**המכינה הקדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית**

מחזור י"ז הראשון, קיבוץ שובל, 2013, התשע"ד, שבוע-

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | יום א | יום ב' | יום ג' | יום ד' | יום ה' | יום ו' |
| מנחה תורן | שירה | נועה | שי | נועה | שי |  |
| מובילי יום | נדב וטל פרץ | רן ובתאל | עומר פניג'ל ואופיר פרי | נועה גיל ובנימין | סול ורן |  |
| תורנים | לירון וגלעד | נטע בר סלע ורז | רותם ודור סלע |  נטע עמית ושני אוריאלי | ניר פרי ודור שבי |  |
| 7:15 |  6:45 5:40 ארוחת בוקר  |
| 8:00 | 8:30 תחילת יוםמיינדפולנס ומדיטציה9:15 תה בדשא | טיפוח מכינה | 7:20 מעגל בוקר וסידורים אחרונים8:00 נסיעה למצפה | 5:15 מעגל בוקר5:40 ארוחת בוקר6:00 סידורים אחרונים+ניקיונות6:30 יצאה למסלול | 6:30 מעגל בוקר7:00 ארוחת בוקר7:30 ניקיונות8:00-9:309:50 יציאה למרכז מבקרים |  |
| 9:15 | הפסקה |
| 9:30 | פתיחה לויפאסנהטיול בקיבוץ10:30 שיעור יוגה | היצירות הגדולות(שעת סיפור) | 10:00 פתל13:00 ארוחת צהריים | לאורך המסלול: משבצת של חולית קבוצה, הדרכות, פעילויות של הוואי ובידור | 10:30 תחילת סיור12:00 סיום מסלול  |  |
| 10:45 | זמן אקטואליה |  |  |  |  |
| 11:00 | הפסקה |  |  |  |
| 11:30 | 11:00 חזרה למליאהצביעות מנדלות11:30 דימיון מודרך | מד"ס | 14:00-15:15 הרצאה ראשונה | 12:00 ארוחת צהריים | 12:15 סיכום מסלול13:00 יציאה הביתה!! |  |
|  12:45  |  |  | זמן מובילי יום |  |  |  |
| 13:00 |  13:00 ארוחת צהרים+ הפסקה |
| 16:00 | מד"ס | מוטי אייזנברג- אבא של מאיה17:30 עיבוד יום | 15:30-17:00 הרצאה שנייה17:00-17:20 נקיונות17:30 הליכה למכינת אשר רוח בו | 16:30 סיום מסלול16:45 יציאה לקן הנוער העובד והלומד17:30 מגיעים לקן |  |
|  |  |  |
| 17:15 |  | הפסקה |
| 17:45 | 18:00 חולית למידה משו"ב18:30 טיולים-הכנה | 18:00 א"ע | 18:0019:15 עיבוד יום20:00 עיבוד יום | 18:15019:30 פעילות הוואי ובידור19:45 ארוחת ערב |  |  |
| 19:00 |  20:00 ארוחת ערב |
| 20:00 | יונתן- שיעור מדריך | 19:00 שיחת צוות | 20:30 לישון | 20:30 עיבוד יום21:15 לישון |  |  |