



**מכינה קדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית**  
**מחזור כ"ד - שובל, 2020-2021, התשפ"א, שבוע 4 – שבוע בסימן הסרט: ימי תשובה**

קפסולה	יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	יום ו'
חוליה	קבוצה	למידה	קהילה	ידה"א	קבוצה (עד אחה"צ)	
נושא היום	הצלחות	מיתולוגיה	יום ספורט	"בתפיסת המציאות"	בריאות	
נושא היום	עדות	בית ספר	מוזיקה	קבלת האחר	רוחניות	
מנחה תורן	שחר	נטע	ענבל	לייה	שחר	
מנחה תורן	לייה	לייה	שחר	נטע	נטע	
מובילי יום	מיכאל ושקד	יובל ונויה	נגה וגיא	דניאלה ועמית	חוליית שבת	
מובילי יום	גילי ואיתמר	אבישג ויותם	נופר ויונתן	עומר וטל בר אל	חוליית שבת	
תורנים	יאיר ורוני	שחר רז ואור	חן ונדב י	נדב פלס וליאור	ירין וענבר	
תורנים	נעה ע ואור	הילה ואיתמר	נועה ט ויותם	עינב וניר	גילי ויונתן	
<b>בוקר טוב + סדר ונקיון המכינה</b>						
7: 15						
7: 45	<b>ארוחת בוקר</b>					
8: 30	רותם	<b>ראש השנה חג שמח!</b>	<b>צום גדליה</b>	06: 30 אימון גופני 07: 30 מקלחות וארוחת בוקר	08: 30 לחץ והדרך להתמודד 07: 30 ארוחת בוקר 08: 00 נקיונות והכנות לשבת 09: 15 סיכום שבוע + פ"ש	חוגי בית ספורטיביים – קהילה
				08: 30 מיתולוגיה יוונית ורומית- יאיר מעיין ונדב	07: 15 החלום ופשרו 07: 45 ארוחת בוקר 08: 00 סיכום שבוע + פ"ש 08: 45 נקיונות והכנות לשבת	השימושים השונים של המוזיקה בחיינו – קהילה
	שיטה			06: 30 אימון גופני 07: 30 מקלחות וארוחת בוקר 08: 30 ספרות – נועה וגילי	<b>- Black lives matter</b> אסממו	
9: 30	<b>הפסקה</b>					
9: 45	רותם		תשובה – ענבל	גלעד – רעיון פוליטי	חלומות - <b>I have a dream</b> –יעל זור (ZOOM)	בריאות פיזית – מיכאל
	שיטה		ביולוגיה – אור אלכס ועומר	שירה בציבור	חפש את המטמון – שקד	רוחניות ותרבות המזרח- טל ק נדב שירי ונופר
11: 00	<b>הפסקה</b>					
11: 30	רותם		מיתולוגיה מצרית- נויה ומאיה	שיחה עם מורן סמואל – (ZOOM)	אמונות טפלות ומאין הן באו – קורל	בריאות הנפש – הלל ונגה
	שיטה		תשובה – ענבל	גלעד – רעיון פוליטי	קבלת האחר – הילה	הוקרת תודה ורפלקציה- טל ק נדב שירי ונופר ט
13: 00	<b>ארוחת צהריים וזמן עבודה על פרויקטים</b>					
15: 45	<b>זמן מובילי יום</b>					
16: 00	רותם		מלחמת יום הכיפורים – זאביק	סדנת אקרובטיקה – שקד	Black lives matter – נעמה	מנוחה לקראת שבת
	שיטה		היסטוריה – רוני ורועי	אך המוזיקה שינתה את חיי? - לייזר חזות (ZOOM)		מנוחה לקראת שבת
17: 00	<b>הפסקה</b>					
17: 15						
17: 45	רותם		מיתולוגיה יפנית- גיאפז צליל וקורן	האם זה ספורט ? שחר ושחר	אימון גופני	
17: 45						

	אימון גופני	<b>All you need is love</b> לייה	מלחמת יום הכיפורים – זאביק	פתיחת שבוע וזמן מובילי שבוע		שיטה		
ארוחת ערב								19:00
<b>שבת שלום! שבת שובה פרשת האזינו</b> כניסת שבת : 18:12 יציאת שבת : 19:14	20:00 ערב סרט – לויסי 21:30 עיבוד יום	<b>All you need is love</b> לייה	סיכום יום- למידה- גיאפז ונויה	הצלחות – ירין ונדב		רותם	20:00	
	"פוליטיקלי קורקט"- אדיר	20:00-23:00 – משמר בנושא סליחות – למידה	19:45 ערב סרט- "ויפלאש" – קהילה 21:45 עיבוד יום ותדרוך יומי למחר	ערב עדות- איתמר שחר יוהד וטל ב		שיטה		
עיבוד יום + תדרוך יומי למחר								21:15-21:45

"עם קמץ שמים ביד הייתי עובר את חיי. הייתי חוצה את הים ברגלי עם קמץ שמים ביד." (אברהם חלפי)