



מכינה קדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית
מחזור כ"ד הראשון, שדרות, 2021, התשפ"א, שבוע 29 – חוץ בנושא נודד עמק האלה **קפסולת שלדג**

יום ו' 19.3.2021 ו' בניסן	יום ה' 18.3.2021 ה' בניסן	יום ד' 17.3.2021 ד' בניסן	יום ג' 16.3.2021 ג' בניסן	יום ב' 15.3.2021 ב' בניסן	יום א' 14.3.2021 א' בניסן	
טל	עומר	עדי	טל	עידן	ליאור	מנחה תורן
-	-	טל	(עדי)	ליאור	עדי	מנחה לוגיסטי
זיו	רותם	עדי	נבו	דינאי	איה	מובילי יום
גל ואורי	איה ופנינה	שילת ועילי	נועם ועמית	זיו ולילי	כרמל ודינאי	תורנים
		יום ניווט	(אולי טיול)	מצומת עציונה לתל עזקה		הערות
"בוקר טוב" + סדר ונקיון המכינה						7: 15
ארוחת בוקר						7: 45
אימון גופני	עדי (שיעור חניך) - בואו נשחק ב"זיכרון"		הכנה לניווטים			8: 30
			הפסקה			9: 30
נקיונות	אהרליה		חוליות אם			9: 45
סיכום שבועי			הפסקה	4: 30 בוקר טוב		11: 00
		4: 30 בוקר טוב		4: 40 נקיונות שירותים		11: 30
הכנה לשבת	נחום לאמור פרידמן- מקים עמותה להלומי קרב, "סיפור אישי"	4: 40 נקיונות שירותים	ח"כ חילי טרופר	5: 00 פריסה וא. בוקר		
		5: 00 פריסה + א. בוקר		5: 30 תדריך בטיחות		
		5: 30 תדריך בטיחות + בדיקת ציוד	ארוחת צהרים + הפסקה	ובדיקת ציוד + העמסת ציוד		12: 45
		5: 50 יציאה לאזור הניווטים	זמן מובילי יום / אקטואליה	6: 00 יציאה לצומת עציונה		15: 45
שבת פרשת ויקרא	15: 00 גונן בן יצחק- מפעיל מהשב"כ של "הנסיך הירוק"	7: 00 תחילת ניווט	אבולוציה חלק ב- חוליית למידה	7: 00 תחילת מסלול		16: 00
כניסת שבת 18: 36		13: 00 הפסקת צהרים + א. צהרים		10: 30 הפסקה	16: 00 הגעה	
צאת שבת 18: 38		16: 15 סיום משוער	הפסקה	10: 50 המשך מסלול	16: 45 פתיחת שבוע	
		17: 30 הגעה משוערת למכינה	שיעור חניך-לירז	13: 00 הפסקת צהרים + א. צהרים		17: 15
שבת שלום !	טל- חזרה בתשובה בלי תשובה		ארוחת ערב	13: 30 המשך מסלול		17: 45
			עיבוד יום והכנה למחר	16: 15 סיום מסלול	רענון ניווט	
			עיבוד יומי + תדרוך למחר + הודעות	משוער בתל עזקה		19: 00
	רוני קוטיץ (אבא של עידן) על אקדמיה לחרדים				עיבוד יום והכנה למחר	20: 00
						21: 15-22: 00

"אנשים אומרים שמוטיבציה לא מחזיקה הרבה זמן. טוב, גם מקלחת לא – לכן אנו ממליצים אותה על בסיס יומי."

- זיג זיגלר