



מכינה קדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית
מחזור כ"ד גל-און, 2020-2021, התש"פ – שבוע פתיחה

יום ו' 4.9.2020	יום ה' 3.9.2020 יד' אלול	יום ד' 2.9.2020 יג' אלול	יום ג' 1.9.2020 יב' אלול	יום ב' 31.8.2020 יא' אלול	יום א' 30.8.2020 י' אלול	קפסולה		
אביחי	יואב	נטע בר סלע	נטע קינג	יואב	נטע בר סלע	אלה	מנחה תורן	
נטע בר סלע	נטע קינג	יואב	אביחי	נטע בר סלע	נטע קינג	גפן	מנחה תורן	
יעל ח, טום	יואב ר, נועם ש	נועה א, גור	יעל אורג, ניצן	דנה, עומר גונן	שהם, טל ב	אלה	מובילי יום	
עילאי, אחינועם	נועה ב, אור	איתי, שני נועם	איתמר, טהר	גאיה, דור	יפתח, הדר	גפן	מובילי יום	
אופיר, גיל	זמנו, מיכל א	אבישי, גאיה	יהונתן, ענבר ק.	ליז, נבו	עמית, אמיר (בוגרים)	אלה	תורנים	
סהר, ענבר ב.	נועה א, שחר ד	נועם מ, עידן	ניצן, גל	שני נתיב, לידור	ענבר, גאיה (בוגרים)	גפן	תורנים	
בוקר טוב + נקיונות								7:15
ארוחת בוקר								7:45
סיכום שבוע- אביחי	שיעור חניך- עמרי דהאן	מדינה במחאה אביחי	7:00- בוקר טוב בקפסולות 7:15- הכרת תחום האימון בקפסולות	6:30- אימון לימודי יעל ארד 7:30- מקלחות וארוחת בוקר	11:00- התכנסות 11:30- יציאה מרכבת ק.גת	אלה	8:30	
סגירת מכינה	שיעור חניך- טל אור	חוליית למידה- משבצת למידה	8:15- מקלחות וארוחת בוקר	7:30- אימון לימודי יעל ארד 8:30- מקלחות וארוחת בוקר	12:00- התכנסות 12:30- יציאה מרכבת ק.גת	גפן		
הפסקה								9:30
סגירת מכינה	תמר אהרון- מגדר	שיעור פתיחה לתהליך הכנה לצבא- נטע ק.	טיפוח מכינה לימודי- צוות	כושר גופני- שיעור יעל ארד	12:30- פתיחה + שבירת קרח	אלה	9:45	
סיכום שבוע- אביחי	חולית ידה"א- משבצת פתיחה	טכניקות מסירה ומערך שיעור- נטע ב.	משוב וביקורת יואב	כושר גופני- שיעור יעל ארד (זום)	13:00- פתיחה+ שבירת קרח	גפן		
הפסקה								11:00
9:30- יציאה הביתה	חולית ידה"א- משבצת פתיחה	טכניקות מסירה ומערך שיעור- נטע ב.	משוב וביקורת יואב	11:15- לילך בן אהרון- נציגת גל און 12:00- תרגול ביטחון	13:30- ארוחת צהריים	אלה	11:30	
10:30- יציאה הביתה	תמר אהרון- מגדר	שיעור פתיחה לתהליך הכנה לצבא- נטע ק.	טיפוח מכינה לימודי- צוות	11:30- תרגול ביטחון 12:00: לילך בן אהרון- גלאון	14:00- ארוחת צהריים	גפן		
זמן מובילי יום								12:45
ארוחת צהריים, הפסקת צהריים, זמן עבודות על פרויקטים								13:00
	נקיונות לקראת סופ"ש	אחריות, בטיחות והלמידה בנחשון – גלעד אולשטיין (ראש המכינה)	14:45- הרב אלקנה שרלו יהדות 16:00- דני לימור יו"ר נחשון	ישיבות חוליות אם- פתיחה	14:15- דיון חלוקת חדרים 16:00- פתיחת שבוע אביחי	אלה	16:00	
	נקיונות לקראת סופ"ש	מדינה במחאה אביחי	14:45- דני לימור יו"ר נחשון 16:00- הרב אלקנה שרלו יהדות	"סיפור הנהר" – על קשר ועל קישור - זאביק נתיב (מנכ"ל המכינה)	15:00- דיון חלוקת חדרים 16:45- פתיחת שבוע אביחי	גפן		
הפסקה								17:15
שבת שלום! פרשת כי תבוא' כניסת שבת: 18:41 יציאת שבת: 19:37	משבצת קהילה- חוליית קהילה	משבצת למידה- חוליית למידה	הפסקה	"סיפור הנהר" – על קשר ועל קישור - זאביק נתיב (מנכ"ל המכינה)	17:15- הפסקה 17:45- זמן התארגנות בחדרים	אלה	17:45	
	פעילות חברתית- חוליית קבוצה	אחריות, בטיחות והלמידה בנחשון – גלעד אולשטיין (ראש המכינה)	הפסקה	ישיבות חוליות אם - פתיחה	17:30- זמן התארגנות בחדרים 18:00- חוליות אם- אביחי	גפן		
ארוחת ערב								19:00
	פעילות חברתית- חוליית קבוצה	שיחת קבוצה ראשונה	ערב צוות- כוחה של קבוצה	ישיבות חבורה ראשונה	גלעד אולשטיין- ראש המכינה ניהוג משותף	אלה	20:00	
	משבצת קהילה- חוליית קהילה	שיחת קבוצה ראשונה	ערב צוות- כוחה של קבוצה	ישיבת חבורה ראשונה	20:00- זמן התארגנות 21:00- גלעד- ניהוג משותף	גפן		
עיבוד יום + תדרוך יומי למחר								21:15

