום הסבב – העבירו משוב אחת לשנייה על ההדרכה (התייחסו לתוכן, למבנה ההדרכה, לשפת הגוף וכדומה).



סימולציה – הדרכה



בחרו בנושא להדרכה מתוך הנושאים שלהלן:

1. איכות הסביבה
2. שנת שירות
3. חיסונים
4. ניסויים בבעלי חיים
5. ספורט לנשים
6. רישיון נהיגה מגיל 16
7. תלבושת אחידה
8. התנדבות בקהילה
9. מצלמות אבטחה בבית הספר
10. התמכרות למסכים
11. גני חיות
12. תחבורה ציבורית



סימולציות בין אישיות



בחרו בנושא למשחק תפקידים מתוך הסיטואציות שלהלן:

- ❖ מוכרת בחנות בגדים – מול קונה המתעקשת להחליף שמלה שנקנתה בעונה קודמת (שלא לפי התקנון).
- ❖ מחנכת כיתה ח' – מול תלמידה המבקשת לצאת הביתה באמצע יום הלימודים כי רבה עם חברה.
- ❖ עובדת במשרד כרטיסים – מול אישה הדורשת החזר על כרטיסים שהיא לא מימשה (שלא בהתאם לתקנון).
- ❖ מורה אחראית למועצת התלמידים בבית הספר – מול תלמידה שלא נבחרה ושמבקשת להיות נציגה במועצה.
- ❖ רכזת שכבה – מול אימא של תלמיד הדורשת שהוא יצא לטיול השנתי על אף שנענש על התנהגות פרועה בבית הספר.
- ❖ סדרנית בבית קולנוע – מול אישה המתעקשת לשבת במקום שלא בהתאם לכרטיס שקנתה ושאינה מוכנה לפנות אותו למי שהזמין אותו.

