



**ארגון המורים**

שותפים איתך לדרך



**ארגון המורים**  
המכללה להשתלמויות  
מורים ופיתוח מקצועי

תשפ"ה



המחלקה לפיתוח מקצועי והשתלמויות של ארגון המורים מציעה לכם מגוון רחב של השתלמויות בתחומי דעת והעשרה שונים. רקמנו עבורך השתלמויות מרתקות וחדשניות במגוון תחומים שמעסיקים ביותר מורות ומורים, השתלמויות להוראה עם השראה ועומק, שהן חוד החנית להוראה היום. נוח להשתלם אצלנו - מחלקת ההשתלמויות תלווה אותך במהלך ההשתלמות עד לקבלת אישור לגמול השתלמות ממשרד החינוך וקבלת תוספת השכר המתאימה בתלוש המשכורת.





# תוכן עניינים

4.....	דבר יו"ר הנהלת ארגון המורים העל יסודיים.....
5.....	דבר יו"ר מחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי.....
6.....	צוות מחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי (דף קשר).....
7-11.....	מידע למשתלמים בשנת הלימודים תשפ"ה.....
12-22.....	לימודי תעודה.....
23-41.....	לימודי זום.....
42-58.....	קורסים מקוונים.....
59-65.....	לימודי שפות.....
66-78.....	השתלמויות סיורים.....
79-108.....	השתלמויות אזור באר שבע והנגב.....
109-146.....	השתלמויות אזור תל אביב והמרכז.....
147-189.....	השתלמויות אזור אשדוד והדרום.....
190-238.....	השתלמויות אזור ירושלים ומודיעין.....
239-272.....	השתלמויות אזור חיפה והסביבה.....
273-320.....	השתלמויות אזור כרמיאל ועפולה.....
321-361.....	השתלמויות אזור כפר סבא והשרון.....
362.....	דברי סיום.....

# דבר יו"ר הנהלת ארגון המורים העל-יסודיים



## מורות ומורים יקרים,

השתלמויות הן כלי מרכזי לקידום המקצועי של כל בעל מקצוע, בכלל זה המורות והמורים ומכאן החשיבות שאנו מייחסים להתפתחות המקצועית, להרחבת הידע ולהעשרה שלהמורות והמורים.

לאור זאת, דאגנו במהלך השנים לפתח ולהרחיב את ההיצע והמגוון של ההשתלמויות והתחומים בהם תוכלו לבחור ולהשתלם. גם השנה הוכנסו קורסים חדשים וחידושים שונים, בכללם השתלמויות מקוונות, כל זאת מבלי להתפשר על איכות ורמה.

כעת, כשהרפורמה "עוז לתמורה" משגשגת, נושא ההשתלמויות מקבל משנה תוקף, גם לאור העובדה שההשתלמויות הן חלק מהדרישות לקידום בדרגה ולקבלת תפקיד.

ארגון המורים שוקד בשנים האחרונות, יחד עם משרד החינוך, על פיתוח והרחבה של מערך השתלמות בנושאים שונים, אשר להם נגיעה לרפורמה ואשר יעזרו למורים העובדים במסגרתה ליעל ולשפר את עבודתם, ואף להקל עליה.

אגב כך, בשנה האחרונה התקיימו בהצלחה קורסים לבעלי תפקידים בבתי הספר ואנו ממשיכים גם השנה בהכשרת בעלות ובעלי תפקידים במסגרת "עוז לתמורה" ואף יותר.

אנו שמחים על כך שמורות ומורים רבים מאוד בוחרות ובוחרים להשתלם דרך ארגון המורים, מתוך שהם מוצאים במגוון המוצע את שמעניין אותם.

כאמור, המגוון רחב ואני מקווה שכל אחת ואחד מכם ימצא את שמעניין ומהנה ובכך ישפר את המקצועיות ואת השכר. בעיניי, קידום שכרם של המורות והמורים לא תלוי אך ורק בהסכמי עבודה, אלא גם בצבירת גמולי השתלמות ולא רק IN SERVICE TRAINING.

בברכה,

רן ארז

יו"ר הנהלת ארגון המורים



# דבר יו"ר מחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי



## מורות ומורים יקרים,

אני שמחה להציג בפניכם מגוון רחב של קורסים להרחבת אופקים והעשרה למורים בשבתון ולמורים בפועל במטרה לדאוג לפיתוח האישי והמקצועי של עובדי ההוראה ולקידום בשכרם. הקורסים המוצעים לעובדי ההוראה מותאמים לאתגרים החדשים שמערכת החינוך מציבה בפנינו. הקורסים מאושרים ע"י משרד החינוך ומוכרים לצבירת גמולי ההשתלמויות וקידום בדרגה ברפורמות אופק חדש ועוז לתמורה.

מח' השתלמויות מביאה לכם את מגוון הקורסים החל מלימודי שפות בזום כמו: איטלקית, ספרדית, לדינו, ערבית ועד לקורסי סיורים בטבע בנאות קדומים, קורס תכנון פיננסים ושכר, השתלמות ביד ושם עם סיורים לימודיים בחו"ל, סיורים בארץ ועוד. מרכזי השתלמויות פרושים בכל רחבי הארץ: בדרום, בנגב, במרכז, בחיפה בכרמיאל ובירושלים.

רכזי/ות ההשתלמויות המשוויכים למחוזות מעניקים ליווי מקצועי, ייעוציים לבניית תכנית לימודים ומענה לשאלות עד לקבלת הגמולים הנדרשים ואישור לשנת הוותק למורים בשבתון. במציאות המשתנה והמאתגרת בטכנולוגיה המתפתחת והדוהרת, המורים משתוקקים ללמידה משמעותית וחוויתית גם כשמדובר בקורסים שאינם מוכרים לגמול.

בשנים האחרונות המחלקה להשתלמויות בארגון המורים גיבשה שינויים בתחום ההשתלמויות ואחד הבולטים שבהם הוא העברת ההשתלמויות בתוך ביה"ס כאשר צוות המורים והנהלת ביה"ס שותפים פעילים בבחירת ההשתלמויות המוכרות לגמול וקידום בדרגה. בשנת תשפ"ד לראשונה בנינו תוכנית השתלמות חדשה המיועדת לאנשי מילואים ואף אפשרנו לבני/ובנות זוגם להשתתף בהשתלמויות הללו במטרה לאפשר להם לצבור גמולים גם בתקופה מורכבת זו. הקורסים הם: תיאטרון ירושלים, סיורים בטבע בנאות קדומים, מקוונים א סינכרוניים, מוזיאון ירושלים, יד ושם ועוד.

בהזדמנות זו ברצוני להודות לצוות הנפלא והמסור במחלקה להשתלמויות: לרכזי ההשתלמויות ולמזכירות ההשתלמויות ששקדו במשך תקופה ארוכה כדי להביא השתלמויות בעלות תכנים איכותיים ומרתקים אשר נבחרו בקפידה.

אתם מוזמנים להיחשף למגוון העצום והרחב של ההשתלמויות שלנו ולהנות מהעשרה המקצועית והמתקדמת.

**בהצלחה ושנת השתלמות פורייה,**

בכבוד רב,

פנינה הרוש

יו"ר המחלקה להשתלמויות  
ופיתוח מקצועי

# צוות מחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי

פנינה הרוש יו"ר | מחלקת ההשתלמויות ופיתוח מקצועי

דוא"ל: pninah@igm.org.il

טלפון: 03-7106740

## באר שבע והנגב

רכזת: מגי שלו

טלפון: 08-9764829

דוא"ל: maggys@igm.org.il

מזכירה: מזל שוב

טלפון: 08-9764830

דוא"ל: mazallS@igm.org.il

## כרמיאל, עפולה והסביבה

רכז: גבי הורנונג

טלפון: 04-6493423

דוא"ל: gabih@igm.org.il

מזכירה: לירון נגר פייביש

טלפון: 04-6493426

מייל: LironN@igm.org.il

## השרון, כפ"ס, פ"ת ונתניה

רכזת: טובה אגוז

טלפון: 09-7890604

דוא"ל: tovaE@igm.org.il

מזכירה: ענבל פאר

טלפון: 09-7890600

דוא"ל: InbalP@igm.org.il

## תל אביב, ראש"צ, ר"ג, חולון והמרכז

רכזת: קארין מאור

טלפון: 03-7106739

דוא"ל: karinm@igm.org.il

מזכירה: סופי אזולאי

טלפון: 03-7106785

דוא"ל: sofia@igm.org.il

מזכירה: הודיה נביא

טלפון: 03-7106740

דוא"ל: hodayan@igm.org.il

## ירושלים ומודיעין

רכזת: ספי חן ציון

טלפון: 050-6283319

דוא"ל: SefiC@igm.org.il

מזכירה: מרים בריח

טלפון: 08-9577809

דוא"ל: MiriamB@igm.org.il

## חיפה והסביבה

רכזת: מאירה לייבו

טלפון: 04-6493406

דוא"ל: MeiraL@igm.org.il

מזכירה: אורטל דן

טלפון: 04-6493407

דוא"ל: ortalD@igm.org.il

## אשדוד, אשקלון והדרום

רכזת: אורית בקרמן

טלפון: 08-9577804

דוא"ל: oritB@igm.org.il

מזכירה: מרים בריח

טלפון: 08-9577809

דוא"ל: MiriamB@igm.org.il



www.igm.org.il



# מידע למשתלמים

## בשנת הלימודים תשפ"ה 2024-2025



[www.igm.org.il](http://www.igm.org.il)

# מידע למשתלמים



## בשנת הלימודים תשפ"ה 2024-2025

ארגון המורים מציע למורים בשנת הלימודים תשפ"ה מגוון עשיר של השתלמויות בתחומים רבים מתוכן השתלמויות חדשות – מקוונות, בזום ופרונטליות.

### קהל היעד של ההשתלמויות שלנו הינו:

- מורים בשבתון החוסכים בקרנות ההשתלמות למורים של הבנק הבינלאומי הראשון - עגור (קרן ארגון המורים) וקרן הסתדרות המורים.
- מורים שאינם בשבתון.

ל"ז המפגשים של ההשתלמויות – מקביל ללוח ימי הלימודים בבית הספר. בימי חופשות מתוכננות מראש של בתי הספר לא מתקיימות השתלמויות, למעט סיורים, השתלמויות שנמשכות עד שבוע אחד במרכז וימי עיון.

### השתלמויות לפי הכרה לגמול ו/או לקידום מקצועי

ארגון המורים קיבל הכרה של משרד החינוך להשתלמויות לפי המפורט בחוברת זו ובאתר ארגון המורים.

- במחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי תמצאו השתלמויות מסוגים שונים, ביניהן:
- השתלמויות חובה עם ציון שקיבלו הכרת משרד החינוך לקידום מקצועי למורים המלמדים באופן חדש וכמו כן, מוכרות לגמול חובה עם ציון למלמדים בעוז לתמורה. הלמידה מחייבות כתיבת עבודת סיום.
  - השתלמויות חובה ללא ציון (ללא הגשת עבודה) המוכרות ע"י משרד החינוך לקבלת גמול השתלמות בעוז לתמורה בלבד.
  - השתלמויות רשות שאינן מוכרות לקבלת גמול או לקידום בדרגה, לא באופן ולא בעוז לתמורה.

בצמוד לכל קורס מופיעה ההכרה שהקורס קיבל ואיזו אוכלוסיית מורים זכאית לה. כדאי לבדוק בטרם ההרשמה לקורס – מה הקורס מקנה. תוכלו להיעזר ברכזי ההשתלמויות כמפורט בחוברת לקבלת ייעוץ.

# מידע למשתלמים



## לידיעת משתלמים בשנת שבתון

קיים הסדר בין ארגון המורים לקרנות ההשתלמות שמאפשר גביה ישירה של ארגון המורים מקרן ההשתלמות שלך עבור הקורסים שתלמדו בשבתון. הסדר זה משחרר אותכם מתשלום אישי ומטיפול בבירוקרטיה של קבלת החזרים כספיים.

כל שעליך לעשות – לחתום באופן דיגיטלי על טופס ההרשאה שיופיע לך בתום תהליך ההרשמה באתר ארגון המורים.

## ההרשמה להשתלמויות בשנת תשפ"ה

הרשמה למורים בשנת שבתון:

לאחר בחירת ההשתלמויות וההרשמה אליהן באתר – עליך למלא טופס תוכנית לימודי באתר של הקרן ולציין קוד מוסד ליד כל קורס: קוד המוסד להשתלמויות פרונטליות או בזום סינכרוני הוא 365, קוד המוסד להשתלמויות מקוונות א-סינכרוניות הוא 366.

במקביל למילוי טופס תוכנית לימודים ומבלי להמתין לאישור הקרן – מומלץ להירשם לקורסים שבחרת באתר ארגון המורים על מנת שישמר מקומך בקורסים אלה לפני שיתמלאו.

לאחר שהקרן מחזירה לך במייל את תוכנית הלימודים חתומה ומאושרת, חשוב להעביר את המייל עם הטופס המאושר לארגון המורים. השתתפותך בקורס מותנית באישור תוכנית הלימודים שלך בשבתון בקרן ההשתלמות ובהעברת האסמכתא המתאימה אלינו. ללא אישור תוכנית הלימודים בקרן ההשתלמות – יהיה עליך לשלם עבור הקורס.

מורה המשנה את תוכנית הלימודים שלו חייב לקבל אישור על השינוי מארגון המורים ולאחר מכן למלא טופס שינוי תוכנית לימודים באתר של קרן ההשתלמות. יש להעביר לארגון המורים את טופס שינוי תוכנית הלימודים החתום על ידי הקרן.

# מידע למשתלמים



## הרשמה למורים שאינם בשבתון

מורה שאינו בשבתון יירשם לקורסים שבחר באתר ארגון המורים - מחלקת השתלמויות ופיתוח מקצועי, ויזכה למחיר מסובסד. ההשתלמויות המפורסמות השנה מיועדות לכלל המורים ללא קשר להשתייכותם הארגונית. בחלק מהקורסים ניתן לצרף בן/בת זוג (ללא סבסוד). מרבית ההשתלמויות תיפתחנה לאחר חופשת סוכות תשפ"ה, בכפוף למספר הנרשמים. הודעות, תזכורת ועדכונים שונים על ההשתלמות תשלחנה למורים במייל בלבד לפני פתיחת הקורס ובמהלכו. על המשתלם לוודא כי המייל שלו, המופיע בנתוני ארגון המורים – מעודכן.

## בונסים של ארגון המורים למורה בשבתון – השתלמויות ללא תשלום

מורה בשבתון הלומד את כל 16 יחידות הלימוד במרכזי ההשתלמויות של ארגון המורים (ללא קשר להשתייכותו הארגונית) - זכאי להשתלם בנוסף בקורס אחד או שניים של 2 יחידות לימוד כל אחד (סך הכל: עד 4 יח"ל) באותה שנה (תשפ"ה), ללא תשלום נוסף וזאת על בסיס מקום פנוי ובאישורו של רכז/ת השתלמויות האזורי (קורסי בונס).

מורה בחצי שבתון, הלומד 8 יחידות לימוד בתשפ"ה במרכז ההשתלמויות של ארגון המורים, זכאי ללמוד 2 יחידות לימוד נוספות באותה שנה ללא תשלום נוסף, על בסיס מקום פנוי ובאישור של רכז/ת השתלמויות האזורי.

## הערות לקורסי בונס:

הבונסים הינם למורים בשבתון בלבד בכפוף למספר היחידות הנלמדות בארגון המורים. מורה שביטל קורס – תתבטל זכאותו לקורס בונס שקיבל ויהיה חייב לשלם עבור קורס/י הבונס (גם אם כבר למד אותם). קורסי בונס ניתנים אך ורק על בסיס מקום פנוי ובתאום עם רכז/ת ההשתלמויות. שבועות מרוכזים וקורסי סיורים אינם ניתנים כקורס בונס. אין לציין את קורסי הבונס בטופס אישור או שינוי תכנית הלימודים לקרן.

## נוהל שינוי תכנית לימודים :

שינוי תכנית לימודים אפשרי רק לפני תחילת הקורס אליו נרשמת ומשמעו, ביטול ההשתתפות בקורס מסוים והחלפתו בקורס אחר או הוספת קורס חדש. לפני כל שינוי עליך לפנות לרכז/ת השתלמויות באזורך לבדוק אם יש מקום בקורס אליו אתה מעוניין להירשם ואם ניתן בשלב זה לבטל את בחירתך הקודמת.

**בכל שינוי בתוכנית לימודים יש לעדכן ולקבל אישורו של ארגון המורים תחילה ורק אחר כך לבצע שינוי באתר קרן ההשתלמות.**

מורה שישנה תכנית רק בקרן ההשתלמות, מבלי ליידע את מרכז ההשתלמויות בארגון המורים, יחויב בעלות ההשתלמות בהתאם לתעריף הקרן להחזר שכר לימוד. שינוי המתבצע באתר הקרן בלבד ללא יידוע ארגון המורים עלול לסכן את המורה באי-קבלת אישור לשנת ותק בהוראה מקרן ההשתלמות בסוף שנת השבתון.

## נוהל ביטול רישום לקורס

משתלם המבקש לבטל רישום לקורס יודיע בכתב לרכז או לפקידת ההשתלמויות האחראית על האזור בו מתקיימת ההשתלמות על הבקשה לביטול הקורס תוך ציון סיבת הביטול.

משתלם בשבתון המשנה תכנית לימודים בקרן ההשתלמות מבלי לשלוח הודעת ביטול לארגון המורים לפי נהלי הביטול של הארגון, יחויב בתשלום מלא לפי תעריף הקרן עבור כל קורס שביטל

## קורסים מקוונים

ניתן לבטל עד שבועיים אחרי פתיחת הקורס.

## קורסים פרונטליים והשתלמויות סיור

ניתן לבטל עד שבועיים לפני פתיחת הקורס. החל מפתיחת הקורס לא ניתן לבטל.





# לימודי תעודה

מחלקת השתלמויות מציעה לכם עשרות  
השתלמויות במסגרת לימודי תעודה.  
למסיימים תוענק תעודת הסמכה.



# הוראה מתקנת ומותאמת - בזום

מספר קורס 195

סוג גמול:  
180 שעות, מתוכן 60 שעות לגמול עם ציון  
בעוז לתמורה ואופק חדש,  
ו-112 שעות עם ציון בעוז לתמורה.

6 יחידות לימוד, 180 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:30-20:00



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 02/07/2025



31 מפגשי זום, רביעי אחה"צ + מפגשים א-סינכרוניים  
מתוקשרים בלמידה עצמית במהלך השנה

הכשרת מורות ומורים לזיהוי ומתן מענה לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וקשיים לימודיים. לספק כלים ואסטרטגיות מעשיות לעבודה עם תלמידים בעלי קשיי למידה בלימודי שפה. חשבון ומיומנויות למידה. איתור וזיהוי מקורות הקושי של התלמיד, פיתוח ויישום פרקטיקות לקריאה וכתיבה מיטביים, שיטות וכלים לחיזוק מיומנויות הבנת הנקרא, אסטרטגיות למידה וכלים יישומיים להוראה מותאמת בתחום השפה והמתמטיקה, בניית תוכנית עבודה לאיתור ומתן מענה לתלמידים עם לקויות וקשיי למידה, עבודה פרטנית לקידום הישגים באמצעות שימוש באסטרטגיות למידה מותאמות.

**למסיימים תוענק תעודה אקדמית ממכללה מוכרת.**

**מנחת הקורס:** נתנאלה בראל, M.A. חינוך מיוחד- לקויות למידה, מורה להוראה מותאמת ומאבחנת דידקטית

**דרישות הקורס:** נוכחות סדירה, מטלות מקוונות ומטלת סיום.



לרישום לחצו כאן



# יוגה בהוראה – תעודת מדריכי יוגה

מספר קורס 185

6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

סוג גמול:

172 שעות מתוכן 60 שעות לגמול עם ציון בעוז  
לתמורה ואופק חדש ו- 112 שעות עם ציון בעוז  
לתמורה בלבד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 03/11/2024  
תאריך סיום: 29/06/2025



30 מפגשים, ימי ראשון,

ביה"ס "הצליל הפנימי", חובבי ציון 46, תל אביב.

לימוד היוגה על היבטיה הפיסיים, הנפשיים והרוחניים, מתוך תפיסת האדם כמכלול אחד של גוף נפש רוח העולה מתוך הצורך לתת מענה לכל אחד מהמרכיבים בכדי ליצור איזון ביניהם המוביל לחיים בריאים ולהגשמה עצמית.

הקורס מקנה ידע שימש את המשתלמים באימוץ התכנים הנלמדים ויישומם בחיי היום יום בכדי להשיג בריאות טובה, לפתח כושר ריכוז, להתמודד עם מתחים ולהגיע לשקט נפשי. הפנמה ואימון בתכנים הנלמדים מאפשר יישום של התרגול למגוון אוכלוסיות וגם לתלמידים בבית הספר.

**בין נושאי הלימודי העיוניים:** פילוסופיה של היוגה, אנטומיה ופיזיולוגיה בסיסיים, השפעות מרפאות של תרגילי היוגה.

**תרגול מעשי:** ראג'ה יוגה - תרגילי ריכוז ומדיטציה, אסאנות (תנוחות היוגה), פראניאמה - תרגילי נשימה, ACI - ארגון הגוף בתנועה, SYHS - חיזוק הגוף, יוגה לאוכלוסיות שונות, יוגה בבית הספר, דרכי הוראת יוגה.

**בסיום הקורס תינתן תעודת הסמכה מטעם ביה"ס ליוגה "הצליל הפנימי",**

**המוכרת ע"י ארגון מורי היוגה בישראל וארגון המורים ליוגה האמריקאי Alliance Yoga. מרצים מבי"ס לבריגהו יוגה "הצליל הפנימי" בהובלת ד"ר אודי בילו.**

מורה בשבתון יוסיף 1200 ש.



לרישום לחצו כאן



מיקום:

באר שבע, אשדוד, חיפה, כרמיאל



סוג קורס:

חובה



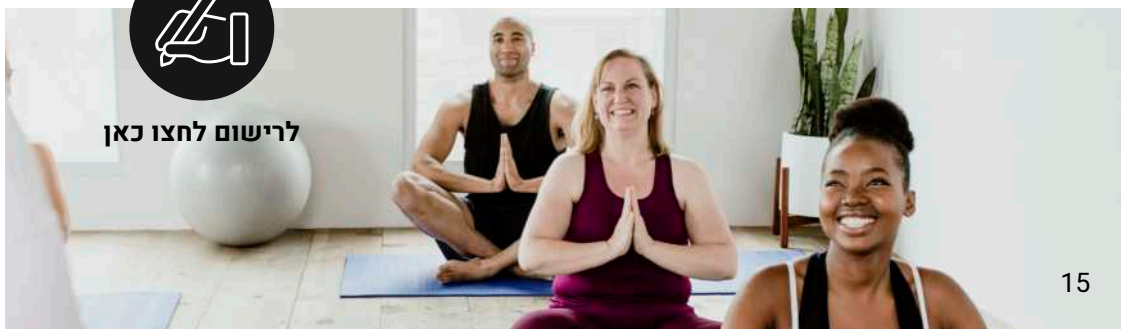
הקורס מקנה כלים להכשרת מנחים לסדנאות צחוק בשיטת יוגה צחוק ועוסק בחקר הצחוק, השמחה וההומור וכיצד הם משתלב בחיים. יתרונות הצחוק מבחינה בריאותית, נפשית וחברתית – מחקרים ועובדות. קבלת כלים למערכי שיעור מלווים בתנועה, משחק וצחוק לשיפור אנרגיית הלמידה וכמונע שחיקה. הצחוק כמקור לריפוי ריגשי ונפשי. מיקוד שמחה והבנת המודעות, הבנת האיזון שבין קבלה עצמית והצלחה, הקשבה עצמית ושינוי חשיבה. הזכות להכיר את עצמי ממקום מחויך, מעצים ומכיל יותר.

**בסיום הקורס תינתן תעודת הסמכה של מנחה יוגה צחוק בינלאומית המוכרת בארץ ובחו"ל**

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
403	מתנ"ס נווה נוי באר שבע	שני	09:00-13:15	4/11/2024-27/1/25
431	כיתת ההשתלמויות ארגון המורים אשדוד	ראשון	09:00-13:15	10/11/2024-02/02/25
305	חיפה	רביעי	09:00-13:15	30/10/2024-29/01/2025
514	משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל	חמישי	09:30-13:45	17/10/2024-02/01/2025



לרישום לחצו כאן



# הכשרת מגשרים -

## שפת הגישור בשירות המחנך

סוג גמול: גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש.

מספר קורס 408  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מרכז אומדנא  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 04/02/2025  
תאריך סיום: 06/05/2025



### ימי שלישי

רכישת מיומנות לניהול תהליך גישור במערכת החינוך כדרך ליישוב סכסוכים. הקניית כלים להתמודדויות עם מצבי קונפליקט. כלים לניהול משא ומתן משותף ואפקטיבי באקלים הבית ספרי. ניהול דיאלוג בונה הסכמות ומייצר אמון. שיפור ביצועים והעצמת המשתתפים כמובילי דרך.

**נושאי הלימוד:** משמעות ומהות הגישור ודרך ליישוב סכסוכים במערכת החינוך, סוגי קונפליקטים וסגנונות ניהולם, תפיסת הקונפליקט כהזדמנות, עקרונות הגישור ושלבי הליך הגישור.

**בהנחיית** גב' ריקי קראוס - עורכת דין ומגשרת, מרצה בכירה לגישור ומו"מ, בוגרת הרווארד ובעלת מאסטר בניהול ויישוב סכסוכים, מגשרת מהו"ת מטעם בית משפט

**הקורס מקנה תעודת הסמכה כבוגר קורס גישור בהתאם לאמות המידה של "וועדת גדות" הוועדה המייצגת לענייני גישור בבתי משפט.**

מורה בשבתון יוסיף 300 ש"ח עבור ההסמכה.



לרישום לחצו כאן



# NLP פרקטישיונר

6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

סוג גמול:

172 שעות מוכרות לעזר לתמורה עם ציון  
מתוכן 60 שעות מוכרות לאופק חדש

מיקום:  
זום, מודיעין, כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



קורס הסמכה לשלב ראשון בתהליך הכשרת מאמן NLP. הקורס מעניק ידע וכלים פרקטיים מתחום ה-NLP ליצירת תקשורת פנימית ובינאישית אפקטיבית וחיובית, לשם יצירת השפעה, צמיחה, העצמה ושינוי במעגל המקצועי והאישי. **בהובלת** נועה יצחק – מייסדת ומנהלת ביה"ס "אנגרמה – אימון והדרכה", מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**הקורס מועבר ע"י מנחים מקצועיים מצוות "אנגרמה אימון והדרכה".**

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
453	זום	ראשון	15:30-20:30	27/10/24-08/06/2025
409	זום	ראשון	08:45-14:30	03/11/24-18/05/2025
260	מודיעין	חמישי	08:45-14:30	31/10/2024-15/05/2025
164.2	כפר סבא	שלישי	08:45-14:30	29/10/24-06/05/2025
500	כרמיאל	ראשון	08:45-14:30	24/10/2024-01/06/2025



לרישום לחצו כאן



סוג גמול: 168 שעות גמול עם ציון לעוז לתמורה  
מתוכן 60 שעות לאופק חדש

מיקום:  
אשדוד, בזום



סוג קורס:  
חובה



28 מפגשים

### קורס זה מיועד למסיימי קורס פרקטישיונר NLP

השתלמות זו נועדה להעמיק את הידע הניסיון והתרגול בכלי הNLP. **מטרות ההשתלמות:** ליצור אינטגרציה ברמה גבוהה של מיומנויות וכלים לשיפור מיומנויות התקשורת במרחב האישי והחינוכי, אסטרטגיות לתשואל אפקטיבי, פתרון קונפליקטים מורכבים והפעלת תוכנית אימונית אישית לליווי, תמיכה והעצמה. ההשתלמות בנויה מהקניית חומר תאורטי, לצד התבוננות עצמית והתנסות אישית ומאפשרת ללומד לפתח את מיומנות ההנחייה שלו צעד אחר צעד באופן שמאפשר לו להשפיע ולהעצים ולשפר את חייהם של התלמידים באופן מיטבי ועמוק.

**בהנחיית** אפרת כהן מלמד - מאמנת NLP TRAINER יועצת ארגונית M.A

**למסיימים תינתן תעודת NLP MASTER המוכרת על ידי איגוד הHNLP העולמי**  
**ולשכת הNLP הישראלית.**

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
458	כיתת ההשתלמויות ארגון המורים אשדוד	רביעי	09:00-14:00	30/10/24-04/06/25
458.10	זום	שני	15:30-20:30	28/10/24-26/05/25

תוספת 600 ש"ח למורים בשבתון



לרישום לחצו כאן

# קורס אימון בסיסי Coaching

6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

סוג גמול: 175 שעות גמול עם ציון לעזר לתמורה  
מתוכן 60 שעות לאופק חדש

מיקום:

פתח תקווה, חיפה, כרמיאל, ירושלים



סוג קורס:

חובה



25 מפגשים

תהליך האימון מבוסס על תפיסה לפיה האימון מספק מסגרת בטוחה בה המתאמן מברר, שואל, מתבונן וסולל דרך אל חזונו ומטרותיו בעזרת המאמן וארגון הכלים שבידיו. **מטרות ונושאי הקורס:** הקורס מקנה חוויה לימודית, אישית ומקצועית. ההכשרה כוללת את יסודות האימון והיכרות עם מודל אימון מכון עתיד, הניתן ליישום גם במערכת החינוך במישורים אישיים וארגוניים. תוך הכרות, לימוד והתנסות בעקרונות האימון, מסגרת האימון, מודל אימון מכון עתיד, עקרונות תקשורת אימונית אמפטי, הקשבה פעילה וסינרגיה, שאילת שאלות עוצמה, עיצוב והבנייה מחדש (reframing), יצירת מחויבות ובניית חוזה אימון, מיפוי וזיהוי צרכים, פרדיגרמות והרגלים, ערכים וחסמים כגורמים אסטרטגיים מניעים או מעכבים, כוחו המניע של החזון, בניית תכנית פעולה והכוונה לתוצאות, הבניית יעדים ומדדים כנגזרת של החזון מיסוד דפוסי ביצוע, שימור ותמיכה להשגת תוצאות.

בהובלת נועה יצחק – מייסדת ומנהלת ביה"ס "אנגרמה – אימון והדרכה", מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת, מועבר ע"י מנחים מקצועיים מצוות "אנגרמה אימון והדרכה".

**הקורס מקנה תעודה מטעם אנגרמה - אימון והדרכה, המוכרת להמשך תהליך הסמכה ע"י לשכת המאמנים.**

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
111.6	פתח תקווה	שני	08:45-14:30	28/10/2024-05/06/2025
306	חיפה	חמישי	08:45-14:30	31/10/2024-22/05/2025
505	כרמיאל	שני	08:45-14:30	28/10/2024-05/05/2025



לרישום לחצו כאן

# הנחיית קבוצות וצוותי משימה

סוג גמול:

116 שעות מוכרות לגמול לעוז לתמורה,

מתוכן 60 שעות גמול עם ציון מוכרות לאופק חדש.

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:

באר שבע, חיפה, נתניה, כרמיאל, מודיעין, ירושלים



סוג קורס:

חובה



פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחיה בקבוצה ובדינאמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים. למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואפיון בכלל ובבתי הספר בפרט. רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בין אישיות, פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחיה.

נלמד מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשלבי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנויות וסגנונות הנחייה והוראה, תפקידי המורה כמנהיג ומוביל, תקשורת בין אישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים, מתן וקבלת משוב והערכה כהזדמנות ולא כאמצעי ענישה, שונות ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא, כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצרת סינרגיה בקבוצה, סוגיות פרידה שילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות, סרטים, תרגילים, שאלונים וקבוצות דיון.

**בהובלת** נועה יצחק – מייסדת ומנהלת ביה"ס "אנגרמה – אימון והדרכה", מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**הקורס מועבר ע"י מנחים מקצועיים מצוות "אנגרמה אימון והדרכה".**

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
311	חיפה	רביעי	08:45-14:15	05/02/2025-04/06/2025
113.5	נתניה	חמישי	08:45-14:30	31/10/2024-13/02/2025
503	עפולה	חמישי	08:45-14:30	24/10/2024-06/02/2025
265	מודיעין	שלישי	08:45-14:30	18/02/2025-24/06/2025
206	ירושלים	ראשון	08:45-14:30	24/11/2024-23/02/2025



לרישום לחצו כאן





# סגני מנהלים ומיומנויות ניהול

סוג גמול: 90 שעות לאופק חדש ולעזו לתמורה

3 יחידות לימוד, 90 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



ההשתלמות תועבר בלמידה מרחוק: 16 מפגשים בזום בשילוב 5 שיעורים מקוונים א-סינכרוניים.

הכרת הפרקטיקה הניהולית בבית הספר העל יסודי, הכרת מכלול ההיבטים שעליהם מופקד סגן המנהל וצמרת המנהיגות המובילה בביה"ס, רכישת כלים ניהוליים לבעלי תפקידים בבית הספר, פיתוח יכולות הנחיה והובלה של מורים.

הקורס מתחלק לשני נושאים:

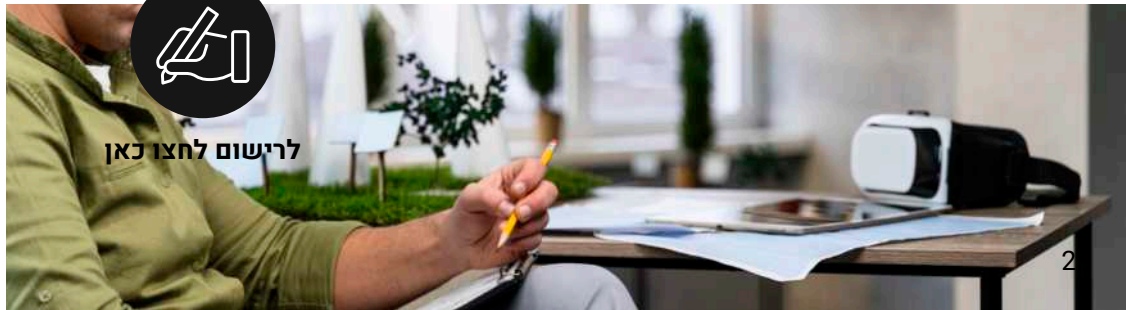
**א. למידה עיונית:** מיומנויות וסגנונות ניהול, המנהל והמנהיג, כלים לשיפור מוטיבציה של מורים וחיזוק מעמדם, פיתוח מקצועי של מורים, גיוס וניהול צוות, ניהול השעות הפרטניות, משא ומתן בביה"ס, בין תכנון לביצוע, למידה ארגונית, יחסי הגומלין של ביה"ס עם סביבתו ועבודה עם הורים, תהליך קבלת החלטות, תכנון ובניית פרויקטים.

**ב. למידה מעשית:** יצירת תשתית ותכנית לפרויקט בית ספרי בהובלת המורה והתלמיד.

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
545	זום	ראשון	16:30-19:45	15/12/2024-08/06/2025
422	זום	שני	16:30-19:45	04/11/2024-21/04/2025



לרישום לחצו כאן



# רכזי שכבה טרום תפקיד

## רכזי מקצוע טרום תפקיד



לרישום לחצו כאן

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



**רכזי שכבה טרום תפקיד – קוד קורס – 60,549 שעות לימוד, 2 יח' לימוד,**

**סוג גמול: 60 שעות לאופק חדש ועוז לתמורה**

מרכז שכבה משמש כמנהל בדרג הביניים במערכת הבית ספרית. התפקיד מצריך אוריינטציה ניהולית, שכן הסוגיות המקצועיות שעמן נדרש המרכז להתמודד הן מורכבות, ומצריכות השתלבות מוצלחת במסגרת הרחבה של צוות הניהול הבית ספרי. ניהול המשאב האנושי, וניהול פרויקטים, הן שתי משימות שכיחות שאליהן נדרש מרכז השכבה. הקורס מכון להקנות בסיס ראשוני בנושאים אלו. הקורס יספק תובנות באיתור אנשי צוות בגיוסם, בפיתוח מוטיבציה, באיתור נקודות חוזק אישיות, תיבחנה בו סוגיות מרכזיות בניהול צוותים שהן לחם חוקו של המרכז, במנהיגות ובקונפליקט האישי הכרוך בפיתוח קריירה (אל מול השקעה במשפחה).

**רכזי מקצוע טרום תפקיד- קוד קורס – 30,550 שעות לימוד, 1 יח' לימוד,**

**סוג גמול: 30 שעות לאופק חדש ועוז לתמורה**

מרכז מקצוע הוא מנהל בדרג הביניים, של התחום הדיסציפלינרי. התפקיד מחייב ידע בניהול צוותים, לצד מומחיות בפיתוח ובתירגום הידע הספציפי, בתחום שעליו מופקד מרכז המקצוע. ההשתלמות תעסוק בהיבטים הקשורים ללמידה צוותית, בצורך המתמיד בלמידה ובהתעדכנות בתחום הדעת, בהכרת הפדגוגיה הרלבנטית, בפיתוח תכניות לימודים, ובבקרה והערכה של העבודה מורי הדיסציפלינה. המורה המשתלם, יתנסה בהערכת תהליכי למידה, במודלים להנחיה מקצועית ובהיבטים ארגוניים.

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכי פתיחה וסיום
549	זום	שלישי	16:30-19:45	04/01/2025-22/04/2025
550	זום	חמישי	16:30-19:45	06/02/25-27/03/25



# השתלמויות בזום כלל ארצי

השתלמויות המתקיימות בפלטפורמת זום, מתרחשות למעשה במרחב כיתתי וירטואלי עם מנחים המקיימים השתלמות ביום ובשעה קבועה בו זמנית לכל המשתתפים דרך המחשב. קיים מגוון רחב של קורסים בלימודי תעודה, השתלמויות העשרה והרחבת אופקים בתחומי דעת רבים כולל הכרת שפות חדשות. השנה הרחבנו את היריעה של הקורסים בזום והם מתקיימים לנוחיותכם, באמצעות השלוחות השונות, בכל ימות השבוע, הן בשעות הבוקר והן בשעות אחה"צ. ההשתלמויות מוכרות כמובן לגמול השתלמות בעזר לתמורה ורובן אף לאופק חדש.

# הוראה מתקנת ומותאמת - לימודי תעודה

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

+ 120 שעות עם ציון לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 195

6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:30-19:45



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 02/07/2025



ימי רביעי אחה"צ 31 מפגשי זום + מפגשים א-סינכרוניים

רכז שכבה משמש כמנהל בדרג הביניים במערכת הבית ספרית. הכשרת מורות ומורים לזיהוי ומתן מענה לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וקשיים לימודיים. לספק כלים ואסטרטגיות מעשיות לעבודה עם תלמידים בעלי קשיי למידה בלימודי שפה. חשבון ומיומנויות למידה.

איתור וזיהוי מקורות הקושי של התלמיד, פיתוח ויישום פרקטיקות לקריאה וכתיבה מיטביים, שיטות וכלים לחיזוק מיומנויות הבנת הנקרא, אסטרטגיות למידה וכלים ישומיים להוראה מותאמת בתחום השפה והמתמטיקה, בניית תוכנית עבודה לאיתור ומתן מענה לתלמידים עם לקויות וקשיי למידה, עבודה פרטנית לקידום הישגים באמצעות שימוש באסטרטגיות למידה מותאמות.

למסיימים תוענק תעודה אקדמית ממכללה מוכרת.

**מנחה:** נתנאלה בראל, M.A. באבחון דידיקטי ורכזת הוראה מתקנת במכללת חמדת הדרום.

**מטלות:** נוכחות פעילה ועבודה מסכמת.



לרישום לחצו כאן



# פרקטישיונר NLP -

## לימודי תעודה

סוג גמול:

172 שעות עם ציון בעוז לתמורה  
ומתוכן 60 שעות באופק חדש

6 יחידות לימוד, 172 שעות

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



### הקורס מיועד למסיימי הקורס NLP פרקטישיונר

המשתתפים יקבלו ידע וכלים פרקטיים מתחום ה- NLP ליצירת תקשורת פנימית ובינאישית אפקטיבית וחיובית לשם יצירת השפעה, צמיחה, העצמה ושינוי. נושאי לימוד: מהי שיטת ה- NLP? מודל לתפיסת המציאות והתקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה, שפת התת-מודע, חוויית כוח הדמיון, מודל אימוני ליצירת תהליך של שינוי, יצירת חוסן נפשי, כלים לניהול רגשות, שפת ההרפייה להתמודדות עם מצבי לחץ, עקרון החמלה והסליחה וסיכום רפלקטיבי. הסדנאות יתקיימו בשילוב אפקטיבי וחווייתי של עבודה אישית וקבוצתית תוך שימוש בסימולציות, סרטים, קבוצות דיון, מצגות ועוד.

**מנחה:** צוות מנחים ומאמנים מטעם "אנגראמה - אימון והדרכה".

**מטלות:** נוכחות סדירה ועבודות מסכמות

27/10/24-08/06/25	ימי ראשון בשעות 15:30-20:30	קורס 453
03/11/24-18/05/25	ימי ראשון בשעות 08:45-14:30	קורס 409



לרישום לחצו כאן



# מאסטר NLP - לימודי תעודה

מספר קורס 458.1

סוג גמול:

גמול עוז עם ציון 168 שעות מתוכן 60 שעות לאופק חדש

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-20:30



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 26/05/2025



## הקורס מיועד למסיימי הקורס NLP פרקטישיונר

השתלמות זו נועדה להעמיק את הידע הניסיון והתרגול בכלי הNLP. **מטרות ההשתלמות:** ליצור אינטגרציה ברמה גבוהה של מיומנויות וכלים לשיפור מיומנויות התקשורת במרחב האישי והחינוכי, אסטרטגיות לתשואל אפקטיבי, פתרון קונפליקטים מורכבים והפעלת תוכנית אימונית אישית לליווי, תמיכה והעצמה. ההשתלמות בנויה מהקניית חומר תאורטי, לצד התבוננות עצמית והתנסות אישית ומאפשרת ללומד לפתח את מיומנות ההנחיה שלו צעד אחר צעד באופן שמאפשר לו להשפיע ולהעצים ולשפר את חייהם של התלמידים באופן מיטבי ועמוק.

**מנחה:** אפרת כהן מלמד- מאמנת NLP TRAINER יועצת ארגונית M.A בעלת המרכז להצלחה אישית ועסקית "בדיוק עצמי".

**מטלות:** נוכחות, מטלת סיום ומבחן עיוני ומבחן מעשי. לעומדים בכל הדרישות תינתן תעודת NLP MASTER המוכרת על ידי איגוד ה HNLP העולמי ולשכת הNLP הישראלית.

על המורים בשבתון להוסיף 600 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# יישומי בינה מלאכותית בחינוך

מספר קורס 142 סמסטר א'

מספר קורס 142.10 סמסטר ב'

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לעזוז לתמורה ולאופק חדש

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-19:30



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 18/02/2025



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 10/06/2025

8 מפגשי זום + 10 מפגשים א-סינכרוניים + 2 מפגשי תמיכה בזום למי שצריך, ימי שלישי

בקורס זה נעסוק במהפכת הבינה המלאכותית שאותה אנו חווים בכל רגע. נכיר מגוון של כלי בינה מלאכותית, נתמקצע בתוצרים ברמה גבוהה ונלמד גם כיצד ליישם אותם בעולמות החינוך. נערוך היכרות בסיסית עם כלי בינה מלאכותית: פתיחת חשבונות ושימוש נכון, נעמיק בלמידת הכלים העומדים לרשותנו, ניצור פרויקט המותאם לעולם החינוכי משילוב של כמה כלים (כולל שילוב של כלי בינה עם כלים מסורתיים) ונלמד את תהליכי ההתפתחות של הבינה המלכותית וכיווניה העתידיים.

**בהנחיית** ערן לבני - יעוץ וליווי פדגוגי, מומחה בהדרכות AI במערכת החינוך, תואר שני בחינוך - טכנולוגיות למידה ודוקטורנט לטכנולוגיות למידה במחלקה לחינוך האוניברסיטה הפתוחה, ניסיון של 14 שנים כמדריך ומורה מורים לטכנו-פדגוגיה מאושר ע"י משרד החינוך.

**דרישות ההשתלמות:** נוכחות + הגשת מטלות לאורך ההשתלמות.



לרישום לחצו כאן



# אוריינות פיננסית בחינוך ובחיים

סוג גמול:

מספר קורס 459

60 שעות מוכר לגמול עם ציון לעזר לתמורה ואופק חדש

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:30-20:15



תאריך תחילה: 03/11/2024  
תאריך סיום: 26/05/2025



## 12 מפגשים

חלק חשוב בעולמו של כל אחד מאיתנו מתייחס להתמצאות וליכולת התנהלות בעולם הפיננסי שבו אנו חיים.

מכאן החשיבות הגדולה בקבלת תשתית של ידע ובהבנת העקרונות הכלליים של אוריינות פיננסית בכלל, וכזו המכוונת באופן ספציפי לעולם ההוראה בפרט. המורים יקבלו במסגרת הקורס רקע מקיף וכלים להבנת תלוש השכר, המשקף את מכלול זכויותיהם הפרופסיונאליות.

כך יקבלו תמונת מצב עדכנית של הזכויות העומדות לרשות כל מורה באופן מצטבר, וירכשו כלים שיאפשרו בקרה ופיקוח על כי אכן מקבלים את מלוא הזכויות המגיעות להם כמורים.

ההבנה והידע בכלי האוריינות הפיננסית הכללית, תעניק כלים והכוונה לשיפור האפקטיביות של הניהול הכלכלי של המשפחה ומשק הבית ושיובילו להתנהלות פיננסית מאוזנת ולשקט נפשי.

בבתי"ס רבים שילבו וחושפים את תלמידיהם לנושא ההתנהלות והאוריינות הפיננסית. בוגרי הקורס יוכלו להשתלב ולתרום בתחום זה, ולהיות גם לעזר לחבריהם בחדר המורים.

## מנחות הקורס :

דוריס כהן- מומחית בנושא שכר עובדי הוראה, מרצה בשלטון המקומי בתחום שכר מורים, מנהלת מחלקת שכר עובדי הוראה. עוסקת בנושא שכר עובדי הוראה 14 שנים. יעל נדלר - מאמנת פיננסית ויועצת לכלכלת המשפחה.



לרישום לחצו כאן





# מיינדפולנס - מודעות קשובה

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק חדש

מספר קורס 438

מסטר א'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 27/01/2025



התודעה האנושית נוטה לקפוץ ממקום למקום ומעניין לעניין. קשה לנו להקשיב לאחר ולעצמנו. לא פשוט לנו להיות בחוויה של כאן ועכשיו. טכניקת הקשיבות מאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית, עקרונותיה העיקריים הם להתגבר על ההרגל האנושי להתבונן מתוך ביקורת, השוואה ושיפוט כלפי העולם וללמוד להישאר במצב קיים של קבלה, התבוננות וסקרנות. חשיפה לעקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות תאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היום יום במערכת החינוך ממקום אחר. כלים לתרגול טכניקות להפחתת סימפטומים של מתח וחרדה ליצירת שיפור בחוסן הנפשי וביכולת ההכלה, ניהול עצמי-לקחת בעלות מחודשת על התודעה שלנו, לתפוס את הרגע - רכישת כלים שיאפשרו לנו לנצור את הרגעים היפים והמרגשים של החיים.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** מצוות המאמנים והמנחים של "אנגרמה אימון והדרכה".



לרישום לחצו כאן



# מיינדפולנס - מודעות קשובה

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 215

מסטר ב'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 28/05/2025



התודעה האנושית נוטה לקפוץ ממקום למקום ומעניין לעניין. קשה לנו להקשיב לאחר ולעצמנו. לא פשוט לנו להיות בחוויה של כאן ועשיו. טכניקת הקשיבות מאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית, עקרונותיה העיקריים הם להתגבר על ההרגל האנושי להתבונן מתוך ביקורת, השוואה ושיפוט כלפי העולם וללמוד להישאר במצב קיים של קבלה, התבוננות וסקרנות. חשיפה לעקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות תאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היום יום במערכת החינוך ממקום אחר. כלים לתרגול טכניקות להפחתת סימפטומים של מתח וחרדה ליצירת שיפור בחוסן הנפשי וביכולת ההכלה, ניהול עצמי-לקחת בעלות מחודשת על התודעה שלנו, לתפוס את הרגע - רכישת כלים שיאפשרו לנו לנצור את הרגעים היפים והמרגשים של החיים.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** מצוות המאמנים והמנחים של "אנגרמה אימון והדרכה".



לרישום לחצו כאן



# צמיחה כלכלית כאן ועכשיו - יוצרים מציאות כלכלית חדשה

סוג גמול:

מספר קורס 119.2

60 שעות מוכר לעוז לתמורה ולאופק חדש

מסטר א'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:30



תאריך תחילה: 26/02/2025  
תאריך סיום: 04/06/2025



בשנים האחרונות ישנה מודעות הולכת וגוברת לצורך בחינוך פיננסי מגיל צעיר. רוב הצעירים הגדלים בישראל לא נחשפים ולא מקבלים את הידע והכלים להתנהלות כלכלית נכונה ונבונה - לא במסגרת החינוכית ואף לא במסגרת לימודים אקדמיים. המורה המשתלם נחשף, מתנסה ומבין כיצד ליצור מציאות כלכלית נבונה לעצמו, מקבל בתהליך מוטיבציה וכלים כיצד להעלות את המודעות, להדגיש את החשיבות של הכרת המושגים והעקרונות של התנהלות הפיננסית נבונה אצל תלמידיו ונוטע בהם את החשיבות וההשלכה של הנושא על חיי תלמידיו. התוצאה של מציאות זו היא משפחות שנמצאות בחובות, בחוסר יציבות או בתסכול מתמשך מהפער בין המצוי לרצוי, ללא קשר לרמת ההכנסה. מטרת הקורס היא להקנות ידע, כלים והכוונה לשיפור האפקטיביות של הניהול הכלכלי של המשפחה.

**מנחה:** יעל נדלר, מאמנת פיננסית ויועצת לכלכלת המשפחה



לרישום לחצו כאן



# CBT טיפול קוגניטיבי התנהגותי

סוג גמול:

60 שעות גמול לעוז לתמורה ולאופק חדש עם ציון

+ 56 שעות לעוז לתמורה בלבד ללא ציון

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



התערבות לצורך פיתוח דרכי התמודדות באמצעות כלים קוגניטיביים והתנהגותיים ממוקדים - זו שיטת ה- CBT. ההשתלמות תקנה ידע ותרגול כלים מתחום הטיפול הקוגניטיבי - התנהגותי. סיוע קצר מועד באמצעות טכניקות מעולם ה- CBT להתמודדות עם קשיים מגוונים במסגרות החיים השונות, כולל מערכת החינוך. ה- CBT הינה תרפיה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת המתייחסת לבעיות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו. הגישה, מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד. התפישה היא, כי בבסיס לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה. המטרה היא, לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת לייצר שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיבים באמצעות כלי ה- CBT.

**מנחה:** שוש צברי, מנחה מעולה מצוות אנגרמה אימון והדרכה.

19/2/25-28/5/25	בשעות 8:45-14:15	קורס 138.5
4/11/24-10/2/25	בשעות 8:45-14:15	קורס 405



לרישום לחצו כאן

# פסיכולוגיה חיובית בחיי היום יום

סוג גמול:

גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 521

מסטר ב'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-17:15



תאריך תחילה: 26/02/2025  
תאריך סיום: 09/04/2025



הפסיכולוגיה החיובית הינה תחום חדש יחסית ומתפתח מחקרית ורעיונית. בעיקר מדובר על תחום מרתק ופרקטי אשר עוסק בתחומים רבים ומגוונים. הקורס ייתן ללומדים בו סקירה רחבה ומרעננת לתחום שיכול, עם הפנמה, התמדה ותרגול, להעלות את תחושת הרווחה הנפשית של המשתלמים ולהביא אותם לתובנות מרתקות על חייהם ותפיסותיהם כמו גם לאפשר ארגז כלים מרתק ויישומי לשימוש בחיי היומיום ככלל ובמרחב החינוכי בפרט.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת עבודה.

**מרצה:** שי יונגרמן -מרצה ומנחה בכיר.



לרישום לחצו כאן



# שפת הגוף ואמנות השכנוע

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 520

מסטר א'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-17:15



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 15/01/2025



תקשורת בלתי מילולית מתלווה לכל פעולות הגומלין בין בני אדם בכל גיל. היא קיימת בכל שיחה ובכל מפגש בין אנשים ובוודאי במרחב החינוכי: כיתה, פגישות צוות, שיחות חולין בחדר המורים, ימי הורים, מכרז לתפקיד חדש ועוד. במקרים רבים, זהו החלק החשוב או הדומיננטי ביותר בתקשורת. לעיתים קרובות וברוב הגדול של המקרים הופעה, נוכחות, התנהגות, שפת הגוף והאופן בו מוסרים את התוכן קובעים ומשכנעים הרבה יותר מאשר המלל, התוכן, הידע והכישורים. התקשורת הבלתי מילולית כוללת שפת גוף, הבעות פנים, מבטי עיניים, מחוות גוף, טון וקצב דיבור, מרחבי מחייה ועוד. במהלך הקורס נתרגל ונלמד אודות שפת הגוף ונרתום אותה למגוון שימושים בחיי היומיום ככלל ובמרחב החינוכי בפרט.

**מרצה:** שי יונגרמן - מרצה ומנחה בכיר



לרישום לחצו כאן



# אסטרונומיה תצפיתית

סוג גמול:

גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 539 סמסטר א'

מספר קורס 539.01 סמסטר ב'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-19:15



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 12/01/2025



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 21/04/2025

תחום האסטרונומיה וטכנולוגיות החלל מתפתח בצעדי ענק בישראל. מטרת קורס זה היא להכשיר מורים/ות לאסטרונומיה תצפיתית ובכך להעניק להם/ן כלים מעשיים בתחום זה, יכולת בסיסית להשתמש בטלסקופ, להכיר את שמי ישראל, ולהוביל ולהלהיב תלמידים/ות בכל מה שקשור לנושאי האסטרונומיה, ולערוך עם התלמידים תצפית אסטרונומית. תצפית אסטרונומית היא כלי חינוכי עצום המאפשר לתלמידים חיבור ישיר לחלל ולגרמי שמיים שונים, וגם למקום מגוריהם ולמולדת שלהם. הכשרת מורים לביצוע תצפיות אסטרונומיות יעזור לקחת את שיעורי המדעים או של"ח לרמה אחרת, להלהיב ולעודד את התלמידים ללמוד מדעים.

**מנחת הקורס:** אלה רץ, מייסדת ומנהלת של "עולם האסטרונומיה", מדריכת אסטרונומיה מעל 16 שנה



לרישום לחצו כאן

# רכזי שכבה טרום תפקיד

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון לעזז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 549 סמסטר א'

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-19:45



תאריך תחילה: 04/01/2025  
תאריך סיום: 22/04/2025



רכז שכבה משמש כמנהל בדרג הביניים במערכת הבית ספרית. התפקיד מצריך אוריינטציה ניהולית, שכן הסוגיות המקצועיות שעמן נדרש המרכז להתמודד הן מורכבות, ומצריכות השתלבות מוצלחת במסגרת הרחבה של צוות הניהול הבית ספרי. ניהול המשאב האנושי, וניהול פרויקטים, הן שתי משימות שכיחות שאליהן נדרש מרכז השכבה. הקורס מכוון להקנות בסיס ראשוני בנושאים אלו. הקורס יספק תובנות באיתור אנשי צוות בגיוסם, בפיתוח מוטיבציה, באיתור נקודות חוזק אישיות, תיבחנה בו סוגיות מרכזיות בניהול צוותים שהן לחם חוקו של המרכז, במנהיגות ובקונפליקט האישי הכרוך בפיתוח קריירה (אל מול השקעה במשפחה).

**מנחה:** דר' האדי קאסם - מרצה בכיר למיומנויות ניהול לעובדי הוראה.



לרישום לחצו כאן





# סגני מנהלים ומיומנויות ניהול

סוג גמול:

90 שעות לגמול עם ציון בעוז לתמורה ולאופק חדש  
16 מפגשים בזום בשילוב 5 שיעורים מקוונים א-סינכרוניים.

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



## 16 מפגשים בזום בשילוב 5 שיעורים מקוונים א-סינכרוניים. ימי שני

הכרת הפרקטיקה הניהולית בבית הספר העל יסודי, הכרת מכלול ההיבטים שעליהם מופקד סגן המנהל וצמרת המנהיגות המובילה בביה"ס, רכישת כלים ניהוליים לבעלי תפקידים בבית הספר, פיתוח יכולות הנחיה והובלה של מורים.

### נושאי לימוד:

א. למידה עיונית: מיומנויות וסגנונות ניהול, המנהל והמנהיג, כלים לשיפור מוטיבציה של מורים וחיזוק מעמדם, פיתוח מקצועי של מורים, גיוס וניהול צוות, ניהול השעות הפרטניות, משא ומתן בביה"ס, בין תכנון לביצוע, למידה ארגונית, יחסי הגומלין של ביה"ס עם סביבתו ועבודה עם הורים, תהליך קבלת החלטות, תכנון ובניית פרויקטים. ב. למידה מעשית: יצירת תשתית ותכנית לפרויקט בית ספרי בהובלת המורה והתלמיד.

**מטלות:** תכנון פרויקט בית ספרי, מנקודת מבט ניהולית והכנת פרזנטציה. ניתוח הפרויקט הבית ספרי בעבודת עמיתים תוך השענות על בסיס מושגי הקורס.

**מנחים:** חדווה טריגר - דר' בחינוך, ומומחית בתחומה בניהול קהילה, מעורבות ומנהיגות. דר' האדי קאסם - מרצה בכיר למיומנויות ניהול לעובדי הוראה.

15/12/24-8/6/25	ימי ראשון בשעות 16:30-19:45	קורס 545
4/11/24-21/4/25	ימי שני בשעות 16:30-19:45	קורס 422



לרישום לחצו כאן

# רכזי שכבה טרום תפקיד

סוג גמול:

30 שעות לגמול עם ציון לעוז לתמורה ואפק חדש

מספר קורס 550

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-19:45



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 27/03/2025



רכז מקצוע הוא מנהל בדרג הביניים, של התחום הדיסציפלינרי. התפקיד מחייב ידע בניהול צוותים, לצד מומחיות בפיתוח ובתירגום הידע הספציפי, בתחום שעליו מופקד מרכז המקצוע.

ההשתלמות תעסוק בהיבטים הקשורים ללמידה צוותית, בצורך המתמיד בלמידה ובהתעדכנות בתחום הדעת, בהכרת הפדגוגיה הרלבנטית, בפיתוח תכניות לימודים, ובבקרה והערכה של העבודה מורי הדיסציפלינה. המורה המשתלם, יתנסה בהערכת תהליכי למידה, במודלים להנחיה מקצועית ובהיבטים ארגוניים.

**מרצה:** ד"ר האדי קאסם



לרישום לחצו כאן



# תכנית חיסכון - חינוך פיננסי מצמיח

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 406  
2 יחידות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



## בימי רביעי 12 מפגשים

איך יוצרים מהפך בחשיבה ובהתנהלות הפיננסית. העלאת איכות ורמת החיים באמצעות הבנה בתחום הפיננסי-כלכלי. הטמעת המודעות והעמקת תובנות ברורות כיצד להתנהל בחיי היום יום. הידע הנרכש בקורס נותן יתרון משמעותי ביכולת ליצור נכסים פיננסיים כבר מגיל צעיר. סוף סוף השליטה בעולמות החיסכון, הפנסיה, קרנות השתלמות ועוד – עוברת לידיים שלנו! נושאי הלימוד: סקירה רחבה על הכסף בחיינו. ניהול משק בית. דמי כיס. הון זר והון עצמי. מונחים כלכליים בסיסיים פלוס. רשויות מס. תלוש שכר, פיצויים, פנסיה, גמל, השתלמות. עולם הנדל"ן. ינתנו כלים לניהול פיננסי איכותי ומועיל.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** מתקיים בזום.

**מנחה:** שרון אוהיון דרומי, רו"ח, MBA, יועצת עסקית, מרצה, מנטורית, ומנחת סדנאות.



לרישום לחצו כאן



# הדרכת הורים – למורים

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ואופק חדש

מספר קורס 430

2 יחידות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



בימי רביעי 12 מפגשים

הקורס יקנה מיומנויות הדרכת הורים למורים. המשתלמים ירכשו כלים ותאוריות העוסקות בשיפור הקשר בין הורים לילדים ובין מורים לתלמידים במטרה להביא לשיתוף פעולה ולמערכת יחסים טובה יותר. המשתלמים יפנימו באמצעות הכלים והתאוריות פרדיגמות חשיבה שבאמצעותן יוכלו להתמודד עם אתגרי גידול וחינוך ילדים.

**המנחה:** עפרה אלדר יועצת ומנחת הורים.

**מטלות:** נוכחות סדירה ומטלת סיום



לרישום לחצו כאן



# להבין את הכסף – פיננסים ושוק ההון בחינוך ובחיים

מספר קורס 460.10

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ואופק חדש

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



## 12 מפגשים

יותר ויותר אנשים מודעים בשנים האחרונות לכך שאין להקל ראש בהחלטות, קטנות כגדולות, מבינים את חשיבותם של צרכנות נבונה ושל ניהול אחראי של התקציב והנכסים הפיננסים המשפחתיים, ולפיכך תרים אחר מקורות ידע מהימנים ו/או פונים ליעוץ מקצועי.

המשתלמים בקורס יוכלו להיחשף לידע פיננסי בסיסי ומורכב כאחת, על מנת לקבל את החלטות הנכונות ולהבין את אנשי המקצוע המייעצים להם. המשתלמים יחשפו למושגים בסיסיים מהעולם הפיננסי ושוק ההון, כמו: ריבית בנק ישראל, אינפלציה, אבטלה, מניות בארץ ובחו"ל, מדד S&P 500, בנקים, כרטיסי אשראי ועוד תוך העלאת מודעות ודיון אקטואלי לתלמידים בכיתה על ההשפעות הפיננסיות השונות, לטובת לימוד התלמידים, כיצד החרם משפיע על חיי היום, כיצד חריגה בתקציב תשפיע, העלאת המע"מ ל 18 אחוז כיצד תשפיע, וכך הלאה.

**מנחה:** דורון שלפר, עוסק למעלה מ-30 שנה בשוק ההון, בעל תואר MBA, תואר שני במנהל עסקים עם התמחות במימון מאוניברסיטת הרוט-ואט באנדיבורו סקוטלנד, יועץ השקעות ומנהל תיקים מהרשות לניירות ערך ותעודת יועץ פנסיוני מהפיקוח על הבנקים.

**דרישות:** נוכחות סדירה ומטלת סיום.



לרישום לחצו כאן






## קורסים מקוונים כלל ארצי

- \* כל הקורסים המקוונים מוכרים לגמול עם ציון לעזו לתמורה ולאופק חדש.
- \* כל הקורסים המקוונים בהיקף 2 יח"ל, 60 שעות אקדמיות.
- \* השיעורים בקורסים המקוונים הם א-סינכרוניים, והלימוד בהם נערך בזמן הנוח לך.
- סמוך למועד פתיחת הקורס – ישלח מייל ממרצה הקרס עם קישור כניסה לאתר הקורס.
- יש לסיים את הקורס עד לתאריך שנקבע ולבצע את כל המטלות.
- \* הקורסים מתקיימים בשלושה מחזורים ופתוחים עבורך ללמידה 24/7 .

**לפרטים ורישום לקורסים מקוונים - כלל ארצי**

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

 להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
<b>חדש</b>	<b>קונסטלציה משפחתית ומערכתית לחיים - חדש!</b> המשתלמים בקורס ירכשו כלים תוך פיתוח מיומנות עבודה שתוביל לרווחת המורה, תמנע מצבי שחיקה או שתוכל לתת להם מענה כנה וישים מניסיון שלנו בחיים האישיים שלנו. שימוש בכלים שהקונסטלציה יכולה לשנות מהלך של חיים וליצור יחסים הרמוניים יותר.	ליאת טופז וישי גסטר	28/10/2024	27/01/2025 20/04/2025 22/07/2025
<b>חדש</b>	<b>מטיסים את האנגלית - חדש!</b> קורס חווייתי המלמד את האנגלית באמצעות התמקדות בדיאלוגים שכיחים כאשר טסים לחו"ל. על מנת שתוכלו לדבר בשטף הקורס נבנה על בסיס הגישה של מיקרו למידה ושימוש בסרטוני וידאו מסוגים שונים. בטיסה הקרובה שלכם כבר תדברו אנגלית בשטף ובביטחון בשדה התעופה, במלון, במסעדות ובחנויות השונות ועוד...	מנחים מומחים מביה"ס Speaking English בהובלת אסף הירשפילד	28/10/2024	27/01/2025 14/04/2025 13/07/2025
	<b>איקיגאי - סוד הקסם היפני לחיים משמעותיים</b> מודל האיקיגאי מציע תובנות מהפילוסופיה היפנית ליצירת תחושת שייכות, חוסן, משמעות, עשייה ותנועה מתמדת והוא חבוי בתוכנו.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	31/10/2024	23/01/2025 10/04/2025 03/07/2025
	<b>סרנדיפיטי - גילוי תושייה בדרך המקרה</b> סרנדיפיטי (serendipity) כתפיסת עולם במרחבי חיינו ובהוראה בפרט. פיתוח סביבה מאפשרת גילוי, חקר ויצירתיות. טכניקות פרקטיות להבחנה וזיהוי של תגליות, פיתוחן ושימוש בהן לצרכים מגוונים.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	03/11/2024	24/01/2025 11/04/2025 04/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
707 707.01 707.02	<b>ביומימיקרי - חדשנות בהשראת הטבע</b> ביומימיקרי הינו תחום דעת בצמיחה עולמית העוסק בחקר פתרונות הטבע לאתגרי החיים השונים. תחום זה הוא פלטפורמה מצויינת לפיתוח חשיבה יזמית, המצאתית וטכנולוגית. מטפח פליאה מהטבע והוקרת הסביבה תוך כדי תרגול איכויות של התבוננות וסקרנות.	ד"ר יעל הלפמן כהן	27/10/2024 02/02/2025 27/04/2025	12/01/2025 13/04/2025 30/06/2025
708 708.01 708.02	<b>ערבית מדוברת שפה ותרבות - מתחילים</b> בואו ללמוד ולהכיר את השפה והתרבות הערבית בדרך כיפית, נוחה וחוויתית, בשיטה ייחודית וחדשנית. הלמידה תתקיים עם ליווי צמוד אונליין, שירים, פתגמים וסיפורים, סיטואציות אמיתיות מחיי היום-יום.	צוות שפה 1: אלה ולסטר	27/10/2024 02/02/2025 27/04/2025	12/01/2025 13/04/2025 30/06/2025
<b>חדש</b> 710 710.01 710.02	<b>אמת או פייק : על מידע שגוי ומידע אמין בעידן הדיגיטלי - חדש - 30 שעות!</b> פיתוח יכולת חשיבה ביקורתית והקניית כלים ומיומנויות למשתלמים שיאפשרו להם לזהות ולהבחין בין חדשות אמיתיות לבין פייק ניוז ולדעת כיצד להעביר זאת לתלמידות ולתלמידים ומחוצה לה. המשתלמים ירכשו כלים תוך כדי תיאוריה מעשית שיעודדו את התלמידים ולחשיבה ביקורתית, ולבחינה מעמיקה של מידעים אליהם הם נחשפים ברשת האינטרנט וברשתות חברתיות בפרט.	ברק בן חמו	28/10/2024 04/02/2025 18/05/2025	27/01/2025 11/05/2025 22/07/2025
<b>חדש</b> 711 711.01 711.02	<b>נוכחות הדיגיטלית ברשת האינטרנט: מהפצת רעיון חינוכי ועד פרסונה מקצועית - חדש!</b> הרחבת המודעות ליכולתנו להשפיע באופן חיובי על חיינו ולהגשים את משאלות ליבנו. רכישת כלים לפיתוח יכולת ההשפעה במעגלים שונים כולל במערכת החינוך.	ברק בן חמו	28/10/2024 04/02/2025 18/05/2025	27/01/2025 11/05/2025 22/07/2025



# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:


קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
<b>חדש</b>	<b>אמת או פייק : על מידע שגוי ומידע אמין בעידן הדיגיטלי - חדש !</b> פיתוח יכולת חשיבה ביקורתית והקניית כלים ומיומנויות למשתלמים שיאפשרו להם לזהות ולהבחין בין חדשות אמיתיות לבין פייק ניוז ולדעת כיצד להעביר זאת לתלמידות ולתלמידים ומחוצה לה. המשתלמים ירכשו כלים תוך כדי תיאוריה מעשית שיעודדו את התלמידים ולחשיבה ביקורתית, ולבחינה מעמיקה של מידעים אליהם הם נחשפים ברשת האינטרנט וברשתות חברתיות בפרט.	ברק בן חמו	31/10/2024	30/01/2025
712				10/05/2025
712.01				25/07/2025
712.02				
715	<b>תקשורת מקדמת - אני מקשיב לך</b> מימוש סמכות המורה דרך פיתוח מיומנויות תקשורת בינאישית של הקשבה פעילה ופתרון קונפליקטים. שימוש במשחקים, סיפורים, תרגילים, שאלונים, חידות ותיאוריה חדשנית, להעברת מסרים שונים באופן מכלי, חווייתי ומרתק.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	27/10/2024	19/01/2025
715.01				04/05/2025
715.02				20/07/2025
716	<b>פשוט אני - כישורי חיים לילדים ונוער</b> הדרך אל החופש להיות "אני", שיפור מיומנויות וכישורי מנהיגות למציאת הקול האישי שלי ושל תלמידיי. שבירת דפוסי התנהגות מקבעים, זיהוי מצבי מצוי ורצוי. זיהוי חוזקות, ערכים וחלומות, דרכים לשינוי חשיבה משלילית לחיובית.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	11/11/2024	20/01/2025
716.01				05/05/2025
716.02				21/07/2025
717	<b>שליטה בחיים - בחירה והתמודדות</b> התמודדות עם שינויים ומצבי לחץ ושחיקה בדרך להשגת מימוש, סיפוק, הצלחה ואושר. עיצוב המציאות הרצויה באמצעות שליטה בחשיבה (מהם הסיפורים שאני מספר לעצמי?), שליטה בסולם המוטיבציה והקשבה לאינטואיציה. דרכים לקבלת החלטות נכונות.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	12/11/2024	21/01/2025
717.01				06/05/2025
717.02				22/07/2025
718	<b>השפעה בחיים - לבחור, להשפיע להגשים</b> הרחבת המודעות ליכולתנו להשפיע באופן חיובי על חיינו ולהגשים את משאלות ליבנו. רכישת כלים לפיתוח יכולת ההשפעה במעגלים שונים כולל במערכת החינוך.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	31/10/2024	19/01/2025
718.01				06/04/2025
718.02				29/06/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
719 719.01 719.02	<b>חינוך לבריאות ותזונה נכונה</b> פיתוח מודעות לבריאות ותזונה נכונה לשיפור איכות החיים. התאמת מזונות ופעילות גופנית לסביבת החיים ולצורך האנרגטי. הקניית אורח חיים בריא ויצירת מודעות למזונות השונים ותועלתם לגוף האדם.	אסף קרסנובסקי	27/10/2024 16/02/2025 27/04/2025	26/01/2025 13/04/2025 06/07/2025
<b>חדש</b> 720 720.01 720.02	<b>לומדים בריאות - איך לנצח את גורמי הסיכון המובילים לתחלואה במאה ה 21 - חדש!</b> סיפורי רקע מציאותיים באתגרי הבריאות של האוכלוסיות השונות, באמצעות קטעי וידאו שונים ו/או קטעי קריאה. לקטעים אלו ישולבו מקורות מדעיים עדכניים למציאת פתרונות לאתגרים השונים. לפתרונות נתרגל פרק מעשי קליל המיישם את הנלמד "דה פקטו" קרי למידה אקטיבית. יישום תוכנן של המשימות ושילובם בחיי היום יום הוכח כמטפל ואף מאריך חיים הן כרונולוגית, וחשוב מכך, מן ההיבט הפיזיולוגי והמנטלי.	אייל אמון - תואר שני M.Sc. – מדעי הרפואה בהתמחות בשיקום לב - החוג לפיזיולוגיה פרמקולוגיה בפקולטה לרפואה באוניברסיטת ת"א. דוקטורנט בבית הספר לבריאות הציבור באוניברסיטת ת"א.	30/10/2024 19/02/2025 30/04/2025	29/01/2025 16/04/2025 16/07/2025
722 722.01 722.02	<b>עולם הטיולים הווירטואלי - יעדים, מסלולי טיול וחוויות מקוונות</b> סדרה של פעולות ומידע שעלינו לשקול ולשקלל וזאת על מנת להתאים את הטיול למטיילים ובניהם: כיצד מתכננים טיול, קביעת המסלולים, היכרות עם שכיות חמדה ואתרים פחות מוכרים, מקומות לינה, עצירה ואכילה בדרך לטיול ומהטיול תכנון טיול ומסלול טיול בחו"ל. המסלולים המוצעים יוצעו ברמות קושי שונות כך שיתאימו למיטיבי לכת.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	27/10/2024 09/02/2025 11/05/2025	19/01/2025 04/05/2025 20/07/2025
<b>חדש</b> 724 724.02 724.29	<b>התמודדות עם מצבים משתנים - חדש!</b> העולם בו אנו חיים משתנה בקצב הולך וגובר. התפתחויות טכנולוגיות, חברתיות, פוליטיות... כל אלו מייצרים מציאות חדשה, בייחוד למורים ואנשי חינוך.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	19/11/2024 18/02/2025 20/05/2025	28/01/2025 13/05/2025 29/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

 להרשמה:


קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
723 723.01 723.02	<b>המורה בעידן החדש - The New Normal</b> כיצד ליישם ולהטמיע למידה מיטבית, בשילוב הפעלות חווייתיות משחקיות ותרגילים עוצמתיים במהלך יום הלימודים- בכל שעה ובכל מועד, תוך שינוי תפקיד המורה- בעידן החדש, למנהיגה ולמנחה חברתית רגשית, והכל במטרה למצות את הפוטנציאל הגלום בכל תלמיד ותלמידה, ולהכשיר אותם לעבר העתיד הלא ידוע, שהוא הנורמלי החדש.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	18/11/2024	27/01/2025
			17/02/2025	12/05/2025
			19/05/2025	28/07/2025
725 725.01 725.02	<b>אינטליגנציה חברתית והגשמה עצמית</b> שיפור כישורים חברתיים בדרך להצלחה, להגשמה עצמית, למשמעות ולסיפוק. סודות האימון לניהול רגשות, שינוי גישה, אימון לפתיחות חברתית, רכישת חברים ועוד...	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	13/11/2024	22/01/2025
			12/02/2025	07/05/2025
			14/05/2025	23/07/2025
726 726.01 726.02	<b>הדינאמיקה של האושר</b> רוב פוטנציאל האושר בחיינו הוא בשליטתנו, וביכולתנו לממש אותו באמצעות שינוי בדרכי החשיבה וההתנהגות - לימוד כלים מעשיים, אפקטיביים וידידותיים לשינוי הרגלים, להטמעת התנהגויות חדשות ולהגברת האושר.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	31/10/2024	23/01/2025
			06/02/2025	10/04/2025
			24/04/2025	03/07/2025
728 728.01 728.02	<b>כשהפדגוגיה פוגשת את מדעי המוח- ניוירופדגוגיה</b> להפיק ממוחנו את המיטב עבור למידה והתפתחות מתמדת דרך מודעות לאינטליגנציות מרובות ולאפשרות להרחיבן. גמישות המוח ככלי לשינוי התנהגות והרגלים שליליים. ניהול כיתה המבוסס גם על חקר המוח.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	28/10/2024	20/01/2025
			03/02/2025	07/04/2025
			21/04/2025	30/06/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
731 731.01 731.02	<b>ערבית מדוברת שפה ותרבות - מתקדמים</b> לחיות את השפה ולהבין את התרבות הערבית, ללמוד כ-950 מילים ברמה מתקדמת, לתקשורת יום יומית, יכולת לדבר בהגייה ובהטעמה נכונה, יכולת להביע דעה, לעשות השוואה, לספר השתלשלות של מקרה ולדבר על ערכים, יכולת להרחיב צירוף למשפט, משפט פשוט למורכב, וטקסט לטקסט מפורט יותר, להכיר נושאי תרבות ייחודיים לשפה ולתרבות הערבית ולהכיר סוגיות חשובות על סדר היום של החברה הערבית המודרנית.	צוות שפה 1: אלה ולסטר	27/10/2024 02/02/2025 27/04/2025	12/01/2025 13/04/2025 30/06/2025
735 735.01 735.02	<b>זה עולם של VUCA</b> העולם משתנה ומתפתח בקצב מסחרר, המזכיר סרט בדיוני בו הדמיון עולה על המציאות. עלינו ללמוד להסתגל ולהתנהל בעולם המשתנה. בקורס נלמד להכין עצמנו למסע ההרפתקני במחוזות המציאות המשתנה. בקורס נלמד להכין עצמנו למסע ההרפתקני במחוזות המציאות החדשה. נלמד איך לשלב בין הכלים המסורתיים לבין כלים עדכניים, על מנת להשיג זריזות, מיומנויות, חדשנות וגמישות שיאפשרו לנו להפטר ממגבלות ומחסומים, לנהל את עצמנו, לנווט בבטחה, באומץ מתוך מנהיגות ומחויבות אישית..	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	29/10/2024 04/02/2025 22/04/2025	21/01/2025 08/04/2025 01/07/2025
736 736.01 736.02	<b>חשיבה בוראת חשיבה</b> בקורס נלמד לשפר את יכולת קבלת ההחלטות שלנו, נלמד לשפר את האינטראקציה שלנו עם הסביבה, לייצר הבנה מעמיקה של תהליכי חיים ולמידה מתוך התבוננות. נקבל כלים פרקטיים לקרוא ולהבין את המפה המורכבת של העולם.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	30/10/2024 05/02/2025 23/04/2025	22/01/2025 09/04/2025 02/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה: 

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
741 741.01 741.02	<b>הזרם הקוביסטי ופבלו פיקאסו דרך פריזמות התקופות של יצירתו</b> בקורס נחשף אל ציר הזמן של יצירתו של פאבלו פיקסו המקביל לחייו הסוערים ונושק להם. נכיר גם לעומק את הזרם הקוביסטי שהיה למורשתו, את הנופים בהם יצר וניזכה לראות את אדוות ההשפעה הרבה שיש לו גם לאחר מותו באומנות ובתרבות עד ימנו.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	04/11/2024	25/01/2025
			10/02/2025	12/04/2025
			28/04/2025	05/07/2025
742 742.01 742.02	<b>מקדש לחול – חיים במשולב בסמטאות הרוחניות והיומיומיות בניחוח הייחודי של צפת</b> בקורס נסייר וירטואלית במחוזות הציוריים וסמטאות העיר צפת ונגלה בה פינות קסומות. נלמד על המסורת ועל היישוב היהודי כולל העדויות הראשונות. נבקר בבתי הכנסת, בגלריות הצבעוניות, באתרים ההיסטוריים המרכזיים ובשווקים הפועמים. נכיר בעיקר את העיר העתיקה ואת קריית האמנים ונבדוק גם איך נראת צפת כל כך יפה בלילה.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה.	05/11/2024	26/01/2025
			11/02/2025	13/04/2025
			29/04/2025	06/07/2025
743 743.01 743.02	<b>עידן התמימות - בחזרה לארץ ישראל של פעם על פי נחום גוטמן ואומני תקופתו</b> נחום גוטמן, אמן ארץ ישראלי, המסמן את עידן התמימות, ומייצג את כלל אמני הדור של ארץ ישראל היפה עליה אנחנו מתרפקים. אומנים שהגיעו הנה מהגולה וביקשו להפוך את המקום הזר והתרבות השונה לביתם ומשפחתם. אומנים שהתבוננו במרחב הארץ ישראלי החדש שנגלה להם בעין טובה ומצאו בו את האותנטיות, את השורשיות, את הכנות והאור הבלתי מתפשר.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	06/11/2024	27/01/2025
			12/02/2025	14/04/2025
			30/04/2025	07/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
744	<b>איך לאמן את התודעה? תרגול ברוח התודעה הבודהיסטית</b> ניחשף לתאוריות וכלים מעולמות תוכן שונים המציעים תפיסות אינטגרטיביות כוללניות הנוגעות בבסיס ההווה האנושית. בקורס נקבל כלים פרקטיים לתרגול ויצירת שינוי תודעתי כאפשרות הזמינה עבורנו ביום, בכל מקום ובכל זמן כך שאנחנו יכולים להשתחרר מהשיעבוד להתניות, למחשבות, לשכל ולייצר הווה Being שתקח אותנו למחוזות רגועים של הקשבה והגשמה עצמית.	צוות שפה 1: אלה ולסטר	07/11/2024	28/01/2025
				16/04/2025
				08/07/2025
				01/05/2025
749	<b>סיפור טוב זה כל הסיפור</b> אומנות ה"סטורי-טלינג" כחלק מארגז הכלים של מורים. העברת מסרים ונושאים באופן מרתק ומעורר הזדהות המאפשר הטמעה והבנה טובים.	אורלי כץ - מרכז "פשוט אני" למנהיגות, העצמה וביטחון עצמי.	30/10/2024	21/01/2025
				08/04/2025
				01/07/2025
				22/04/2025
750	<b>חלונות להכרת המחשב</b> הקורס מהווה אשנב לעולם הדיגיטלי, מיועד למשתמשים חדשים ולמעוניינים לבסס את ידיעתם ביסודות העולם הטכנולוגי. הקורס מיועד לקדם ולהעמיק את הכישורים הטכנולוגיים של המורה, תוך הקנייה של אוריינטציה דיגיטלית ושילוב של כלים אלה בהוראה ובחיים. שילוב טכנולוגי משפר את סביבת הלמידה, מייעל ומקל על עבודת המורה ומגשר על הפער הדורי מול התלמידים תוך התמצאות במרחב הדיגיטלי וזאת על מנת לאפשר למשתלם לשדרג את כישוריו הטכנולוגיים.	אסף קרסנבסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	30/10/2024	22/01/2025
				09/04/2025
				02/07/2025
				23/04/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
751	<b>ביסוס הידע והשליטה במחשב</b> בקורס זה נעמיק את הידע בעולם הטכנולוגי תוך חשיפה ליישומים חדשים ולפעולות מתקדמות ביישומים המוכרים. הקורס מיועד כקורס המשך לקורס חלונות להכרת המחשב וכן למשתמשי מחשב שאינם זקוקים למבואות, אך מעוניינים להעמיק את הידע ולבסס את האוריינות הדיגיטלית ולצלל את יתרונותיה לתגבור ההוראה.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תבית"	28/10/2024	27/01/2025
				14/04/2025
				13/07/2025
752	<b>אקסל - גליון אלקטרוני</b> מטרות הקורס: רכישת כלים להפקת דוחות משוכללים אקסל כמקדם הוראה. רכישת כלי עזר זמינים ונוחים לחישוב ציונים, מיפוי הישגים כיתתיים לאורך זמן ובחלוקה לתחומי דעת ומקצועות, וקבלת תמונת מצב לגבי רמת ההישגים בכיתה. ראשי פרקים עיקריים: סביבת העבודה - האקסל כמסד נתונים: הכרת מבנה המסך, בחירת אזורי עבודה. הוספת נתונים - טקסט, נתונים משפריים, הוספת שורות ועמודות.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תבית"	28/10/2024	27/01/2025
				14/04/2025
				13/07/2025
753	<b>קורס אקסל מתקדמים - מנהלים את הכיתה</b> השתלמות אקסל למתקדמים מיועד לבעלי ידע קודם באקסל, או בוגרי קורס אקסל גליון אלקטרוני 752. הקורס מתמקד בכלי ניתוח ופילוח של נתונים ברמה מתקדמת ומטה נתונים, הפקת דוחות ושילוב של נוסחאות לוגיות מתקדמות לביצוע אוטומציה של מעקב מדידה ופיקוח על תהליכי הוראה ברמת המורה, הרכזות והמנהלות. בקורס נעמיק את הידע בעבודה באמצעות אקסל תוך שילוב אינטגרטיבי של מספר כלי אקסל וכתובת נוסחאות לוגיות, נוסחאות טקסט, מותאמות אישית, וכן שימוש בתוספים דוגמת POWER QUERY ו POWER PIVOT	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תבית"	28/10/2024	27/01/2025
				14/04/2025
				13/07/2025
754	<b>מחשבים למתקדמים באופיס</b> הקורס מיועד למשתלמים בעלי ידע במחשב. כאלה המכירים את כלי האופיס ומעוניינים לשדרג את יכולתם וכן את היכרותם עם יישומים וזאת באמצעות חשיפתם לתכונות מתקדמות בסביבת העבודה חלונות, ביישומי האופיס וביישומים בסביבת ענן מבית מיקרוסופט וגוגל. נדרש חיבור לאינטרנט ואופיס בגרסת 2019 ומעלה	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תבית"	28/10/2024	27/01/2025
				14/04/2025
				13/07/2025


# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
755	<b>מולטימדיה ואנימציה בהוראה</b> הקורס מיועד למשתמשים בכל הרמות, החל מכאלה שמעולם לא התנסו בטכנולוגיה ועד למשתמשים בעלי ידע וניסיון קודם בשילוב טכנולוגיה בהוראה. במסגרת הקורס, נלמד כיצד לרתום את הטכנולוגיה בצורה חכמה ולהפוך אותה ממסחי לעזר הוראה תורם. לשם כך נכיר כלי משחק אינטראקטיביים מקוונים, נבנה משחקי למידה לא מקוונים, ניצור קומיקס.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	28/10/2024	27/01/2025
			17/02/2025	14/04/2025
			04/05/2025	13/07/2025
756	<b>עיצוב גרפי ואמנות ממוחשבת</b> קורס עיצוב גרפי מיועד לכלל המורים שרוצים לדעת כיצד ליצור חומרי הוראה אטרקטיביים, מרהיבים ושובי עין. בעולם בו השפה הפכה תמונות ומסרים, יתכן ותמונה שווה כבר יותר מאלף מילים ? אז אם אתם נעזרים ב"מומחים" שיעשו עבורכם את העיצובים או אם אתם חווים פער בין איך שדמיינתם את התוצר לבין איך שיצא בפועל, זה הזמן לרכוש את הידע שיקנה לכם כישורים גרפיים, ישדרג לכם את תוצרי ההוראה ועזרי ההוראה ויביא אתכם ל"עצמאות עיצובית".	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	28/10/2024	27/01/2025
			17/02/2025	14/04/2025
			04/05/2025	13/07/2025
757	<b>בניית אתרים ומולטימדיה</b> הקורס מיועד לכלל המורים גם ללא ידע קודם בבניית אתרים ולמורים שהתנסו בעבר בבניית אתר. במהלך הקורס יבנה כל מורה שני אתרי הוראה פדגוגים בשתי פלטפורמות חינוכיות, האתרים אותם יבנה יהיו אתרים מלווים תומכי הוראה, אותם יוכל המורה לשלב עבור התלמידים או הצוות החינוכי. היכולת הנרכשת תאפשר למורה לבנות אתרים נוספים אותם יבחר בכל תחום בו יחפוץ.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024	28/01/2025
			18/02/2025	15/04/2025
			29/04/2025	15/07/2025



# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה: 

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
758 758.01 758.02	<b>עיצוב הכיתה והמרחב הבית ספרי - הום סטיילינג</b> קורס עיצוב הכיתה והמרחב הבית ספרי מהווה אשנב לעולם העיצוב וישדרג את סביבת ההוראה של המורים וסביבת הלמידה לתלמידים. בקורס נלמדים יסודות העיצוב, מושגי עיצוב, תפקיד הצבעים, התאמת צבעים, היכרות עם חומרים וטרנדים בעולם העיצוב ושימוש בתוכנה לעיצוב מרעיון לויז'ואל ועד לתוכנית עבודה.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	28/10/2024 17/02/2025 04/05/2025	27/01/2025 14/04/2025 13/07/2025
760 760.01 760.02	<b>קורס תזונה מתקדם לבעלי ידע קודם</b> קורס תזונה מתקדם, המיועד לצוותים חינוכיים עוסק בהתמודדות עם מחלת השמנה ממנה סובלת כרבע מהאוכלוסייה הבוגרת וכמעט שליש מאוכלוסיית הילדים בישראל. השמנת יתר הינה גורם המוות החמישי בעולם. כ-8.2 מיליון איש מתים מדי שנה כתוצאה מעודף משקל והשמנה. מלבד ההשפעה הישירה של ההשמנה על תמותה ותחלואה, היא גם תורמת למחלות נוספות כגון סכרת, לחץ דם גבוה, שומני דם, דיכאון ועוד.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024 18/02/2025 29/04/2025	28/01/2025 15/04/2025 15/07/2025



# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
761 761.01 761.02	<b>תשכחו מה שידעתם על הזכרון</b> כיצד עובד הזיכרון האנושי? זהו תחום שמרתק ומסקרן את האנושות במשך דורות רבים. עם התעצמות הטכנולוגיה, הבנת הפסיכולוגיה וחקר המוח, אנו יכולים לתת תשובות לשאלות שלפני כן היו בעיקר תחום עיסוקם של פילוסופים והוגי דעות. האם הזיכרון שלנו מוגבל? מה לעשות כדי ליזכור יותר מידע? מה, מתי ואיך אנחנו שוכחים? ומה ההשלכות של כל זה על מערכת החינוך? הקורס יראה לכלל המשתלמים כיצד פועל הזיכרון, סוגי זיכרון ולהקנות מספר שיטות שיסייעו להם לשפר את הזיכרון, אותן יוכלו ליישם על עצמם ולתלמידיהם.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024 18/02/2025 29/04/2025	28/01/2025 15/04/2025 15/07/2025
760 760.01 760.02	<b>קורס תזונה מתקדם לבעלי ידע קודם</b> קורס תזונה מתקדם, המיועד לצוותים חינוכיים עוסק בהתמודדות עם מחלת השמנה ממנה סובלת כרבע מהאוכלוסייה הבוגרת וכמעט שליש מאוכלוסיית הילדים בישראל. השמנת יתר הינה גורם המוות החמישי בעולם. כ-8.2 מיליון איש מתים מדי שנה כתוצאה מעודף משקל והשמנה. מלבד ההשפעה הישירה של ההשמנה על תמותה ותחלואה, היא גם תורמת למחלות נוספות כגון סכרת, לחץ דם גבוה, שומני דם, דיכאון ועוד.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024 18/02/2025 29/04/2025	28/01/2025 15/04/2025 15/07/2025
762 762.01 762.02	<b>אוכלים בשפה זרה - איטלקית בשפה קולינרית</b> השפה האיטלקית נשמעת כמגנינה ערבה, זוהי שפת התרבות, האוכל והאהבה. שפה לירית, נעימה שמוצאה מהלטינית. איטליה היא לא רק בירה של תיירות אלא גם אימפריה של אוכל, שכבשה את העולם המודרני. המאכלים האיטלקיים ברובם פשוטים להכנה ומנצלים תוצרת מקומית ולכן משתנית בין האזורים הגיאוגרפים השונים בארץ המגן ולעיתים בין כפר לכפר באותו האזור. קורס איטלקית בשפה קולינרית מזמין אתכם לטעום מהשפה ולבשל מתכונים מארץ המגן.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	28/10/2024 17/02/2025 04/05/2025	27/01/2025 14/04/2025 13/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
763 763.01 763.02	<b>טלפון חכם IN</b> הקורס טלפון חכם משקף את תכונותיו של הסמארטפון וממצב את תפקידו של המשתמש החכם על פני המכשיר הטכנולוגי. בפתיחת הקורס, יש מבוא המסביר כיצד עובד הטלפון החכם ומהי רשת סלולרית. לאחר מכן נתייחס למערכות ההפעלה השונות המפעילות טלפונים הנתמכים במערכת ההפעלה אנדרואיד של גוגל ו iOS של אפל. נציג את התכונות והמאפיינים של המכשיר ונדגים הלכה למעשה יישומים לשימוש בכיתה ולמעשה כיצד נוכל להפוך את הכלי ממסח למתגבר הוראה ובמילים אחרות, כיצד נוכל לרתום את הטכנולוגיה הזמינה לכלי למידה.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	28/10/2024 19/02/2025 30/05/2025	29/01/2025 16/04/2025 16/07/2026
764 764.01 764.02	<b>מצילום דיגיטלי להפקת עזרי הוראה מתקדמים באמצעות יישומי גרפיקה</b> בעולם הדיגיטלי בו אנו חיים, תמונות הינן חלק בלתי נפרד מחיינו והפכו לא מכבר לתרבות השיח החדשה. לימוד עקרונות הצילום בשילוב עם יכולת עריכה ועיבוד בתוכנות גרפיות, יקנו למשתלם שליטה בצילום, בתיעוד, וישדרגו את יכולתו של המורה להפיק וליצור דפי עבודה, מצגות מסמכים וככלל חומרי הוראה ועזרי הוראה דיגיטליים ומודפסים אטרקטיביים.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	30/10/2024 19/02/2025 30/04/2025	29/01/2025 16/04/2025 16/07/2026
765 765.01 765.02	<b>עיבוד באמצעות PhotoShop</b> הקורס מיועד למשתמשים ללא רקע קודם בעיצוב, אולם גם למי שרוצה לרענן את הידע ואף להרחיבו, פוטושופ הינה תוכנת הגרפיקה המובילה מבית חברת אדובי – ADOBE ומשמשת לעיצוב גרפי. מטרתו של עיצוב גרפי הינה ליצור חוויות חזותיות באמצעות יצירה, עריכה ועיצוב תמונות. בקורס פוטושופ נלמד כיצד לעצב תמונות, לבצע מניפולציה על תמונות, נכיר את כלי התוכנה הבסיסיים והמתקדמים, נוסיף אפקטים, טקסט, שכבות, מסכות, עימוד התמונות ויצירת פרסומים מסוגים שונים וזאת על מנת ליצור חומרי הוראה ועזרי הוראה בעלי נראות, מזמינים ומקצועיים.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	30/10/2024 19/02/2025 30/04/2025	29/01/2025 16/04/2025 16/07/2026

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
חדש 766 766.01 766.02	<b>סודות התזונה המנצחת - חדש!</b> תזונה מנצחת הינה התזונה המיטבית ביותר להורדת סיכון לתחלואה ותמותה ולשיפור איכות החיים בכל שכבות הגיל, החל מגיל ילדות ועד לגיל השלישי. כיום, אנו חיים בסביבה אובסוגנית ובתרבות שפע אשר מקשה על קבלת החלטות נכונות בכל הקשור לניהול האכילה היומי ולמתן מסרים נכונים של תזונה לילדים שלנו. במהלך הקורס תשנו דפוסי חשיבה בתזונה ותיחשפו לידע מדעי ומקצועי, תקבלו כלים מעולם התזונה החדש, המגמות והטרנדים החמים ביותר במדעי התזונה. בקורס מקבלים את ההנחיות החדשות והעדכניות ביותר בנושאי תזונה מקדמת בריאות, עיתוי אכילה, השמנת ילדים, מאזן אנרגיה והרכב גוף. הקורס יגרום לכם השפעה ניכרת על החיים האישיים ועל הידע המעולה שתוכלו להעביר בבית הספר ובקרב בני משפחותיכם.	מירי חדד - דיאטנית קלינית, מתמחה בתזונת ספורט, מאמנת כושר ובוגרת האון' העברית במדעי התזונה M.A	30/10/2024 19/02/2025 30/04/2025	29/01/2025 16/04/2025 16/07/2026
חדש 767 767.01 767.02	<b>לגדל גינת קיימות אקולוגית - חדש!</b> גינון יכול להוות דרך ייחודית ומשמעותית להעשיר את הוראתכם ולחבר את תלמידים לסביבה ובה בעת לקשט את בית הספר בירוק ובבריאות. חשיבה ירוקה ושימור חקלאות ישראלית תהפוך בדשנים הקרובות לפרוייקט לאומי אולם הרבה מעבר לכך יש בה תרפיה, הנאה, ובעיקר טעם של פעם, ירקות ופירות שמגדילים בעצמנו שווה טעמם אלף מונים מכל מה שנרכוש. נדרש חיבור לאינטרנט ואופיס בגרסת 2019 ומעלה	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024 18/02/2025 29/04/2025	28/01/2025 15/04/2025 15/07/2025
חדש 768 768.01 768.02	<b>עיצוב באמצעות קנבה - חדש!</b> הקורס מיועד לכלל המורים שרוצים להעשיר את השיעור ליצור עיצובים מתקדמים ומרהיבים בקלות, לעורר ענין עבורם ועבור התלמידים. קנבה (Canva) הינה יישום ענן לעיצוב ועריכת מדיה הזמין לשימוש באינטרנט או כיישומון בסלולר. באמצעות קנבה נעצב בקלות מסמכים, מצגות תמונות, סרטונים ועוד ובכך נהפוך את תוצרי ההוראה וחומרי ההוראה למרהיבים מושכי קשב ומסיעי למידה. בקנבה כל אחד יכול! במהלך הקורס ניצור ונדגים באמצעות יצירת תוצרי ההוראה.	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	29/10/2024 18/02/2025 29/04/2025	28/01/2025 15/04/2025 15/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

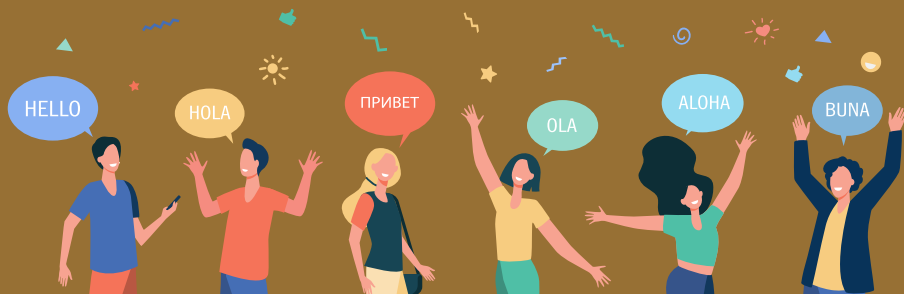
קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
	<b>אולה אספניול!</b> <b>ספרדית בשפה קולנירית</b> <p>נכון להיום בעולם מעל שש מאות מיליון דוברי ספרדית והיא השפה הרשמית של עשרים מדינות. התרבות והקולנירית הספרדית התפתחו מהשפעות מגוונות של הנצרות, השלטון הערבי והמורשת היהודית. בקורס נעבור מסע בזמן מעליתה של ספרד לגדולתה והתפשטותה עד אמריקה הלטינית, דרך השפעותיה באמנות המודרנית, הפלמנקו וכן את ההשפעות של הקולניות הכבושות על עיצוב התפריט הספרדי.</p>	אסף קרסנובסקי וצוות מנחים של "דע תביט"	19/11/2024 18/02/2025 06/05/2025	06/02/2025 22/04/2025 11/07/2025
<b>חדש</b>	<b>מציאות בעיצוב אישי -</b> <b>ניהול עצמי לחיים משמעותיים - חדש!</b> <p>ליצירת מציאות אופטימלית בעיקר בתקופות חוסר ודאות, חשוב לקבל ולהבין את המציאות והחוויות האישיות, לזהות מקורות עוצמה ופוטנציאל לצמיחה. פיתוח מודעות עצמית, הערכה של הישגים אישיים והכרה בערך האישי חיוניים. רכישת כלים להתמודדות עם אתגרים, כולל גמישות קוגניטיבית וחשיבה חיובית, ופיתוח רשת תמיכה חברתית ומקצועית, מאפשרים ניווט טוב יותר. תהליך זה מחייב עבודה עצמית מתמדת אך מבטיח פיתוח אישי ורווחה נפשית.</p>	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	17/11/2024 16/02/2025 04/05/2025	04/02/2025 20/04/2025 09/07/2025
<b>חדש</b>	<b>הצבעים שבתוכנו -</b> <b>לחיות את החיים דרך עדשות מגוונות - חדש!</b> <p>הצבעים הם כמו שפה עשירה שגורמת לנו להרגיש, לחשוב ולפעול. כל צבע מעלה לנו אסוציאציה אחרת, פותח אותנו לעולם של רגשות ומעורר בנו תחושות הממשפיעות על התנהגותינו. כשאנחנו מדמיינים צבע הוא משפיע על הלך הרוח שלנו. למשל, הצבע הכחול מעניק לנו לרוב תחושת שקט ורוגע ואולי גם תחושה של ביטחון. הצבעים הם כמו חלון שמאפשר לנו הצצה כמעט אוניברסלית לרגשות שונים שבעולם שמסביבנו ובתוכינו. הפסיכולוגיה של הצבעים חוקרת כיצד הצבעים משפיעים על התחושות, הרגשות וההתנהגות שלנו. כל צבע מעיד על משמעויות שונות.</p>	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	18/11/2024 17/02/2025 05/05/2025	05/02/2025 21/04/2025 10/07/2025

# קורסים מקוונים - כלל ארצי

להרשמה:

קוד הקורס	שם השתלמות ותיאור	מועבר ע"י	מועד פתיחה	מועד סיום
חדש	<b>המפתחות להצלחה:</b> <b>דרך לשיפור אישי ומקצועי - חדש!</b> הקורס "מפתחות להצלחה: דרך לשיפור אישי ומקצועי" הוא מסלול למידה מעמיק שמטרתו לאפשר לכל משתתף להשיג הצלחה בתחומים מגוונים בחייו האישיים והמקצועיים. בקורס ניתן מענה לשאלות - כיצד ניתן לשדרג את היכולות שלנו? כיצד להתפתח? כיצד להשיג את השלב הבא בקריירה המקצועית או בחיים האישיים? ועוד. בקורס נלמד איך לנצל את הפוטנציאל האמיתי שלנו ולהטמיע את המפתחות השונים שנקבל לאורך הקורס בכל אחד מהתחומים שנרצה לתת לו את תשומת הלב.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	19/11/2024 18/02/2025 06/05/2025	06/02/2025 22/04/2025 11/07/2025
חדש	<b>לשלות את הצדפים -</b> <b>היכולת לנהל חיים טובים מתוך הכרת הטוב - חדש!</b> בקורס, לשלות את הצדפים – הכרת הטוב, אנו מזמינים את המשתתפים לצאת אל המרחב הפתוח, אל האוויר הצלול. להתבונן פנימה והחוצה, להתחבר לתובנות אוניברסליות גדולות מאיתנו, לבחון את חיינו, להכיר בפנינים, באבנים הטובות ובצדפים מהם נוכל לחרוז מחרוזת של רגעים טובים, של אנשים מיוחדים, של חוויות עוצמתיות, רעיונות וזכרונות לנצור, נקודות צמיחה, חיבור ואמון. המשתתף יוצא למסע שבו נשתמש בשליית הצדפים מהים הגדול ככלי מרכזי להבנת נפשנו ולפיתוח כלים רבים ותובנות משמעותיות.	נועה יצחק וצוות מומחים - בית הספר אנגרמה לאימון והדרכה	20/11/2024 19/02/2025 07/05/2025	07/02/2025 23/04/2025 12/07/2025
	<b>אנגלית - מפתח לעולמות חדשים</b> הקניית כישורים בהבנה, קריאה, כתיבה ודיבור. השפה האנגלית תוך כדי "טיול" וירטואלי בעולם.	ליאור ארנס CES ISRAEL חברה ללימוד אנגלית.	27/10/2024 02/02/2025 27/04/2025	12/01/2025 13/04/2025 30/06/2025

# לימודי שפות



## מחקרים מראים שללימוד שפה זרה ישנם יתרונות רבים:

- **שיפור הזיכרון** - למידת שפה מפעילה את המוח ויכולה לשפר את הזיכרון, הריכוז והיכולת לפתור בעיות
- **העשרה תרבותית:** למידת שפה מאפשרת לנו להכיר תרבויות חדשות, לדוגמה מנהגים, מאכלים, חגים וכן הלאה ובכך להעשיר את עולם התוכן הפנימי של הלומד
- **שיפור היכולות הקוגניטיביות:** לימוד שפה מפעיל את המוח ומפתח את היכולת הקוגניטיבית של הלומד בתחומים שונים, כגון יכולת פתרון בעיות, חשיבה יצירתית
- **התרגשות והנאה:** היכולת לתקשר בשפה חדשה עשויה להביא להנאה וסיפוק אישי -העצמה: לימוד שפה חדשה יביא לשיפור בתחושת המסוגלות האישית ותאפשר ללומד לתקשר בביטחון, למשל בסיוורים בחו"ל ובמשלחות נוער ברחבי העולם.
- אנו מאמינים כי השימוש בגישה התקשורתית יסייע להעשיר את ארגז הכלים של עובדי ההוראה, לייצר לימוד חווייתי ברמה האישית וכן ולהביא לשיפור בביצועי התלמידים. לפניכם מספר רב של אפשרויות ללימודי שפות בזום או בקורסים פרונטליים ברחבי הארץ.



בערבית אומרים: "ג'ארכ (א)לקריב ולא אח'וכ (א)לבעיד" – טוב שכן קרוב מאח רחוק. מאז ראשית חזרתו של העם היהודי למזרח התיכון, לפני כ- 150 שנה וביתר שאת לאחר הקמת המדינה, קיים הצורך להבין את השפה והתרבות של שכנינו ושותפינו הערבים במדינת ישראל. במסגרת הקורס הקצר המוצע להלן, נעשה את צעדינו הראשונים להתוודעות לשפה ככלי תקשורת, תרבותי המאפשר לנו להבין ולדבר עם אזרחי ישראל הערבים ועם שאר 250 מליון דוברי הערבית במרחב.

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	מנחה	יום	שעות	תאריכים
ערבית למתחילים	603	זום	מנחי ביה"ס דיאלוג של האוניברסיטה הפתוחה	שלישי	09:00-12:15	5/11/24-18/2/25
ערבית מדוברת ככלי להבנת שכנינו ותרבותם	113	מתנ"ס שיכוני המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ. ישנה חנייה זמינה.	אייל אופק	רביעי	10:00-12:45	13/11/24-5/2/25
ערבית מדוברת ככלי להבנת שכנינו ותרבותם	113.01	מרכז קהילתי בני ברית, אייזיק חריף 23 תל אביב, ישנה חנייה זמינה.	אייל אופק	ראשון	10:00-12:45	23/2/25-8/6/25
ערבית מדוברת- השיח הבסיסי	512	משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל	ד"ר לנא והבה	שלישי	15:00-18:15	7/1/25-19/6/25
ערבית מדוברת בכיף	307	משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה, קומה 9	מייסא אבו יוסף	ראשון	09:00-13:15	2/2/25-11/5/25







קורס חווייתי המלמד את האנגלית באמצעות התמקדות בדיאלוגים שכיחים כאשר טסים לחו"ל. הקורס מועבר באמצעות 14 מפגשי זום בני שעה וחצי + לימוד ותרגול א-סינכרוני באתר קורס מיוחד הזמין למשתלמים באופן חופשי במהלך תקופת הקורס. במפגשי הזום נלמד ובעיקר נתרגל באמצעות משחקי תפקידים כיצד לדבר כאשר אנו מטיילים בחו"ל. המפגשים נועדו כדי לאפשר לכם לתרגל עם המורה ועם העמיתים לקבוצת הלימוד את היכולת לדבר אנגלית בשטף ובביטחון. הלימוד הא-סינכרוני מבוסס על סרטוני אנימציה קצרים, סרטוני "טיק טוק" משעשעים ותרגולים מגוונים הכוללים תרגולים באמצעות מערכת AI חדשנית שתאפשר לכם להרחיב את אוצר המילים, ללמוד דיאלוגים בסיסיים ובעיקר לתרגל את הדיבור בסיטואציות שכיחות כאשר טסים לחו"ל. הלימוד המקדים של היחידות הא-סינכרוניות יאפשרו לכם לתרגל באופן קל ומיטבי במפגשי הזום. בטיסה הקרובה שלכם כבר תדברו אנגלית בשטף ובביטחון בשדה התעופה, במלון, במסעדות ובחנויות השונות ועוד. אנחנו כבר מוכנים להמראה. מחכים לכם. נתראה בקרוב בצ'ק אין.

### דרישות מקדימות לקורס: יכולת בסיסית של קריאה באנגלית.

הקורס מיועד למי שאינם יודעים או חוששים לנהל דיאלוגים בסיסיים כאשר יוצאים לטיול בחו"ל.

**בהנחיית מנחים מקצועיים מביה"ס Speaking English** בהובלת אסף הירשפילד

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
מטיסים את האנגלית	114	זום	שני	09:30-11:00	4/11/24-10/2/25
מטיסים את האנגלית	114.01	זום	חמישי	17:00-18:30	7/11/24-13/2/25
מטיסים את האנגלית	114.02	זום	שני	9:30-11:00	17/2/25-9/6/25
מטיסים את האנגלית	114.03	זום	חמישי	17:00-18:30	19/6/25-19/6/25





השפה הספרדית היא השפה הרומאנית המדוברת ביותר. עם כ 570 מיליון איש הדוברים את השפה ברחבי העולם, ספרדית היא השפה השלישית בתפוצתה בעולם. כדי לדעת ספרדית לא מספיק רק ללמוד מילים חדשות; יש צורך בתירגולים חוזרים ונשנים תוך שימוש במילים ובדקדוק שנלמדו, במסגרת מגוון פעילויות, על מנת שנוכל להשתמש בהם בעת שיחה בזמן אמת. לדיאלוג שיטה ייחודית המיועדת לפיתוח מיומנות הדיבור. שיטה זו דוגלת בהפעלה אינטראקטיבית-חווייתית: עבודה בקבוצות קטנות, התמקדות בסטודנט, ביצוע משימות, משחקי תפקידים, פתרון בעיות, שיחות ודיונים, וכן תרגילי הדמיה.

כל אלו מובילים לתוצאות מיטביות בנוגע לשבירת "מחסום הדיבור" ולחיזוק הביטחון בשימוש בשפה. כמו כן נלמדות שאר המיומנויות של רכישת שפה נוספת: כתיבה, קריאה והבנת הנשמע.

**מטלות:** נוכחות בזום ועבודה מסכמת.

**מנחה מקצועי:** מביה"ס לשפות "דיאלוג" של האוניברסיטה הפתוחה

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
ספרדית למתחילים	602	זום	חמישי	09:00-12:15	7/11/24-13/2/25



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
מוכרות לעוז לתמורה ואופק חדש

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

סוג קורס:  
חובה



השפה הצרפתית היא שפה רומאנית ושפת אמם של 77 מיליון איש. בנוסף, יש כ-200 מיליון איש שדוברים את השפה כשפה שנייה. הצרפתית היא השפה הרשמית בלמעלה מעשרים מדינות. כדי לדעת צרפתית לא מספיק רק ללמוד מילים חדשות; יש צורך בתרגולים חוזרים ונשנים תוך שימוש במילים ובדקדוק שנלמדו, במסגרת מגוון פעילויות, על מנת שנוכל להשתמש בהם בעת שיחה בזמן אמת. לדיאלוג שיטה ייחודית המיועדת לפיתוח מיומנות הדיבור. שיטה זו דוגלת בהפעלה אינטראקטיבית-חוויתית: עבודה בקבוצות קטנות, התמקדות בסטודנט, ביצוע משימות, משחקי תפקידים, פתרון בעיות, שיחות ודיונים, וכן תרגילי הדמיה. כל אלו מובילים לתוצאות מיטביות בנוגע לשבירת "מחסום הדיבור" ולחיזוק הביטחון בשימוש בשפה. כמו כן נלמדות שאר המיומנויות של רכישת שפה נוספת: כתיבה, קריאה והבנת הנשמע.

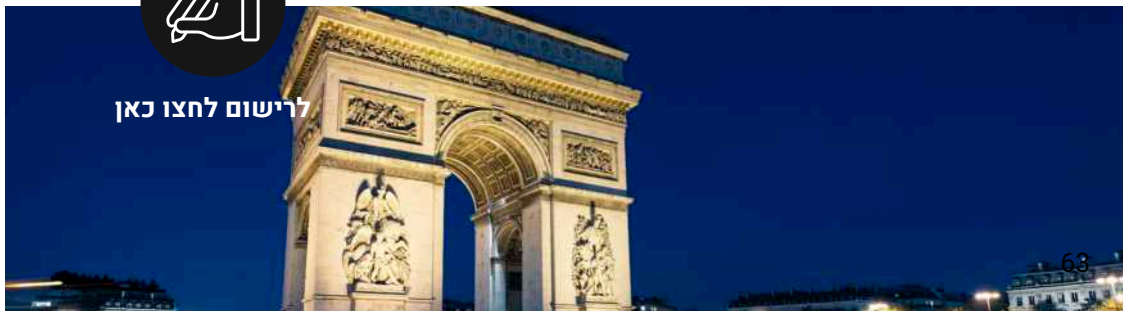
**מטלות:** נוכחות בזום ועבודה מסכמת.

**מנחים:** מביה"ס לשפות "דיאלוג" של האוניברסיטה הפתוחה

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
צרפתית למתחילים	604	זום	רביעי	09:00-12:15	30/10/24-12/02/25



לרישום לחצו כאן



# איטלקית

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

סוג גמול:  
מוכרות לעוז לתמורה ואופק חדש

סוג קורס:  
חובה



מוצאה של השפה האיטלקית מהלטינית המדוברת ולכן אפשר לראות בה המשך ישיר שלה.

האיטלקית היא הלשון שיש בה האחוז הגדול ביותר של מילים שצורתן הלטינית נשתמרה בשלמותה. בין השפות שהשאילו מילים לשפה האיטלקית: הגרמנית, הצרפתית, הערבית, היוונית והספרדית. כדי לדעת איטלקית לא מספיק רק ללמוד מילים חדשות; יש צורך בתרגולים חוזרים ונשנים תוך שימוש במילים ובדקדוק שנלמדו, במסגרת מגוון פעילויות, על מנת שנוכל להשתמש בהם בעת שיחה בזמן אמת.

**מטלות:** נוכחות בזום ועבודה מסכמת.

**מנחה:** מביה"ס לשפות דיאלוג של האוניברסיטה הפתוחה.

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
איטלקית למתחילים	600	זום	ראשון	09:00-12:15	3/11/24-16/02/25



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
מוכרות לעוז לתמורה ואופק חדש

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

סוג קורס:  
חובה



כשלומדים לאדינו מתחברים לקולות, לצלילים ולזיכרונות; מתחברים לשורשים, לבית ההורים, לבית הסבא והסבתא. לאדינו – שפתה של יהדות ספרד – היא שפה יפיפיה, עסיסית ומרתקת. יש בה שירי עם ורומנסות שפורטים על מיתרי הלב, סיפורים משעשעים על ג'והה התעלולן ופתגמים חכמים – אוצר שלם של תרבות ספרדית-יהודית שמחכה לכם. בקורס נלמד להבין, לדבר, לקרוא ולכתוב בלאדינו, נתבל את הלימוד בשירים, בפתגמים ובסיפורים עממיים ואף נצא לסטורים מרחיבי דעת.

**מטלות:** נוכחות בזום ועבודה מסכמת

**מנחה:** מתן שטיין: מרצה לשפת הלאדינו

שם הקורס	קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
לאדינו למתחילים - בסיפור, בפתגם ובשיר	313	זום	שני	17:30-19:00	4/11/24-23/6/25



לרישום לחצו כאן





# השתלמויות סיור

מחלקת השתלמויות מציעה לכם עשרות השתלמויות סיור ברחבי הארץ.

השתלמויות אלה מורכבות מסיורים לאורך סמסטר, לאורך השנה כולה או בריכוז בשבוע אחד.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע וחובה עליו להשתתף בסיור באופן פעיל

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

**לפרטים ורישום להשתלמויות סיור**

# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

קורס 105 | נשים על המפה

06/11/2024 - 11/02/2025

גם הן עשו היסטוריה: סיפוריהן הנאלמים והנעלמים של נשים חזקות ומרתקות בבניית הארץ. אהבותיהן ופועלן של נשים מנהיגות ופמיניסטיות, פורצות גדר ויוצרות מציאות. כשרות אינה מובטחת בכל הסיורים

**הסעה מתחנת רכבת תל אביב סבידור מרכז.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 106 | קסם המזרח - סיורים בערים המזרח תיכוניות בישראל

24/02/2024 - 09/06/2025

מסע מרתק בין-תחומי ברחבי ישראל בערים ההיסטוריות המזרח תיכוניות ירושלים, יפו, רמלה, לוד, נצרת, חיפה ועכו. נכיר את ההיסטוריה של הערים וניגע גם במתרחש בהן בהווה. נבחן את הערים במבט רב-תרבותי המשקף את השפעות האירועים ההיסטוריים, המפגש בין המזרח למערב והאסלאם וקבוצות דתיות אחרות במזרח התיכון על התפתחותן ועיצוב דמותן. כשרות אינה מובטחת בכל הסיורים

**בסיורים באזורים המרוחקים מהמרכז תצא הסעה מתחנת רכבת תל אביב סבידור מרכז**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 107 | קוראים את העיר - תל אביב בקריאה מהממת!

06/11/2024 - 11/02/2025

מסע מרתק בעיר תל אביב בעקבות הקשר בין אתרי העיר לבין סופרים ואנשי רוח שפעלו ויצרו בה. סיפור חייהם של סופרים ומשוררים, יצירות סיפורת ושירה, רחובות ופינות עירוניות. כולם מתערבבים להכרות חדשה עם העיר ועם מה שהטביע חותם על התרבות העברית ועל ההווה הישראלית.

כשרות אינה מובטחת בכל הסיורים. **הגעה עצמית - סיורים בתל אביב.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 109 | מאחורי הקלעים ובקדמת העיר תל אביב- עיר של תרבות, אמנות ואדריכלות

חדש 13/02/2024 - 03/04/2025

שבעה סיורי השתלמות מרתקים בעיר תל אביב המתחקים אחר עמודי התווך של אדריכלות ותרבות העיר תל אביב. אתרי הסיור משלבים מוסדות תרבותיים כמו הקאמרי, בית האופרה והיכל התרבות, דרך ביקורים בגלריות עירוניות ועד לאמנות רחוב בסמטאות של שוק הפשפשים. נכיר את המבנים הייחודיים בעיר ונלמד אודות המאפיינים האדריכליים שלהם. ניכנס אל מאחורי הקלעים של מוסדות תרבות ענפים: הקאמרי, בית האופרה, סוזאן דלאל, הבימה, היכל התרבות ועוד. נעשיר את הידע בפיסות היסטוריה עתיקות וחדשות, נתבונן בעיר דרך עיני האמנים השונים הפעילים בה, נפגוש אמנים ונבקר בגלריות שונות ברחבי העיר. כשרות אינה מובטחת בכל הסיורים

**הגעה עצמית - סיורים בתל אביב**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

### קורס 111 | אצא לי השוקה - סמסטר א' **סיורי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים בתל אביב חדש**

04/11/2024 - 03/05/2025

נעמיק ונכיר את העיר תל אביב דרך נבירה בשכונות העיר, שווקים ובאתרים מגוונים בעיר. שכונת התקווה, יפו, שדרות ירושלים, נחלת בנימין, שוק הכרמל, מתחם שרונה ושוק לוינסקי - אלו רק חלק מן האתרים אותם נבקר ועליהם נלמד בהשתלמות. תתקיים סקירה היסטורית של כל אזור והתפתחותו במהלך השנים, נקיים מפגשים אנושיים עם תושבי השכונות שיעשירו אותנו בסיפורים מחייהם בהווה ובעבר, נלמד על דמויות תרבותיות שחיו באזור והשאירו את חותמם באופן נצחי על העיר. נסייר גם בגלריות אמנות מקומיות, מפגשים עם אמנים, נתרשם מאמנות הרחוב בסמטאות פלורנטין ונגיע עד נמל תל אביב החי והפועם.

#### הגעה עצמית - סיורים ת"א

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

### קורס 111.01 | אצא לי השוקה - סמסטר ב' **סיורי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים בתל אביב חדש**

25/02/2025 - 03/06/2025

נעמיק ונכיר את העיר תל אביב דרך נבירה בשכונות העיר, שווקים ובאתרים מגוונים בעיר. שכונת התקווה, יפו, שדרות ירושלים, נחלת בנימין, שוק הכרמל, מתחם שרונה ושוק לוינסקי - אלו רק חלק מן האתרים אותם נבקר ועליהם נלמד בהשתלמות. תתקיים סקירה היסטורית של כל אזור והתפתחותו במהלך השנים, נקיים מפגשים אנושיים עם תושבי השכונות שיעשירו אותנו בסיפורים מחייהם בהווה ובעבר, נלמד על דמויות תרבותיות שחיו באזור והשאירו את חותמם באופן נצחי על העיר. נסייר גם בגלריות אמנות מקומיות, מפגשים עם אמנים, נתרשם מאמנות הרחוב בסמטאות פלורנטין ונגיע עד נמל תל אביב החי והפועם.

#### הגעה עצמית - סיורים ת"א

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

### קורס 140 | כרמים, ייקבים ויינות במסורת היהודית ובתרבות העכשווית - **סיורי עומק, טעם ולגימה**

03/12/2025 - 27/05/2025

יין הוא מהמאפיינים המובהקים של האזור הגיאוגרפי בו אנו חיים. נתחקה אחר גלגוליו השונים של היין בשלושת אלפים השנים האחרונות, דרך התבוננות בדרכי הייצור השונות, שימושיו והביטוי הניתן לו בתרבות. נסייר בעקבות יקבים וכרמים בניסיון לפענח את מקור הייחודיות שלו.

#### הגעה עצמית - עד שעה נסיעה ממרכז הארץ

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:



# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

קורס 141 | **ללכת כי כולם הולכים סיורים ב"שביל ישראל" - חוויה רב חושית של חיבור לנופי הארץ ומורשתה.**

26/11/2024 - 22/04/2025

נצא לפגוש את הארץ דרך הרגלים, להכיר את העונות המתחלפות בנופי הארץ, להבין חיבור בין אדם לאדמה בחוויה של כל החושים שהליכה בטבע יכולה להעניק. נסייר בכל מפגש בין 10 ל 12 ק"מ במסלולים לאוהבי לכת במקטע אחר של שביל ישראל. ההשתלמות מיועדת לאוהבי לכת.

**ברוב הסיורים תצא הסעה תצא מתחנת רכבת סבידור מרכז (ארלזורוב) בת"א.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 201 | **אדם, טבע ונוף – סיורים בארץ**

11/11/2024 - 09/06/2025

הכרות מעמיקה עם אזורי הארץ ושאלת הזהות הישראלית באמצעות סדרת טיולים בנופי טבע ואדם. במהלך הסיורים נעסוק במגוון נושאים בשפה, זהות ויחס לאחר במדינת ישראל. נפגוש תושבים באזורי הארץ השונים, נכיר היבטים גיאוגרפיים – היסטוריים ואת הנוף הדתי אנושי. בנוסף נלמד דרכים להכנת טיול בית ספרי באופן מעמיק מגוון ומהנה יותר. **הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 202 | **מה יפים הלילות**

12/12/2024 - 12/06/2025

הכרות עם מקומות אתרים ובתים במקומות שונים בארץ בתאורה ובתפאורה הלילית. מתן החוויה והעוצמה של היכרות עם מקומות אתרים ובתים במקומות שונים בארץ בתאורה ובתפאורה הלילית. מתן החוויה והעוצמה של הסיור הלילי. **הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 205 | **זאת ירושלים ארצי**

26/11/2024 - 18/02/2025

סיורים מרתקים ומעוררי השראה בירושלים. ניגע בהיסטוריה באמצעות הרגליים ונחזה בנופים המדהימים של העיר היפה בעולם והמקודשת לכל הדתות. בהשתלמות יושם דגש על סיפורים מרתקים, היסטוריים ואישיים שנוגעים לכל אחת ואחד מאיתנו, ועל למידה על תולדות ירושלים ועם ישראל.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

קורס 317 | ארץ זבת חלב ודבש - יקבים, מחלבות ובתי בד חדש


11/01/2024 - 09/05/2025

ההשתלמות תעסוק בצורה הוליסטית ביין, שמן וגבינות תוך בחינת ההקשרים בין תחומי הדעת השונים- היסטוריה, חשיבות כלכלית, סחר, גסטרונומיה ועוד. מורים שיטילו חלק בהשתלמות, יוכלו לקשור בין הנושאים השונים ולקשרם להוראה אינטגרטיבית וחוויתית. הידע וחוויות הקורס יתרמו למורים המגיעים ממקצועות הוראה שונים, המורים יוכלו להשתמש בידע אותו ירכשו במהלך ההשתלמות לקידום תחומי ההוראה הפדגוגית והעשרת תכני השיעורים. בנוסף תכני ההשתלמות יכולים לתרום לתכנון טיולים ברמות שונות, טיולים שיחזקו את זיקת התלמיד למורשתו התרבותית וההיסטורית.

**הגעה עצמית** כשרות אינה מובטחת בכל הסורים.

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 443 | סיורי תרבות, עדות וטעמים - סיורי שווקים ברחבי הארץ

5/11/24 - 24/12/24 סמסטר א'

היכרות עם המורשת התרבותית ודו הקיום בחברה הישראלית לגווניה. סיורים באזורים שונים בארץ, כדי להיחשף למקומות ותרבויות דרך אוכל, מקורות ומורשת תוך שימת דגש על אוכל מקומי ואוטנטי ברוח ה-Slow Food העולמית ומודעות אקולוגית בת קיימא. 7 סיורים באזורים שונים כמו: באר שבע העתיקה ובסצינת האוכל של השוק המתעורר והבועט, סיור בנחלאות ובשוק מחנה יהודה בירושלים, סיור בחיפה, יפו ותלאביב ועוד. הסיורים בהגעה עצמית לנקודת הציון וסיום בפיזור עצמאי.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 443.10 | סיורי תרבות, עדות וטעמים - סיורי שווקים ברחבי הארץ

12/2/25 - 2/4/25 סמסטר ב'

היכרות עם המורשת התרבותית ודו הקיום בחברה הישראלית לגווניה. סיורים באזורים שונים בארץ, כדי להיחשף למקומות ותרבויות דרך אוכל, מקורות ומורשת תוך שימת דגש על אוכל מקומי ואוטנטי ברוח ה-Slow Food העולמית ומודעות אקולוגית בת קיימא. 7 סיורים באזורים שונים כמו: באר שבע העתיקה ובסצינת האוכל של השוק המתעורר והבועט, סיור בנחלאות ובשוק מחנה יהודה בירושלים, סיור בחיפה, יפו ותלאביב ועוד. הסיורים בהגעה עצמית לנקודת הציון וסיום בפיזור עצמאי.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

קורס 454 | מטיילים ומצלמים בסמארטפון אדם טבע ונוף


06/02/2025 - 29/05/2025

סיורים באזורי הארץ השונים בהיבטים של אדם, טבע, נוף והיסטוריה. הכרות עם הפסיפס האנושי בחבלי הארץ השונים במגוון תרבויות עדות וזרמים באמצעות עדשת הסמארט-פון. השתלמות המשלבת סיורים וצילום. יתקיימו 2 מפגשים מקוונים מסכמים.

**חלק מהמפגשים בהגעה עצמית וחלקם בהסעות מתחנות רכבת.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 504 | מטיילים ומצלמים בצפון אדם טבע ונוף

29/10/2024 - 07/01/2025

מורשת הצפון דרך עדשת המצלמה (מצלמת הסמארטפונים שלנו). ללמוד על אזורי הארץ השונים בהיבטים של אדם, טבע, נוף והיסטוריה. הטיול הבית ספרי-למידה חוויתית לתרבות, היסטוריה ונופים אנושיים. לפתח את הזיקה לארץ, תרבותה ומורשתה בחיבור לאתרים בארץ. מגוון של נופים-היכרות עם חבלי ארץ שונים בהקשר גיאוגרפי היסטורי. היכרות עם הפסיפס האנושי בחבלי הארץ השונים ומגוון תרבויות, עדות וזרמים. **אוטובוס צמוד מחניון עין המפרץ וכרמיאל.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 508 | מטבחים גליליים -קולינריה גלילית - סיפורים, בישול וטעימות

23/04/2025 - 19/02/2025

היכרות עם מטבחים גליליים במגוון תרבויות ואמונות. החל ממאכלים מסורתיים שעוברים במשפחה ועד לבישול מודרני עכשווי. ינחשף למגוון שיטות בישול ולמטבחים שונים. כל מפגש מתקיים במקום אירוח אחר על מנת לקבל מניפה רחבה של הבישול הגלילי. בהשתתפות שפים של מסעדות, בשלנים ביתיים ומנחי סדנאות בישול. **הגעה עצמית בתיאום עם המדריך.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 511 | הטבע ואני

31/10/2024 - 16/01/2025

הקורס הינו 8 מפגשי טבע בצפון הכנרת, ירדן הררי ורמת הגולן. בהשתלמות נקבל כלים, מיומנויות, ידע ובעיקר חוויות שיעזרו לנו להעמיק את החיבור אל הסביבה הטבעית, לפתח מערכות יחסים עם הטבע והיצורים החיים בו ולהרגיש יותר בבית גם כשאנחנו בחוץ. כל מפגש יעסוק ברובד אחר של מארג החיים בטבע (צמחים, שפת הציפורים, גששות בעלי חיים ועוד) וישלב פרקטיקות מגוונות תוך כדי שהייה ויציאה לשיטוטים קצרים בסביבה (מרחקי ההליכה אינם גדולים). מפגשי טבע, מהם ניתן יהיה לשאוב השראה הן לחיינו האישיים והן לעשייה החינוכית.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

# השתלמויות סיום

## שנתיות / סמסטריאליות

קורס 544 | הטבע ואני


13/2/2025 - 22/5/2025

הקורס הינו 8 מפגשים ברמות מנשה, נחל השופט ויער טבעון בהשתלמות נקבל כלים, מיומנויות, ידע ובעיקר חוויות שיעזרו לנו להעמיק את החיבור אל הסביבה הטבעית, לפתח מערכות יחסים עם הטבע והיצורים החיים בו ולהרגיש יותר בבית גם כשאנחנו בחוץ. כל מפגש יעסוק ברובד אחר של מארג החיים בטבע (צמחים, שפת הציפורים, גששות בעלי חיים ועוד) ויישלב פרקטיקות מגוונות תוך כדי שהייה ויציאה לשיטוטים קצרים בסביבה (מרחקי ההליכה אינם גדולים). מפגשי טבע, מהם ניתן יהיה לשאוב השראה הן לחיינו האישיים והן לעשייה החינוכית.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 526 | מתנובת הארץ - יקבים, מחלבות, בתי בד, מבשלות בירה, דבש ועוד - חדש

16/10/2024 - 18/12/2024

נבקר ביקבים, במחלבות, במבשלות בירה, בבתי בד, במטחנות קמח ותבלינים, נכיר יצרני שיכר ורודי דבש ונשלב הכול במפגשים אנושיים מרגשים. נתוודע למסורות עתיקות שהשתמרו מימי קדם, ונראה איך צמחים ארץ ישראלים משמשים ברפואה הטבעית מאז ועד היום. **הגעה עצמית**. בכל הסיורים. הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 532 | שביל ישראל הצפוני: "ללכת כי כולם הולכים."

20/02/2025 - 29/05/2025

בהשתלמות זו נעשה דרך ונכיר את הצפון דרך מקטעים נבחרים של שביל ישראל במסלולים נוחים ולא אתגריים, מאושרים ע"י פיקוד העורף. נעבור דרך נופים מרהיבים, טבע עוצמתי ומפגשים עם תרבות מגוונת, ניחשף לסיפורי דרך ואתרים ייחודיים ונחלוק מסע משותף לאורך השביל המרהיב. מטרת סדרת הסיורים היא העמקת ההיכרות עם האיזור על חלקיו השונים והעשרת הידע של משתתפי ההשתלמות בהיבטים של היסטוריה של ארץ ישראל, התיישבות, תרבות, דתות, גיאוגרפיה וטבע.

**הגעה עצמית (אוטובוס יחזיר לנק' המוצא)**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 543 | מהעמק אל הדר - היכרות עם אזורי העמקים והכרמל

11/2/25 - 1/4/25

להכיר את התרבויות, הדתות, הטבע וההיסטוריה של האזור, ככלי בעבודת עובד ההוראה. המשתלמים ילמדו על חשיבות הדתות השונות באזורים הללו ככלי חינוכי לשימוש במוסד בו הם מחנכים ובנוסף ילמדו על ההיסטוריה המיוחדת בכל אזור כמו גם את חשיבותו הטופוגרפית. יעדי הסיור הם בית שאן ועמק יזרעאל עם התנ"ך ביד, מלחמות והתיישבות בגליל התחתון כולל יודפת, הררית, סלאמה, התיישבות מדרום הכרמל ועוד. מנחה: יוסי סלס, מומחה בתחום. **אוטובוס יוצא מטבעון** הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

# השתלמויות סיום

## השתלמויות בנאות קדומים - למידה חוץ ופנים כיתתית

קורס 274 | בחזרה לטבע - חדש

11/11/2024 - 03/02/2024

אין כמו ביה"ס של הטבע להעשרה ויצירת עניין. הטבע מספק לנו רגעים של רוגע, עוצמה, צמיחה והמון חכמה. אבותינו התנהלו בעולם בו הטבע הוא חלק בלתי נפרד מהווית החיים היומיומית. הצמחים, האוויר, המים והאדמה היוו את הבסיס הקיומי אך היו גם מקור להשראה. בקורס יושם דגש על: התבוננות מעמיקה בסביבתנו הטבעית, שילוב מקורות מהתרבות העברית העתיקה והמודרנית, למידה חוץ כיתתית.

### הגעה עצמית לנאות קדומים.

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 275 | גיבורות בעל כורחן - חדש

13/11/2024-05/02/2025

כיצד הצליחו נשות המקרא מתוך המרחב הביתי המסוגר, ובחברה גברית-פטריארכלית להשפיע ולהיכתב בדפי ספר הספרים וכיצד נראו חייהן? ה היו עיסוקיהן? כיצד אהבו? על מה חלמו? ואיך נראתה "היפה בנשים"? הצצה אל עולמה של האישה בעת הקדומה. נושאי הקורס יסקרו את מעגל החיים של האישה בתקופת המקרא: החל מלידתה ולאורך כל חייה הבוגרים: היותה אשת איש, התמודדות עם משפחה פוליגמית, נושא הפריון והלידה, לעיתים הליכה נגד הזרם, יופי חיצוני ופנימי ועוד.

### הגעה עצמית לנאות קדומים.

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 276 | מסע שורשים - חדש

21/11/2024 - 13/02/2025

בעקבות האוכל הישראלי הקדום - אוכל הוא לא רק מזון, הוא ביטוי מוחשי של תנאי הארץ, החקלאות, המנהגים והאמונות של תושביה. אלפיים שנה היה עם ישראל בגלות והאוכל המקורי שלו נשכח, ויחד אתו נשכחו מנהגים ומסורות. בהשתלמות נשחזר את האוכל הארץ-ישראלי הקדום על פי עונות השנה והחגים ונאיר את המנהגים והמסורות, הנסיבות האקלימיות, החקלאיות, התרבותיות והאמוניות להיווצרותו. במהלך ההשתלמות נתנסה בפעילויות שונות: חריש בעזרת חמור, זריעה, ליקוט צמחי תבלין ועוד, נכיר את ערכיהם התזונתיים והרפואיים של צמחי המאכל לאור רופאי העבר והמחקר המודרני, בסופו של כל מפגש נבשל ארוחה נושאת על פי מתכונים עתיקים משוחזרים מן המקורות.

### הגעה עצמית.

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

# השתלמויות סיום

## שבוע מרוכז בחופשות או בקיץ

### קורס 143 | סיפורי ערים

06/07/2025 - 11/07/2025

לכל עיר בארץ ובעולם יש סיפור היסטורי. לפעמים סיפור שהוא אמת היסטורית ופעמים אחרות סיפור שנולד מתוך אגדות. בקורס זה נבקר בערים שונות במרכז הארץ ונכיר את סיפורן ההיסטורי אבל גם את האגדות והחלומות מהן התחילו כל המעשים.

נכיר את סיפורן ההיסטורי של ערים שונות, סיפור רכישת הקרקע ובנייתן הפיזית, נחוה את הפסיפס האנושי של המשפחות המייסדות, של חולמים וחלוצים בנוף האורבני של ארץ ישראל, ניפגש עם אנשים, מתכננים, אומנים ומחנכים שילוו בסיפורם האישי את סיפור הערים שלהם. נבקר בערים: רמת גן, תל אביב, כפר סבא, רחובות, חולון וירושלים.

**הגעה עצמית - נסיעה עד שעה מהמרכז.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

### קורס 147 | תנו לנו יד ונלך

29/06/2025 - 04/07/2025

מיפו העתיקה בת אלפי השנים, ועד למדינת תל אביב של שנות האלפיים. שבוע מרוכז בו נסייר נשוטט, נשמע קולות, שירים ומוזיקה ונחוה את הכרך הצבעוני והמגוון ביותר של ישראל. נתחיל מיפו ההיסטורית, ועד יפו העכשווית, עיר קוסמופוליטית וצבעונית, שלוש הדתות, ג'נטריפיקציה, אזור שוק הפשפשים המתפתח ועוד.

ימים א'-ה' בשעות 17:00 עד 24:00 יום ו' 8:30 – 13:30.

כל יום נפגשים בנקודה אחרת בהתאם לנושא הסיור.

**הגעה עצמית - סיורים בתל אביב**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

### קורס 220 | סיפורים ירושלמים

22/06/2024 - 27/06/2025

למה ירושלים תמיד שתיים? סיור בעקבות יהודה עמיחי מלווה שירי ירושלים.

הרובע היהודי בתש"ח- סיור בסמטאות העיר העתיקה בעקבות לוחמי הרובע

סיור בנופי ירושלים של ימי הבית הראשון והשני.

סיור מוזיקלי - קולינרי ברחביה, סיפור חייהם של גדולי האומה, סיפורי אהבה מופלאים שנרקמו

בשכונה הירושלמית הוותיקה. רחובות האבן, סיור בהר הזיכרון בין חלקת גדולי האומה לבית הקברות

הצבאי על המאבק לעצמאות וסיפורים שנשכחו בדך "אור בירושלים" אתרים מוארים בירושלים

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

# השתלמויות סיוור

## שבוע מרכז בחופשות ובקיץ

קורס 277 | גיבורות בעל כורחן - חדש

02/07/2025 - 13/07/2025

כיצד הצליחו נשות המקרא מתוך המרחב הביתי המסוגר, ובחברה גברית-פטריארכלית להשפיע ולהיכתב בדפי ספר הספרים וכיצד נראו חייהן? ה היו עיסוקיהן? כיצד אהבו? על מה חלמו? ואיך נראתה "היפה בנשים"? הצצה אל עולמה של האישה בעת הקדומה. נושאי הקורס יסקרו את מעגל החיים של האישה בתקופת המקרא: החל מלידתה ולאורך כל חייה הבוגרים: היותה אשת איש, התמודדות עם משפחה פוליגמית, נושא הפריון והלידה, לעיתים הליכה נגד הזרם, יופי חיצוני ופנימי ועוד בהשתלמות יושג דגש על הנושאים הללו בליווי קטעי מקורות הכוללים מקורות יהודיים וכן מקבילות עכשוויות, ספרות ושירה מודרנית. **הגעה עצמית לנאות קדומים.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיוור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



להרשמה:

קורס 278 | זרעי קיץ - חדש

22/06/2025 - 01/07/2025

בימי קדם ידע האדם להשתמש בסביבתו הטבעית לכל צרכי קיומו: אוכל, רפואה, כלי בית, בניה ועוד. הידע הזה נשאר נחלתם של "זקני השבט" וכמעט נעלם מן העולם. היום, בעולמנו המתועש והמזיק לטבע, רווחת המגמה לחזור לשורשים, להכיר את הצמחים סביבנו ולתרגל את הידיים בעשיית מלאכות קדומות פשוטות אך יעילות. במהלך ההשתלמות נערוך הכרות מחודשת ומעמיקה עם הטבע סביבנו ברבדיו השונים: שימושי צמחים, סמליות ומשלים, נתנסה במלאכות מעולם הטבע, נלמד תובנות מן הטבע וכיצד ליישמן בחיים המודרניים ונרכוש כלי נוסף כגיוון לדרכי ההוראה.

**הגעה עצמית לנאות קדומים.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיוור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



להרשמה:

קורס 315 | ושמחת בחגיך - סדרת סיוורים בנושא דתות, עדות וחגים בישראל -

**חדש בחופשת חנוכה**

02/01/2025 - 27/12/2024

הפסיפס האתני המגוון של ארץ ישראל - נותן לנו הזדמנות להיחשף לעדות, דתות וקבוצות שונות החיות זו לצד זו בארצנו, כל אחת עם סיפורה ההיסטורי, מנהגיה ומועדיה. כל אחת מהן חוגגת את מועדיה בצורה שונה - אך השמחה המשפחתית והקהילתית משותפת לכולן. כשרות אינה מובטחת בכל הסיוורים.

**הגעה עצמית**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיוור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



להרשמה:

# השתלמויות סיום

## השתלמויות סיום - שבוע מרכז בחופשות או בקיץ

קורס 316 | סובב חיפה - חדש בחופשת הקיץ

06/07/2025 - 13/07/2025

סיוורים בגליל, עמקים, חוף הכרמל וחיפה מוזמנים לצאת למסע בין הגליל, העמקים וחוף הכרמל ב 6- סיוורים. במסגרת הקורס נחשף לחבלי הארץ הסובבים את העיר חיפה, העיר הגדולה בצפון. נפגוש טבע יפפה, נופים מרהיבים ומורשת היסטורית עשירה המשקפת את העושר התרבותי של החברה הישראלית בכלל ואיזור הצפון בפרט. נבקר באתרים מיוחדים ופחות מוכרים, נכיר דמויות מעוררות השראה וסיפורים מרתקים משלל גוונים. **הגעה עצמית** כשרות אינה מובטחת בכל הסיוורים. הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 414 | "בתחנה בבאר שבע עמד קטר" חופשת הקיץ

29/06/2025 - 04/07/2025

הכרות עם באר שבע המתפתחת וייחודה כאחת מארבע ערי מטרופולין בישראל. מבט פנורמי על האמנות והאדריכלות, תרבות, יזמות ואקדמיה, סיוורים קולינאריים בשווקים הצבעוניים והכרות עם בירת הסייבר וההייטק בנגב והמרקם האנושי המגוון. הקפצות בהסעה מאורגנת לאתרים השונים ימים א-ו בשעות 08:30-16:30 ויום עיון מקוון. כל יום נפגשים בנקודה אחרת בהתאם לנושא הסיום. **הגעה עצמית בכל יום למקום המפגש בשילוב הקפצות בהסעה מאורגנת בבאר שבע ומחוצה לה** הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 416 | תמיד אישה – חזקה מהרוח חופשת טרם פסח

03/04/2025 - 10/04/2025

השתלמות מרוכזת ומרתקת **בחופשת טרם פסח** - סיוורים בעקבות נשים מעצימות ופורצות דרך ברחבי הארץ דרך פריזמה ויצירה נשית בשילוב ביקורים וטעימות בשווקים צבעוניים. דגש על נשים מובילות ויוצרות, משוררות כמו רחל ולאה גולדברג וזמרות כמו הזמיר עופרה חזה, נשים מעוררות השראה במחזות מפורסמים ואלו שיצרו אגדה עוד בחייהן. **הגעה עצמית למקום המפגש.** הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיום תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:



# השתלמויות סיור

שבוע מרוכז בחופשות ובקיץ

קורס 444 | נמל הבית - סיורים יומיים בין שתי ערים אשדוד ואשקלון ומה שביניהן.

22/06/2025 - 29/06/2025

נסייר ונכיר את אשדוד ומרחב מישור החוף הדרומי באספקטים נרחבים בדיסציפלינות שונות: תיירות, גיאוגרפיה. אדריכלות, מקרא, כלכלה, יזמות, היסטוריה ועוד.  
6 סיורים + מפגש סיכום מקוון.

**רוב הסיורים תהיה הסעה שתצא מתחנת רכבת אשדוד.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

קורס 522 | תרבות אמנות ודתות. - קורס מרוכז

23/06/2025 - 04/07/2025

עשרה סיורים מרתקים באזור הגליל המרכזי המקיפים את שלל התרבויות, סוגי האומנויות והדתות המסמלות את מהות הגליל כבואה למדינת ישראל. הסיורים הם בני חצי יום בהגעה עצמית ברציפות בימים א'-ה' במשך שבועיים.

**הגעה עצמית.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

## השתלמויות סיור עם לינה

קורס 415 | פטה מורגנה בים המלח - נפש בריאה בנווה מדברי

16/02/2025 - 21/02/2025

הכרת אזור ים המלח בהיבטים: ארכיאולוגיה, עדות ודתות, התיישבות וציונות. גולת הכותרת: ים המלח כתיירות ספא ומרפא לאומית ובינלאומית. עתידו של ים המלח בתיירות ובתעשייה לאור השינויים החלים בו. יתקיימו 3 ימים מרוכזים בסמינר בחצי פנסיון וכן 3 ימים מקוונים. הסיורים יהיו בירושלים בבית הכנסת הייחודי בעולם ומערות קומראן, סיור במוזיאון ים המלח ובגן לאומי מצדה כולל עליה ברכבל ומוזיאון יגאל ידין. תתקיים סדנת בריאות וכן ביקור במרכז המבקרים החדש של ים המלח. האירוח יתקיים במלון דניאל ים המלח בחצי פנסיון עם גישה פרטית לחוף (מכונה היום מלון ENJOY). **הסעה מאורגנת מתחנת תל אביב - סבידור מרכז.**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 להרשמה:

# השתלמויות סיור עם לינה

קורס 413 | כוכבים בשמי מדבר – סביבה, יצירה ורוח בהר הנגב.

06/07/2025 - 13/07/2025

השתלמות ייחודית מולטידיסציפלינארית במצפה רמון ורמת הנגב המשלבת אומנות, רוח, יצירה ויזמות מקומית בתפאורת המדבר ביום ובלילה. שלושה ימים בקסם המדבר של ארץ בראשית הכוללים לינה בישרוטל פונדק רמון בתנאי חצי פנסיון וכן סיורים בהר הנגב ובמכתש - סיור בעתיקות עובדת וכן סיור בוקר רוחני ובריאותי וביקור בגן פסלי המדבר ופארק צבעי רמון הגיאולוגי. הכרות עם מצפה רמון המתחדשת בקהילת אמנים מרתקת. מפגש עם המרקם האנושי, תרבותי, חברתי, קהילתי במצפה רמון. המפגשים יכללו אמנים ויזמות ייחודית ברובע הבשמים הייחודי, ביקור בגן הפסלים הסביבתיים ומרכז המבקרים ע"ש אילן רמון. תחקיים תצפית כוכבים בליווי לייזרים בשמורת אור הכוכבים. הלינה הינה בחצי פנסיון במלון ישרוטל פונדק רמון המשודרג והיוקרתי.

**הסעה מאורגנת מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון והסעה צמודה לאתרי הסיורים (הגעה עצמית עד לתחנת רכבת באר שבע).**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורסים 622.2 622.3 622.4 | "אם יש לך שמש בליבך" – בוא לאילת

23/03/2025 - 28/03/2025

הכרת אילת בין ים למדבר - כעיר תיירות מגוונת המובילה בישראל. סיורים בגן הבוטני, פארק הצפרות, סיור ג'יפים בהרי אילת, בעיר ובסביבה, ביקור בקיבוץ אילות בנושא חקלאות מדברית, הרצאות מרתקות מטובי המרצים בערב במלון, שייט בים סוף בליווי סיפורים על אילת ועוד. לינה בחצי פנסיון במלון בדרגת תיירות גבוהה. ההשתלמות מורכבת מ- 3 ימי סיור בסמינר בחצי פנסיון וכן 3 ימים מקוונים.

**ההגעה הינה בטיסה בלבד או עצמאית לדרומיים ישירות לתחילת ההשתלמות בהסעה המאורגנת באילת!**

הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.

בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.

 **להרשמה:**

קורס 531 | ארוחה מהשדה- סמינר ליקוט בתנאי שטח - חדש

03/03/2025 - 05/03/2025 03/02/2025 - 05/02/2025

אנו מאמינים שלמידה משמעותית היא רב תחומית, רב חושית, מעניינת ורלוונטית. הסקרנות המתעוררת עקב השהות והמגע הקרוב עם הטבע, יכולה להוות תשתית לחינוך מדעי ולרצון לשמור על הסביבה. כל אלה באים לידי ביטוי בליקוט שהוא אטרקטיבי לילד מהיותו עוסק באוכל, ב"הישרדות" ורכישת יכולות פרקטיות ותפקודיות המקנות ביטחון בעולם. מפגשים מרוכזים של יומיים וחצי הכוללים לינה.

**הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר, אפשרות איסוף מתחנת הרכבת בכפר יהושע בימי ההגעה**

 **להרשמה:**

# אזור באר שבע והנגב



## פרטי יצירת קשר:

**מגי שלו** רכזת השתלמויות באר שבע והנגב

דוא"ל: [maggys@igm.org.il](mailto:maggys@igm.org.il)

טלפון: 08-9764829

**מזל שוב** פקידת סניף נגב והשתלמויות

דוא"ל: [mazalls@igm.org.il](mailto:mazalls@igm.org.il)

טלפון: 08-9764830

# מערכת שעות

## באר שבע והנגב



סמסטר א' וקורסים שנתיים

### סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>הום-סטיילינג – בתים אמיתיים <b>חדש בבאר שבע</b> קורס 402 <b>חובה</b> 10:00-14:15 טרקלין המעצבים דיזיין באר שבע סמוך למרכז ביג</p>	<p>תוכנית חסכון – חינוך פיננסי מצמיח קורס 406 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>מתקיים בזום</b></p>	<p>מינדפולנס מורחב <b>חדש!</b> קורס 404 <b>חובה</b> 08:45-14:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>	<p>אימון – CBT קוגניטיבי- התנהגותי <b>חדש!</b> קורס 405 <b>חובה</b> 08:45-14:30 <b>זום ומקוון</b> א-סינכרוני</p>	<p>פרקטישיונר – NLP יישומי קורס 409 <b>חובה שנתי</b> <b>לימודי תעודה</b> <b>מתקיים בזום</b> 08:45-14:30</p>
<p>ספרדית למתחילים קורס 602 <b>חובה</b> 09:00-12:15 <b>מתקיים בזום</b></p>	<p>ניחוחות של בית – סדנאות בישול ביתי קורס 417 <b>רשות</b> 09:00-14:00 רח' הנרי נויפלד 24, שכונת רמות, באר שבע</p>		<p>"לומדים לחייך כל יום מחדש" – מנחי יוגה צחוק – <b>לימודי תעודה</b> קורס 403 <b>חובה</b> 09:00-13:15 מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>	
	<p>צרפתית למתחילים קורס 604 <b>חובה</b> 09:00-12:15 <b>מתקיים בזום</b></p>		<p>"שחקני נשמה" – מורים יוצרים באור הזרקורים – <b>חדש</b> קורס 400 <b>חובה שנתי</b> (אחת לשבועיים) 16:00-20:15 תיאטרון הפרינג' באר שבע</p>	
		<p>יישומי בינה מלאכותית בחינוך קורס 142 <b>חובה</b> 17:00-19:30 <b>מתקיים בזום</b></p>	<p>סגני מנהלים ומיומנויות ניהול קורס 422 <b>חובה</b> 16:30-19:45 <b>מתקיים בזום</b></p>	



# מערכת שעות

## באר שבע והנגב



סמסטר א' וקורסים שנתיים

### סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
	<b>הוראה מותאמת</b> קורס 195 <b>חובה שנתי</b> <b>לימודי תעודה</b> 15:30-19:45 <b>מתקיים בזום</b> בשילוב שיעורים מקוונים			
<b>פילאטיס מכשירים</b> <b>חדש</b> קורס 421 <b>רשות</b> כל השבוע: 08:30-10:30 17:00-22:00 יום שישי: 08:30-10:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע	<b>פילאטיס מכשירים</b> <b>חדש</b> קורס 421 <b>רשות</b> כל השבוע: 08:30-10:30 17:00-22:00 יום שישי: 08:30-10:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע	<b>פילאטיס מכשירים</b> <b>חדש</b> קורס 421 <b>רשות</b> כל השבוע: 08:30-10:30 17:00-22:00 יום שישי: 08:30-10:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע	<b>פילאטיס מכשירים</b> <b>חדש</b> קורס 421 <b>רשות</b> כל השבוע: 08:30-10:30 17:00-22:00 יום שישי: 08:30-10:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע	<b>פילאטיס מכשירים</b> <b>חדש</b> קורס 421 <b>רשות</b> כל השבוע: 08:30-10:30 17:00-22:00 יום שישי: 08:30-10:30 מתנ"ס נווה נוי באר שבע
<b>החיים בתנועה</b> <b>עיצוב וחיטוב הגוף</b> <b>(חצי שנתי)</b> קורס 419 <b>רשות</b> 08:30-19:30 רשת ספורטיב ב"ש, בשכונות רמות, כלניות, פלח 5 וסטודיו קדמא	<b>החיים בתנועה</b> <b>עיצוב וחיטוב הגוף</b> <b>(חצי שנתי)</b> קורס 419 <b>רשות</b> 08:30-19:30 רשת ספורטיב ב"ש, בשכונות רמות, כלניות, פלח 5 וסטודיו קדמא	<b>החיים בתנועה</b> <b>עיצוב וחיטוב הגוף</b> <b>(חצי שנתי)</b> קורס 419 <b>רשות</b> 08:30-19:30 רשת ספורטיב ב"ש, בשכונות רמות, כלניות, פלח 5 וסטודיו קדמא	<b>החיים בתנועה</b> <b>עיצוב וחיטוב הגוף</b> <b>(חצי שנתי)</b> קורס 419 <b>רשות</b> 08:30-19:30 רשת ספורטיב ב"ש, בשכונות רמות, כלניות, פלח 5 וסטודיו קדמא	<b>החיים בתנועה</b> <b>עיצוב וחיטוב הגוף</b> <b>(חצי שנתי)</b> קורס 419 <b>רשות</b> 08:30-19:30 רשת ספורטיב ב"ש, בשכונות רמות, כלניות, פלח 5 וסטודיו קדמא



לרישום לחצו כאן



### סמסטר ב

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>למדי למקסם את יופיך</p> <p>קורס 420</p> <p><b>רשות</b></p> <p>09:00-13:15</p> <p>ביה"ס רווית אסף, גראנד קניון-קומה 2, שד' דוד טוביהו 125, באר שבע</p>	<p>ניחוחות של בית - סדנאות בישול ביתי</p> <p>קורס 418</p> <p><b>רשות</b></p> <p>09:00-14:00</p> <p>רח' הנרי נויפלד 24, שכונת רמות, באר שבע</p>	<p>הכשרת מגשרים - שפת הגישור בשירות המחנך</p> <p><b>לימודי תעודה</b></p> <p>קורס 408</p> <p><b>חובה</b></p> <p>09:00-14:00</p> <p>בית אומדנא - המשכן לגישור ובוררות, וולפסון 13 באר שבע</p>	<p>אמנות - חויית היצירה</p> <p>קורס 407</p> <p><b>חובה</b></p> <p>09:00-13:15</p> <p>מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>	<p>יוגה בראי החינוך</p> <p><b>חדש</b></p> <p>קורס 401</p> <p><b>חובה</b></p> <p>09:00-13:15</p> <p>מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>
	<p>סטיילינג טיפולי - הפסיכולוגיה של הלבוש</p> <p>קורס 410</p> <p><b>חובה</b></p> <p>09:30-13:45</p> <p>מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>		<p>סגני מנהלים ומיומנויות ניהול</p> <p>קורס 422</p> <p><b>חובה</b></p> <p>16:30-19:45</p> <p><b>מתקיים בזום</b></p>	
	<p>הוראה מותאמת</p> <p>קורס 195</p> <p><b>חובה שנתי</b></p> <p><b>לימודי תעודה</b></p> <p>15:30-19:45</p> <p><b>מתקיים בזום</b></p> <p>בשילוב שיעורים מקוונים</p>	<p>יישומי בינה מלאכותית בחינוך</p> <p>קורס 142.01</p> <p><b>חובה</b></p> <p>17:00-19:30</p> <p><b>מתקיים בזום</b></p>	<p>"שחקני נשמה" - מורים יוצרים באור הזרקורים</p> <p><b>חדש</b></p> <p>קורס 400</p> <p><b>חובה שנתי</b></p> <p><b>(אחת לשבועיים)</b></p> <p>16:00-20:15</p> <p>תיאטרון הפרינג' באר שבע</p>	<p>פרקטישיונר - NLP יישומי</p> <p>קורס 409</p> <p><b>חובה שנתי</b></p> <p><b>לימודי תעודה</b></p> <p>08:45-14:30</p> <p>מתנ"ס נווה נוי באר שבע</p>
			<p>הוראה מותאמת</p> <p>קורס 195</p> <p><b>חובה שנתי</b></p> <p><b>לימודי תעודה</b></p> <p>15:30-19:45</p> <p><b>מתקיים בזום</b></p> <p>בשילוב שיעורים מקוונים</p>	





### קורסי סיור וסמינרים -

לימודי חובה בשבועות מרוכזים בבאר שבע והנגב וברחבי הארץ:

**תאריכים מפורטים בטבלת תיאור הקורסים**

קורס 414 | **בתחנה בבאר שבע עמד קטר**  
השתלמות מרוכזת בחופשת הקיץ מיום א' עד יום ו' 9:00 – 17:00 ויום עיון מקוון

קורס 416 | **תמיד אישה**  
סיורים בעקבות נשים מעצימות ברחבי הארץ – שבוע מרוכז בטרומ פסח בשעות  
09:00 – 17:00 ויום עיון מקוון

### סמינרים עם לינה

קורס 413 | **כוכבים בשמי המדבר** סביבה יצירה ורוח בהר הנגב  
מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25  
מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.  
הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.

קורס 622 | **אם יש לך שמש בליבך בוא לאילת** 23/3-28/3/25  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלוך וחזור

קורס 415 | **פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי**  
16/2/25-21/2/25, 3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,  
ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

קורס 531 | **ארוחה מהשדה – סמינר ליקוט בתנאי שטח חדש**  
שני חלקי סמינר, חלק א' 3/2/25-5/2/25, חלק ב' 3/3/25-5/3/25  
לינת שטח בקיבוץ שער הגולן.הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר,  
אפשרות איסוף מתחנת הרכבת בכפר יהושע בימי ההגעה.



# שחקני נשמה - מורים יוצרים באור הזרקורים

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 400

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבעסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
16:00-20:15תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 21/04/2025**יום שני, 12 מפגשים, אחת לשבועיים**

הקורס יעסוק ביסודות הפרקטיים והתיאורטיים של המשחק, הבימוי בתיאטרון ועקרונות הכתיבה הדרמטית, ויעניק חוויה אישית מעצימה וכלים שיוכלו לשמש את המורה בהוראה וביישום אומנויות הבמה, תוך מתן דגש על חיבור לקהילה ושימוש בתיאטרון ככלי למעורבות חברתית.

**מטרות:** להעניק למורה ארגז כלים שימושיים ופדגוגיים מעולם התיאטרון, בהם יוכל להשתמש במהלך עבודתו בבית הספר ובקהילה, כגון: הצגות בית-ספריות, מופעים, טקסים ואירועים קהילתיים, ללמד טכניקות עמידה מול קהל, העצמה ושיפור הבטחון העצמי של התלמיד או המורה. הקורס יעודד ויפתח מורים יוצרים ויצירתיים באור הזרקורים ומאחורי הקלעים. יסודות הכתיבה: מה זה דרמה ומה זה מחזה?, האירוע המחולל, נקודת מפנה, משבר, כתיבה קומית: מהי קומדיה?, עמידה מול קהל, אימפרוביזציה, יסודות המשחק, עבודה עם טקסט, משחק מול מצלמה, חמשת עקרונות הבימוי. יתקיים מופע סיום משותף.

**הערה:** ההשתלמות תתקיים אחת לשבועיים ותכלול מנוי של 5 הצגות מובחרות. מייל עם לוח מסודר יישלח בסמוך למועד הפתיחה.

**מטלות:** נוכחות ועבודה מסכמת.

**מקום:** תיאטרון הפרינג', רחוב אנילביץ' 15, באר שבע.

**מנחה:** יואב מיכאלי-מייסד התיאטרון, מנהל אמנותי, במאי ומחזאי.

**לרישום לחצו כאן**



סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 401  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 02/02/2025  
תאריך סיום: 11/05/2025



יום ראשון, 12 מפגשים

לימוד היוגה על היבטיה הפיסיים, הנפשיים והרוחניים, מתוך תפיסת האדם כמכלול אחד של גוף ונפש, כל זאת מתוך הצורך לתת מענה וליצור איזון בין המרכיבים המוביל לחיים בריאים ולהגשמה עצמית. הקורס מקנה כלים להעלאת רמת הריכוז של התלמידים ולהרגעת הנפש. הוא עוסק בשיפור הבריאות הפיזית והמנטלית כדי להתמודד עם מתחים ולהגיע לשקט נפשי תוך התאמה למגוון אוכלוסיות ולתלמידים בבית הספר.

**נושאי הלימוד:** מהי יוגה? מה ייחודה של היוגה כפעילות גופנית? כיצד יוגה יכולה לסייע לנו כמורות במערכת החינוך וכאמהות לילדינו. סוגי יוגה עיקריים. רמות ביוגה. תנוחות עמידה. תנוחות שווי משקל. תנוחות פיתול ותנוחות על הרצפה. תנוחות בשכיבה לטיפול בכאבי רגליים. תפקיד השחרור וההרפיה. שימוש ביוגה ומדיטציה בבית הספר ובחיי היום יום. היוגה כדרך טיפול בכאבי גב. תרגול שיעור יוגה מלא.

**מטלות:** נוכחות ועבודה מסכמת.

**מקום:** מתנ"ס נווה נוי באר שבע.

**מנחה:** מוניה יונוביץ - מרצה ומדריכה מומחית בתחום היוגה והבריאות.



לרישום לחצו כאן

# הום סטיילינג - בתים אמיתיים וחללי למידה

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 402  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-14:15



תאריך תחילה: 07/11/2024  
תאריך סיום: 30/01/2025



## יום חמישי, 12 מפגשים

עיצוב מוצלח, הוא פרי של תהליך אישי ורגשי אשר מוביל לתוצאה של בית אמיתי - בית לאנשים ולא דווקא לקטלוג. כשמעצבים בית לאנשים, כל בית שונה ומתאים באופן מדויק למי שגר בו. כזה שמשקף את הגרים בו - את האופי שלהם, האהבות שלהם, ההעדפות שלהם והחלומות שלהם. הקורס יקנה ידע וכלים פרקטיים כיצד באמצעות הלבשת הבית באופן שמשקף את דייריו, סדר וארגון, הרבה אור טבעי (או מלאכותי), הכנסה של הטבע הביתה, צבעים, ודגש על הפרטים הקטנים, ניתן לשפר את איכות החיים ליצור תחושה ואווירה נפלאה ומדויקת במרחב, ולייצר לו Style ייחודי ואופי. מדובר בקורס שהוא חוויה שלמה שכולה עיצובים וריגושים, המשלבת למידה פעילה וליווי אישי. נלמד כיצד לשלב צבעים, לבצע העמדה נכונה של רהיטים, ולייצר אוירה באמצעות תאורה, טקסטיל וחומרים. במהלך הקורס יתקיימו סיורים לימודיים באולמות תצוגה שבמהלכם נצא מהכיתה, ניגע ונרגיש את החומרים, נלמד מקרוב על ההיצע העומד בפנינו כשאנחנו ניגשים לעצב חלל. נקיים סדנת (DIY) do it yourself, שבמהלכה נלמד לייצר פריטי סטיילינג מושלמים גם בתקציב קטן.

**נושאי הלימוד:** סודות הקסם של ההום סטיילינג, סגנונות בעיצוב, צבע, חומרים - סיום, השראה, הסיפור שמספרים הרהיטים והפריטים, חדרי רחצה ותאורה - סיום, חלל ציבורי, חללי למידה, עיצוב מטבחים-סיום, סדנת DIY - "עשה זאת בעצמך" - עיצוב לאיכות חיים.

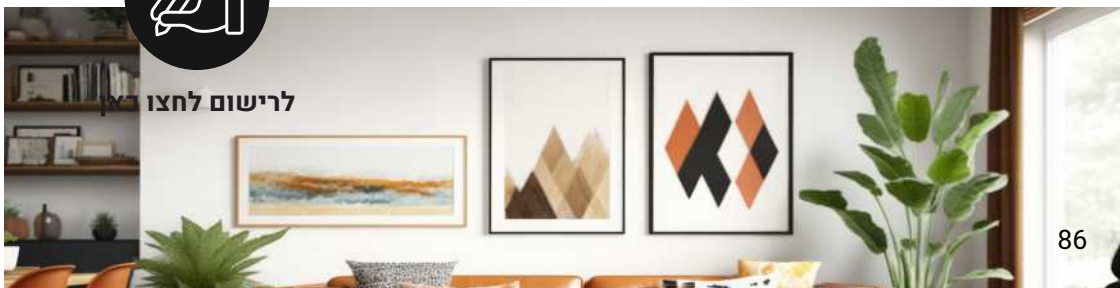
**מטלות:** נוכחות פעילה ומהנה.

**מקום:** טרקלין המעצבים - מתחם דיזיין פלוס, סמוך למרכז ביג, רחוב אליהו נאוו 12, באר שבע.

**מנחה:** רונית שקרצ'י - מומחית בעיצוב פנים והלבשת בתים.



לרישום לחצו כאן



# לומדים לחיך כל יום מחדש

## מנחי יוגה צחוק - לתעודה

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 403  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 27/01/2025



יום שני, 12 מפגשים

### הקורס מקנה כלים להכשרת מנחים לסדנאות צחוק בשיטה הבינלאומית יוגה צחוק.

**נושאי הלימוד:** המסע בעקבות הצחוק, השמחה וההומור וכיצד הם משתלבים בחיים. קבלת כלים למערכי שיעור מלווים בתנועה, משחק וצחוק לשיפור אנרגיית הלמידה וכמונעי שחיקה. הצחוק כמקור לריפוי ריגשי ונפשי.

מה ההבדל בין הומור, צחוק ושמחה. מיפוי מצבי שמחה בחיינו. יתרונות הצחוק מבחינה בריאותית, נפשית וחברתית. הקניית כלים להעברת משחקים מעוררי צחוק לשינוי אקלים חברתי ואישי. לימוד יוגה צחוק להנחיה ופרזנטציות אישיות, וכן הכנת פעילות צוחקת בקבוצות מגוונות.

**מטלות:** נוכחות ועבודה מסכמת.

**מקום:** מתנ"ס נווה נוי באר שבע.

**מנחה:** שפרה ארוס - מומחית בינלאומית בהנחייה לשיטת יוגה צחוק.

**הערה:** תעודת מנחה יוגה צחוק בינלאומית תוענק למשתתפים בסיום הקורס.



לרישום לחצו כאן



# מיינדפולנס מורחב

**סוג גמול:**  
גמול עם ציון 60 שעות בעוז לתמורה ואופק  
חדש ו - 56 שעות ללא ציון בעוז לתמורה

**מספר קורס 404**  
**2 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד**

**מיקום:**  
באר שבע



**סוג קורס:**  
חובה



**שעות לימוד:**  
08:45-14:30



**תאריך תחילה:** 05/11/2024  
**תאריך סיום:** 11/02/2025



**יום שלישי, 16 מפגשים (14 פרונטאליים ו - 2 א-סינכרוניים)**

הקורס מהווה חשיפה והיכרות מחודשת עם האני האותנטי שבי, כמכלול של גוף, מחשבה ורגש.

מטרת ההשתלמות היא להקנות כלים יישומיים להעשרת החיים האישיים, החברתיים, המשפחתיים והמקצועיים.

נכיר שפה המאופיינת בזיהוי תחושות הגוף, המחשבות והרגשות, נלמד להקשיב לעצמנו ולזולת (מיינדפולנס - מודעות קשובה) ולפתח תובנות חדשות על הקרובים לנו. נלמד להתבונן ולקבל את ההווה מבלי לבקר את עצמנו, להגיב לחוויות הנקלטות בחושים, נרכוש כלים וטכניקות להפחתת לחצים, הרגעה ומדיטציה בחיים. נושאי הלימוד: תרגול רמות הקשבה, העמקה ברגשות, הקשבה פעילה, תרגול שינה רגועה, מחקרים מדעיים אודות מיינדפולנס, התמודדות עם פחד וחרדות, סוגי פחד, מחשבות טורדניות, התמודדות עם לחץ, טכניקות להפחתת לחצים, שלושת מוקדי הקשב, הקשר בין מיינדפולנס להשגת מטרות בחיים, הקשר בין מיינדפולנס ללחץ וחרדה הנובעים ממצבים כלכליים, אפקט הפליאה והיכולת "לתפוס את הרגע".

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה מסכמת.

**הערות:** הקורס מורכב מ - 116 שעות לגמול בעוז לתמורה, ומתוכן 60 שעות גם באופק חדש.

**מקום:** מתנ"ס נווה נוי באר שבע

**מנחה:** שוש בשארי - מנחת קבוצות, מאמנת מנטלית ומרצה בנושאי התפתחות אישית מצוות אנגרמה - ייעוץ והדרכה.



**לרישום לחצו כאן**

# CBT יישומי ממוקד מטרה

## אימון קוגניטיבי התנהגותי CBT

מספר קורס 405

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

60 שעות לגמול עם ציון ואופק חדש  
ו - 56 שעות ללא ציון לעזר לתמורה

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 10/02/2025



יום שני, 16 מפגשים:  
14 בזום ו - 2 א-סינכרוניים

ה- CBT הינה תרפייה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת המתייחסת לבעיות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו. הגישה, מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד.

התפישה היא, כי בבסיס האישיות - לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה. המטרה היא, לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת לייצר שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיביים באמצעות כלי ה- CBT.

בקורס, יוקנו ידע תיאורטי וכלים פרקטיים על מנת לסייע מידית בתהליך קצר מועד באמצעות כלים מעולם ה- CBT. נלמד כיצד להיפטר מההתניות הסמויות האוטומטיות, ובמקומן להוביל תהליכים קוגניטיביים מיטיביים לשיפור איכות החיים וההתנהלות במציאות היומיום.

**מטלות:** נוכחות ועבודה מסכמת.

**הערות:** הקורס מורכב מ- 116 שעות לגמול בעזר לתמורה, ומתוכן 60 שעות גם לאופק חדש. מתקיים בזום.

**מנחה:** מומחית מצוות אנגרמה ייעוץ והדרכה.



לרישום לחצו כאן



# תוכנית חיסכון - חינוך פיננסי מצמיח

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 406  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



יום רביעי, 12 מפגשים

חינוך פיננסי: איך יוצרים מהפך בחשיבה ובהתנהלות הפיננסית.

העלאת איכות ורמת החיים באמצעות הבנה בתחום הפיננסי-כלכלי.  
הטמעת המודעות והעמקת תובנות ברורות כיצד להתנהל בחיי היום יום.  
הידע הנרכש בקורס נותן יתרון משמעותי ביכולת ליצור נכסים פיננסיים כבר מגיל צעיר.

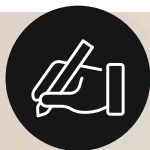
סוף סוף השליטה בעולמות החיסכון, הפנסיה, קרנות השתלמות ועוד – עוברת לידיים שלנו!

**נושאי הלימוד:** סקירה רחבה על הכסף בחיינו. ניהול משק בית. דמי כיס. הון זר והון עצמי.  
מונחים כלכליים בסיסיים פלוס. רשויות מס. תלוש שכר, פיצויים, פנסיה, גמל, השתלמות.  
עולם הנדל"ן. ינתנו כלים לניהול פיננסי איכותי ומועיל.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** מתקיים בזום.

**מנחה:** שרון אוהיון דרומי, רו"ח, MBA, יועצת עסקית, מרצה, מנטורית, ומנחת סדנאות.



לרישום לחצו כאן



# אומנות - חוויית היצירה

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 407

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 05/05/2025



יום שני, 12 מפגשים

הקורס מקנה ידע באומנות תוך מגע ישיר בטכניקות ובחומרי האומנות.

מיקוד מבט על הצרכים הרוחניים, הנפשיים והתרבותיים של האדם. מתן כלים נפלאים באומנות לביטוי ותקשורת שאינה מילולית לשם יצירת אווירה חינוכית מעצימה בכיתה, תוך סקירת האומנות הישראלית והמודרנית. בקורס יינתנו כלים על מהות האומנות והמוח שלנו כיוצר אומנות. אומנות כביטוי רוחני רגשי של הסיפור האישי. נכיר מדיומים של אומנות וכיצד באמצעות האומנות נוכל ליצור אנרגיה המאפשרת התפתחות ורווחה הלכה למעשה בחיים האישיים ובחינוך. נחוה את הנלמד תוך יישום ויצירה הלכה למעשה. יוקנו טכניקות לשימוש בחומרים שונים כמו חומרי רישום, עפרונות, צבעים, קולאג', צילום ופיסול בחימר. בשיעור האחרון תתקיים תערוכת עבודות של המשתתפים. **הערות:** המשתתפים יתבקשו לשלם סכום סמלי לרכישה מרוכזת או לרכוש את חומרי הגלם בעצמם. הקורס מיועד לכולם! גם למי שאין רקע, התנסות או ידע באומנות.

**מטלות:** נוכחות והשתתפות פעילה + עבודת סיכום יצירתית.

**מקום:** מתנ"ס נווה נוי באר שבע.

**מנחה:** גב' רזיה יחזקאלי - בוגרת בצלאל, אמנית יוצרת, מנחה לאומנות ומאמנת באמצעות אומנות..



לרישום לחצו כאן



# הכשרת מגשרים - שפת הגישור בשירות המבחן

מספר קורס 408 | לימודי תעודה  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד  
סוג גמול: גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 04/02/2025  
תאריך סיום: 06/05/2025



יום שלישי, 10 מפגשים

הקורס יקנה למורה רכישת מיומנות לניהול תהליך גישור במערכת החינוך כדרך ליישוב סכסוכים. הקניית כלים להתמודדויות עם מצבי קונפליקט. כלים לניהול משא ומתן משתף ואפקטיבי באקלים הבית ספרי. ניהול דיאלוג בונה הסכמות ומייצר אמון. שיפור ביצועים והעצמת המשתתפים כמובילי דרך. הכשרה והסמכה בסיסית של מגשרים לתעודת מגשר.

**נושאי הלימוד:** משמעות ומהות הגישור כדרך ליישוב סכסוכים במערכת החינוך. סוגי קונפליקטים וסגנונות ניהולם. תפיסת הקונפליקט כהזדמנות. עקרונות הגישור ושלבי הליך הגישור. הקניית מיומנויות הגישור כמו הקשבה פעילה, זיהוי אינטרסים, אמפתיה, העלאת אופציות והערכתן, הגעה להסכמות וכתובת הסכם. תכונות המבחן כמגשר, תפקידיו ואתיקה בגישור. שיטות חלופיות לפתרון סכסוכים. דרכי המשא ומתן.

**תעודת מגשר תוענק למסיימים את ההשתלמות.** המורה יוסיף 300 ש"ח עבור התעודה והאימונים בקבוצות קטנות.

**מטלות:** נוכחות פעילה ועבודה מסכמת.

**מקום:** מרכז אומדנא לגישור ויישוב סכסוכים - וולפסון 6 באר שבע (מול בית המשפט).  
**מנחה:** גב' ריקי קראוס - עורכת דין ומגשרת, מרצה בכירה לגישור ומו"מ, בוגרת הרווארד ובעלת מאסטר בניהול ויישוב סכסוכים, מגשרת מהו"ת מטעם בית משפט.



לרישום לחצו כאן





# פרקטישיונר - NLP יישומי לתעודה

סוג גמול:  
גמול עם ציון 172 שעות בעז  
לתמורה ו - 60 מתוכן גם לאופק חדש

מספר קורס 409  
6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 03/11/2024  
תאריך סיום: 18/05/2025



יום ראשון, 25 מפגשים

NLP הינו ניתוב לשינוי פסיכולוגי עצבי ככלי תקשורת בעבודת המורה. הקורס יקנה כישורי NLP ואינטליגנציה רגשית מגיל הגן ועד לסיום ביה"ס. בנוסף, יוקנו כלים לשימוש במוח-מחשבה, רגשות והתנהגות בעולם החינוך ובכלל.

שיטת ה - NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי התנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. זוהי שיטה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה לשנות רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות תוך שימוש במשאבים הפנימיים למימוש הפוטנציאל הטמון בנו.

ה - NLP נותן כלים מגוונים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל! נלמד שפה שתסייע לנו לנהל את מחשבותינו ורגשותינו וכן להשפיע על עצמנו וסביבתנו.

**נושאי הלימוד:** הנחות יסוד של השיטה, מודל התקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה הסובייקטיבית, שפת התת מודע, יצירת עתיד מיטבי, כלים לזיהוי חסמים פיזיים, אימון ליצירת תהליך שינוי, חוויית כוח הדמיון, השפעה על התנגדויות, יצירת חוסן נפשי, שפת ההרפייה והתמודדות עם מצבי לחץ, כלים לתיעול כעסים, חשיבה פוזיטיבית ותודעת השפע וכן עיקרון החמלה והסליחה. בהשתלמות ישולבו גם כ - 5 מפגשים מקוונים.

**תעודת סיום תוענק למסיימי הקורס בהיקף של 172 שעות, אשר מוכרת בלשכת NLP הישראלית והבינלאומית.**

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה בתום 60 שעות ובתום הקורס כולו וכן בחינה להסמכה בסיום ההשתלמות.

**מקום:** מתקיים בזום.

**מנחה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה"



לרישום לחצו כאן

# סטיילינג טיפולי - הפסיכולוגיה של הלבוש

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 410  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 05/02/2025  
תאריך סיום: 07/05/2025



יום רביעי, 12 מפגשים

הסטיילינג הטיפולי הינו כלי ייחודי להעצמה אישית וקבוצתית ולפיתוח יכולות גישיות וחברתיות. לכן, למידה והתנסות בעולמות התוכן שלו, יכולות להוות תרומה משמעותית לארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה ושל היועצת החינוכית.

במקור, פותחה גישה ה"סטיילינג הטיפולי" בארה"ב, כגישה פסיכו-חינוכית לעבודה עם נשים, נערות וילדות. בהשתלמות תהיה עבודה עם המלחמה האישית תוך התאמת צבעים וסגנון לבוש אישי. המנחה תביא אביזרים שונים להדגמה בקרב המורות והיועצות כיצד הנפש משתקפת בלבוש.

למידה של סטיילינג טיפולי מתבצעת מתוך מקום מחזק, מעצים ומדגיש את החיובי, השיטה תורמת לחיזוק היכולת להתחבר לעצמנו, לבחור ולדייק את צרכינו ורצונותינו והיכולת "להשתמש" בבגדים לטובת העצמה של תכונות שאנחנו רוצות להדגיש ולחזק בעצמנו, כדי לשדר לסביבה ביטחון וערך עצמי.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה מסכמת.

**מקום:** מתנ"ס נווה נוי באר שבע.

**מנחה:** רותי שטסטר - סטייליסטית טיפולית מנוסה ומנחת קבוצות..



לרישום לחצו כאן

# כוכבים בשמי המדבר - מצפה רמון

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 413  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מצפה רמון



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-18:00



תאריך תחילה: 06/07/2025  
תאריך סיום: 10/07/2025



## 3 ימים של סמינר עם לינה ו- 4 ימים בזום ומקוונים

השתלמות ייחודית מולטידיסציפלינארית במצפה רמון ורמת הנגב המשלבת אומנות, רוח, יצירה ויזמות מקומית בתפאורת המדבר ביום ובלילה. שלושה ימים בקסם המדבר של ארץ בראשית הכוללים לינה בישרוטל פונדק רמון בתנאי חצי פנסיון וכן סיורים בהר הנגב ובמכתש - סיור בעתיקות עובדת וכן סיור בוקר רוחני ובריאותי וביקור בגן פסלי המדבר ופארק צבעי רמון הגיאולוגי. הכרות עם מצפה רמון המתחדשת בקהילת אמנים מרתקת. מפגש עם המרקם האנושי, תרבותי, חברתי, קהילתי במצפה רמון. המפגשים יכללו אמנים ויזמות ייחודית ברובע הבשמים הייחודי, ביקור בגן הפסלים הסביבתיים ומרכז המבקרים ע"ש אילן רמון. תתקיים תצפית כוכבים בליווי לייזרים בשמורת אור הכוכבים. הלינה הינה בחצי פנסיון במלון ישרוטל פונדק רמון המשודרג והיוקרתי.

**הערות:** הסעה מאורגנת למצפה רמון תצא מתחנת רכבת מרכז בבאר שבע. ההגעה לתחנת רכבת מרכז בבאר שבע הינה עצמאית מכל רחבי הארץ. הלינה הינה בזוגות בלבד. השיבוץ לחדרים יהיה לפי החלטת ארגון המורים. מורים שיבחרו ללון עם מורים עמיתים מתוך הכרות, יוכלו לעשות זאת. ניתן לצרף בני זוג בתשלום לכל הקורס בלבד. עקב אופיו המיוחד של הקורס, האירוח וריבוי האתרים, מורה בשבתון המשתלם בקורס זה יידרש להוסיף על החזר הקרן 500 ש"ח.

**הערות:** לאחר הסיורים יתקיימו 4 ימים מקוונים. מייל מפורט יישלח בסמוך למועד ההשתלמות. ייתכנו שינויים בתוכנית בהתאם לאילוצים.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה מסכמת.

**מדריך ורכז:** תמיר בן עמי - מורה דרך וותיק ומוסמך ברחבי הארץ

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# בתחנה בבאר שבע עמד קטר

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 414  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-17:00



תאריך תחילה: 29/06/2025  
תאריך סיום: 04/07/2025



ימים ראשון - שישי, שבוע מרוכז + מפגש מסכם מקוון

השתלמות מקיפה בעיר באר שבע ואזור הנגב. הכרות עם באר שבע המתפתחת וייחודה כאחת מארבע ערי מטרופולין בישראל משחר ההיסטוריה ועד ימינו בשילוב סיורי יום ומפגשים מרתקים במגוון תחומים. בסיוורים נחוזה את התיירות בעיר באר -שבע, העיר העתיקה, המוזיאון הייחודי אנז"ק, אומנות רחוב ואומנות גלרית, אתרים על סובב ב"ש, בירת ההזדמנויות והסייבר, התפתחות העיר לאורך השנים, אדריכלות אוונגארד, מהתנ"ך ועד הפלמ"ח, הצגת פרויקטים של העיר העתיקה כולל סיור באתרים כמו מתחם הקטר, פארק נחל באר -שבע, פארק ההייטק, שער לנגב, באר אברהם, סיורים בדגש אומנות וסיורי טעימות בעיר העתיקה, במתחם התחנה ובשוק, באר שבע עם הפנים לעתיד - בירת הסייבר!

סיורים בבאר שבע (חלקם בהסעה מאורגנת וחלקם בהגעה עצמית). ההשתלמות כוללת כניסות לאתרים ופעילות מרתקת, חדשנית ואינטראקטיבית כולל סיורי תיירות, אמנות, תרבות ופארק ההייטק.

**הערות:** לאחר הסיורים יתקיים יום עיון מקוון.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה.

**מדריכים:** ניצן דיין - מרכז הקורס מחברת כיוונים - מורה דרך מנוסה, וגל גרינברג - מורה דרך מנוסה ויועץ לענייני תיירות, באזור הנגב ובכלל.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# פטה מורגנה בים המלח

נפש בריאה בנווה מדברי

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 415  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-18:00



תאריך תחילה: 16/02/2025  
תאריך סיום: 21/02/2025



## שלושה ימי סמינר ושלושה ימים בזום ומקוונים

הכרת אזור ים המלח בהיבטים: ארכיאולוגיה, עדות ודתות, התיישבות וציונות. ים המלח כתיירות ספא בינלאומית לגוף ולנפש. עתידו של ים המלח בתיירות ובתעשייה לאור השינויים החלים בו.

### יתקיימו 3 ימים מרוכזים ומפנקים במלון דניאל ים המלח

**בתאריכים: 16-18/2/25 וכן 3 ימים מקוונים בתאריכים: 19-21/2/25.**

יתקיימו סיורים בירושלים בבית הכנסת הייחודי בעולם ומערות קומראן, סיור במוזיאון ים המלח ובגן לאומי מצדה כולל עליה ברכבל ומוזיאון יגאל ידין. סדנת בריאות, מרכז המבקרים החדש של ים המלח ע"ש נובומייסקי.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** אירוח במלון דניאל ים המלח בחצי פנסיון עם גישה פרטית לחוף (מכונה היום מלון ENJOY).

**מדריך:** תמיר בן עמי.

**הערות:** הסעה מאורגנת בלבד תצא מתל אביב סבידור מרכז לכיוון ים המלח.

בחזרה, ולאחר הפסקה בערב, יהיה גם פיזור לדרומיים.

**הערות:** ההסעה הצמודה לאתרים השונים הינה חלק מההשתלמות בים המלח ואין להגיע עצמאית. ייתכנו שינויים בתוכנית הסיורים. מייל מסודר ומפורט יישלח למשתלמים קרוב למועד היציאה. ההשתלמות מורכבת מ-3 ימי סיורים ו-3 ימים עם מפגשים מקוונים - חובת נוכחות על כל הימים. הלינה הינה בזוגות בלבד. ניתן לצרף בני זוג בתשלום לקורס כולו בלבד. השיבוץ לחדרים זוגיים מעבר לכך, יהיה לפי החלטת ארגון המורים. מורים שיבחרו ללון עם מורים עמיתים מתוך הכרות, יוכלו לעשות זאת בתיאום עם המשרד. עקב אופיו המיוחד של הקורס, האירוח והביקור האתרים, מורה בשבתון המשתלם בקורס זה יידרש להוסיף על החזר הקרן 500 ש"ח.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



# תמיד אישה - "חזקה מהרוח"

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 416  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ברחבי הארץ



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-18:00



תאריך תחילה: 03/04/2025  
תאריך סיום: 10/04/2025



מיום חמישי - חמישי, שבוע מרוכז בחופשת טרום פסח.  
יום שישי 4/4/25 - יום עיון מקוון

סיורים בארץ בעקבות נשים מעצימות ופורצות דרך בחופשת טרום פסח. היכרות עם מקומות ותרבויות דרך פריזמה נשית ויצירה נשית. סיורים בתל אביב בעקבות משורות גדולות כמו רחל ולאה גולדברג, סיור בשכונת התקווה בעקבות הזמיר עופרה חזה, סיורים בעקבות נשים המשפיעות על יצירותיו של עמוס עוז, יהודה עמיחי ואלתרמן, סיורים בעקבות נשים כולל שוק מחנה יהודה בירושלים, סיורים בשוק הכרמל ובכרם התימנים וכן בשוק לווינסקי ובפלורנטין ואף בוואדי ניסנס בחיפה. יתקיימו טעימות בסיורי השווקים להנאת המשתלמים ולהכרת התרבות הקולינארית המקומית.

ההגעה הינה עצמית ברכבת לנקודות המפגש השונות בחופשת טרום פסח. יתקיימו 4 סיורים באזור תל אביב והמרכז, סיור אחד בחיפה וסיור אחד בירושלים. מייל עם לוח מפורט למשתלמים יישלח בסמוך למועד ההשתלמות. **הערות:** לאחר 6 הסיורים יתקיים יום עיון מקוון.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מדריך:** גל גרינברג - יועץ לענייני תיירות במשרד התיירות ומורה דרך וותיק ומנוסה ברחבי הארץ.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# ניחוחות של בית - מאסטר שף בבישול ביתי

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 417  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



ימי רביעי, 10 מפגשים

לימוד והקניית מיומנויות מקצועיות באופן חוויתי ומהנה בתחום הבישול והאפייה: עיוני ומעשי, המשתלמים יכירו מגוון מתכונים קלאסיים ומודרניים משולבים בריחות צבעים וטעמים בניחוח ביתי. בכל סמסטר יהיו מתכונים ומאכלים שונים בהתאם לרוח חג ומועד. עם תחילת כל מפגש תתקבלו בעוגה חמה, קפה ותה. בסיום כל מפגש תאכלו ממעשה ידיכם ארוחה נדיבה. בתום ההשתלמות תתקיים סעודה שכולה חגיגת מאכלי עדות. השתתפות עצמית על סך 400 ש"ח מעבר למחיר הקרן תשולם ישירות לאמה זארכה המנחה בקורס.

**לידיעתכם:** ההשתלמות מתקיימת עם תעודת כשרות בשני מטבחים נפרדים (חלבי ובשרי) לשמירה על כשרות. ניתן להשתתף בשני הסמסטרים, שכן המתכונים הינם שונים לפי רוח החגים והמועדים בתקופה זו.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** שכונת רמות, רח' הנרי נויפלד 24, באר שבע.



לרישום לחצו כאן



# ניחוחות של בית - מאסטר שף בבישול ביתי

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 418  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 05/02/2025  
תאריך סיום: 23/04/2025



ימי רביעי, 10 מפגשים

לימוד והקניית מיומנויות מקצועיות באופן חוויתי ומהנה בתחום הבישול והאפייה: עיוני ומעשי, המשתלמים יכירו מגוון מתכונים קלאסיים ומודרניים משולבים בריחות צבעים וטעמים בניחוח ביתי. בכל סמסטר יהיו מתכונים ומאכלים שונים בהתאם לרוח חג ומועד.

עם תחילת כל מפגש תתקבלו בעוגה חמה, קפה ותה. בסיום כל מפגש תאכלו ממעשה ידיכם ארוחה נדיבה. בתום ההשתלמות תתקיים סעודה שכולה חגיגת מאכלי עדות.

השתתפות עצמית על סך 400 ש"ח מעבר למחיר הקרן תשולם ישירות לאמה זארכה המנחה בקורס.

**לידיעתכם:** ההשתלמות מתקיימת עם תעודת כשרות בשני מטבחים נפרדים (חלבי ובשרי) לשמירה על כשרות.

ניתן להשתתף בשני הסמסטרים, שכן המתכונים הינם שונים לפי רוח החגים והמועדים בתקופה זו.

**מטלות:** נוכחות פעילה

**מקום:** שכונת רמות, רח' הנרי נויפלד 24, באר שבע.



לרישום לחצו כאן





# החיים בתנועה - עיצוב וחיתוב הגוף

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 419  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
08:30-19:30



תאריך תחילה: 01/01/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



כניסות גמישות

במהלך השבוע - 6 חודשים

סדנאות עיצוב הגוף בסטודיו במתנ"ס ספורטיב על שלוחותיו השונות לנוחיותכם בקרבת מקום מגורכם. מטרת הסדנאות היא הצורך לשיפור רווחה גופנית ונפשית, חיזוק החוסן הרגשי, פיתוח מודעות לקשר שבין גוף לבין נפש, המאפשר צמיחה אישית באמצעות מודעות גופנית, שיפור הדימוי העצמי ואיכות חיים נאותה וכמובן שמירה על בריאות תקינה.

ההשתלמות הינה עבור חוגי ספורט בסטודיו וכן שימוש בחדר הכושר במהלך 6 חודשים מלאים. על כל משתלמת להוסיף 100 ש"ח דמי ביטוח ישירות להנהלת "ספורטיב" בעמדת הקבלה עם פתיחת הקורס. כל מתאמנת תקבל צ'יפ ותיק לנוחיותה. יש לחתום נוכחות בדפים בדלפק הכניסה ולהעביר את הצ'יפ בכל כניסה לחוג הנבחר.

**נושאי לימוד:** יוגה, צפיפות עצם, עיצוב וחיתוב הגוף, פילאטיס, זומבה, אירובי, ריקודי בטן, קיקבוקסינג פיטבול, עיצוב דינאמי ומתיחות.

**מטלות:** השתתפות פעילה.

**מקום:** מתנ"ס ספורטיב בשלוחות השונות ברחבי באר שבע: רמות, כלניות, סטודיו קדמא, ופלח 5.



לרישום לחצו כאן



# למדי למקסם את יופיך

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 420  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 29/05/2025



ימי חמישי 12 מפגשים

הקניית מיומנויות טיפוח, איפור ומודעות אישית, הקורס מיועד לכל אישה המעוניינת לעבוד ללימוד כיצד להוציא מעצמה את המקסימום ע"י הקניית ידע בסיסי בהכרת סוג העור, תהליכי הטיפוח וטיפול בעור הפנים.

**נושאי לימוד:** תורת האיפור, הכרת המוצרים והאביזרים, מורפולוגיה-תיקוני איפור הצללות, איפור עיניים, עיצוב שפתיים, איפור טבעי /ערב/מעושן, עיצוב גבות, טיפוח עור פנים, ידיים, רגליים, צבעים וסגנון לבוש, עיצוב וסטיילינג אישי.  
**לידיעתכן:** כל משתלמת תקבל ערכת התנסות המכילה מוצרים הנדרשים לאימון בקורס.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** ביה"ס רווית אסף, גראנד קניון - קומה 2, שד' דוד טוביהו 125, באר שבע  
**מנחה:** מורים מקצועיים מהשמות המובילים בתחום מבית "רווית אסף".

מפגש הסיום יהיה באיפור מעושן ע"י רווית אסף בעצמה בשילוב הדגמה עם חלוקת תעודות סיום.



לרישום לחצו כאן

סוג גמול:  
ללא גמולמספר קורס 421  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימודמיקום:  
באר שבעסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
08:30-22:00תאריך תחילה: 04/11/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025ימים א-ה בין השעות 08:30-10:30 ו-17:00-22:00  
ימי ו' בין השעות 08:30-10:30

שיטת פילאטיס מתמקדת בייצוב הגוף, איזונו ושיפור היציבה. הפילאטיס מחזק את הגוף ומחטב אותו, מחבר בין הגוף לנפש וגורם להרגשה צעירה יותר.

**נושאי לימוד:** מודעות ומניעה של פציעות – בפילאטיס ישנה תשומת לב ומודעות לנעשה בגוף לאורך כל האימון. ההתמדה בתרגול מאפשרת היכרות טובה עם כל פעולה ותנועה. דרך האימון נחזיר לעצמנו את השליטה על הגוף. איזון ויציבות, הפחתה של כאבי גב, עיצוב וחיתוב, שיקום מחלות ופציעות, שרירי ליבת הגוף – בפילאטיס מפתחים ומטפחים את מרכז הגוף, שהוא מקור הכח והעצמה שלנו, שרירי הליבה תומכים בעמוד השדרה ומפחיתים ממנו את העומס. בכך מאפשרים את תנועתו הגמישה אך יציבה של עמוד השדרה. כמו כן חיזוק שריר הליבה מסייע בשמירת מיקומם הנכון והבריא של האיברים הפנימיים, ובכך מונע או מסייע בשיקום רצפת האגן ועוד.

ההשתלמות תכלול בנוסף למפגשי האימון 4 שעות הרצאה בנושא תזונה בריאה.

**מטלות:** נוכחות פעילה

**מקום:** סטודיו פילאטיס מכשירים במתנ"ס נווה נוי באר שבע.

**שעות הפעילות:** ימים א-ה 08:30-10:30, 17:00-22:00 ימי שישי 08:30-10:30.

**מנחה:** חן גנון - מנחה בכירה ומנהלת רשת ספורטיב.

**הערה:** על כל משתלמת להוסיף 250 ש"ח על מחיר הקרן.

סדנת האימון מתקיימת בקבוצות קטנות ואינטימיות באופן מיוחד - 6 בכל קבוצה!!

**ההרשמה לנכסות מראש הינה באמצעות האפליקציה.**



לרישום לחצו כאן



# סגני מנהלים ומיומנויות ניהול

סוג גמול:  
90 שעות לגמול עם ציון בעוז  
לתמורה ולאופק חדש

מספר קורס 422  
3 יחידות לימוד, 90 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:30-19:45



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 21/04/2025



יום שני, 22 מכששים

הכרת הפרקטיקה הניהולית בבית הספר העל יסודי, הכרת מכלול ההיבטים שעליהם מופקד סגן המנהל וצמרת המנהיגות המובילה בביה"ס, רכישת כלים ניהוליים לבעלי תפקידים בבית הספר, פיתוח יכולות הנחיה והובלה של מורים.

## נושאי לימוד:

**א. למידה עיונית:** מיומנויות וסגנונות ניהול, המנהל והמנהיג, כלים לשיפור מוטיבציה של מורים וחיזוק מעמדם, פיתוח מקצועי של מורים, גיוס וניהול צוות, ניהול השעות הפרטניות, משא ומתן בביה"ס, בין תכנון לביצוע, למידה ארגונית, יחסי הגומלין של ביה"ס עם סביבתו ועבודה עם הורים, תהליך קבלת החלטות, תכנון ובניית פרויקטים.

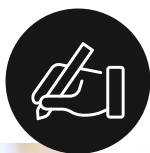
**ב. למידה מעשית:** יצירת תשתית ותכנית לפרויקט בית ספרי בהובלת המורה והתלמיד.

**מטלות:** תכנון פרויקט בית ספרי, מנקודת מבט ניהולית והכנת פרזנטציה.

ניתוח הפרויקט הבית ספרי בעבודת עמיתים תוך השענות על בסיס מושגי הקורס. נוכחות והשתתפות פעילה וכן הגשת שתי עבודות סיום: עבודה בתום 60 שעות ועבודת פרויקט גמר בתום 30 שעות.

**מקום:** ההשתלמות תועבר בלמידה מרחוק: 16 מפגשים בזום בשילוב 5 שיעורים מקוונים א-סינכרוניים.

**מנחה:** חדווה טריגר - דר' בחינוך, ומומחית בתחומה בניהול קהילה, מעורבות ומנהיגות..



לרישום לחצו כאן



# "אם יש לך שמש בליבך" - בוא לאילת

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 622.4 622.3 622.2 622  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-18:00



תאריך תחילה: 23/03/2025  
תאריך סיום: 28/03/2025



ימים ראשון - שלישי + 3 ימים מקוונים

הכרת אילת בין ים למדבר - כעיר תיירות מגוונת המובילה בישראל.  
**נושאי לימוד:** ביקור בגן הבוטני, פארק הצפרות, סיור ג'יפים בהרי אילת והסביבה, הרצאות מרתקות בערב במלון על אילת ונושאי העשרה נוספים מטובי המרצים, קיבוץ אילות בנושא חקלאות מדברית כולל ארוחת צהריים, שייט בים סוף כולל תצפית מקרקעית הזכוכית לשונית האלמוגים. ההשתלמות תתקיים במלון יו מג'יק פאלאס. ההגעה הינה בטיסה בלבד או עצמאית לדרומיים ישירות לתחילת ההשתלמות בהסעה המאורגנת באילת!

**מטלות:** נוכחות פעילה - חובה להשתתף בסיורים המאורגנים, הרצאות ופעילויות וכן הימים המקוונים לאישור 56 לגמול ולקרן.

**מקום:** הקורס בנוי מ-3 ימים ו-2 לילות עם לינה במלון באילת בתאריכים 23-25/3/25 + 3 ימי עיון מקוונים לאחר ימי הסיור בתאריכים 26-28/3/25.  
**הערות:** עקב אופיו המיוחד של הקורס, הטיסות, האירוח וריבוי האתרים, מורה בשבתון המשתלם בקורס זה יידרש להוסיף 500 ש"ח במועד ההרשמה. התוכנית נתונה לשינויים לפי זמינות האתרים.

ההסעה הצמודה לביקורים באתרים השונים באילת הינה חלק מההשתלמות. מייל מסודר ומפורט יישלח למשתלמים קרוב למועד היציאה. הלינה הינה בזוגות בלבד. ניתן לצרף בני זוג בתשלום לקורס כולו בלבד. השיבוץ לחדרים זוגיים מעבר לכך, יהיה לפי החלטת ארגון המורים. מורים שיבחרו ללון עם מורים עמיתים מתוך הכרות, יוכלו לעשות זאת.  
**מדריך ומרכז סמינר ההשתלמות:** תמיר בן עמי.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# יישומי בינה מלאכותית בחינוך

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 142  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-19:30



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 18/02/2025



8 מפגשי זום + 10 מפגשים א-סינכרוניים  
+ 2 מפגשי תמיכה בזום למי שצריך,  
ימי שלישי אחה"צ

בקורס זה נעסוק במהפכת הבינה המלאכותית שאותה אנו חווים בכל רגע. נכיר מגוון של כלי בינה מלאכותית, נתמקצע בתוצרים ברמה גבוהה ונלמד גם כיצד ליישם אותם בעולמות החינוך. נערוך היכרות בסיסית עם כלי בינה מלאכותית: פתיחת חשבונות ושימוש נכון, נעמיק בלמידת הכלים העומדים לרשותנו, ניצור פרויקט המותאם לעולם החינוכי משילוב של כמה כלים (כולל שילוב של כלי בינה עם כלים מסורתיים) ונלמד את תהליכי ההתפתחות של הבינה המלאכותית וכיווניה העתידיים.

**בהנחיית** ערן לבני - יעוץ וליווי פדגוגי, מומחה בהדרכות AI במערכת החינוך, תואר שני בחינוך - טכנולוגיות למידה ודוקטורנט לטכנולוגיות למידה במחלקה לחינוך האוניברסיטה הפתוחה, נסיון של 14 שנים כמדריך ומורה מורים לטכנו-פדגוגיה מאושר ע"י משרד החינוך.

**דרישות ההשתלמות:** נוכחות + הגשת מטלות לאורך ההשתלמות.



לרישום לחצו כאן



# יישומי בינה מלאכותית בחינוך

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 142.03  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-19:30



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 10/06/2025



8 מפגשי זום + 10 מפגשים א-סינכרוניים  
+ 2 מפגשי תמיכה בזום למי שצריך,  
ימי שלישי אחה"צ

בקורס זה נעסוק במהפכת הבינה המלאכותית שאותה אנו חווים בכל רגע. נכיר מגוון של כלי בינה מלאכותית, נתמקצע בתוצרים ברמה גבוהה ונלמד גם כיצד ליישם אותם בעולמות החינוך. נערוך היכרות בסיסית עם כלי בינה מלאכותית: פתיחת חשבונות ושימוש נכון, נעמיק בלמידת הכלים העומדים לרשותנו, ניצור פרויקט המותאם לעולם החינוכי משילוב של כמה כלים (כולל שילוב של כלי בינה עם כלים מסורתיים) ונלמד את תהליכי ההתפתחות של הבינה המלאכותית וכיווניה העתידיים.

**בהנחיית** ערן לבני - יעוץ וליווי פדגוגי, מומחה בהדרכות AI במערכת החינוך, תואר שני בחינוך - טכנולוגיות למידה ודוקטורנט לטכנולוגיות למידה במחלקה לחינוך האוניברסיטה הפתוחה, נסיון של 14 שנים כמדריך ומורה מורים לטכנו-פדגוגיה מאושר ע"י משרד החינוך.

**דרישות ההשתלמות:** נוכחות + הגשת מטלות לאורך ההשתלמות.



לרישום לחצו כאן



# הוראה מתקנת ומותאמת

סוג גמול:  
60 שעות לגמול עם ציון בעוז  
לתמורה ואופק חדש + 112 שעות  
לעוז לתמורה עם ציון.

מספר קורס 195 | לימודי תעודה בזום  
6 יחידות לימוד, 180 שעות לימוד

מיקום:  
באר שבע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:30-19:45



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 02/07/2025



ימי רביעי אחה"צ 31 מפגשי זום  
+ מפגשים א-סינכרוניים

הכשרת מורות ומורים לזיהוי ומתן מענה לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וקשיים לימודיים. לספק כלים ואסטרטגיות מעשיות לעבודה עם תלמידים בעלי קשיי למידה בלימודי שפה. חשבון ומיומנויות למידה.

## נושאי הלימוד:

איתור וזיהוי מקורות הקושי של התלמיד, פיתוח ויישום פרקטיקות לקריאה וכתיבה מיטביים, שיטות וכלים לחיזוק מיומנויות הבנת הנקרא, אסטרטגיות למידה וכלים ישומיים להוראה מותאמת בתחום השפה והמתמטיקה, בניית תוכנית עבודה לאיתור ומתן מענה לתלמידים עם לקויות וקשיי למידה, עבודה פרטנית לקידום הישגים באמצעות שימוש באסטרטגיות למידה מותאמות.

## למסיימים תוענק תעודה אקדמית ממכללה מוכרת.

**מנחת הקורס:** נתנאלה בראל, M.A. בל"ל ואבחון דידיקטי, מנהלת התוכנית ומרצה.

**מטלות:** נוכחות פעילה, הגשת מטלות לאורך ההשתלמות ועבודה מסכמת.  
**מקום:** ההשתלמות תתקיים בזום במפגשים סינכרוניים בימי רביעי אחה"צ.



לרישום לחצו כאן





# אזור תל אביב והמרכז



## פרטי יצירת קשר:

**קארין מאור** רכזת השתלמויות ת"א והמרכז

דוא"ל: [KarinM@igm.org.il](mailto:KarinM@igm.org.il)

טלפון: 03-7106739

**סופי אזולאי** מזכירת השתלמויות ת"א והמרכז

דוא"ל: [SofiA@igm.org.il](mailto:SofiA@igm.org.il)

טלפון: 03-7106785

**הודיה נביא** מזכירת מחלקה


דוא"ל: [hodayan@igm.org.il](mailto:hodayan@igm.org.il)

טלפון: 03-7106740

# מערכת שעות תל אביב והמרכז



סמסטר א' וקורסים שנתיים

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'
צפייה מודרכת בקולנוע ובתיאטרון קורס 100 שנתי 4 ש"ש 17:00-21:15 <b>סינמטק תל אביב</b>	אצא לי השוקה סירי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים <b>בתל אביב</b> קורס 111 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 09:00-16:00 <b>שווקי ת"א</b>	כרמים, יקבים ויינות במסורת היהודית ובתרבות העכשווית - סירי עומק, טעם ולגימה קורס 140 <b>שנתי</b> 2 ש"ש 09:00-16:00 <b>הגנה עצמית</b>	מפתחות למוסיקה קלאסית עם ד"ר אסתרית בלצן ופרופ' משה זורמן קורס 133 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 09:00-12:30 <b>תל אביב</b>	קיצור תולדות המוזיקה בהנחיית דורון גיא קורס 112 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 9:00-13:15 <b>דיזינגוף 98, באולפן ההקלטות, ת"א</b>	צפייה מודרכת בקולנוע קורס 101 <b>שנתי</b> 2 ש"ש 09:00-14:15 <b>קולנוע לב דיזינגוף סנטר תל אביב</b>
יוגה בהוראה לימודי תעודת מדריכי יוגה- שנתי קורס 185 <b>שנתי</b> 6 ש"ש 9:00-14:00 ביה"ס "הצליל הפנימי", חובבי ציון 46, תל אביב.	אמנות הדיבור והשכנוע פרזנטציה מול קהל קורס 123.4 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 9:00-13:15 <b>מתנ"ס שיכונ המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ</b>	ללכת כי כולם הולכים - סירים ב"שביל ישראל" קורס 141 <b>שנתי</b> 2 ש"ש 08:30-18:00 <b>הסעה יוצאת מתחנת רכבת ת"א סבידור מרכז</b>	נשים על המפה סירים בארץ בעקבות נשים עוצמתיות קורס 105 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 08:30-18:00 <b>הסעה יוצאת מתחנת רכבת ת"א סבידור מרכז</b>	מטיסים את האנגלית 114.01 סמסטר א' 2 ש"ש <b>קורס בזום</b> 17:00-18:30	שלושה מחזיאונים שלוש גישות קורס 104 <b>שנתי</b> 2 ש"ש 09:00-13:15 <b>מחזיאון ת"א לאמנות, מחז"א, מחזיאון אנו</b>
	כשכושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פייטנס קורס 170 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש קורס רשות ימים ושעות בתיאום עם המכון	תנו לעצמכם במה קורס משחק אימפרוביזציה <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש קורס 137.4 9:00-13:15 משה לוי 23, <b>נס ציונה</b>	ערבית מדוברת נכלי להבנת שכנינו ותרבותם קורס 113 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 10:00-12:45 <b>מתנ"ס שיכונ המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ</b>		
	מטיסים את האנגלית 114 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש קורס בזום 09:30-11:00	בינה מלאכותית קורס 142 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש <b>קורס בזום</b> 17:00-19:30	הוראה מותקנת ומותאמת קורס 195 לימודי תעודה שנתי 6 ש"ש 17:30-20:00 קורס בזום		 <b>לרישום לחצו כאן</b>



ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>העולמות המופלאים של הסיפור הקצר – סדנת כתיבה יוצרת</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש קורס 139 9:00-13:15</p> <p><b>מרכז קהילתי "בני ברית", אייזיק חריף 23, תל אביב</b></p>	<p>מיתוס ואגדה במוסיקה עם ד"ר אסתרית בלצן ופרופ' משה זורמן</p> <p>קורס 134</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש <b>תל אביב</b></p>	<p>תנו לעצמכם במה קורס משחק אימפרוביזציה</p> <p>קורס 137.4</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש 9:00-13:15 משה לוי 23, נס ציונה</p>	<p>קסם המזרח סיורים בערי המזרח התיכון</p> <p>קורס 106</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש 08:30-18:00</p> <p><b>הסעה יוצאת מתחנת רכבת ת"א סבידור מרכז</b></p>	<p>NLP אינטליגנציה רגשית</p> <p>קורס 135.40 9:00-13:15</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש <b>מתנ"ס שיכונת המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ</b></p>
<p>מטיסים את האנגלית</p> <p>114.03</p> <p>סמסטר ב'</p> <p>2 ש"ש <b>קורס בזום</b> 17:00-18:30</p>	<p>קוראים את העיר - תל אביב בקריאה מהממת - סופרים, מחזאים, אושיות תרבות ואלה שעשו את תל אביב מה שהיא</p> <p>קורס 107 09:00-14:00</p> <p>סמסטר ב'</p> <p>2 ש"ש <b>סיורים בתל אביב</b></p>	<p>אצא לי השוקה – סיורי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים</p> <p><b>בתל אביב</b></p> <p>קורס 111.01 סמסטר ב'</p> <p>2 ש"ש 09:00-16:00</p> <p><b>סיורים בשווקי תל אביב</b></p>	<p>פסיכודרמה קשובה</p> <p>קורס 136 תל אביב</p> <p>סמסטר ב'</p> <p>2 ש"ש 09:00-13:15</p> <p><b>מרכז קהילתי "בני ברית", אייזיק חריף 23, תל אביב</b></p>	<p>ערבית מדוברת</p> <p>קורס 113.01 סמסטר ב'</p> <p>2 ש"ש 10:00-12:45</p> <p><b>מרכז קהילתי "בני ברית", אייזיק חריף 23, תל אביב</b></p>
<p>כשכור ואושר נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פיטס</p> <p>קורס 170.01</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש קורס רשות ימים ושעות</p> <p><b>בתיאום עם המכון</b></p>		<p>בינה מלאכותית</p> <p>קורס 142.03</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש <b>קורס בזום</b> 17:00-19:30</p>	<p>מטיסים את האנגלית</p> <p>114.02</p> <p><b>סמסטר ב'</b></p> <p>2 ש"ש <b>קורס בזום</b> 09:30-11:00</p>	
<p>מאחורי הקלעים ובקדמת העיר תל אביב- עיר של תרבות, אמנות ואדריכלות</p> <p>קורס 109</p> <p><b>סמסטר א'</b></p> <p>2 ש"ש <b>סיורים בתל אביב</b></p>				 <p><b>לרישום לחצו כאן</b></p>



## קורסי סיור מרוכזים

קורס 143 | סיפורי ערים

סיורים בערים שונות בעקבות סיפוריהן ההיסטוריים, הגעה עצמית.

06/07/2025 - 11/07/2025

קורס 147 | תנו לנו יד ונלך

סיורים בתל-אביב בשעות אחה"צ ערב, הגעה עצמית.

04/07/2025 - 29/06/2025

## סמינרים עם לינה

קורס 413 | כוכבים בשמי המדבר סביבה יצירה ורוח בהר הנגב

מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25

מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.

הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.

קורס 622 | אם יש לך שמש בליבך בוא לאילת 23/3-28/3/25

3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלוך

וחזור

קורס 415 | פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי

16/2/25-21/2/25, 3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,

ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

קורס 531 | ארוחה מהשדה - סמינר ליקוט בתנאי שטח חדש

שני חלקי סמינר, חלק א' 3/2/25-5/2/25, חלק ב' 3/3/25-5/3/25

לינת שטח במערת הפלמ"ח בקיבוץ משמר העמק.

הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר,

אפשרות איסוף מתחנת הרכבת בכפר יהושע בימי ההגעה.



# צפייה מודרכת בקולנוע ובתיאטרון

סוג גמול:  
60 ש' גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש + 56 ש' גמול  
ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 100  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-21:15



תאריך תחילה: 03/11/2024  
תאריך סיום: 15/06/2025



12 מפגשי קולנוע בימי ראשון בערב  
+ 7 מפגשי תיאטרון בימים א'-ה' בערב

## קולנוע ותיאטרון כפי שלא פגשתם מעולם!

12 הרצאות בסינמטק המלוות בצפייה בסרטי קולנוע באורך מלא ו- 7 מפגשי צפייה מודרכת במיטב הצגות תיאטרון איכותיות מרפרטואר התיאטראות: גשר, הקאמרי, בית ליסין והבימה.

הרצאות מאירות עיניים המחברות את אמנות הקולנוע לחיים ולעולם בסוגיות ודילמות חוצות גבולות ותחומים. ההרצאות מלוות בקטעי סרטים ולאחריהן צפייה בסרט באורך מלא. צפייה מודרכת בהצגות תיאטרון מהטובות בארץ לאחר מפגש מסקרן עם יוצר (בדרך כלל הבימאי או שחקן בהצגה).

בהשתלמות יינתנו כלים לביקורת אומנותית בנושאי תיאטרון וקולנוע, הרחבת ידע ואופקים.

**מנחה:** רחל אסתרקין, אושיית קולנוע ומומחית בתחום.

**מקום:** סינמטק תל-אביב, רח' הארבעה 5 ת"א ותיאטראות בתל אביב - יפו.

12 מפגשי הקולנוע יתקיימו בימי ראשון בין השעות 17:00-21:15 אחת לכשבועיים שלושה, 7 מפגשי התיאטרון יתקיימו במהלך השנה בתיאטראות העיר בשעות הערב לפי תכנית הפעילות של התיאטרון בין הימים א' - ה'. ניתן לצרף בני זוג בתשלום לכל הקורס בלבד.



לרישום לחצו כאן



# צפייה מודרכת בקולנוע

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 101  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:15



תאריך תחילה: 22/11/2024  
תאריך סיום: 13/06/2025



יום שישי, 9 מפגשים, כאחת לחודש

## היכרות מרתקת עם שפת הקולנוע!

נצלול אל תוך זרמים אמנותיים שונים לאורך ההיסטוריה של הקולנוע, אשר עיצבו ושינו את השפה הקולנועית ומשפיעים על הסרטים שאנו צופים עד עצם היום הזה. בכל מפגש נכיר לעומק סגנון קולנועי אחר, נדבר על ההקשר ההיסטורי-חברתי שבו הסגנון צמח, נכיר את המאפיינים המרכזיים של הסגנון ונבין את המשמעויות של הבחירות האמנותיות.

נכיר את הכלים עימם אמנות הקולנוע עוזרת לנו לחשוב על העולם ולתת ביטוי לצדדים שונים של ההווה האנושית. נכיר כיצד הסגנונות האלו קיבלו ביטוי במקומות שונים בעולם, בתרבויות שונות ואצל היוצרות והיוצרים הייחודיים שפעלו במסגרות הסגנוניות האלה. הקורס ישלב בין ידע בהיסטוריה, אמנות, פילוסופיה והבנה עמוקה של שפת הקולנוע.

לאחר ההרצאה תתקיים צפייה בסרט באורך מלא.

**מנחה:** ד"ר פבלו אוטין, חוקר, מרצה ומבקר קולנוע.  
**מקום:** קולנוע לב, דיזנגוף סנטר, תל אביב, חנייה יומית ב- 5 ש"ח בלבד.

ניתן לצרף בני זוג בתשלום לכל הקורס בלבד.



לרישום לחצו כאן



# שלושה מוזיאונים - שלוש גישות

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 104  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 15/11/2024  
תאריך סיום: 30/05/2025



יום שישי, 12 מפגשים,  
כאחת לשבועיים

## חיבור לעולמם המופלא של המוזיאונים

היכרות מיוחדת עם מה שמאפיין כל אחד משלושת המוזיאונים.

6 מפגשים במוזיאון תל אביב לאמנות  
4 + 2 מפגשים במוזיאון ארץ ישראל + 2 מפגשים במוזיאון אנו.

נחוש במוזה במוזיאון מוז"א באמצעות מסע מרתק אל העולם העתיק וחשיפה לתערוכות מגוונות, נחפש אחר שורשינו ונסייר בתערוכות המתחכות אחר עברנו העשיר במוזיאון "אנו" (בית התפוצות לשעבר) ונתרגל את שפת האומנות במוזיאון תל אביב לאמנות: כיצד להתבונן בתמונה ובפסל באוספי המוזיאון, בתערוכות אומנות בינלאומיות ובתערוכות אמנות ישראליות.

מרצים נבחרים ממוזיאון מוז"א, מוזיאון תל אביב לאמנות ומוזיאון אנו.

**מיקום:** בשלושת המוזיאונים עפ"י רצף התוכנית.

המפגש הראשון יתקיים במוזיאון ארץ ישראל, רח' לבנון 2 תל-אביב.



לרישום לחצו כאן



# נשים על המפה

סוג גמול:  
גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 105  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים בארץ,  
יציאה מת"א



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-18:00



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 19/02/2025



יום רביעי, 6 מפגשים + מפגש מקוון א-סינכרוני

## סיורים ברחבי הארץ בעקבות נשים עוצמתיות

במשך מאות שנים גברים כתבו את ההיסטוריה, אולם גם נשים עשו היסטוריה ושינו את פניה בתחומי יצירה ותרבות, חינוך והתיישבות, ובעשורים האחרונים נחשפים סיפוריהן.

בסדרת הסיורים נסייר ברחבי הארץ בצפון ובמרכז בעקבות סיפורי נשים, נגלה את השינויים במעמד האישה לאורך השנים, נשמע על סיפורי אהבותיהן ועל פעילותן של לא מעט נשים נחושות שהטביעו את חותמן על נופה של הארץ ועל תולדותיה.

**מנחה:** יוסי גולדברג - אוצר, מוזאולוג, מדריך ומורה דרך.

**בסיורים מחוץ לתל אביב תצא הסעה מתחנת רכבת תל אביב סבידור מרכז.**

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# קסם המזרח

סוג גמול:  
גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 106  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-18:00



תאריך תחילה: 24/02/2025  
תאריך סיום: 09/06/2025



יום שני, 7 מפגשים

## סיורים בערים המזרח תיכוניות בישראל

צא למסע מרתק בין-תחומי ברחבי ישראל בערים ההיסטוריות המזרח תיכוניות ירושלים, יפו, רמלה, לוד, נצרת, חיפה ועכו. נכיר את ההיסטוריה של הערים וניגע גם במרחש בהן בהווה. נבחן את הערים במבט רב-תרבותי המשקף את השפעות האירועים ההיסטוריים, המפגש בין המזרח למערב והאסלאם וקבוצות דתיות אחרות במזרח התיכון על התפתחותן ועיצוב דמותן. חלק מהסיורים יכללו גם מפגשים אנושיים.

**בהדרכת:** יוסי גולדברג - אוצר, מוזאולוג, מדריך ומורה דרך.

**בסיורים באזורים המרוחקים מהמרכז תצא הסעה מתחנת רכבת תל אביב סבידור מרכז.**

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# יוגה בהוראה

סוג גמול:  
60 שעות גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש  
+ 112 שעות עם ציון לעזוז לתמורה בלבד

מספר קורס 185  
6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:15-14:00



תאריך תחילה: 03/11/2025  
תאריך סיום: 29/06/2025



יום ראשון, 30 מפגשים, קורס שנתי

## האדם כמכלול גוף, נפש, רוח - לימודי תעודת מדריכי יוגה.

לימוד היוגה על היבטיה הפיסיים, הנפשיים והרוחניים, מתוך תפיסת האדם כמכלול אחד של גוף נפש רוח העולה מתוך הצורך לתת מענה לכל אחד מהמרכיבים בכדי ליצור איזון ביניהם המוביל לחיים בריאים ולהגשמה עצמית.

הקורס מקנה ידע שימש את המשתלמים באימוץ התכנים הנלמדים ויישומם בחיי היום יום בכדי להשיג בריאות טובה, לפתח כושר ריכוז, להתמודד עם מתחים ולהגיע לשקט נפשי. הפנמה ואימון בתכנים הנלמדים מאפשר יישום של התרגול למגוון אוכלוסיות וגם לתלמידים בבית הספר. **בין נושאי הלימודי העיוניים:** פילוסופיה של היוגה, אנטומיה ופיזיולוגיה בסיסיים, השפעות מרפאות של תרגילי היוגה.

**תרגול מעשי:** ראג'ה יוגה - תרגילי ריכוז ומדיטציה, אסאנות (תנוחות היוגה), פראניאמה -תרגילי נשימה, ACI - ארגון הגוף בתנועה, SYHS - חיזוק הגוף, יוגה לאוכלוסיות שונות, יוגה בבית הספר, דרכי הוראת יוגה.

**בסיום הקורס תינתן תעודת הסמכה מטעם ביה"ס ליוגה "הצליל הפנימי" המוכרת ע"י ארגון מורי היוגה בישראל וארגון המורים ליוגה האמריקאי Alliance Yoga.**

**דרישות הקורס:** נוכחות, מבחנים מעשיים ועיוניים ועבודת סיכום.  
**מרצים מומחים מביה"ס לבריגה יוגה "הצליל הפנימי" בהובלת ד"ר אודי בילו.**  
**מקום:** חובבי ציון 46 תל-אביב.  
מורה בשבתון יוסיף 1200 ש"ח



לרישום לחצו כאן



# הוראה מתקנת ומותאמת - לימודי תעודה בזום

סוג גמול:  
60 שעות לגמול עם ציון בעוז  
לתמורה ואופק חדש  
+ 112 שעות לעוז לתמורה עם ציון.

מספר קורס 195 | לימוד תעודה בזום  
6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:30-19:45



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 02/07/2025



ימי רביעי אה"צ 31 מפגשי זום + מפגשים א-סינכרוניים

הוראה מתקנת היא הוראה המותאמת אישית לתלמיד ולצרכיו, בכדי לסייע לו להתגבר על קשיי למידה.

במסגרת הקורס, נדע למפות את הקשיים והחוזקות של כל תלמיד בצורה מקצועית. נרכוש ידע תיאורטי ונסיון מעשי בדרכי התמודדות עם הקשיים והתאמת דרכי הטיפול וההוראה, ונחשף למגוון כלים מסורתיים ודיגיטליים בעבודה על הלומדים השונים. בכלל זה ינתן דגש על פרקטיקות לרכישת קריאה וכתובה, הבנת הנקרא וחשבון. הכשרת מורות ומורים למיפוי ומתן מענה לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וקשיים לימודיים.

## נושאי הלימוד:

אסטרטגיות למידה וכלים יישומיים בשפה וחשבון: איתור וזיהוי מקורות הקושי של התלמיד, פיתוח ויישום פרקטיקות להקנייה, תרגול ושיפור מיומנויות קריאה וכתובה, שיטות וכלים בתחום הבנת הנקרא, בניית תוכנית עבודה לאיתור ומתן מענה לתלמידים עם לקויות למידה והפרעות קשב. הקורס מורכב משיעורים סינכרוניים בזמן קבוע בזום ומ-2 יחידות א-סינכרוניות ללמידה עצמית (מוכנות לכיתה א' ואסטרטגיות למידה)

## למסיימים תוענק תעודה אקדמית ממכללה מוכרת.

**מנחת הקורס:** מנהלת התוכנית ומרצה- נתנאלה בראל, M.A.

חינוך מיוחד- לקויות למידה, מורה להוראה מותאמת ומאבחנת דידקטית.

**מטלות:** נוכחות פעילה, הגשת מטלות לאורך ההשתלמות ועבודה מסכמת. ההשתלמות תתקיים בזום במפגשים סינכרוניים בימי רביעי אה"צ.



לרישום לחצו כאן



# יישומי בינה מלאכותית בחינוך

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 142 | קורס בזום  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-19:30



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 18/02/2025



8 מפגשי זום + 10 מפגשים א-סינכרוניים  
+ 2 מפגשי תמיכה בזום למי שצריך, ימי שלישי אחה"צ

בקורס זה נעסוק במהפכת הבינה המלאכותית שאותה אנו חווים בכל רגע. נכיר מגוון של כלי בינה מלאכותית כגון: Chat gpt, claude, gemini, cipilot, canva, leonardo, visla ועוד... נתמקצע בתוצרים ברמה גבוהה ונלמד גם כיצד ליישם אותם בעולמות החינוך. נערוך היכרות עם כלי הבינה המלאכותית, נלמד איך להשתמש בהם, נעמיק בלמידת הכלים העומדים לרשותנו, ניצור פרויקט המותאם לעולם החינוכי משילוב של כמה כלים ונלמד את תהליכי ההתפתחות של הבינה המלאכותית וכיווניה העתידיים.

**בהנחיית:** ערן לבני - יעוץ וליווי פדגוגי, מומחה בהדרכות AI במערכת החינוך, תואר שני בחינוך - טכנולוגיות למידה ודוקטורנט לטכנולוגיות למידה במחלקה לחינוך האוניברסיטה הפתוחה, נסיון של 14 שנים כמדריך ומורה מורים לטכנו-פדגוגיה מאושר ע"י משרד החינוך.

**דרישות ההשתלמות:** נוכחות + הגשת מטלות לאורך ההשתלמות.



לרישום לחצו כאן

# יישומי בינה מלאכותית בחינוך

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 142.03  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-19:30



25/02/2025  
10/06/2025

תאריך תחילה:  
תאריך סיום:



8 מפגשי זום + 10 מפגשים א-סינכרוניים  
+ 2 מפגשי תמיכה בזום למי שצריך, ימי שלישי אחה"צ

בקורס זה נעסוק במהפכת הבינה המלאכותית שאותה אנו חווים בכל רגע. נכיר מגוון של כלי בינה מלאכותית כגון: Chat gpt, claude, gemini, cipilot, canva, leonardo, visla ועוד... נתמקצע בתוצרים ברמה גבוהה ונלמד גם כיצד ליישם אותם בעולמות החינוך. נערוך היכרות עם כלי הבינה המלאכותית, נלמד איך להשתמש בהם נכון, נעמיק בלמידת הכלים העומדים לרשותנו, ניצור פרויקט המותאם לעולם החינוכי משילוב של כמה כלים ונלמד את תהליכי ההתפתחות של הבינה המלאכותית וכיווניה העתידיים.

**בהנחיית ערן לבני:** יעוץ וליזוי פדגוגי, מומחה בהדרכות AI במערכת החינוך, תואר שני בחינוך - טכנולוגיות למידה ודוקטורנט לטכנולוגיות למידה במחלקה לחינוך האוניברסיטה הפתוחה, נסיון של 14 שנים כמדריך ומורה מורים לטכנו-פדגוגיה מאושר ע"י משרד החינוך.

**דרישות ההשתלמות:** נוכחות + הגשת מטלות לאורך ההשתלמות.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 136  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 24/02/2025  
תאריך סיום: 26/05/2025



### יום שני, 12 מפגשים

לאורך ההשתלמות נכיר עולם הפסיכודרמה ואת גישת המיינדפולנס (קשיבות) נעמיק את הבנתנו בנושא שורשי המיינדפולנס ובידע העכשווי בתחום תוך כדי עבודה בכלים טיפוליים פסיכודרמטיים. בהשתלמות נעמיק בשתי הגישות דרך החוויה. רק באמצעות תרגול שלנו וחוויה אישית ישירה, נוכל להביא גישה זו לפרקטיקה בחיינו האישיים ובבתי הספר.

התרגול וההתנסות הפסיכודרמטית מעצימים את יכולת האדם להיות נוכח אל מול עומס רגשי, לחץ ומצבים שונים של חוסר אונים. התרגול מרחיב את יכולת ההכלה, מעמיק שקט פנימי ומפתח פתיחות, רגישות וזמינות רגשית, רכיבים הכרחיים לקשר מיטבי עם עצמי ועם סביבתי. למיינדפולנס השפעה פוטנציאלית על ממדים נוספים של המפגש האנושי, כמו יחסי אנוש, תהליכי טרנספורמציה, טיפוח חמלה וחמלה-עצמית ועוד.

\* מבוא והכרת פסיכודרמה

\* חילוף תפקידים- היכולת לשבת בכיסא האחר כמקור לאמפטיה

\* התמודדות עם מתח וקושי תוך כדי שימוש בקשיבות ופסיכודרמה

\* קונפליקט- עבודה על סיטואציות קונפליקטואליות ומציאת דרכי יציאה מהן.

\* פסיכודרמה ומשחקי תפקידים בכיתה ובמרחב הבית ספרי

\* להתיידד עם עצמי- חמלה עצמית בעבודה ובמרחבים נוספים

\* פסיכודרמה ומרחבי אמנות נוספים- שילוב של פסיכודרמה, כתיבה ואמנות פלסטית

\* מיינדפולנס ככלי רב עצמה לאדם בחיי היומיום ובמרחב העבודה

**מרצה:** יגאל בן אהרון - פסיכותרפיסט אינטגרטיבי, MA בטיפול באמנויות מטפל בפסיכודרמה, חבר ביה"ת - ארגון המטפלים בהבעה ויצירה בישראל.

**מיקום:** מרכז קהילתי בני ברית, אייזיק חריף 23 תל אביב, ישנה חנייה זמינה.



# תנו לעצמכם במה - משחק ואימפרוביזציה

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 137.4  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נס ציונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:30



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 28/01/2025



## יום שלישי, 12 מפגשים

דרך התנסות מעשית וחוויתית נכיר את עולם הבמה מקרוב, נתנסה בעמידה נינוחה מול קהל בדגש על עידוד היצירתיות האישית, שימוש וחיזוק המשאבים הפנימיים והביטוי האישי. נלמד כיצד יוצרים עניין מכל תוכן. נתחבר לחזקת שלנו, נחוה חופש ושחרור על הבמה.

בהשראת הקורס נפתח את יכולת המורה ליצור עניין בעת עמידתו מול קהל תוך שימת דגש על ביטחון עצמי, נוכחות, יצירת פוקוס, הנאה והתלהבות אישית בעת ההנחיה. נלמד כיצד לשלב משחקי תיאטרון, אימפרוביזציה ואפשרות לבניית סצינות בעת ההוראה בכיתה וכמו כן בתכנים הנלמדים.

העיסוק במשחק תפקידים וחקירת הדמויות השונות לעומק: זיהוי הרצון והמעצור של כל דמות, מלמדת את המשתתפים להיות מודעים לעצמם ולסביבתם, ומתוך כך מאפשרת קבלה עצמית ופיתוח אמפתיה כלפי הסביבה.

**בהנחיית:** רות זיו- במאית ומורה לתיאטרון.  
**מיקום:** בית של חוגים, משה לוי 23, נס ציונה, יש חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן





# תנו לעצמכם במה - משחק ואימפרוביזציה

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 137.41  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נס ציונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 27/05/2025



יום שלישי, 12 מפגשים

דרך התנסות מעשית וחוויתית נכיר את עולם הבמה מקרוב, נתנסה בעמידה נינוחה מול קהל בדגש על עידוד היצירתיות האישית, שימוש וחזקת המשאבים הפנימיים והביטוי האישי. נלמד כיצד יוצרים עניין מכל תוכן. נתחבר לחוזקות שלנו, נחוה חופש ושחרור על הבמה.

בהשראת הקורס נפתח את יכולת המורה ליצור עניין בעת עמידתו מול קהל תוך שימת דגש על ביטחון עצמי, נוכחות, יצירת פוקוס, הנאה והתלהבות אישית בעת ההנחה. נלמד כיצד לשלב משחקי תיאטרון, אימפרוביזציה ואפשרות לבניית סצנות בעת ההוראה בכיתה וכמו כן בתכנים הנלמדים.

העיסוק במשחק תפקידים וחקירת הדמויות השונות לעומק: זיהוי הרצון והמעצור של כל דמות, מלמדת את המשתתפים להיות מודעים לעצמם ולסביבתם, ומתוך כך מאפשרת קבלה עצמית ופיתוח אמפתיה כלפי הסביבה.

**בהנחיית:** רות זיו- במאית ומורה לתיאטרון.  
**מיקום:** בית של חוגים, משה לוי 23, נס ציונה, יש חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן





# העולמות המופלאים של הסיפור הקצר

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 139  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 28/06/2025



יום שלישי, 12 מפגשים

## סדנת כתיבה יוצרת

במהלך הסדנה נחשף לאבני יסוד באמנות הסיפור הקצר באמצעות קריאה מודרכת של מיטב הספרות המתורגמת והמקורית ובאמצעות תרגול חווייתי של כתיבה שייעשה בשיעורים עצמם ומחוצה להם. נחשף לטכניקות כתיבה שונות ולסגנונות לשוניים מגוונים, וזאת תוך מתן משוב מעמיק ושכלול דרכי הביקורת והעריכה של הטקסטים המובאים לקורס. במקביל יושם דגש על פיתוח השפה האישית של הכותבים והכותבות. סדנת הכתיבה משתמשת במדיום המילולי ככלי לביטוי עצמי, כמרחב לעידוד יצירתיות לכתיבת טקסטים ולקריאתם וכבסיס להרחבת ההיכרות עם מגוון כלים טקסטואליים באמצעים אמנותיים. מקור הסיפור – מה יש בו שמעורר, כתיבה אוטוביוגרפית ושיבה לילדות, סיפורי חיים ועוד...

**בהנחיית:** עינת יקיר, כלת פרס ראש הממשלה לספרות וזוכת תחרות הסיפור הקצר של "הארץ". בעלת תואר MA לספרות עברית מטעם האוניברסיטה העברית, פרסמה חמישה ספרי פרוזה ושישה ספרי ילדים, עורכת ספרותית, מרצה ומנחת סדנאות כתיבה.

**מיקום:** מרכז קהילתי בני ברית, אייזיק חריף 23 תל אביב, ישנה חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן



# קוראים את העיר

סוג גמול:  
גמול ללא ציון. מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 107  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים  
בתל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 12/02/2025  
תאריך סיום: 28/05/2025



יום רביעי, 9 מפגשים + מפגש מקוון

## ת"א בקריאה מהממת - סופרים, מחזאים, אושיות תרבות ואלה שעשו את ת"א מה שהיא!

מסע מרתק החושף את הקשר הייחודי בין אתרי הנוף העירוני לדמויות הססגוניות שכתבו בתל-אביב ועל תל-אביב. סיפור חייהם של סופרים ומשוררים, יצירות סיפורת ושירה, רחובות ופינות עירוניות. כולם מתערבבים להכרות חדשה עם העיר ועם מה שהטביע חותם על התרבות העברית ועל ההווה הישראלית.

### בין הסיורים:

- \* סיור ביפו ושכונותיה מבעד לעיניו של ש"י עגנון הצעיר
- \* מבטו של הילד נחום גוטמן, צייר ובנו של הסופר ש. בן-ציון
- \* במלאת 100 שנה לעלייתו של ביאליק ו-90 שנה לפרישתו
- \* סיפורם של השוליים העירוניים שהצמיחו גיבורי תרבות כמו הזמרת עופרה חזה, הנגנים האחים אל-כווייתי וכמובן קבוצת הכדורגל בני יהודה.
- \* סיור בין רחוב אלנבי לדיזנגוף סנטר וכיכר דיזנגוף בעקבות יצירותיו וסיפור חייו של יעקב שבתאי.
- \* מסע לאורך סופו של הירקון בעקבות שירת נתן אלתרמן. בגן הבנים המנציח את חללי העיר במערכות ישראל ננסה להבין מהו מגש הכסף ומיהי אניית הנשק.
- \* ימי הזוהר התרבותיים של יפו בשנות השישים: ניזכר במועדון החמאם בליבו של השטח הגדול, ובקצב היווני שעלה ממועדון אריאנה ועוד...

**בהדרכת:** יוסי גולדברג - אוצר, מוזאולוג, מדריך ומורה דרך.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

סוג גמול:  
גמול עם ציון לאופק חדש  
ועוז לתמורה

מספר קורס 114 | בוקר בזום  
מספר קורס 114.01 | אחרי צהריים בזום  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

14 מפגשים בימי ה' בבוקר או ימי ב' אחה"צ



סוג קורס: חובה

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
114	זום	שני	09:30-11:00	4/11/24-10/2/25
114.01	זום	חמישי	17:00-18:30	7/11/24-13/2/25

מטיסים את האנגלית בקורס חווייתי המלמד את האנגלית באמצעות התמקדות בדיאלוגים שכיחים כאשר טסים לחו"ל.

הקורס מועבר באמצעות 14 מפגשי זום בני שעה וחצי + לימוד ותרגול א-סינכרוני באתר קורס מיוחד הזמין למשתלמים באופן חופשי במהלך תקופת הקורס.

במפגשי הזום נלמד ובעיקר נתרגל באמצעות משחקי תפקידים כיצד לדבר כאשר אנו מטיילים בחו"ל. המפגשים נועדו כדי לאפשר לכם לתרגל עם המורה ועם העמיתים לקבוצת הלימוד את היכולת לדבר אנגלית בשטף ובביטחון.

הלימוד הא-סינכרוני מבוסס על סרטוני אנימציה קצרים, סרטוני "טיק טוק" משעשעים ותרגולים מגוונים הכוללים תרגולים באמצעות מערכת AI חדשנית שתאפשר לכם להרחיב את אוצר המילים, ללמוד דיאלוגים בסיסיים ובעיקר לתרגל את הדיבור בסיטואציות שכיחות כאשר טסים לחו"ל. הלימוד המקדים של היחידות הא-סינכרוניות יאפשרו לכם לתרגל באופן קל ומיטבי במפגשי הזום. בטיסה הקרובה שלכם כבר תדברו אנגלית בשטף ובביטחון. בשדה התעופה, במלון, במסעדות ובחנויות השונות ועוד.

אנחנו כבר מוכנים להמראה, מחכים לכם! נתראה בקרוב בצ'ק אין.

**דרישות מקדימות לקורס:** יכולת בסיסית של קריאה באנגלית. הקורס מיועד למי שאינם יודעים או חוששים לנהל דיאלוגים בסיסיים כאשר יוצאים לטיול בחו"ל.



לרישום לחצו כאן



# מטיסים את האנגלית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לאופק חדש  
ועוז לתמורה

מספר קורס 114.02 | בוקר בזום  
מספר קורס 114.03 | אחרי צהרים בזום  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

14 מפגשים בימי ה' בבוקר או ימי ב' אחה"צ



סוג קורס: חובה

קוד הקורס	מיקום	יום	שעות	תאריכים
114.02	זום	שני	9:30-11:00	17/2/25-9/6/25
114.03	זום	חמישי	17:00-18:30	19/6/25-19/6/25

מטיסים את האנגלית בקורס חווייתי המלמד את האנגלית  
באמצעות התמקדות בדיאלוגים שכחים כאשר טסים לחו"ל.

הקורס מועבר באמצעות 14 מפגשי זום בני שעה וחצי + לימוד ותרגול א-סינכרוני  
באתר קורס מיוחד הזמין למשתלמים באופן חופשי במהלך תקופת הקורס.

במפגשי הזום נלמד ובעיקר נתרגל באמצעות משחקי תפקידים כיצד לדבר  
כאשר אנו מטיילים בחו"ל. המפגשים נועדו כדי לאפשר לכם לתרגל עם המורה  
ועם העמיתים לקבוצת הלימוד את היכולת לדבר אנגלית בשטף ובביטחון.

הלימוד הא-סינכרוני מבוסס על סרטוני אנימציה קצרים, סרטוני "טיק טוק" משעשעים  
ותרגולים מגוונים הכוללים תרגולים באמצעות מערכת AI חדשנית שתאפשר  
לכם להרחיב את אוצר המילים, ללמוד דיאלוגים בסיסיים ובעיקר לתרגל את הדיבור  
בסיטואציות שכיחות כאשר טסים לחו"ל. הלימוד המקדים של היחידות הא-סינכרוניות  
יאפשרו לכם לתרגל באופן קל ומיטבי במפגשי הזום.  
בטיסה הקרובה שלכם כבר תדברו אנגלית בשטף ובביטחון  
בשדה התעופה, במלון, במסעדות ובחנויות השונות ועוד.

אנחנו כבר מוכנים להמראה, מחכים לכם! נתראה בקרוב בצ'ק אין.

**דרישות מקדימות לקורס:** יכולת בסיסית של קריאה באנגלית.  
הקורס מיועד למי שאינם יודעים או חוששים לנהל דיאלוגים בסיסיים  
כאשר יוצאים לטיול בחו"ל.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 109  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים  
בתל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-16:00



תאריך תחילה: 13/02/2025  
תאריך סיום: 03/04/2025



יום חמישי, 7 מפגשים

## עיר של תרבות, אמנות ואדריכלות

שבעה סיורי השתלמות מרתקים בעיר תל אביב המתחקים אחר עמודי התווך של אדריכלות ותרבות העיר תל אביב. אתרי הסיור משלבים מוסדות תרבותיים כמו הקאמרי, בית האופרה והיכל התרבות, דרך ביקורים בגלריות עירוניות ועד לאמנות רחוב בסמטאות של שוק הפשפשים.

נכיר את המבנים הייחודיים בעיר ונלמד אודות המאפיינים האדריכליים שלהם. ניכנס אל מאחורי הקלעים של מוסדות תרבות ענפים: הקאמרי, בית האופרה, סוזאן דלאל, הבימה, היכל התרבות ועוד. נעשיר את הידע בפיסות היסטוריה עתיקות וחדשות, נתבונן בעיר דרך עיני האמנים השונים הפעילים בה, נפגוש אמנים ונבקר בגלריות שונות ברחבי העיר.

## בהנחיית מורי דרך מוסמכים מטעם מנהלת "עיר עולם" בתל אביב.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# אצא לי השוקה – סיורי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים בת"א

סוג גמול:

גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 111

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:



סיורים בתל אביב

סוג קורס:

חובה



שעות לימוד:

09:00-16:00



04/11/2024

03/02/2025

תאריך תחילה:

תאריך סיום:



יום שני, 7 מפגשים

נעמיק ונכיר את העיר תל אביב דרך נבירה בשכונות העיר, שווקיה ובאתרים מגוונים בעיר. שכונת התקווה, יפו, שדרות ירושלים, נחלת בנימין, שוק הכרמל, מתחם שרונה ושוק לוינסקי - אלו רק חלק מן האתרים אותם נבקר ועליהם נלמד בהשתלמות. תפקיים סקירה היסטורית של כל אזור והתפתחותו במהלך השנים, נקיים מפגשים אנושיים עם תושבי השכונות שיעשירו אותנו בסיפורים מחייהם בהווה ובעבר, נלמד על דמויות תרבותיות שחיו באזור והשאירו את חותמם באופן נצחי על העיר. נסייר גם בגלריות אמנות מקומיות, מפגשים עם אמנים, נתרשם מאמנות הרחוב בסמטאות פלורנטיין ונגיע עד נמל תל אביב החי והפועם.

## בין סיורי ההשתלמות:

- \* סיור טעימות שכונת התקווה + סיור בעקבות "הזמיר משכונת התקווה" עפרה חזה + פגישה עם תושב יליד השכונה
- \* סיור טעימות בשוק הפשפשים + סיור גלריות בשוק + סמטאות יפו העתיקה
- \* סיור בשכונת עג'מי ביפו ומפגש במרפסת תושבי השכונה
- \* סיור טעימות שד' ירושלים + סיור גלריות מתחם נגה
- \* סיורי אמנות רחוב נחלת בנימין + טעימות בשוק הכרמל + מתחם התחנה
- \* התחדשות אורבנית סביב פארק המסילה + שרונה המושבה הטמפלרית + טעימות בשרונה מרקט
- \* טעימות בשוק לוינסקי ואמנות רחוב בדרום העיר ועוד...

## בהנחיית מורי דרך מוסמכים מטעם מנהלת "עיר עולם" בתל אביב.

תוספת תשלום של 400 ש"ח למורים בשבתון עבור טעימות.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# אצא לי השוקה – סיורי שכונות, שווקים, תרבויות, אמנות ומפגשים אנושיים בת"א

סוג גמול:

גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 111.01

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:



סיורים בתל אביב

סוג קורס:

חובה



שעות לימוד:

09:00-16:00



25/02/2025

03/06/2025

תאריך תחילה:

תאריך סיום:



יום שלישי, 7 מפגשים

נעמיק ונכיר את העיר תל אביב דרך נבירה בשכונות העיר, שווקיה ובאתרים מגוונים בעיר. שכונת התקווה, יפו, שדרות ירושלים, נחלת בנימין, שוק הכרמל, מתחם שרונה ושוק לוינסקי - אלו רק חלק מן האתרים אותם נבקר ועליהם נלמד בהשתלמות. תתקיים סקירה היסטורית של כל אזור והתפתחותו במהלך השנים, נקיים מפגשים אנושיים עם תושבי השכונות שיעשירו אותנו בסיפורים מחייהם בהווה ובעבר, נלמד על דמויות תרבותיות שחיו באזור והשאירו את חותמם באופן נצחי על העיר. נסייר גם בגלריות אמנות מקומיות, מפגשים עם אמנים, נתרשם מאמנות הרחוב בסמטאות פלורנטין ונגיע עד נמל תל אביב החי והפועם.

## בין סיורי ההשתלמות:

- \* סיור טעימות שכונת התקווה + סיור בעקבות "הזמיר משכונת התקווה" עפרה חזה + פגישה עם תושב יליד השכונה
- \* סיור טעימות בשוק הפשפשים + סיור גלריות בשוק + סמטאות יפו העתיקה
- \* סיור בשכונת עג'מי ביפו ומפגש במרפסת תושבי השכונה
- \* סיור טעימות שד' ירושלים + סיור גלריות מתחם נגה
- \* סיורי אמנות רחוב נחלת בנימין + טעימות בשוק הכרמל + מתחם התחנה
- \* התחדשות אורבנית סביב פארק המסילה + שרונה המושבה הטמפלרית + טעימות בשרונה מרקט
- \* טעימות בשוק לוינסקי ואמנות רחוב בדרום העיר ועוד...

## בהנחיית מורי דרך מוסמכים מטעם מנהלת "עיר עולם" בתל אביב.

תוספת תשלום של 400 ש"ח למורים בשבתון עבור טעימות.



לרישום לחצו כאן

# קיצור תולדות המוזיקה המודרנית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 112  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 14/11/2024  
תאריך סיום: 13/02/2025



יום חמישי, 12 מפגשים

## מסע מוזיקלי עוצמתי וחוויתי דרך האמנים והלהקות שעיצבו את פני המוזיקה בת זמננו

האזנה מודרכת למוזיקה עם המוזיקאי דורון גיאת. מסע מרתק ומשנה חיים בשבילי המוזיקה המודרנית והעכשווית, מימי הבלוז, הרגטיים והגוספל, דרך הרוקנ'רול והסול, הרוק הכבד, הפאנק והפיוז'ן, ועד למוזיקה בת זמננו ולפופ הממוחשב של ימינו, והכל דרך האירועים ההיסטוריים, התנודות והשינויים בחברה, והתמורות הטכנולוגיות בתחומי התקשורת, ההקלטות והסאונד. לצד ההסברים החומר יועבר בהאזנה מודרכת למוזיקה. המפגשים יעסקו בשינויים בסאונד, בטכנולוגיות ההגברה וההקלטה, בתקשורת העולמית, בהשלכה של מצבים בינלאומיים על המוזיקה ובעוד רבדים, כאשר רוב הזמן בשיעור יהיה מוקדש להאזנה עצמה ולקליטה דרך החוויה הרגשית.

**הקורס יתקיים בחדר ה-Live Room באולפני ההקלטה של דורון גיאת ברחוב דיזנגוף 98 תל אביב. חדר אקוסטי מיוחד במינו עם סאונד משובח וכלי נגינה.**

**המרצה:** דורון גיאת - מוזיקאי, מפיק, מנחה טלוויזיה, מרצה ומתופף שנחשב לאוטוריטה בעולם המוזיקה והתופים בישראל. חוקר מוזיקה שחולש על ידע רחב ומקיף מאד. כיום דורון מופיע עם המופע שיצר 'הכי תוף שיש', מקליט תופים לאלבומים, מפיק אמנים ומקיים כיתות אמן. הפיק את סדרת הטלוויזיה 'ג'אזלוגיה' ובעבר ניגן בפרויקט הבינלאומי Project RnL, כולל שני קליפים ב-Youtube עם הקלידן האגדי Jordan Rudess.



לרישום לחצו כאן





סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 113  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ראשון לציון



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-12:45



תאריך תחילה: 13/11/2024  
תאריך סיום: 05/02/2025



יום רביעי, 12 מפגשים

בערבית אומרים: "ג'ארכ (א) לקריב ולא אח'וכ (א) לבעיד" – טוב שכן קרוב מאח רחוק.

מאז ראשית חזרתו של העם היהודי למזרח התיכון, לפני כ-150 שנה וביתר שאת לאחר הקמת המדינה, קיים הצורך להבין את השפה והתרבות של שכנינו ושותפינו הערבים במדינת ישראל. במסגרת הקורס הקצר המוצע להלן, נעשה את צעדינו הראשונים להתוודעות לשפה ככלי תקשורתי, תרבותי המאפשר לנו להבין ולדבר עם אזרחי ישראל הערבים ועם שאר 250 מיליון דוברי הערבית במרחב.

הקורס בן 12 מפגשים כל מפגש בן 3 שעות אק' לימוד פרונטלי בשעות 10:00-12:45 + 2 שעות אק' לימוד מקוון א-סינכרוני בתכנה של "שפה 1". הלומדים יקבלו יוזר פתוח ללומדה בשפה 1 שכולל 3 רמות לימוד, לחצי שנה: א. רמת מתחילים, ב. ממשיכים לדבר, ג. שיחות וסיפורים. היוזר יהיה פתוח לכל תלמיד על מנת שיתאפשר לו לתרגל גם במהלך השיעורים עצמם וגם בבית. לכל תלמיד יהיה קוד כניסה אישי.

**מנחה:** איל אופק, חי, נושם ומלמד ערבית כבר 40 שנה בכל מסגרת אפשרית ברחבי מדינת ישראל. ההתמחות בערבית מדוברת בלהג הפלסטיני הכלי באמצעותו מתקשרים ערביי ישראל, סוריה, לבנון, ירדן והפלסטינים שסביבנו. תואר ראשון בערבית וההיסטוריה של המזרח התיכון + תעודת הוראה במסגרת אוניברסיטת חיפה. ומאז ועד היום, כל עולמו סובב למעשה סביב השפה הערבית והחיים המשותפים שלנו עם שכנינו הערבים.

**מיקום:** מתנ"ס שיכוני המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ. ישנה חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן

# ערבית מדוברת - ככלי להבנת שכנינו ותרבותם

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 113.01  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-12:45



תאריך תחילה: 23/02/2025  
תאריך סיום: 08/06/2025



## יום ראשון, 12 מפגשים

בערבית אומרים: "ג'ארכ (א) לקריב ולא אח'וכ (א) לבעיד" – טוב שכן קרוב מאח רחוק.

מאז ראשית חזרתו של העם היהודי למזרח התיכון, לפני כ-150 שנה וביתר שאת לאחר הקמת המדינה, קיים הצורך להבין את השפה והתרבות של שכנינו ושותפינו הערבים במדינת ישראל. במסגרת הקורס הקצר המוצע להלן, נעשה את צעדינו הראשונים להתוודעות לשפה ככלי תקשורתי, תרבותי המאפשר לנו להבין ולדבר עם אזרחי ישראל הערבים ועם שאר 250 מיליון דוברי הערבית במרחב.

הקורס בן 12 מפגשים כל מפגש בן 3 שעות אק' לימוד פרונטלי בשעות 10:00-12:45 + 2 שעות אק' לימוד מקוון א-סינכרוני בתכנה של "שפה 1". הלומדים יקבלו יוזר פתוח ללומדה בשפה 1 שכולל 3 רמות לימוד, לחצי שנה: א. רמת מתחילים, ב. ממשיכים לדבר, ג. שיחות וסיפורים. היוזר יהיה פתוח לכל תלמיד על מנת שיתאפשר לו לתרגל גם במהלך השיעורים עצמם וגם בבית. לכל תלמיד יהיה קוד כניסה אישי.

**מנחה:** איל אופק, חי, נושם ומלמד ערבית כבר 40 שנה בכל מסגרת אפשרית ברחבי מדינת ישראל. ההתמחות בערבית מדוברת בלהג הפלסטיני הכלי באמצעות מתקשרים ערביי ישראל, סוריה, לבנון, ירדן והפלסטינים שסביבנו. תואר ראשון בערבית וההיסטוריה של המזרח התיכון + תעודת הוראה במסגרת אוניברסיטת חיפה. ומאז ועד היום, כל עולמו סובב למעשה סביב השפה הערבית והחיים המשותפים שלנו עם שכנינו הערבים.

**מיקום:** מרכז קהילתי בני ברית, אייזיק חריף 23 תל אביב, ישנה חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן

# כרמים יקבים ויינות

במסורת היהודית ובתרבות העכשווית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 140  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-16:00



תאריך תחילה: 03/12/2024  
תאריך סיום: 27/05/2025



יום שלישי, 7 מפגשים, כאחת לחודש

סיורים מרתקים אחרי תרבות הגפן והיין הכוללים ביקורים בכרמים, יקבים וטעימות. יין הוא מהמאפיינים המובהקים של האזור הגיאוגרפי בו אנו חיים. לא בכדי הוא מצא עצמו בלבן של תרבויות שונות במרחב. בקורס זה נתחקה אחר גלגוליו השונים בשלושת אלפים השנים האחרונות, דרך התבוננות בדרכי הייצור השונות, שימושיו והביטוי הניתן לו בתרבות. נסייר בעקבות יקבים, מישוריים וכרמים בניסיון לפענח את מקור הייחודיות שלו.

## בין נושאי ההשתלמות:

1. היכרות עם גידולי הגפן בחבלי הארץ השונים, הכרת בתי הגידול והזנים השונים של שבעת המינים וההבדל בין שבעת המינים לזמרת הארץ התנכית.
2. היכרות עם פסיפס אנושי מרתק של חקלאים, מומחים לזנים עתיקים, חוקרי מתקני יצור בנושא אדם ועמלו.
3. מפגשים עם מגוון של תרבויות ומנהגים של תושבי הארץ בני העדות והדתות השונים, פולחנים, חגים ועלייה לרגל לאורך עונות השנה. ועוד נושאים רבים ומגוונים.

**בהדרכת:** ברוך שמולביץ, מורה דרך מומחה בתחומו.

הגעה עצמית.

תוספת תשלום של 390 ש"ח למורים בשבתון עבור טעימות היין והסיורים ביקבים.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# אמנות הדיבור והשכנוע פרזנטציה מול קהל

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 123.4  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ראשון לציון



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
13:15-09:00



תאריך תחילה: 11/11/2025  
תאריך סיום: 03/02/2025



יום שני, 12 מפגשים

## קורס חובה לכל מורה!

לדבר מול קהל זו אמנות שניתן ללמוד ולשכלל. בקורס נכיר ונתנסה בכלים מעשיים להופעה מול קהל. נחוזה את משמעותם של כללי 'עשה ואל תעשה' כאשר רוצים להעביר תוכן ומסר ממוקדים ומשכנעים. נשפר את יכולותינו בהצגת תכנים מקצועיים ולימודיים, ניתנו טכניקות יעילות ליצירת תקשורת אפקטיבית בסביבתנו המקצועית והעסקית תוך כדי תרגול מעשי.

דגש על כל אחד משלושת המרכיבים העיקריים בהופעה מול קהל: מיומנות הופעה, שימוש בטקסט ושליטה בתוכן. בנוסף נלמד את תורת הפרזנטציה, סודות הכריזמה וכיצד להפגין אותה ופיתוח בטחון עצמי.

**מרצה:** ערן הדס - מנהל מקצועי בית הספר לטלוויזיה רשת ערוץ 2.

**מיקום:** מתנ"ס שיכוני המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ. ישנה חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן



# מפתחות למוסיקה קלאסית.

## בהנחיית ד"ר אסתרית בלצן ופרופ' משה זורמן

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 133  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-12:30



תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 12/02/2025



יום רביעי, 14 מפגשים

מפגש חוויתי באולם קונצרטים איכותי עם אמנות המוסיקה לכל רבדיה ותחומיה: תולדות המוסיקה, סגנונות ומושגי יסוד בעולם המוסיקה הקלאסית, הכוונה לתרבות האזנה והקשבה. היכרות עם ענקי המוסיקה של כל הזמנים: באך, הנדל, היידן, מוצרט, בטהובן, שוברט, שופן, שומאן, ברהמס, פגניני, צ'ייקובסקי, דביאסי, גרשווין, ועוד. כל ההרצאות כוללות הדגמות חיות בפסנתר בידי המרצים, בצד מבחר הקלטות אודיו ווידאו בהקרנה על מסך גדול באיכות סאונד מקצועית.

הקורס עוקב גם אחר עונת הקונצרטים והאופרה תשפ"ה, מעודד ומכין את המשתלמים להאזנה ליצירות המופת המנוגנות בקונצרטים בפילהרמונית, ולצפייה באופרות המוצגות בעונה, תוך מודעות לתהליך היצירה - מן התיאוריה אל המעשה ואל הביצוע החי.

במסגרת ההרצאות מתארחים יוצרים, אמנים, במאים, מנצחים ונגנים הלוקחים חלק בהפקות המרכזיות בעונת הקונצרטים, וזאת בכדי להכשיר את המורה ותלמידיו להיות צרכן תרבות משכיל ומעורב בחיי המוסיקה בארץ.

**בהנחיית: ד"ר אסתרית בלצן** - פסנתרנית ידועה וחוקרת מוזיקה בתחום מוזיקה קלאסית ופרופ' משה זורמן - מלחין, מנצח, מוזיקאי, מוזיקולוג, מעבד ומרצה בכיר באקדמיה.

**מיקום:** מרכז ענב לתרבות, רח' אבן גבירול 71, על גג גן העיר בתל אביב.



לרישום לחצו כאן



# מיתוס ואגדה במוסיקה

## בהנחיית ד"ר אסתרית בלצן ופרופ' משה זורמן

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 134  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
תל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-12:30



12/03/2025  
25/06/2025

תאריך תחילה:  
תאריך סיום:



יום רביעי, 14 מפגשים

מפגש חוויתי באולם קונצרטים איכותי עם המוסיקה הקלאסית הרומנטית והמודרנית, מן המאה ה-19 ועד למאה ה-21.

יודגשו יצירות שנושאן מיתוס ובאגדה, תוך יצירת קשרים והקשרים במערכת גומלין בין הספרות, המחול והבאלט, התיאטרון, הקולנוע, והטלוויזיה – לבין המוסיקה ביצירות צ'ייקובסקי, סטרווינסקי, פרוקופייב, ראוול, גרשווין וענקי הזמר העברי. מאגדות הילדות של האחים גרים לשירים של שוברט, מהיפהפייה הנרדמת לבאלטים הגדולים של צ'ייקובסקי ופרוקופייב, מהחומה לשירי הרוק והמחאה, מבשורת המולטי-מדיה ועד דמותם גיבורי על במיתוסים על בריאת העולם ובמלחמת הכוחות בו, מהאופרות של וורדי וואגנר ועד הארי פוטר ושר הטבעות. הקורס עוקב גם אחר עונת הקונצרטים והאופרה תשפ"ה, מעודד ומכין את המשתלמים להאזנה ליצירות המופת המנוגנות בקונצרטים בפילהרמונית ולצפייה באופרות המוצגות בעונה. במסגרת ההרצאות מתארחים יוצרים, אמנים, במאים, מנצחים ונגנים הלוקחים חלק בהפקות המרכזיות בעונת הקונצרטים, וזאת בכדי להכשיר את המורה ותלמידיו להיות צרכן תרבות משכיל ומעורב בחיי המוסיקה בארץ.

הקורס עומד ברשות עצמו, ומהווה גם הרחבה והמשך של קורס 133 מפתחות למוסיקה קלאסית.

**בהנחיית: ד"ר אסתרית בלצן** - פסנתרנית ידועה וחוקרת מוזיקה בתחום מוזיקה קלאסית ופרופ' משה זורמן: מלחין, מנצח, מוזיקאי, מוזיקולוג, מעבד ומרצה בכיר באקדמיה. **מיקום:** מרכז ענב לתרבות, רח' אבן גבירול 71, על גג גן העיר בתל אביב.



לרישום לחצו כאן



# אינטליגנציה רגשית - NLP

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזר לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 135  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ראשון לציון



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 23/02/2025  
תאריך סיום: 08/06/2025



יום ראשון, 12 מפגשים

NLP הם ראשי תיבות של Neuro (נוירולוגיה), Linguistic (שפתי), Programming (תכנות). שיטת ה-NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי ההתנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. למידה ואימון במטרה לשנות חוויות פנימיות, רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות. כל זאת על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמה. ה-N.L.P. נותן כלים מגוונים ושימושיים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל. זוהי גישה ושפה שמלמדת אותנו כיצד לנהל את המחשבות והרגשות שלנו וכיצד להשפיע על עצמנו ועל סביבתנו. מסייע גם לפיתוח ערוצי תקשורת והטמעת מוטיבציה בתהליך החינוכי.

מרצה מומחה מצוות אנגרמה אימון והדרכה.

**מיקום:** מתנ"ס שיכונני המזרח, שד' יעקב 50 ראשל"צ. ישנה חנייה זמינה.



לרישום לחצו כאן



# ללכת כי כולם הולכים - סיורים בשביל ישראל

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 141  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים  
בשביל ישראל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
24:00-17:00



תאריך תחילה: 26/11/2024  
תאריך סיום: 22/04/2025



יום שלישי, 7 מפגשים כאחת לחודש

## חווייה רב חושית של חיבור לנופי הארץ ומורשתה

צא לפגוש את הארץ דרך הרגלים, להכיר את העונות המתחלפות בנופי הארץ, להבין חיבור בין אדם לאדמה בחוויה של כל החושים שהליכה בטבע יכולה להעניק. נסייר בכל מפגש בין 10 ל 12 ק"מ במסלולים לאוהבי לכת במקטע אחר של שביל ישראל. ההשתלמות מציעה דרכים להתבוננות בנוף הארץ בחיבור למגוון עשיר של טקסטים מן המיתולוגיה, ספרות, שירה, סיפורי מסעות וכמובן גם תנ"ך ומורשת ישראל. דרך השתתפות בקורס יחזקו המורים זיקה למקום ויקבלו כלים להעשיר את תלמידיהם בחוויה הוליסטית של אומנות הטיול הרגלי. נלמד לעורר סקרנות אצל התלמידים להבנת הטבע, החי והצומח בעזרת שוטטות במרחב הפתוח והתבוננות תוך כדי התנסות פיזית של שימור צמחי בר. ההשתלמות מיועדת לאוהבי לכת.

**בהדרכת:** ברוך שמולביץ, מורה דרך מומחה בתחומו.

ברוב הסיורים תצא הסעה תצא מתחנת רכבת סבידור מרכז (ארלוזורוב) בת"א. תכנית מפורטת של מסלולי הקורס תועבר למשתלמים סמוך לפתיחת מועד ההשתלמות.

תאריכי ההשתלמות אינם מתנגשים עם תאריכי השתלמות 140 "כרמים, יקבים ויינות במסורת היהודית ובתרבות העכשווית".

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן





# תנו לנו יד ונלך - מהשכונה הראשונה בחולות ת"א ועד ל"עיר ללא הפסקה"

סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 147  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיוורים  
בתל אביב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-24:00



תאריך תחילה: 29/06/2025  
תאריך סיום: 04/07/2025



שבוע מרוכז, סיוורים בתל אביב בשעות אחה"צ-ערב

## שבוע מרוכז בקיץ בשעות אחה"צ

שבוע מרוכז בו נסייר נשוטט, נשמע קולות, שירים ומוזיקה ונחווה את הכרך הצבעוני והמגוון ביותר של ישראל. נתחיל מיפו ההיסטורית, ועד יפו העכשווית, עיר קוסמופוליטית וצבעונית, שלוש הדתות, ג'נטריפיקציה, אזור שוק הפשפשים המתפתח ועוד. נמשיך לשכונות נווה צדק, ופארק המסילה החדש, המשלב היסטוריה וכן עתיד תחבורתי מלא תקווה. נדבר על השכונה הקמה מהחולות, התרבות הישראלית החדשה שהתהוותה, והחינוך העברי היחודי בגימנסיה הרצליה. נדבר על סגנונות בניה שונים, על אומנות רחוב, השווקים, ועל שכונת נחלת בנימין. נבקר ונעלה את הטמפלרים והתרומה שלהם למרחב העירוני. נהיה בנמל התל אביבי הראשון, נלך בעקבות גיבורי תרבות כמו אלתרמן, תרצה אתר, אריק איינשטיין, יפה ירקוני, נעמי שמר, אהובה עוזרי, דקלון, ונלמד על תל אביב שלכל אחד מהם.

**מרצה:** יפעת אביצדק קלפה - מורת דרך, בעלת תואר שני בלימודי ארץ-ישראל. ימים א'-ה' בשעות 17:00 עד 24:00 יום ו' 8:30 – 13:30 + מפגש א-סינכרוני. כל יום נפגשים בנקודה אחרת בהתאם לנושא הסיוור.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיוור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיוור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 170  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
מגוון  
מועדונים במרכז הארץ



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



### בכל שעות וימי פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון.

נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

לאורך כל התקופה יש לבחור מועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר.

מועדוני הולמס פלייס בערים: תל אביב, גבעתיים, רמת גן, רחובות, ראשון לציון, נס ציונה וקרית אוננו.

אייקון פיטנס בערים: חולון, תל אביב, ראל"צ, בת ים ויהוד.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן

# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 170.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
מגוון  
מועדונים במרכז הארץ



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



### בכל שעות וימי פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיתוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון.

נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

לאורך כל התקופה יש לבחור מועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר.

מועדוני הולמס פלייס בערים: תל אביב, גבעתיים, רמת גן, רחובות, ראשון לציון, נס ציונה וקרית אונו.

אייקון פיטנס בערים: חולון, תל אביב, ראל"צ, בת ים ויהוד.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# סיפורי ערים

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 143  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים  
בערי המרכז



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-16:00



תאריך תחילה: 06/07/2024  
תאריך סיום: 11/07/2025



שבוע מרוכז, 6 מפגשים בימי א-ו

## שבוע מרוכז בקיץ

לכל עיר בארץ ובעולם יש סיפור היסטורי.  
לפעמים סיפור שהוא אמת היסטורית ופעמים אחרות סיפור שנולד מתוך אגדות.

בקורס זה נבקר בערים שונות במרכז הארץ ונכיר את סיפורן ההיסטורי אבל גם את  
האגדות והחלומות מהן התחילו כל המעשים.

נכיר את סיפורן ההיסטורי של ערים שונות, סיפור רכישת הקרקע ובנייתן הפיזית, נחוה  
את הפסיפס האנושי של המשפחות המייסדות, של חולמים וחלוצים בנוף האורבני של  
ארץ ישראל, ניפגש עם אנשים, מתכננים, אומנים ומחנכים שילוו בסיפורם האישי את  
סיפור הערים שלהם.

נבקר בערים: רמת גן, תל אביב, כפר סבא, רחובות, חולון וירושלים.

**בהדרכת:** ברוך שמולביץ, מורה דרך מומחה בתחומו.

## הגעה עצמית.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל.  
הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# "אם יש לך שמש בליבך" - בוא לאילת

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 622.4 622.3 622.2 622  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אילת



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-18:00



תאריך תחילה: 23/03/2025  
תאריך סיום: 28/03/2025



## ימים ראשון - שלישי + 3 ימים מקוונים

הכרת אילת בין ים למדבר - כעיר תיירות מגוונת המובילה בישראל. נושאי לימוד: ביקור בגן הבוטני, פארק הצפרות, סיור ג'יפים בהרי אילת והסביבה, הרצאות מרתקות בערב במלון על אילת ונושאי העשרה נוספים מטובי המרצים, קיבוץ אילות בנושא חקלאות מדברית כולל ארוחת צהריים, שייט בים סוף כולל תצפית מקרקעית הזכוכית לשונית האלמוגים. ההשתלמות תתקיים במלון יו מג'יק פאלאס. ההגעה הינה בטיסה בלבד או עצמאית לדרומיים ישירות לתחילת ההשתלמות בהסעה המאורגנת באילת!

**מטלות:** נוכחות פעילה - חובה להשתתף בסיורים המאורגנים, הרצאות ופעילויות וכן הימים המקוונים לאישור 56 לגמול ולקרן.

**מקום:** הקורס בנוי מ- 3 ימים ו- 2 לילות עם לינה במלון באילת בתאריכים 23-25/3/25 + 3 ימי עיון מקוונים לאחר ימי הסיור בתאריכים 26-28/3/25. הערות: עקב אופיו המיוחד של הקורס, הטיסות, האירוח וריבוי האתרים, מורה בשבתון המשתלם בקורס זה יידרש להוסיף 500 ש"ח במועד ההרשמה. התוכנית נתונה לשינויים לפי זמינות האתרים. ההסעה הצמודה לביקורים באתרים השונים באילת הינה חלק מההשתלמות. מייל מסודר ומפורט יישלח למשתלמים קרוב למועד היציאה. הלינה הינה בזוגות בלבד. ניתן לצרף בני זוג בתשלום לקורס כולו בלבד. השיבוץ לחדרים זוגיים מעבר לכך, יהיה לפי החלטת ארגון המורים. מורים שיבחרו ללון עם מורים עמיתים מתוך הכרות, יוכלו לעשות זאת. **מדריך ומרכז סמינר ההשתלמות:** תמיר בן עמי.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# פטה מורגנה בים המלח - נפש בריאה בנווה מדברי

סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 143  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ים המלח



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-18:00



תאריך תחילה: 16/02/2025  
תאריך סיום: 21/02/2025



## שלושה ימי סמינר ושלושה ימים מקוונים

הכרת אזור ים המלח בהיבטים: ארכיאולוגיה, עדות ודתות, התיישבות וציונות.  
**גולת הכותרת:** ים המלח כתיירות ספא ומרפא לאומית ובינלאומית. עתידו של ים המלח בתיירות ובתעשייה לאור השינויים החלים בו.  
יתקיימו 3 ימים מרוכזים ומפנקים במלון דניאל ים המלח בתאריכים: 16-18/2/25 וכן 3 ימים מקוונים בתאריכים: 19-21/2/25.  
יתקיימו סיורים בירושלים בבית הכנסת הייחודי בעולם ומערות קומראן, סיור במוזיאון ים המלח ובגן לאומי מצדה כולל עליה ברכבל ומוזיאון יגאל ידין. סדנת בריאות, מרכז המבקרים החדש של ים המלח ע"ש נובומייסקי.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מקום:** אירוח במלון דניאל ים המלח בחצי פנסיון עם גישה פרטית לחוף (מכונה היום מלון ENJOY).

**מדריך:** תמיר בן עמי.

**הערות:** הסעה מאורגנת בלבד תצא מתל אביב סבידור מרכז לכיוון ים המלח. בחזרה, ולאחר הפסקה בערד, יהיה גם פיזור לדרומיים.  
הערות: ההסעה הצמודה לאתרים השונים הינה חלק מההשתלמות בים המלח ואין להגיע עצמאית. ייתכנו שינויים בתוכנית הסיורים. מייל מסודר ומפורט יישלח למשתתפים קרוב למועד היציאה. ההשתלמות מורכבת מ-3 ימי סיורים ו-3 ימים עם מפגשים מקוונים - חובת נוכחות על כל הימים. הלינה הינה בזוגות בלבד.  
ניתן לצרף בני זוג בתשלום לקורס כולו בלבד.  
השיבוץ לחדרים זוגיים מעבר לכך, יהיה לפי החלטת ארגון המורים.  
מורים שיבחרו ללון עם מורים עמיתים מתוך הכרות, יוכלו לעשות זאת בתיאום עם המשרד.  
עקב אופיו המיוחד של הקורס, האירוח והביקור האתרים, מורה בשבתון המשתלם בקורס זה יידרש להוסיף על החזר הקרן 500 ש"ח.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל.  
הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



# אזור אשדוד והדרום



## פרטי יצירת קשר:

**אורית בקרמן** רכזת השתלמויות אשדוד דרום

דוא"ל: [oritB@igm.org.il](mailto:oritB@igm.org.il)

טלפון: 08-9577804

**מרים בריח** מזכירת השתלמויות אשדוד דרום

דוא"ל: [MiriamB@igm.org.il](mailto:MiriamB@igm.org.il)

טלפון: 08-9577809

# מערכת שעות אשדוד והדרום



סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
תזונה תנועה ותודעה קורס 436 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>אשדוד</b>	מאסטר NLP קורס 458 <b>חובה</b> <b>שנתי</b> 08:45-14:30 <b>אשדוד</b>	סטיילינג טיפולי קורס 441 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>אשדוד</b>	הום סטיילינג קורס 435 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>אשדוד</b>	לומדים לחיך כל יום מחדש-לימודי תעודה קורס 431 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>אשדוד חדש</b>
אימפרוביזציה במחול ותנועה ככלי לתרגול יחסים בין אישיים קורס 440 <b>חובה</b> 14:00-17:15 <b>רחובות חדש</b>	פסיפס קורס 450 <b>רשות</b> 09:00-13:15 <b>אשקלון</b>	בוקר של סרטים קורס 456 <b>חובה</b> 09:45-14:00 סינמה סיטי אשדוד	פסיכולוגיה חיובית קורס 439 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>יבנה חדש</b>	
	הדרכת הורים- למורים קורס 430 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>בזום חדש</b>		יוגה בראי החינוך קורס 432.10 <b>חובה</b> 09:00-13:15 <b>רחובות חדש</b>	
			לימודי קונדיטוריה קורס 445 <b>רשות</b> 9:00-14:00 4 שף סטאר סנטר <b>אשדוד</b>	
			צורפות קורס 449 <b>רשות</b> 9:00-12:15	
השתלמויות אחר הצהריים				
	להבין את הכסף - פיננסים ושוק ההון בחינוך ובחיים <b>חובה</b> קורס 460.10 15:30-19:45 <b>בזום חדש</b>	להבין את הכסף - פיננסים ושוק ההון בחינוך ובחיים <b>חובה</b> קורס 460 15:30-19:45 <b>אשדוד חדש</b>	מיינדפולנס-מודעות קשובה קורס 438 <b>חובה</b> <b>בזום</b>	פרקטישיונר NLP שנתי קורס 458.10 לימודי תעודה <b>חובה</b> 15:30-20:30 <b>בזום</b>
פילאטיס קורס 455 <b>רשות</b> 18:00-19:30 <b>אשקלון</b>	פילאטיס קורס 455 <b>רשות</b> 18:00-19:30 <b>אשקלון</b>	כשכושר ואושר נפגשים באייקון פיטנס קורס 448 <b>רשות</b> 16:00-19:15	מאסטר NLP קורס 458.10 לימודי תעודה <b>חובה</b> <b>שנתי בזום</b> 15:30-20:45	פילאטיס קורס 455 <b>רשות</b> 18:00-19:30 <b>אשקלון</b>
פילאטיס מכשירים <b>רשות</b> קורס 457 <b>אשדוד</b> <b>חדש</b>	פילאטיס מכשירים <b>רשות</b> קורס 457 <b>אשדוד חדש</b>	פילאטיס מכשירים <b>רשות</b> קורס 457 <b>אשדוד</b> <b>חדש</b>	פילאטיס מכשירים <b>רשות</b> קורס 457 <b>אשדוד</b> <b>חדש</b>	פילאטיס מכשירים <b>רשות</b> קורס 457 <b>אשדוד</b> <b>חדש</b>



להרשמה:





ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>עיצוב גראפי באמצעות קנבה CANVA</p> <p>קורס 433</p> <p>חובה</p> <p>היברדי</p> <p>חדש</p> <p>09:00-13:15</p> <p>אשדוד</p>	<p>NLP מאסטר</p> <p>קורס 458</p> <p>לימודי תעודה חובה</p> <p>שנתי</p> <p>15:30-20:45</p> <p>אשדוד</p>	<p>מדיטציה, התבוננות והקשבה - להרפות לנשום להתקרב.</p> <p>מיינדפולנס -</p> <p>קורס 437</p> <p>חובה</p> <p>09:00-13:15</p> <p>אשדוד</p>	<p>יוגה בראי החינוך</p> <p>קורס 432</p> <p>חובה</p> <p>09:00-13:15</p> <p>אשדוד</p>	
<p>בישול מעולם אחר</p> <p>קורס 451</p> <p>רשות</p> <p>09:00-14:00</p> <p>4 שף</p> <p>סטאר סנטר אשדוד</p>	<p>חווייה בזכוכית</p> <p>קורס 446</p> <p>רשות</p> <p>09:30-13:00</p> <p>גדרה</p>		<p>צורפות ב'</p> <p>קורס 449.10</p> <p>רשות</p> <p>09:00-12:15</p> <p>גדרה</p>	
<p>למדי למקסם את יופיך</p> <p>קורס 447</p> <p>רשות</p> <p>09:00-13:00</p> <p>בית ספר למקצועות היופי-ריות אסף</p> <p>אשדוד</p>	<p>פסיפס ב'</p> <p>קורס 450.10</p> <p>רשות</p> <p>09:00-13:00</p> <p>אשקלון</p>		<p>לימודי קונדיטוריה</p> <p>קורס 445.10</p> <p>רשות</p> <p>9:00-14:00</p> <p>4 שף</p> <p>סטאר סנטר</p> <p>אשדוד</p>	
השתלמויות אחר הצהריים				
		<p>רקדי את נפשך</p> <p>קורס 452</p> <p>חובה</p> <p>13:45-17:00</p> <p>אשדוד</p>	<p>צילום דיגיטלי ועיבוד תמונה בפוטושופ</p> <p>היברדי</p> <p>קורס 434</p> <p>חובה</p> <p>15:30-19:45</p> <p>אשדוד</p>	<p>פרקטישיונר NLP</p> <p>שנתי</p> <p>קורס 458.10</p> <p>לימודי תעודה חובה</p> <p>15:30-20:30</p> <p>בזום</p>
	<p>פילאטיס</p> <p>קורס 455.10</p> <p>18:00-19:30</p> <p>אשקלון רשות</p>	<p>כשנושר ואושר</p> <p>נפגשים באייקון פיטנס</p> <p>רשות</p> <p>קורס 448.10</p> <p>16:00-19:15</p> <p>אייקון פיטנס אשדוד ואשקלון</p>		<p>פילאטיס</p> <p>קורס 455.10</p> <p>18:00-19:30</p> <p>אשקלון רשות</p>
<p>פילאטיס מכשירים</p> <p>רשות</p> <p>קורס 457</p> <p>אשדוד</p> <p>חדש</p>	<p>פילאטיס מכשירים</p> <p>רשות</p> <p>קורס 457</p> <p>אשדוד</p> <p>חדש</p>	<p>פילאטיס מכשירים</p> <p>רשות</p> <p>קורס 457</p> <p>אשדוד</p> <p>חדש</p>	<p>פילאטיס מכשירים</p> <p>רשות</p> <p>קורס 457</p> <p>אשדוד</p> <p>חדש</p>	<p>פילאטיס מכשירים</p> <p>רשות</p> <p>קורס 457</p> <p>אשדוד</p> <p>חדש</p>



לרישום לחצו כאן

# מערכת שעות אשדוד והדרום



## קורסי סיור מרוכזים

קורס 444 | נמל הבית סיורים בין שתי ערים  
השתלמות מרוכזת 6 סיורים + יום מקוון 08:00 - 18:00

קורס 454 | מטיילים ומצלמים בסמארטפון  
בימי חמישי 12 סיורים + 2 ימים מקוונים 08:00 - 17:30  
29/05/2025 - 06/02/2025

קורס 443 | סיורי תרבות עדות וטעמים-סיורים קולינריים בשווקים  
סמסטר א' 5/11/24 - 24/12/24 בימי ג' 7 סיורים ברחבי הארץ 08:00-17:00

קורס 443.10 | סיורי תרבות עדות וטעמים-סיורים קולינריים בשווקים  
סמסטר ב' 12/2/25-2/4/25 בימי ד' 7 סיורים ברחבי הארץ 08:00-17:00

קורס 414 | "בתחנה בבאר שבע עמד קטר" חופשת הקיץ  
04/07/2025 - 29/06/2025

קורס 416 | תמיד אישה - חזקה מהרוח חופשת טרום פסח  
03/04/2025-10/04/2025

## סמינרים עם לינה

קורס 413 | כוכבים בשמי המדבר סביבה יצירה ורוח בהר הנגב  
מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25  
מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.  
הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.

קורס 622 | אם יש לך שמש בליבך בוא לאילת 23/3-28/3/25  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלוך וחזור

קורס 415 | פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי  
16/2/25-21/2/25, 3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,  
ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

# לומדים לחייך כל יום - מנחי יוגה צחוק

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 431  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 10/11/2024  
תאריך סיום: 02/02/2025



## יום ראשון, 12 מפגשים

הקורס מקנה כלים להכשרת מנחים לסדנאות צחוק בשיטת יוגה צחוק.

**נושאי הלימוד:** המסע בעקבות הצחוק, השמחה וההומור וכיצד הם משתלבים בחיים. יתרונות הצחוק מבחינה בריאותית, נפשית, וחברתית - מחקרים ועובדות. קבלת כלים ומערכי שיעור מלווים בתנועה, משחק וצחוק לשיפור אנרגיית הלמידה וכמונע שחיקה. הצחוק כמקור לריפוי רגשי ונפשי. מיקוד שמחה והבנת המודעות, הבנת האיזון שבין קבלה עצמית והצלחה, הקשבה עצמית ושינוי חשיבה. הזכות להכיר את עצמי ממקום מחוייך יותר, משחקי היכרות וחשיפה לשיטת מבוא יוגה צחוק- מה ההבדל בין הומור, צחוק ושמחה. מיפוי מצבי שמחה בחיינו, הסטוריה של הצחוק, מה בין הומור. הצלחה, יצירתיות וגמישות, משחקים מעוררי צחוק לשינוי אקלים חברתי ואישי. לימוד תרגילי צחוק, לימוד יוגה צחוק להנחייה ופרזנטציות אישיות הלכה למעשה, פעילות צוחקת בקבוצות מגוונות.

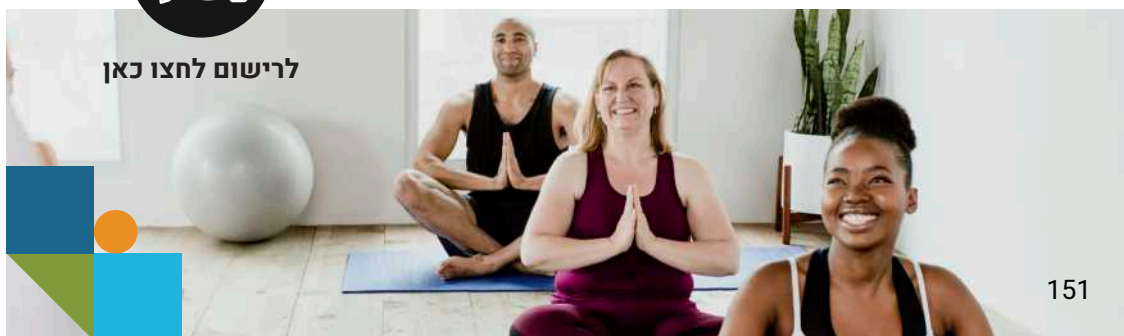
**מטלות:** נוכחות ומטלת סיום מסכמת. בסיום ההשתלמות לאחר עמידה בכל המטלות תוענק תעודת מנחה יוגה צחוק.

**מנחה:** שיפרה ארוס מומחית בינלאומית בהנחייה לשיטת יוגה צחוק.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות ארגון המורים האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 432.10  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
רחובות



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 27/01/2025



### יום שני, 12 מפגשים

המורה ילמד בקורס את עקרונות היוגה באוריינטציה לעבודה החינוכית.  
דרך היוגה נלמד את אופן פעולת ההכרה שלנו ואיך לכוון אותה לאיכות חיים  
טובה יותר, להתמודדות מול הקשיים.  
לדוגמא: חוסן נפשי, יציבה טובה, שחרור הגוף מכאבים שונים והרפייה. היוגה פונה  
לרבדים שונים באדם ולכל מורה יש יכולת השפעה מיטיבה על תלמידיו.  
נלמד טכניקות מתחום היוגה ונוכל להעבירם לחיינו האישיים ולעבודתנו. כמו כן  
נחזק את חוכמת הגוף הטבעית.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** עידית קורן מורה מדופלמת ליוגה.

**מיקום:** סטודיו "תמרה" ברחובות..



לרישום לחצו כאן



# יוגה בראי החינוך

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 432  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 10/02/2024  
תאריך סיום: 12/05/2025



יום שני, 12 מפגשים

המורה ילמד בקורס את עקרונות היוגה באוריינטציה לעבודה החינוכית. דרך היוגה נלמד את אופן פעולת ההכרה שלנו ואיך לכוון אותה לאיכות חיים טובה יותר, להתמודדות מול הקשיים. לדוגמא: חוסן נפשי, יציבה טובה, שחרור הגוף מכאבים שונים והרפייה. היוגה פונה לרבדים שונים באדם ולכל מורה יש יכולת השפעה מיטיבה על תלמידיו. נלמד טכניקות מתחום היוגה ונוכל להעבירם לחיינו האישיים ולעבודתנו. כמו כן נחזק את חוכמת הגוף הטבעית..

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** עידית קורן מורה מדופלמת ליוגה.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות בארגון המורים ברחוב האורגים 11 אשדוד..



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 433  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 05/06/2025



### יום חמישי, 12 מפגשים

הקורס היברידי המשלב מפגשים פרונטלים עם מפגשים מקוונים רכישת יידע והכרת מושגי יסוד בגרפיקה ועיצוב, הקניית כלים וכללים לעיצוב והפקה של חומרי למידה, הגברת השימוש בכלי המחשורת ויזואליות ויישומי תוכן במערכי הלימוד, הגמשת היכולת וביטול התלות ליצירה עצמית של תוצרי ועזרי הוראה. עיצוב גרפי באמצעות קנבה מיועד למורים שרוצים להעשיר את השיעור ליצור עיצובים מתקדמים ומרהיבים בקלות, לעורר עניין עבורם ועבור התלמידים. קנבה הינה יישום ענן לעיצוב ועריכת מדיה הזמין לשימוש באינטרנט או כיישומון בסלולר. באמצעות הקנבה נעצב בקלות מסמכים, מצגות, תמונות, סרטונים ועוד. בכך נהפוך את תוצרי ההוראה וחומרי ההוראה למרהיבים מושכי קשב ומסייעי למידה.

**מטלות:** נוכחות ומטלת סיום.

**מנחה:** מומחה ממכללת דע תבית.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות ארגון המורים ברחוב האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# צילום דיגיטלי ועיבוד תמונה בפוטושופ

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 434  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
19:45-15:30



תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 19/05/2025



יום שני, 12 מפגשים

הקורס היברידי המשלב מפגשים פרונטליים עם מפגשים מקוונים.

**מטרות:** בעולם הדיגיטלי בו אנו חיים, תמונות הינן חלק בלתי נפרד מחיינו והפכו לא מכבר לתרבות השיח החדשה. לימוד עקרונות הצילום בשילוב עם יכולת עריכה ועיבוד בתוכנת הפוטושופ ובתוכנות נוספות, יקנו למשתלם שליטה בצילום, בתיעוד, בהפקה וביצירה של חומרי הוראה, עזרי הוראה וכמובן לשימוש האישי של המשתלם.

**נושאי הלימוד:** רכישת ידע והכרת מושגים בעולם הצילום הדיגיטלי, הגרפיקה והעיצוב. הקניית יכולות לצילום נכון מדויק ומותאם למושאי צילום שונים בתנאים שונים. הקניית יכולת לעיצוב, עיבוד למדיה דיגיטלית ומודפסת (אופסט).

הקניית אוריינטציה דיגיטלית.

הקניית כלים להפקת תוצרי הוראה מודפסים ודיגיטליים.  
הגמשת היכולת וביטול התלות ליצירה עצמית של תוצרי ועזרי הוראה.  
יצירת עיבוד ותיקון של עיצובים, תמונות ופרסומים.

**מטלות:** נוכחות והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** מרצים ממכללת דע תביט.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות ארגון המורים, רחוב האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# הום סטיילינג - עיצוב פנים חללי לימוד ומגורים

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 435  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 18/11/2024  
תאריך סיום: 03/02/2025



יום שני, 11 מפגשים

רכישת יידע והכרת מושגי יסוד בגרפיקה ועיצוב, הקניית כלים וכללים לעיצוב הקורס מהווה אשנב לעולם העיצוב ובה בעת ישדרג את סביבתנו.

בקורס נלמד את יסודות העיצוב, מושגי עיצוב, תפקיד הצבעים, התאמת צבעים, היכרות עם חומרים וטרנדים בעולם העיצוב ושימוש בתוכנה לעיצוב מרעיון ויז'ואל לתוכנית עבודה.

**מטלות הקורס:** נוכחות סדירה.

**מנחה:** מומחית בעיצוב ממכללת דע תביט.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות רחוב האורגים 11 באשדוד..



לרישום לחצו כאן





# חינוך לבריאות - תזונה תנועה ותודעה

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 436  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 14/11/2024  
תאריך סיום: 30/01/2025



## ימי חמישי 11 מפגשים

ההשתלמות מאפשרת למשתלמים מסע מרתק בעולם התזונה, תנועה ותודעה, חוויה מעצימה של גוף ונפש. ההשתלמות תספק יידע עיוני וארגז כלים גדול ויעיל על מנת להתמיד באורח חיים בריא. בסיום כל מפגש כחלק מהקניית כלים לאורח חיים בריא, יתקיימו תרגילי תנועה ונשימה להפגת לחץ ושחיקה.

**מטלות:** נוכחות סדירה.

**מנחה:** גינת בן חמו - M.A ביעוץ ארגוני. מטפלת באכילה רגשית.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות בארגון המורים רחוב האורגים 11 אשדוד.



ליישום לחצו כאן



# להרפות לנשום להתקרב- מדיטציה התבוננות והקשבה

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 437

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 11/02/2025  
תאריך סיום: 13/05/2025



## יום שלישי 12 מפגשים

הקורס מהווה חשיפה והיכרות מחודשת עם האני האותנטי שבי, כמכלול של גוף, מחשבה ורגש. מטרת ההשתלמות היא להקנות כלים יישומיים להעשרת החיים האישיים, חברתיים, המשפחתיים והמקצועיים. נכיר שפה המאופיינת בזיהוי תחושות הגוף, המחשבות והרגשות. נשים לב להרגלים המותנים שלנו, נתיידד עם הנשימה הטבעית ונרפה מדפוסי שליטה וכן נתייחס בסקרנות לתהליכים פנימיים. נלמד להתבונן ולקבל את ההווה מבלי לבקר את עצמנו, להגיב לחוויות הנקלטות בחושים, נרכוש כלים וטכניקות להפחתת לחצים, הרגעה ומדיטציה בחיים.

**נושאי הלימוד:** גוף, נפש וגישות בפסיכותרפיה, תפיסה, דימוי והערכה עצמית, מודעות, תודעה ומה שביניהן, טכניקת כיווץ, הרפייה ושחרור, מדפוסים אוטומטיים לניהול ובחירה כדרך חיים, השפעות המערכת הרגשית על תהליכי למידה בחינוך - יישום וטיפול בבעיות קשב וריכוז, לקויות למידה, קשיים חברתיים, וויסות רגשי וחושי ועוד.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** מירב שפיצר - יועצת חינוכית וארגונית, מנחת קבוצות וסדנאות בתהליכי גוף ונפש.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# מיינדפולנס - בזום

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 438  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 27/01/2025



## ימי שני, 12 מפגשים

התודעה האנושית נוטה לקפוץ ממקום למקום ומעניין לעניין. קשה לנו להקשיב לאחר ולעצמנו. לא פשוט לנו להיות בחוויה של כאן ועכשיו. טכניקת הקשיבות מאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית, עקרוניתה העיקריים הם להתגבר על ההרגל האנושי להתבונן מתוך ביקורת, השוואה ושיפוט כלפי העולם וללמוד להישאר במצב קיים של קבלה, התבוננות וסקרנות. חשיפה לעקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות תאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היום יום במערכת החינוך ממקום אחר. כלים לתרגול טכניקות להפחתת סימפטומים של מתח וחרדה ליצירת שיפור בחוסן הנפשי וביכולת ההכלה, ניהול עצמי-לקחת בעלות מחודשת על התודעה שלנו, לתפוס את הרגע - רכישת כלים שיאפשרו לנו לנצור את הרגעים היפים והמרגשים של החיים.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** מצוות המאמנים והמנחים של "אנגרמה אימון והדרכה".



לרישום לחצו כאן

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 439

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
יבנהסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 11/11/2024  
תאריך סיום: 03/02/2025

יום שני, 12 מפגשים

הקורס יקנה היכרות עם עקרונות, מודלים וגישות מתחום הפסיכולוגיה החיובית. מיפוי וזיהוי חוזקות למיצוי המשאב האישי. היכרות עם כלים ומיומנויות לפיתוח וטיפוח המשאבים האישיים. הפסיכולוגיה החיובית עוסקת בהעלאת רמת האושר, שיפור איכות החיים והתפקוד האישי באמצעות יצירת משמעות לפעולות יומיומיות, מימוש עצמי וסיפוק.

**מטלות:** נוכחות סדירה ומטלת סיום.

**מנחה:** מצוות המאמנים והמנחים של "אנגרמה אימון והדרכה".

**מיקום:** מתנ"ס נאות מרגלית יבנה.



לרישום לחצו כאן



# אימפרוביזציה במחול ותנועה

## ככלי לתרגול יחסים בין אישיים

סוג גמול:

גמול ללא ציון בעז לתמורה

מספר קורס 440

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
רחובותסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
14:00-17:15תאריך תחילה: 14/11/2024  
תאריך סיום: 20/02/2025

### ימי חמישי 14 מפגשים

בקורס נלמד טכניקות מעולם המחול העכשווי הכולל עבודת אלתור ותנועה. נקבל סל כלים לאפשרויות תנועה חדשות שמתרגלות את התנועה הפנימית שלנו ודרכי התקשורת שלנו עם עצמנו ועם הסובבים אותנו. נקבל כלים להתבונן על עצמנו ועל המציאות בה אנו נמצאים כאדם פרטי וגם כמורה מול כיתה. נקבל כלים לפעילות גופנית שתוכל לשמש אותנו גם בהוראה.

**מטלות:** נוכחות פעילה וסדירה.

**מנחה:** לירון מיארה-מורה למחול מודרני, עכשווי ואימפרוביזציה. מנהלת סטודיו תמרה ברחובות.

**מיקום:** סטודיו "תמרה" ברחובות.



לרישום לחצו כאן



# סטיילינג טיפולי - הפסיכולוגיה של הלבוש

סוג גמול:  
גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 441  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 12/11/2024  
תאריך סיום: 04/02/2025



## ימי שלישי 12 מפגשים

הסטיילינג הטיפולי הוא כלי ייחודי להעצמה אישית וקבוצתית ולפיתוח יכולות רגשיות וחברתיות. תוכן הקורס יהווה תרומה משמעותית לארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה. מטרת הקורס: יידע וכלים יישומיים בשלושה תחומים עיקריים סטיילינג והפסיכולוגיה של הלבוש, עבודה קבוצתית עם מבוגרים, מתבגרים, וילדים. עבודה באמצעות כלים יצירתיים.

**מטלות:** נוכחות ומטלת סיום.

**מנחה:** שיפריט אביב סטייליסטית עו"ס ומנחת קבוצות.

**מיקום:** כיתת ההשתלמויות ארגון המורים, רחוב האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן

# סיורי תרבות עדות וטעמים

סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 443  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים בשווקים  
ברחבי הארץ



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-17:00



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 24/12/2025



## ימי שלישי, 7 סיורים

היכרות עם המורשת התרבותית ודו הקיום בחברה הישראלית לגווניה.  
סיורים באיזורים שונים בארץ, כדי להיחשף למקומות ותרבויות דרך אוכל, מקורות  
ומורשת תוך שימת דגש על אוכל מקומי ואוטנטי ברוח ה-Slow Food  
העולמית ומודעות אקולוגית בת קיימא.

### 7 סיורים באיזורים שונים כמו:

באר שבע העתיקה ובסצינת האוכל של השוק המתעורר והבועט, סיור בנחלאות ובשוק  
מחנה יהודה בירושלים, סיור בחיפה, יפו תלאביב ועוד.  
הסיורים בהגעה עצמית לנקודת הציון וסיום בפיזור עצמאי. יתקיים גם מפגש מקוון.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מנחה:** גל גרינברג מדריך טיולים בכיר.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל.  
הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן





# סיורי תרבות עדות וטעמים

סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 443.10  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים בשווקים  
ברחבי הארץ



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-17:00



תאריך תחילה: 12/02/2025  
תאריך סיום: 02/04/2025



## ימי רביעי, 7 סיורים

היכרות עם המורשת התרבותית ודו הקיום בחברה הישראלית לגווניה.  
סיורים באיזורים שונים בארץ, כדי להיחשף למקומות ותרבויות דרך אוכל, מקורות  
ומורשת תוך שימת דגש על אוכל מקומי ואוטנטי ברוח ה-Slow Food.  
העולמית ומודעות אקולוגית בת קיימא.

### 7 סיורים באיזורים שונים כמו:

באר שבע העתיקה ובסצינת האוכל של השוק המתעורר והבועט, סיור בנחלאות ובשוק  
מחנה יהודה בירושליים, סיור בחיפה, יפו תלאביב ועוד.  
הסיורים בהגעה עצמית לנקודת הציון וסיום בפיזור עצמאי. יתקיים גם מפגש מקוון.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מנחה:** גל גרינברג מדריך טיולים בכיר.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל.  
הקורסים כוללים מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרשום לחצו כאן





# נמל הבית - השתלמות ימי סיור בין שתי ערים אשדוד אשקלון ומה שביניהן.

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 444

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-17:00



תאריך תחילה: 22/06/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



## ימים ראשון - שישי 6 סיורים

להכיר את אשדוד אשקלון ומרחב מישור החוף הדרומי באספקטים נרחבים מדיסציפלינות שונות: תיירות, גאוגרפיה, היסטוריה, מקרא, אדריכלות אקולוגיה ועוד.  
**נושאי הסיור:** תרבויות וטעמים, הפלישתים מאין הגיעו ולכן נעלמו, הגבעה ה-69 מלחמת השחרור, קו מפריד- מעקב אחרי בעיות אקולוגיות והתמודדות איתן. הים והמדבר סיור בנגב במערבי-עוטף עזה, חוצות אשקלון- סיור עומק בעיר. בקורס יתקיימו 6 ימי סיור חוויתיים ויום נוסף מקוון ללימוד עיוני.

## יציאה מתחנת הרכבת באשדוד.

**מטלות:** נוכחות סדירה והגשת מטלת סיום.

**מנחה:** גל גרינברג מדריך טיולים בכיר.



לרישום לחצו כאן



# לימודי קונדיטוריה - א

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 445  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 18/11/2024  
תאריך סיום: 27/01/2025



ימי שני, 10 מפגשים

המשתתפים יעברו קורס מעשי המקיף את נושאי הקונדיטוריה הקלאסית והמודרנית.

**נושאי הלימוד:** עוגות בחושות, שמרים גבינה ועוד.

המשתלמים ילמדו שיטות עבודה בסיסיות ומורכבות ויישמו אותן על חומרי גלם איכותיים בעולם הקונדיטוריה, תוך יצירת קינוחים מיוחדים. מפאת אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם משתלמים בשבתון יוסיפו 750 שקלים.

**מטלות:** נוכחות והשתתפות פעילה.

**מנחה:** קונדיטורים מקצועיים מרשת 4 chef פעילה.

**מיקום:** 4 chef מתחם הסטאר סנטר אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# לימודי קונדיטוריה - ב'

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 445.1  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 05/05/2025



ימי שני, 10 סיורים

המשתתפים יעברו קורס מעשי המקיף את נושאי הקונדיטוריה הקלאסית והמודרנית.

**נושאי הלימוד:** עוגות בחושות, שמרים גבינה ועוד.

המשתלמים ילמדו שיטות עבודה בסיסיות ומורכבות ויישמו אותן על חומרי גלם איכותיים בעולם הקונדיטוריה, תוך יצירת קינוחים מיוחדים.  
מפאת אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם משתלמים בשבתון יוסיפו 750 שקלים.

**מטלות:** נוכחות והשתתפות פעילה.

**מנחה:** קונדיטורים מקצועיים מרשת 4.chef.

**מיקום:** 4.chef מתחם הסטאר סנטר אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# חווייה בזכוכית

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 446  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
גדרה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:30-13:00



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 28/05/2025



## ימי רביעי, 12 מפגשים

בקורסים נלמד לחתוך זכוכית, לשלב חומרים, לעבוד בשכבות, להשתמש בצבעים ובחומרים שונים. נלמד טכניקות שונות ביצירה בפיוזינג. ניצור ונעצב מגוון רחב של כלים שימושיים, יודאיקה, תמונות, תכשיטים ועד כידי הדמיון, הביטוי העצמי והרצון. הקורסים מתקיימים בקבוצות קטנות בסטודיו מרווח בגדרה.

**הערה:** הזכוכית לצורך היצירה תירכש בסטודיו על ידי המשתלמים.  
**מטלות:** נוכחות סדירה.

**מנחת הקורס:** ליאת פיין קנדל יוצרת בזכוכית.

**מיקום:** סטודיו פיין גלאס- רחוב אם כל חי 4 גדרה.



לרישום לחצו כאן

# למדי למקסם את יופיך -

סודות האיפור המקצועי

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 447  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:00



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 15/05/2025



## ימי חמישי 12 מפגשים

טיפול ומודעות אישית - הקורס מיועד לכל אישה המעוניינת לעבוד ללמוד כיצד להוציא מעצמה את המקסימום ע"י הקניית ידע בסיסי בהכרת סוג העור תהליכי הטיפול וטיפול בעור הפנים.

**נושאי לימוד:** תורת האיפור הכרת המוצרים והאביזרים מורפולוגיה - תיקוני איפור הצללות, איפור עיניים, עיצוב שפתיים, איפור טבעי, ערב מעושן, עיצוב גבות, טיפוח עור פנים, ידיים רגליים צבעים וסגנון לבוש.

**מטלות:** נוכחות פעילה.

**מנחת הקורס:** רות אסף ומאפרות מקצועיות מטעמה.

**מיקום:** ביה"ס רווית אסף קניון סימול אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 448  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



### יתאפשרו כניסות גמישות

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

לאורך כל התקופה יש לבחור מועדון אחד מתוך המועדונים:

- מגדלי K אשדוד
- רחבעם זאבי אשקלון
- דוד בן גוריון אשקלון

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 448.1  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



### יתאפשרו כניסות גמישות

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

לאורך כל התקופה יש לבחור מועדון אחד מתוך המועדונים:

מגדלי K אשדוד.

רחבעם זאבי אשקלון.

דוד בן גוריון אשקלון.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# צורפות א'

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 449  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
גדרה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-12:15



תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 10/02/2025



ימי שני 14 מפגשים

הקניית ידע ויכולת לעצב וליצור תכשיטים וחפצי נוי ממגוון חומרים ושיטות שונות.  
**נושאי הלימוד:** הכרת המתכות השונות וכלי עבודה של הצורף.  
לימוד מיומנויות בסיסיות: ניסור, פיצור, שימוש בפרייזר, טכניקות הלחמה שונות, יצירת טכסטורות, בניית בתי אבן לשיבוץ, צריבה במתכות, הכנת תכשיטים בעיצוב אישי, הכנת חפצי נוי.

**מטלות:** נוכחות סדירה

**מנחה:** עלית ליטמן צורפת ומעצבת תעשייתית, מומחית בתחומה.

**מיקום:** סטודיו " צורפות קצת אחרת" רח' בן גפן 50 גדרה.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, משתלמים בשנת שבתון יוסיפו 650 שקלים. כלי עבודה וחומרי הגלם יסופקו על ידי הסטודיו. עבודה בכסף וזהב על חשבון המשתלם.



לרישום לחצו כאן





# צורפות ב'

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 449.1  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
גדרה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-12:15



תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 09/06/2025



ימי שני 14 מפגשים

הקניית ידע ויכולת לעצב וליצור תכשיטים וחפצי נוי ממגוון חומרים ושיטות שונות.  
**נושאי הלימוד:** הכרת המתכות השונות וכלי עבודה של הצורף. לימוד מיומנויות  
בסיסיות: ניסור, פיצור, שימוש בפרייזר, טכניקות הלחמה שונות, יצירת טכסטורות, בניית  
בתי אבן לשיבוץ, צריבה במתכות, הכנת תכשיטים בעיצוב אישי, הכנת חפצי נוי.

**מטלות:** נוכחות סדירה.

**מנחה:** עלית ליטמן צורפת ומעצבת תעשייתית, מומחית בתחומה.

**מיקום:** סטודיו " צורפות קצת אחרת " רח' בן גפן 50 גדרה.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, משתלמים בשנת שבתון יוסיפו 650  
שקלים. כלי עבודה וחומרי הגלם יסופקו על ידי הסטודיו. עבודה בכסף וזהב על חשבון  
המשתלם.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 450  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 20/11/2024  
תאריך סיום: 05/02/2025



## ימי רביעי 11 מפגשים

עידוד חשיבה יצירתית בדרך מהנה חוויתית ושיתופית. הקניית ידע ויכולת להכנת תמונות ציפויי כלים ואביזרים שונים לעיטור וקישוט הבית. עידוד תקשורת בין המשתתפים בדרך לא שגרתית מתוך חדוות יצירה. נושאי הלימוד: היכרות עם חומרי הגלם השונים באמנות הפסיפס תוך התנסות בטכניקות השונות. שיבוץ חומרים שונים ומגוונים תוך שילובם והתאמתם לעבודה האישית. אפשרות הכנת משטחים שונים לשולחנות, תמונות, כלים, מגשים שלטים ועוד. מטלות: נוכחות פעילה.

**מנחה:** יהודית קרן קלוט, אומנית רבת תחומית מתמחה בפסיפס ספונטני, חברה באגודת אומני אשקלון, MA בתקשורת, מנחת קבוצות בשילוב אומנויות.

**מיקום:** הסטודיו של יהודית רחוב תרצה 7 אשקלון.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם משתלמים בשבתון יוסיפו 450 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# פסיפס ב

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 450.1  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 14/05/2025



## ימי רביעי 11 מפגשים

עידוד חשיבה יצירתית בדרך מהנה חוויתית ושיתופית. הקניית ידע ויכולת להכנת תמונות ציפויי כלים ואביזרים שונים לעיטור וקישוט הבית. עידוד תקשורת בין המשתתפים בדרך לא שגרתית מתוך חדוות יצירה. נושאי הלימוד: היכרות עם חומרי הגלם השונים באמנות הפסיפס תוך התנסות בטכניקות השונות. שיבוץ חומרים שונים ומגוונים תוך שילובם והתאמתם לעבודה האישית. אפשרות הכנת משטחים שונים לשולחנות, תמונות, כלים, מגשים שלטים ועוד. מטלות: נוכחות פעילה.

**מנחה:** יהודית קרן קלוט, אומנית רבת תחומית מתמחה בפסיפס ספונטני, חברה באגודת אומני אשקלון, MA בתקשורת, מנחת קבוצות בשילוב אומניות.

**מיקום:** הסטודיו של יהודית רחוב תרצה 7 אשקלון.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם משתלמים בשבתון יוסיפו 450 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# בישול מעולם אחר

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 451  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 22/05/2025



ימי חמישי, 10 מפגשים

המשתתפים בקורס ילמדו באופן מעשי את עקרונות הבישול הקלאסי והמודרני. הקורס משלב שיטות בישול אירופאיות מתקדמות עם חומרי גלם איכותיים ומגוונים. המטבח כשר. **נושאי הלימוד:** בישול אסיאתי ואיטלקי, סלטים, מרקים ורטבים, בישול בשר, עופות, בראנצ', לחמים ועוד

**מיקום:** ההשתלמות מתקיימת ב 4 chef במתחם הסטאר סנטר באשדוד.

**מנחה:** שפים מקצועיים מ 4 chef .

**מטלות:** נוכחות פעילה וסדירה.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# רקדי את נפשך

סוג גמול:  
גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 452  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
13:45-17:00



תאריך תחילה: 11/02/2025  
תאריך סיום: 27/05/2025



ימי שלישי, 14 מפגשים

דרך תנועה נשימה וסגנונות ריקוד שונים נפתח חלונות בנפשנו ונייצר תנועה חיובית מתוכנו ואל עצמנו.

**נושאי הלימוד:** סגנונות ריקוד שונים: לטיני, אתני, מודרני, מזרחי, ראפ ועוד.  
בכל מפגש נרקוד נחקור נשחרר ונעניק לעצמנו מתנה נפלאה.

**מטלות:** נוכחות פעילה וסדירה.

**מנחה:** מירב שפיצר כוריאוגרפית ורקדנית.

**מיקום:** מתנ"ס י'א באשדוד.



לרישום לחצו כאן



# פרקטישיונר - זום

## NLP יישומי לתעודה

סוג גמול:  
גמול עם ציון 172 שעות בעז  
לתמורה ו- 60 מתוכן גם לאופק חדש

מספר קורס 453  
6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-20:30



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 08/06/2025



יום ראשון, 28 מפגשים

**מטרות:** להעניק למשתתפים ידע וכלים פרקטיים מתחום ה- NLP ליצירת תקשורת פנימית ובינאישית אפקטיבית וחיובית לשם יצירת השפעה, צמיחה, העצמה ושינוי.

**נושאי לימוד:** מהי שיטת ה- NLP? מודל לתפיסת המציאות והתקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה, שפת התת-מודע, חוויית כוח הדמיון, מודל אימוני ליצירת תהליך של שינוי, יצירת חוסן נפשי, כלים לניהול רגשות, שפת ההרפייה להתמודדות עם מצבי לחץ, עקרון החמלה והסליחה וסיכום רפלקטיבי. הסדנאות יתקיימו בשילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית תוך שימוש בסימולציות, סרטים, קבוצות דיון, מצגות ועוד.

**מנחה:** צוות מנחים ומאמנים מטעם "אנגראמה - אימון והדרכה". - נועה יצחק.

**מטלות:** נוכחות והגשת מטלות סיום.



לרישום לחצו כאן



# מטיילים ומצלמים בסמארטפון

סוג גמול:

גמול עם ציון בעוז לתמורה ואופק חדש  
60 שעות, 56 שעות ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 454

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-17:30



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 29/05/2025



ימי חמישי, 12 סיורים + 2 מפגשים מקוונים

הכרות עם חבלי הארץ השונים, בהיבטים של אדם טבע ונוף. הנכם מוזמנים לשפר ולשכלל את יכולת הצילום ולהנות בסביבת לימוד משתנה הכוללת ימי סיור חוויתיים, נופים עוצרי נשימה, שכיות חמדה בנוף עירוני, אתרי מורשת ושמורות טבע. הנכם מוזמנים להנות בהליכה לאורך נחל הירקון בשבילי היוצרים, מפגש תרבויות בדרום תל אביב, טעמים וריחות בסיורי אוכל, על ציר בית גוברין ומערת הנטיפים, בין בוסתנים וטרסות עתיקות בהר איתן, ירושליים כי אין שני לה ועוד ועוד.

**מטלות:** בסיום ה 60 שעות - הגשת מטלת סיום. נוכחות סדירה ופעילה.

**מנחה:** מורה דרך ומורה לצילום ממכללת דע תביט.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# פילאטיס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 455  
1 יחידות לימוד, 28 שעות לימוד

מיקום:  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
18:00-19:30



תאריך תחילה: 10/11/2024  
תאריך סיום: 25/12/2024



ימים ראשון ורביעי 14 מפגשים

אימון הגוף לצורך ביצוע פעולות יום יומיות ללא מאמץ פגיעות ושחיקה. הבנה והעמקה של תהליכים המתרחשים בגוף, חיזוק מדורג של שרירי הליבה, עבודה על יציבה נכונה, שיקום שרירי גב עליון ותחתון, הארכת טווחי תנועה וגמישות בגפיים העליונות והתחתונות באמצעות תרגילים ייעודיים. (אמצעי עזר כמו פיטבול, אוברבול, גומיות וכדו').

**מנחה:** אילנה עמיר מדריכה בכירה לפילאטיס בוגרת וינגייט.

**מטלות:** נוכחות סדירה.

**מיקום:** מתנ"ס נווה אילן אשקלון.



לרישום לחצו כאן





# פילאטיס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 455.1  
1 יחידות לימוד, 28 שעות לימוד

מיקום:  
אשקלון



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
18:00-19:30



תאריך תחילה: 05/01/2025  
תאריך סיום: 19/02/2025



ימים ראשון ורביעי 14 מכגשים

אימון הגוף לצורך ביצוע פעולות יום יומיות ללא מאמץ פגיעות ושחיקה. הבנה והעמקה של תהליכים המתרחשים בגוף, חיזוק מדורג של שרירי הליבה, עבודה על יציבה נכונה, שיקום שרירי גב עליון ותחתון, הארכת טווחי תנועה וגמישות בגפיים העליונות והתחתונות באמצעות תרגילים ייעודיים. (אמצעי עזר כמו פיטבול, אוברבול, גומיות וכדו').

**מנחה:** אילנה עמיר מדריכה בכירה לפילאטיס בוגרת וינגייט.

**מטלות:** נוכחות סדירה.

**מיקום:** מתנ"ס נווה אילן אשקלון.



לרישום לחצו כאן



# בוקר של סרטים

סוג גמול:  
גמול ללא ציון לעזוז לתמורה

מספר קורס 456  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:45-14:30



תאריך תחילה: 10/09/2024  
תאריך סיום: 10/06/2025



ימי שלישי 10 מפגשים

תיווך והנגשת מידע, בעל ערך ללומד המוצג במדיה החזותית. ההשתלמות מורכבת מעשרה מפגשים שיתקיימו אחת לחודש בסינמה סיטי. כל מפגש כולל הרצאה ואחריה יוקרן סרט קולנוע בנושא ההרצאה. ההרצאות בנושאים שונים מגוונים ומרתקים.

**מנחה:** מרצים שונים מצוות זמן אשכול.

**מיקום:** סינמה סיטי אשדוד.

**מטלות:** נוכחות סדירה.



לרישום לחצו כאן

סוג גמול:  
ללא גמולמספר קורס 457  
1 יחידות לימוד, 28 שעות לימודמיקום:  
אשדודסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
08:00-21:00תאריך תחילה: 08/09/2024  
תאריך סיום: 08/02/2025

ימים ראשון -חמישי 8:00-11:00 , 17:00-21:00 , 21 מפגשים

שיטת פילאטיס מתמקדת בייצוב הגוף, איזונו ושיפור היציבה. הפילאטיס מחזק את הגוף ומחטב אותו, מחבר בין הגוף לנפש וגורם להרגשה צעירה יותר. נושאי לימוד: מודעות ומניעה של פציעות – בפילאטיס ישנה תשומת לב ומודעות לנעשה בגוף לאורך כל האימון. ההתמדה בתרגול מאפשרת היכרות טובה עם כל פעולה ותנועה. דרך האימון נחזיר לעצמנו את השליטה על הגוף. איזון ויציבות, הפחתה של כאבי גב, עיצוב וחיטוב, שיקום מחלות ופציעות, שרירי ליבת הגוף – בפילאטיס מפתחים ומטפחים את מרכז הגוף, שהוא מקור הכח והעצמה שלנו, שרירי הליבה תומכים בעמוד השדרה ומפחיתים ממנו את העומס. בכך מאפשרים את תנועתו הגמישה אך יציבה של עמוד השדרה. כמו כן חיזוק שריר הליבה מסייע בשמירת מיקומם הנכון והבריא של האיברים הפנימיים. חיזוק שריר הליבה מסייע גם בהגנה על רקמת החיבור, אליה מתחברים השרירים, ובכך מונע היפרדות בטנית.

**מטלות:** נוכחות פעילה.**המנחה:** מרגריטה ידלין מדריכת פילאטיס ומנהלת הסטודיו M.Y PILATES .**מיקום:** M.Y PILATES הסטודיו בשדרות צה'ל 1 אשדוד .**הערה:** בשל אופיו המיוחד של הקורס על המשתלמים בשבתון להוסיף 125 שקלים.

לרישום לחצו כאן

סוג גמול:  
ללא גמולמספר קורס 457.1  
1 יחידות לימוד, 28 שעות לימודמיקום:  
אשדודסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
08:00-21:00תאריך תחילה: 09/02/2025  
תאריך סיום: 09/07/2025

ימים ראשון - חמישי 8:00-11:00 , 17:00-21:00 , 21 מפגשים

שיטת פילאטיס מתמקדת בייצוב הגוף, איזונו ושיפור היציבה. הפילאטיס מחזק את הגוף ומחטב אותו, מחבר בין הגוף לנפש וגורם להרגשה צעירה יותר. נושאי לימוד: מודעות ומניעה של פציעות – בפילאטיס ישנה תשומת לב ומודעות לנעשה בגוף לאורך כל האימון. ההתמדה בתרגול מאפשרת היכרות טובה עם כל פעולה ותנועה. דרך האימון נחזיר לעצמנו את השליטה על הגוף. איזון ויציבות, הפחתה של כאבי גב, עיצוב וחיטוב, שיקום מחלות ופציעות, שרירי ליבת הגוף – בפילאטיס מפתחים ומטפחים את מרכז הגוף, שהוא מקור הכח והעצמה שלנו, שרירי הליבה תומכים בעמוד השדרה ומפחיתים ממנו את העומס. בכך מאפשרים את תנועתו הגמישה אך יציבה של עמוד השדרה. כמו כן חיזוק שריר הליבה מסייע בשמירת מיקומם הנכון והבריא של האיברים הפנימיים. חיזוק שריר הליבה מסייע גם בהגנה על רקמת החיבור, אליה מתחברים השרירים, ובכך מונע היפרדות בטנית.

**מטלות:** נוכחות פעילה.**המנחה:** מרגריטה ידלין מדריכת פילאטיס ומנהלת הסטודיו M.Y PILATES**מיקום:** M.Y PILATES הסטודיו בשדרות צה'ל 1 אשדוד.**הערה:** בשל אופיו המיוחד של הקורס על המשתלמים בשבתון להוסיף 125 שקלים.

לרישום לחצו כאן

# מאסטר - NLP - בזום

סוג גמול:

גמול עוז עם ציון 168 שעות  
מתוכן 60 שעות לאופק חדש

מספר קורס 458.1

6 יחידות לימוד, 168 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-20:45



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 26/05/2025



ימי שני 28 מכגשים

## קורס זה מיועד למסיימי קורס NLP פרקטישיונר

השתלמות זו נועדה להעמיק את הידע הניסיון והתרגול בכלי NLP. מטרת ההשתלמות: ליצור אינטגרציה ברמה גבוהה של מיומנויות וכלים לשיפור מיומנויות התקשורת במרחב האישי והחינוכי, אסטרטגיות לתשואל אפקטיבי, פתרון קונפליקטים מורכבים והפעלת תוכנית אימונית אישית לליווי, תמיכה והעצמה. ההשתלמות בנויה מהקניית חומר תאורטי, לצד התבוננות עצמית והתנסות אישית ומאפשרת ללומד לפתח את מיומנות ההנחיה שלו צעד אחר צעד באופן שמאפשר לו להשפיע ולהעצים ולשפר את חייהם של התלמידים באופן מיטבי ועמוק.

**נושאי ההשתלמות:** מיומנויות שיחתיות להשפעה ושכנוע וכן כלים יעילים לטיפול בהתנגדויות. זיהוי ועבודה עם דפוסי המחשבה האוטומטיים. כלים ומיומנויות לתכנון ויצירת תוצאות רצויות. זיהוי מוטיבציות קיימות וכלים ליצירת מוטיבציה והגברת מעורבות. הקורס מיועד למורים שסיימו את הקורס פרקטישיונר NLP.

**מנחה:** אפרת כהן מלמד- מאמנת NLP TRAINER יועצת ארגונית M.A בעלת המרכז להצלחה אישית ועסקית "בדיוק עצמי".

**מטלות:** נוכחות, מטלת סיום ומבחן עיוני ומבחן מעשי. לעומדים בכל הדרישות תינתן תעודת NLP MASTER המוכרת על ידי איגוד HNLP העולמי ולשכת הNLP הישראלית. על המורים בשבתון להוסיף 600 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# מאסטר- NLP - פרונטלי

סוג גמול:  
גמול עוז עם ציון 168 שעות  
מתוכן 60 שעות לאופק חדש

מספר קורס 458  
6 יחידות לימוד, 168 שעות לימוד

מיקום:  
אשדוד



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 04/06/2025



ימי רביעי 25 מפגשים

## קורס זה מיועד למסיימי קורס NLP פרקטישיונר

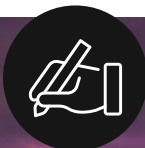
השתלמות זו נועדה להעמיק את הידע הניסיון והתרגול בכלי הNLP. מטרת ההשתלמות: ליצור אינטגרציה ברמה גבוהה של מיומנויות וכלים לשיפור מיומנויות התקשורת במרחב האישי והחינוכי, אסטרטגיות לתשואל אפקטיבי, פתרון קונפליקטים מורכבים והפעלת תוכנית אימונית אישית לליווי, תמיכה והעצמה. ההשתלמות בנויה מהקניית חומר תאורטי, לצד התבוננות עצמית והתנסות אישית ומאפשרת ללומד לפתח את מיומנות ההנחיה שלו צעד אחר צעד באופן שמאפשר לו להשפיע ולהעצים ולשפר את חייהם של התלמידים באופן מיטבי ועמוק.

**נושאי ההשתלמות:** מיומנויות שיחתיות להשפעה ושכנוע וכן כלים יעילים לטיפול בהתנגדויות. זיהוי ועבודה עם דפוסי המחשבה האוטומטיים. כלים ומיומנויות לתכנון ויצירת תוצאות רצויות. זיהוי מוטיבציות קיימות וכלים ליצירת מוטיבציה והגברת מעורבות. הקורס מיועד למורים שסיימו את הקורס פרקטישיונר NLP.

**מנחה:** אפרת כהן מלמד - מאמנת NLP TRAINER יועצת ארגונית M.A בעלת המרכז להצלחה אישית ועסקית "בדיוק עצמי".

**מטלות:** נוכחות, מטלת סיום ומבחן עיוני ומבחן מעשי. לעומדים בכל הדרישות תינתן תעודת NLP MASTER המוכרת על ידי איגוד הHNLN העולמי ולשכת הNLP הישראלית. על המורים בשבתון להוסיף 600 שקלים.

**מיקום:** כיתת השתלמויות של אירגון המורים רחוב האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# להבין את הכסף - פיננסים ושוק ההון בחינוך ובחיים

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ולאופק חדש

מספר קורס 460

2 יחידות לימוד

מיקום:  
אשדודסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
15:30-19:45תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 28/01/2025

## ימי שלישי 12 מכגשים

יותר ויותר אנשים מודעים בשנים האחרונות לכך שאין להקל ראש בהחלטות קטנות כגדולות, מבינים את חשיבותם של צרכנות נבונה ושל ניהול אחראי של התקציב והנכסים הפיננסים המשפחתיים, ולפיכך תרים אחר מקורות ידע מהימנים ו/או פונים לייעוץ מקצועי. המשתלמים בקורס יוכלו להיחשף לידע פיננסי בסיסי ומורכב כאחת, על מנת לקבל את ההחלטות הנכונות ולהבין את אנשי המקצוע המייעצים להם. המשתלמים ייחשפו למושגים בעולם הפיננסי ושוק ההון, כמו ריבית בנק ישראל, אינפלציה, אבטלה, מניות בארץ ובחול,

בנקים, כרטיסי אשראי ועוד תוך העלאת מודעות ודיון אקטואלי לתלמידים בכיתה על ההשפעות הפיננסיות השונות, לטובת לימוד התלמידים, כיצד החרם משפיע על חיי היום יום, כיצד חריגה בתקציב תשפיע, וכך הלאה.

**מנחה:** דורון שלפר, עוסק למעלה מ-30 שנה בשוק ההון, בעל תואר MBA, תואר שני במנהל עסקים עם התמחות במימון מאוניברסיטת הרוט-ואט באנדיבורו סקוטלנד, יועץ השקעות ומנהל תיקים מהרשות לניירות ערך ותעודת יועץ פנסיוני מהפיקוח על הבנקים.

**מטלות:** נוכחות סדירה + מטלת סיום.

**מיקום:** כיתת השתלמויות של אירגון המורים רחוב האורגים 11 אשדוד.



לרישום לחצו כאן



# להבין את הכסף - פיננסים ושוק ההון בחינוך ובחיים

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ולאופק חדש

מספר קורס 460.10

2 יחידות לימוד

מיקום:  
בזוםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
15:30-19:45תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025

## ימי שלישי 12 מפגשים

יותר ויותר אנשים מודעים בשנים האחרונות לכך שאין להקל ראש בהחלטות קטנות כגדולות, מבינים את חשיבותם של צרכנות נבונה ושל ניהול אחראי של התקציב והנכסים הפיננסים המשפחתיים, ולפיכך תרים אחר מקורות ידע מהימנים ו/או פונים לייעוץ מקצועי. המשתלמים בקורס יוכלו להיחשף לידע פיננסי בסיסי ומורכב כאחת, על מנת לקבל את ההחלטות הנכונות ולהבין את אנשי המקצוע המייעצים לכם. המשתלמים ייחשפו למושגים בעולם הפיננסי ושוק ההון, כמו ריבית בנק ישראל, אינפלציה, אבטלה, מניות בארץ ובחול,

בנקים, כרטיסי אשראי ועוד תוך העלאת מודעות ודיון אקטואלי לתלמידים בכיתה על ההשפעות הפיננסיות השונות, לטובת לימוד התלמידים, כיצד החרם משפיע על חיי היום יום, כיצד חריגה בתקציב תשפיע, וכך הלאה.

**מנחה:** דורון שלפר, עוסק למעלה מ-30 שנה בשוק ההון, בעל תואר MBA, תואר שני במנהל עסקים עם התמחות במימון מאוניברסיטת הריט-ואט באנדיבורו סקוטלנד, יועץ השקעות ומנהל תיקים מהרשות לניירות ערך ותעודת יועץ פנסיוני מהפיקוח על הבנקים.

**מטלות:** נוכחות סדירה + מטלת סיום.



לרישום לחצו כאן





סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ואופק חדש

מספר קורס 430

2 יחידות לימוד

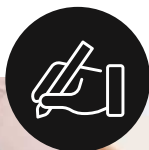
מיקום:  
בזוםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025

## בימי רביעי 12 מפגשים

הקורס יקנה מיומנויות הדרכת הורים למורים. המשתלמים ירכשו כלים ותאוריות העוסקות בשיפור הקשר בין הורים לילדים ובין מורים לתלמידים במטרה להביא לשיתוף פעולה ולמערכת יחסים טובה יותר. המשתלמים יפנימו באמצעות הכלים והתאוריות פרדיגמות חשיבה שבאמצעותן יוכלו להתמודד עם אתגרי גידול וחינוך ילדים.

**המנחה:** עפרה אלדר יועצת ומנחת הורים.

**מטלות:** נוכחות סדירה ומטלת סיום



לרישום לחצו כאן



# אזור מודיעין ירושלים



## פרטי יצירת קשר:

**ספי חן ציון** רכזת השתלמויות מודיעין ירושלים

דוא"ל: [SefiC@igm.org.il](mailto:SefiC@igm.org.il)

טלפון: 050-6283319

במשרד: 02-9667592

**מרים בריח** פקידת מודיעין ירושלים

דוא"ל: [MiriamB@igm.org.il](mailto:MiriamB@igm.org.il)

טלפון: 08-9577809

# מערכת שעות מודיעין ירושלים



סמסטר א' וקורסים שנתיים

## סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<b>Cbt</b> קורס 213 <b>חובה</b> 8:45-14:30 מרכז חיב"ה רחוב הרצוג 75 <b>ירושלים חדש</b>	<b>נגיעות באומנות</b> קורס 204 <b>חובה</b> שנתי 09:30-12:45 מוזאון ישראל <b>ירושלים</b>	<b>בישול מעולם אחר</b> קורס 221 <b>רשות</b> 9:00-14:30 מכללת טעמים רחוב אגריפס 40 <b>ירושלים חדש</b>	<b>אמנות עכשיו</b> קורס 203 <b>חובה</b> שנתי 9:30-12:45 מוזיאון ישראל <b>ירושלים</b>	<b>להיות שם בשבילם</b> קורס 212 <b>חובה</b> 10:00-14:15 מרכז חרוב ליד האוניברסיטה העברית <b>ירושלים חדש</b>
<b>המורה כשחקן</b> קורס 210 <b>חובה</b> 9:00-13:15 תיאטרון החאן <b>ירושלים</b>	<b>אינטליגנציה רגשית</b> קורס 208 <b>חובה</b> 9:00-13:15 מרכז חיב"ה רח' הרצוג 75 <b>ירושלים</b>	<b>בין העיפרון</b> <b>למחול חובה</b> קורס 227 9:30-12:45 מוזיאון ישראל <b>ירושלים חדש</b>	<b>טעמות באמנות</b> קורס 264 <b>רשות</b> 9:00-13:30 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין חדש</b>	<b>הנחיית קבוצות</b> קורס 206 <b>חובה</b> 8:45-14:30 מרכז חיב"ה רחוב הרצוג 75 <b>ירושלים</b>
<b>NLP פרקטישיונר</b> קורס 260 <b>חובה</b> 8:45-14:30 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין חדש</b>	<b>התפתחות אישית דרך סרטים וסיפורים</b> קורס 272 <b>חובה</b> 9:00-13:15 שד' הרכס 13 <b>מודיעין</b>	<b>צפייה מודרכת בתאטרון ובקולנוע</b> קורס 200 <b>חובה</b> 17:15-21:30 שנתי סינמטק ירושלים ותיאטרון <b>ירושלים</b>	<b>בישול מעולם אחר</b> קורס 271 <b>רשות</b> 9:00-14:30 4 שף שד' המקצועות 16 <b>מודיעין</b>	<b>אמנות זה החיים</b> קורס 223 <b>רשות</b> 9:00-13:15 מרכז ג'ינוגלי לאמנות חזותית רח' טוביה 3 <b>ירושלים חדש</b>
<b>מסע שורשים</b> קורס 276 <b>חובה</b> 9:00-13:15 <b>נאות קדומים חדש</b>	<b>העבר מתנועע בתוך ההווה – יד ושם</b> קורס 207 <b>חובה</b> 9:00-13:15 <b>יד ושם חדש</b>	<b>יוגה בראי החינוך</b> קורס 262 <b>חובה</b> 9:00-13:15 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין חדש</b>	<b>מינדפולנס</b> קורס 270 <b>חובה</b> 15:30-19:45 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין</b>	<b>פסיכולוגיה חיובית</b> קורס 261 <b>חובה</b> 9:00-13:15 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין חדש</b>
<b>מה יפים הלילות</b> קורס 202 <b>חובה</b> 17:00-23:30 <b>ברחבי הארץ</b>	<b>גיבורות בעל כורחן</b> קורס 275 <b>חובה</b> 9:00-13:15 <b>נאות קדומים חדש</b>	<b>למדי למקסם את יופייך</b> קורס 279 <b>רשות</b> 9:00-13:00 המרכז הרב-תחומי רח' עמק דותן 49 <b>מודיעין חדש</b>	<b>בחזרה לטבע</b> קורס 274 <b>חובה</b> 9:00-13:15 <b>נאות קדומים חדש</b>	<b>נושר ואושר</b> קורס 267 <b>רשות</b> ימי הפעילות בהתאם לנוחיות המשתתפים פתיחה 01/09/2024
		<b>זאת ירושלים</b> קורס 205 <b>חובה</b> 10:00-14:00 ירושלים <b>חדש</b>	<b>אדם טבע ונוף</b> קורס 201 <b>חובה</b> שנתי 07:30-18:00	



### סמסטר ב

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<b>למדי למקסם</b> <b>את יופיין</b> <b>קורס 211 רשות</b> 9:00-13:00 בית הספר לאיפור ומקצועות היופי רות אסף רחוב יפו 33 <b>ירושלים</b>	<b>מינדפולנס בזום</b> <b>קורס 215 חובה</b> 15:30-19:45 <b>זום</b>	<b>סטיילינג טיפולי</b> <b>קורס 214 חובה</b> 9:00-13:15 מרכז חייב"ה רחוב הרצוג 75 <b>ירושלים</b>	<b>קונדיטוריה</b> <b>קורס 222</b> <b>9:00-14:30 רשות</b> מכללת טעמים רחוב אגריפס 40 <b>ירושלים</b> <b>חדש</b>	<b>רישום בטבע</b> <b>ירושלמי</b> <b>קורס 209 חובה</b> 9:00-13:15 <b>ברחבי ירושלים</b> <b>חדש</b>
	<b>קונדיטוריה 4 שף</b> <b>קורס 269 רשות</b> 9:00-14:30 4 שף שד' המקצועות 16 <b>מודיעין</b>	<b>הנחיית קבוצות</b> <b>קורס 265 חובה</b> 8:45-14:30 שד' הרכס 13 <b>מודיעין</b>	<b>הקול הוא כמו להיות</b> <b>- פיתוח קול</b> <b>קורס 263 חובה</b> 9:00-13:15 שד' הרכס 13 <b>מודיעין</b> <b>חדש</b>	<b>חינוך לבריאות</b> <b>- תזונה, תנועה</b> <b>ותודעה</b> <b>קורס 268 חובה</b> 9:00-13:15 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין</b> <b>חדש</b>
	<b>סיפור משפחתי</b> <b>קורס 273 חובה</b> 09:00-13:15 שדרות הרכס 13 <b>מודיעין</b> <b>חדש</b>			<b>כושר ואושר</b> <b>קורס 267.01 רשות</b> ימי הפעילות בהתאם לנוחיות המשתלמים תאריך פתיחה 02/02/2025





## קורסי קיץ מרוכזים

קורס 220 | סיפורים ירושלמיים, מרוכז בקיץ בין התאריכים  
26.06.2025 - 22.06.2025, 9:00-18:00, ברחבי ירושלים.

קורס 218 | ליצור אמנות במקום של אמנות,  
בין התאריכים 02.07.2025 - 22.06.2025, 8:30-14:00, מוזיאון ישראל, ירושלים.

קורס 219 | מניפת תרבות ואמנות,  
בין התאריכים 03.07.2025-15.07.2025, 8:30-14:00, מוזיאון ישראל, ירושלים.

קורס 277 | גיבורות בעל כורחן,  
בין התאריכים 02.07.2025-13.07.2025, 8:30-15:00, נאות קדומים. **חדש**

קורס 278 | זרעי קיץ,  
בין התאריכים 22.06.2025-01.07.2025, 8:30-15:00, נאות קדומים. **חדש**

## סמינרים עם לינה

קורס 413 | כוכבים בשמי המדבר סביבה יצירה ורוח בהר הנגב  
מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25  
מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.  
הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.

קורס 622 | אם יש לך שמש בליבך בוא לאילת 23/3-28/3/25  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלך וחזור

קורס 415 | פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,  
ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

קורס 531 | ארוחה מהשדה – סמינר ליקוט בתנאי שטח **חדש**  
שני חלקי סמינר, חלק א' 3/2/25-5/2/25, חלק ב' 3/3/25-5/3/25  
לינת שטח במערת הפלמ"ח בקיבוץ משמר העמק.  
הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר,  
אפשרות איסוף מתחנת הרכב'ת בכפר יהושע בימי ההגעה.

# צפייה מודרכת בתיאטרון וקולנוע בשיתוף תיאטרון י-ם, סינמטק י-ם

מספר קורס 200

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות.  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:15-21:30



תאריך תחילה: 05/11/2024  
תאריך סיום: 24/06/2025



ימי שלישי 22 מפגשים

**מטרות:** הרחבת מעגלי הידע והנושאים הנלווים לעולם התיאטרון והקולנוע, הבנת ההקשרים האמנותיים, התרבותיים והפילוסופיים של המדיום. מתן כלים לביקורת אומנותית בנושאי תיאטרון וקולנוע.

**נושאי לימוד:** תיאטרון: צפייה בהצגות מובחרות ממיטב הרפרטואר של ההצגות בארץ שתועלנה בתיאטרון ירושלים, מפגשים עם במאים מחזאים ויוצרים, מעולם התיאטרון הקולנוע והאקדמיה.  
קולנוע: הסדרה עוסקת בתהליכי שינוי חברתיים, תרבותיים, פוליטיים וגאוגרפיים. הסדרה תעמיק אל לב היצירה הקולנועית ואל האופן בו עולם הקולנוע והיוצרים הפועלים בו.

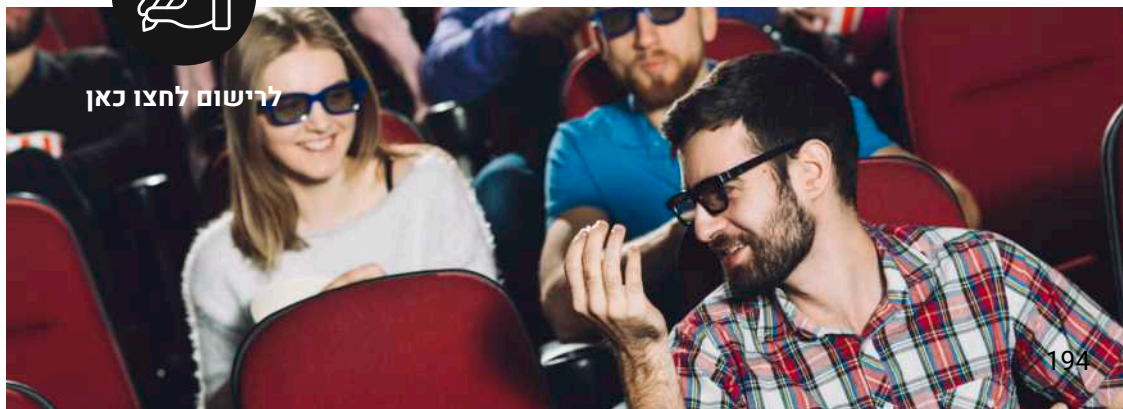
**מיקום:** תאטרון ירושלים והסינמטק.

**מרצים:** מומחים בקולנוע ובתיאטרון.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



# אדם טבע ונוף - הכרות מעמיקה עם אזורי הארץ השונים

סוג גמול: גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות + 56 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 201  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום: ספורים בארץ



סוג קורס: חובה



שעות לימוד: 07:30-18:00



תאריך תחילה: 11/11/2024  
תאריך סיום: 09/06/2025



## ימי שני 14 מפגשים

**מטרות:** הכרות מעמיקה עם אזורי הארץ ושאלת הזהות הישראלית באמצעות סיורים מגוונים ומעשירים בנופי טבע ואדם. במהלך הסיורים ניחשף במגוון נושאים כמו: שפה, זהות ויחס לאחר במדינת ישראל. נפגוש תושבים באזורי הארץ השונים, נכיר היבטים גיאוגרפיים - היסטוריים ואת הנוף הדתי אנושי, בנוסף נלמד דרכים להכנת טיול בית ספרי באופן מעמיק מגוון ומהנה יותר.

**בין הסיורים:** הימים של ירושלים - בעקבות לוחמי תש"ח בהרי ירושלים, טיול בכרמל הגבוה - ההר הירוק כל ימות השנה, טיול לאורך הירקון משבע טחנות לים ועוד.

**מדריך:** ברוך שמולביץ מומחה בתחומו.

**הערה:** ההגעה לסיורים הינה הגעה עצמית.

עלות כניסה לאתרים על המשתתף.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# מה יפים הלילות - מתן החוויה והעוצמה הלילית של הסיור הלילי באזורים שונים בארץ

סוג גמול:  
גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 202  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
סיורים בארץ



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-23:30



תאריך תחילה: 12/12/2024  
תאריך סיום: 12/06/2025



ימי חמישי 8 מפגשים

**מטרות:** הכרות עם מקומות, אתרים ובתים במקומות שונים בארץ בתאורה ובתפאורה הלילית. מתן החוויה והעוצמה של הסיור הלילי.

**בין נושאי הלימוד:** סיור בעקבות נתן אלתרמן בתל-אביב, סיור בעקבות משפט אייכמן בירושלים ועוד.

**ההגעה לסיורים הינה עצמאית.**

**מדריך:** ברוך שמולביץ מומחה בתחום.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן





# אמנות עכשיו - מה קורה במוזיאון ישראל?

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 203  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-12:45



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 09/06/2025



ימי שני 29 מפגשים

לחוות במתרחש בשדה האמנות דרך סיורים והרצאות בתערוכות הקבועות והמתחלפות במוזיאון ישראל. העשרת הידע באמנות כראי לתמורות ומהלכים בארץ ובעולם ולקבל כלים להוראה בינתחומית ורב-תחומית המשלבת את האמנות במגוון מקצועות הוראה. **נושאי הלימוד:** היכרות עם נושאי חתך באמנות ובתרבות בהתאם לתערוכות המוצגות במוזיאון ישראל. הזדמנות ללמידה איכותית מול יצירות המקור באגף אמנויות, אגף לאמנות ותרבות יהודית ואגף ארכאולוגיה. שיתוף באחורי הקלעים של העשייה המוזיאלית בתהליכים "מרעיון לתערוכה", הבנה של אתגרים, שיקולים ופתרונות באוצרות ועיצוב של תערוכה ובמיקוד מטרותיה.

\* למשתתפי הקורס בלבד יוענק כרטיס מנוי המקנה כניסה אישית למוזיאון חינם למשך כל שנת הלימודים תשפ"ה.

**מיקום:** ירושלים - מוזיאון ישראל.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



# נגיעות באמנות

מספר קורס 204

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה.

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-12:45



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 11/06/2025



ימי רביעי 29 מפגשים

להכיר ולהתנסות ביצירה במגוון חומרים, טכניקות בסיסיות מנקודת מבט חדשה ואחרת. לתת ביטוי לצד האומנותי ולמצוא את הנתיב האישי להבעה וליצירה. קבלת כלים ביצירה כאמצעי להוראה.

**נושאי הלימוד:** פיתוח מיומנויות לביטוי רעיון אישי באמצעות יצירה. התנסות במדיומים שונים כמו: ציור, פיסול בחומרים שונים וטכניקות (עפרון, פחם, פסטל, אקריליק, שמן, חימר, גבס, ברזל וכו'). היכרות עם מרכיבי שפת האמנות - קו, צבע, צורה, קומפוזיציה, נפח, אור וצל, פרספקטיבה ועוד.

**מנחת הקורס:** מיכל קרר.

\* למשתתפי הקורס בלבד יוענק כרטיס מנוי המקנה כניסה אישית למוזיאון חינם למשך כל שנת הלימודים תשפ"ה.

**מיקום:** ירושלים - מוזיאון ישראל.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום



לרישום לחצו כאן

סוג גמול: גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 205  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-14:00



תאריך תחילה: 26/11/2025  
תאריך סיום: 18/02/2025



ימי שלישי 12 מפגשים

סיורים מרתקים ומעוררי השראה בירושלים. ניגע בהיסטוריה באמצעות הרגליים ונחזה בנופים המדהימים של העיר היפה בעולם והמקודשת לכל הדתות. בהשתלמות יושם דגש על סיפורים מרתקים, היסטוריים ואישיים שנוגעים לכל אחת ואחד מאיתנו, ועל למידה על תולדות ירושלים ועם ישראל.

**מדריך:** מני ישי, מורה דרך מוסמך.

**הערה:** ההגעה לסיורים הינה הגעה עצמית.

עלות כניסות לאתרים וטעימות, על המשתתף

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# הנחיית קבוצות

מספר קורס 206

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה.

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 24/11/2024  
תאריך סיום: 23/03/2025



## ימי ראשון 16 מפגשים

פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחיה בקבוצה ובדינאמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים. למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואפיון בכלל ובבתי הספר בפרט. רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בין אישיות, פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחיה.

נלמד מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשלבי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנויות וסגנונות הנחייה והוראה, תפקידי המורה כמנהיג ומוביל, תקשורת בין אישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים, מתן וקבלת משוב והערכה כהזדמנות ולא כאמצעי ענישה, שונות ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא, כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצרת סינרגיה בקבוצה, סוגיות פרידה שיטות לימוד שילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות, סרטים, תרגילים, שאלונים וקבוצות דיון.

**מטלות:** נוכחות + הגשת מטלת סיום.

הקורס הינו היברידי - משלב מפגשים פיזיים ומפגשים מקוונים.

**מנחת הקורס:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים.

**נועה יצחק** - מייסדת ומנהלת בי"ס אנגרמה - אימון והדרכה מאמנת בכירה ומזריכה מוסמכת.

**מיקום המפגשים הפיזיים:** מרכז חיבה רח' הרב הרצוג 75 ירושלים.



לרישום לחצו כאן



# העבר מתנועע בתוך ההווה -

## הדהוד זיכרון השואה בהווה הישראלי - השתלמות ביד ושם

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 207

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 29/01/2025  
תאריך סיום: 07/05/2025

ימי רביעי 12 מפגשים

הדהוד זיכרון השואה בהווה הישראלי - שילוב בין סדנאות והרצאות שיחלצו את תווי פניהם של יחידים וקבוצות שונות, לבין סיורים במרחבי יד ושם המגוונים. המורים יחשפו לסיפורים אישיים שיאפשרו להוסיף את הפן האנושי של הפרט ללימוד ההיסטורי של נושא השואה. מעבר למידע ההיסטורי שייחשף בפני כל משתלם. המורים ירכשו כלים וחומרים ללימוד הנושא באופן דיאלוגי, רב תחומי, מותאם גיל ותקופה, המסייע לתלמיד לבנות עולם ערכי ומשמעותי.

**ההשתלמות תתקיים ביד ושם בירושלים.**

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



# אינטליגנציה רגשית - NLP

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 208  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/11/2024  
תאריך סיום: 19/02/2025



ימי רביעי, 12 מפגשים

מה זה N.L.P? ראשי תיבות של neuro (נוירולוגיה) LINGUISTIC (שפתי) PROGRAMMING (תכנות). שיטה ה-n.l.p משלבת שלושה תחומים: מדעי ההתנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. זוהי מתודה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה לשנות רגשות, מחשבות, אמונות, מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות, לפיתוח ערוצי תקשורת והטמעת מוטיבציה בתהליך החינוכי. ה-N.L.P נותן כלים מגוונים ושימושיים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל. זוהי גישה ושפה שמלמדת אותנו כיצד לנהל את המחשבות והרגשות שלנו וכיצד להשפיע על עצמנו ועל סביבתנו.

**הערה:** ההשתלמות הינה היברידית.

**מיקום המפגשים הפיזיים:** מרכז חיבה רח' הרב הרצוג 75 ירושלים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 209

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 23/03/2025  
תאריך סיום: 29/06/2025

ימי ראשון, 12 מפגשים

התבוננות והכרות עם הטבע הירושלמי והטבע האישי באמצעות רישום, שיטת ציור ובה המשתלמים יצרו תמונה או דימוי על ידי שימוש בעיפרון, פחם, ועוד. מסע בתולדות האמנות. האמנות תוקדש לסגנונות רישום והיבטים של העיר ירושלים. כל מפגש מתקיים בטבע, כאשר החלק הראשון הוא החלק העיוני המורים ירכשו כלים לרישום, קומפוזיציה, נקודת מבט, חיבור בין האדם לסביבה, שימוש בכלי הרישום לדיסציפלינות ממגוונות וחלקו השני של כל מפגש יכלול התנסות מעשית במהלך חיק הטבע הירושלמי.

**מנחת הקורס:** האמנית ענבל מנדס פלור.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



# סדנת משחק - המורה כשחקן

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 210  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 14/11/2024  
תאריך סיום: 06/02/2025



## ימי חמישי 12 מפגשים

במהלך הקורס נלמד מיומנויות במה בסיסיות ומתקדמות להבעה פיזית ומילולית של רעיונות שונים, ערכים, מחשבות ורגשות, דרך תרגילים בכתיבה וחוויות קבוצתיות. דגש על שיתוף פעולה והקשבה בקבוצה ייחודית זו. בסוף הקורס תהיה אפשרות לערב פתוח בו נציג יצירות מקוריות.

**מרצה:** נווית סיטבון, שחקנית, יוצרת, במאית ומורה למשחק. גדלה ולמדה בניסן נתיב ובעלת תואר ראשון בבימוי ותעודת הוראה.

**מיקום ההשתלמות:** תיאטרון החאן, ייתכן וחלק מהמפגשים ייתקיימו בתיאטרון משו מש.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן





# למדי למקסם את יופיך - סודות האיפור המקצועי

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 211  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:00



תאריך תחילה: 13/02/2025  
תאריך סיום: 22/05/2025



ימי חמישי 12 מפגשים

ההשתלמות מיועדת לכל אישה המעוניינת ללמוד כיצד להוציא מעצמה את המקסימום על ידי הקניית ידע בסיסי בהכרת סוג העור, תהליכי הטיפול וטיפול בעור הפנים.

**בין נושאים הלימוד:** תורת האיפור, הכרת המוצרים והאביזרים, מורפולוגיה - תיקוני איפור והצללות, איפור עיניים, עיצוב שפתיים, איפור טבעי/ערב/מעושן וכו'.

**מיקום הקורס:** בית הספר לאיפור ולמקצועות היופי בניהולה של רות אסף.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 212

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
10:00-14:15תאריך תחילה: 01/12/2024  
תאריך סיום: 23/02/2025

## ימי ראשון 12 מפגשים

מטרת התכנית להוסיף למורים ואנשי חינוך פרספקטיבה מקצועית שלוקחת בחשבון את הרקע הטראומטי ממנו מגיעים הילדים, מבינה את ההשלכות הנפשיות והרגשיות על הילדים' שבאות לידי ביטוי בהתנהגותם ותפקודם של הילדים במסגרת החינוכית ומתאימה את הלמידה, הטיפול ומרחב בית הספר לצרכים אלו. ההשתלמות נועדה לתת למורים כלים לאיתור וזיהוי ילדים נפגעי התעללות והזנחה במסגרת בית הספר, כלים לטיפול וניהול מקרה בו עולה חשד להתעללות מול הילד, מול המשפחה ומול הגורמים המטפלים בקהילה, בנוסף ייחודה בחיזוק מעמדם של המורים כדמויות משמעותיות עבור התלמידים, ככתובת רגישה, אכפתית, זמינה, אקטיבית ויעילה לעזרה בעניי התלמידים וכך לקדם את פנייתם של התלמידים לעזרה.

**סגל ההשתלמות:** אנשי מקצוע בתחום הרלוונטי מטעם מכון חרוב: מכון חרוב הוא הגוף המוביל בישראל, ומהמובילים בעולם, בהכשרה ובמחקר בתחום של ילדים נפגעי התעללות והזנחה.

**רכזת ההשתלמות:** שירה אברהמי, רכזת תחום חינוך במכון חרוב, יועצת חינוכית, מתמחה בהכשרת צוותים חינוכיים בעבודה חינוכית-טיפולית עם ילדים ונוער בסיכון

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן

# cbt - טיפול קוגניטיבי התנהגותי

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעז ולפוק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעז לתמורה.

מספר קורס 213

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
08:45-14:30תאריך תחילה: 28/11/2024  
תאריך סיום: 20/03/2025

## ימי חמישי 16 מפגשים

ה-cbt הינה תרפיה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת המתייחסת לבניות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו. הגישה מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך, שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד. התפיסה היא כי בבסיס, לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה.

**המטרה** היא לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת ליצור שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיבם באמצעות כלי ה-cbt. המרצה - מצוות אנגרמה - אימון והדרכה. ההשתלמות תתקיים במתכונת היברידית.

**מיקום המפגשים הפיזיים:** מרכז חיבה רח' הרב הרצוג 75 ירושלים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



אן



# סטיילינג טיפולי הפסיכולוגיה של הלבוש

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 214

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 27/05/2025



## ימי שלישי 12 מפגשים

גישות שונות העוסקות בהשפעת הלבוש על הלבבשות, פיתוח של העצמה קבלה עצמית ואהבה עצמית ותהליך של יצירת דימוי גוף חיובי, יצירת סטייל אישי, עבודה עם נוער בנושא דימוי גוף, קבלה עצמית, רשתות חברתיות ואידיאל היופי. סטיילינג הוא דרך מעולה עבור נשים ונערות להתמודד עם קשיים בנושאים כמו ביטחון עצמי ודימוי עצמי, משבר חיים, שינויים פיזיים, לידה, גירוש, תמורות במצב המשפחתי והרפואי. הקורס חוייתי ומהנה - תוצאות מהירות עם פידבקים מידיים מהסביבה. ההשתלמות תתקיים במתכונת היברידית.

**מיקום המפגשים הפיזיים:** מרכז חיבה רח' הרב הרצוג 75 ירושלים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן

# מיינדפולנס - מודעות קשובה - זום

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 215  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 28/05/2025



## ימי רביעי 12 מפגשים

הקניית טכניקת הקשיבות המאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית, מתוך למידה ויישום עקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות, שתאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היומיום במערכת החינוך ממקום אחר. **נושאי לימוד:** עקרונות 'vise mind' פיתוח המודעות, קשיבות פעילה, להתמקד בדבר אחד - כלים לתרגול, טכניקות להפחתת סימפטומים של מתח וחרדה ליצירת שיפור בחוסן הנפשי וביכולת הכלה, ניהול עצמי-לקחת בעלות מחודשת על התודעה שלנו, לתפוס את הרגע- רכישת כלים שיאפשרו לנו לנצור את הרגעים היפים והמרגשים של החיים.

**מרצה:** צוות מנחים מומחים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה".

**ההשתלמות תיערך בזום.**

**חובות ההשתלמות:** נוכחות ומטלת סיכום.



לרישום לחצו כאן



# ליצור אמנות במקום של אמנות

## "קורס מרוכז בקיץ"

סוג גמול:

גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 218

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-14:00



תאריך תחילה: 22/06/2025  
תאריך סיום: 02/07/2025



### מרוכז בקיץ 9 מפגשים

המשתתפים בקורס יקבלו כלים בסיסיים לרישום וציור והזדמנות לפתח את מיומנות היצירה וגם להתבונן פנימה ולהעשיר את דרכי ההוראה.

**נושאי לימוד:** נלמד לבטא רעיון אישי באמצעות יצירה, נתנסה במגוון טכניקות רישום בעפרון פחם דיו ועוד, בחדרי סדנה מקצועיים ובלווי מורה אומן. מתאים גם למתחילים.

**מרצה:** מיכל קרר.

**מיקום:** ירושלים - מוזיאון ישראל

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



# מניפת תרבות ואמנות - מרכז קיץ

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעזר ולאופק

מספר קורס 219  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-14:00



תאריך תחילה: 03/07/2025  
תאריך סיום: 15/07/2025



## שבוע מרכז בקיץ 9 מפגשים

מוזיאון ישראל כמרחב למידה רב תחומי ובין תחומי השופך אור על תמורות ומהלכים בחברה הישראלית בפרט ובתרבות בכלל. היכרות עם נכסי צאן הברזל של התרבות האנושית באמצעות חשיפה ליצירות המקור במוזיאון. דיון בנושאים בשילוב מגוון תחומים: קולנוע ספרות שירה ועוד...  
**נושאי לימוד:** המשתלמים יקבלו כלים להוראה רב תחומית מגוונת ורחבת אופקים עם דגש על אמנות ותרבות ישראלית במטוטלת בין מקומי לאוניברסאלי. המשתלמים יכירו זרמים וסגנונות באמנות מערבית ויקבלו כלים לנתח יצירות אמנות בהקשרים מגוונים. מדי שיעור ייבחן נושא חתך (זמן, זיכרון, גיבורי תרבות ועוד)

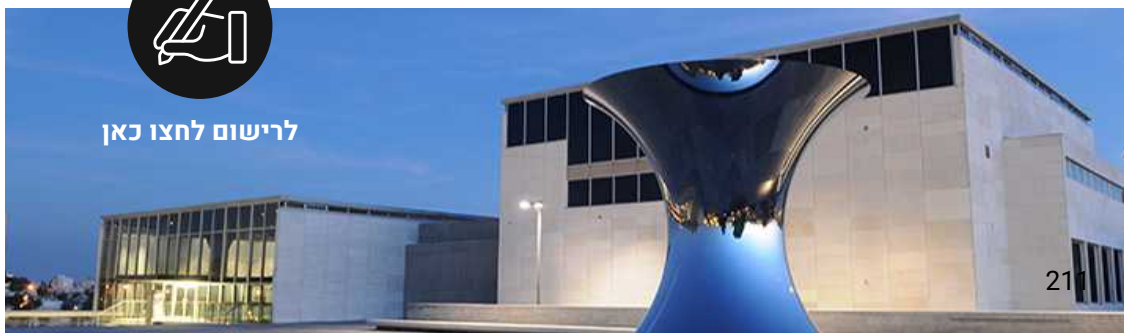
**מרצה:** ליהיא ספיר

**מיקום:** ירושלים - מוזיאון ישראל.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.



לרישום לחצו כאן





# סיפורים ירושלמיים - קורס מרכז קיץ

סוג גמול:  
גמול ללא ציון מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 220  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-18:00



תאריך תחילה: 22/06/2025  
תאריך סיום: 27/06/2025



## מרכז בקיץ 6 מפגשים

למה ירושלים תמיד שתיים? סיור בעקבות יהודה עמיחי מלווה שירי ירושלים. הרובע היהודי בתש"ח- סיור בסמטאות העיר העתיקה בעקבות לוחמי הרובע. סיור בנופי ירושלים של ימי הבית הראשון והשני. סיור מוזיקלי - קולינרי ברחביה, סיפור חייהם של גדולי האומה, סיפורי אהבה מופלאים שנרקמו בשכונה הירושלמית הוותיקה. רחובות האבן, סיור בהר הזיכרון בין חלקת גדולי האומה לבית הקבות הצבאי על המאבק לעצמאות וסיפורים שנשכחו בדרך "אור בירושלים" אתרים מוארים בירושלים (סיור ערב).

יתקיים מפגש השלמה בזום.

**מדריך:** ברוך שמולביץ, מומחה בתחומו.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות

עלות כניסות לאתרים על המשתתף.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס..



לרישום לחצו כאן





# בישול מעולם אחר

## בהנחיית שפים מקצועיים ממכללת טעמים.

סוג גמול:

ללא גמול

מספר קורס 221

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
09:00-14:00תאריך תחילה: 19/11/2024  
תאריך סיום: 28/01/2025

### ימי שלישי 10 מפגשים

המשתתפים בהשתלמות ילמדו באופן מעשי את עקרונות הבישול הקלאסי והמודרני. ההשתלמות משלבת שיטות בישול אירופאיות מתקדמות עם חומרי גלם איכותיים ומגוונים, המטבח כשר.

**בין נושאי הלימוד:** בישול אסיאתי ואיטלקי, סלטים, מרקים ועוד. עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקלים תשלום נוסף.

**ההשתלמות תתקיים במתחם "טעמים", מומלץ להגיע בתחבורה ציבורית.**

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



# לימודי קונדיטוריה

## בהנחיית קונדיטורים מקצועיים ממכללת טעמים

סוג גמול:

ללא גמול

מספר קורס 222

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
09:00-14:00תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 14/05/2025

ימי שני 10 מפגשים

המשתתפים יעברו השתלמות מעשית המקיפה את נושאי הקונדיטוריה הקלאסית והמודרנית. **בין נושאי הלימוד:** עוגות בחושות, שמרים ועוד. המשתלמים ילמדו שיטות עבודה בסיסיות ומורכבות ויישמו אותן על חומרי גלם איכותיים בעולם הקונדיטוריה. עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקלים תשלום נוסף.

**ההשתלמות תתקיים במתחם "טעמים", מומלץ להגיע בתחבורה ציבורית.**

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

ללא גמול

מספר קורס 223

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 08/12/2024  
תאריך סיום: 02/03/2025

ימי ראשון 12 מפגשים

התכנית מאפשרת להכיר וללמוד תחומי אמנות וסגנונות שונים כמו מקרמה, ליבוד, עיצוב בעיסת נייר, צילום והדפס תוך סקירת הרקע לצמיחתן של האמנויות ולשימושים שונים בכל אחת מהמלאכות. בכל שיעור יצאו המשתתפים עם יצירה ובמהלך הקורס יתנסו במגוון טכניקות וחומרים. תכנית הלימודים שמה דגש על פיתוח יצירתיות, חשיבה אמנותית, תהליכי עבודה ומיומנות טכנית.

התכנית מקנה ידע היסטורי ותרבותי על מגמות ועל יוצרים מרכזיים בארץ ובעולם. היא מועברת על ידי מיטב המרצים המקצועיים של מרכז ג'ינוגלי לאמנות חזותית.

חובות ההשתלמות: נוכחות



לרישום לחצו כאן

# עיר דוד – ירושלים שלא הכרתם – סיורים בעיר דוד ובירושלים

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 224

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:30-14:30תאריך תחילה: 06/11/2024  
תאריך סיום: 15/01/2025

ימי רביעי 10 מפגשים

ירושלים צופנת בחובה היסטוריה ארוכת שנים המספרת סיפורים שונים על העבר הרחוק והקרוב. בסיורים השונים נבקר באתרים מגוונים וייחודיים ונכיר את ירושלים שלא הכרתם.

הסיורים יועברו על ידי המדריכים המקצועיים של עיר דוד

הערה: תוספת תשלום עלות כניסות לאתרים 285 ש"ח

**ההגעה לסיורים הינה עצמית**

**חובות ההשתלמות: נוכחות והגשת מטלה**



**לרישום לחצו כאן**



סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 280

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומיםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 12/11/2024  
תאריך סיום: 04/02/2025

ימי שלישי 12 מפגשים

נופי הארץ ומאפייניה היוו את הבסיס הקיומי של אבותינו מהם צמחו ערכי תרבות ומורשת. בקורס יכירו המורים את הטבע במרחבי נאות קדומים, ובתווך של צמחים ונופים יפגשו בדמויות מרתקות מחכמינו זיכרונם לברכה, אשר הנופים וחיי היום-יום היוו השראה לחוכמתם. בדרך של לימוד בחברותא נקיים בית מדרש בטבע ונטעם סוגיות של חז"ל מן החיים המעשיים, האנושיים ורוחניים של אבותינו; דברי רכיל, וויכוחים, שיתופי פעולה, סכסוכים ופתרונות היוו דופק חי המייצג הווי חיים קדום, שהפך בסיס חינוכי וערכי.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.



לרישום לחצו כאן

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעזז ולאופק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעזז לתמורה.

מספר קורס 227

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
ירושליםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:30-12:45תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 17/06/2025

ימי שלישי 29 מפגשים

להכיר בדרך התנסותית את הבסיס עליו נבנה הציור, החל מהיכרות עם טכניקות רישום ועד להיכרות עם עולם צבעי השמן, פיתוח יכולת ההתבוננות במציאות הסובבת וביצירת אמנות מהעבר וההווה, הטמעה של הנלמד ביצירה אישית. נושאי לימוד: מושגי יסוד של הרישום- קו, אור וצל, נפח, קומפוזיציה, פרספקטיבה, היכרות עם גלגל הצבעים, תכונות הצבע, ערבוב הצבעים ואופן הנחתם על הבד ובסוף תכנון וביצוע של פרויקט אישי

מיקום ההשתלמות: מוזיאון ישראל ירושלים.

חובות ההשתלמות: נוכחות והגשת מטלה



לרישום לחצו כאן

# NLP פרקטישיונר - לימודי תעודה

סוג גמול: גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק 60 שעות + 112 שעות גמול ללא ציון לעוז לתמורה.

מספר קורס 260  
6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 15/05/2025



## ימי חמישי 25 מפגשים

הקורס יקנה כישורי NLP ואינטליגנציה רגשית מגיל הגן ועד לסיום ביה"ס. בנוסף, יוקנו כלים לשימוש במוח-מחשבה, רגשות והתנהגות בעולם החינוך ובכלל. שיטת ה- NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי התנהגות, נירולוגיה ובלשנות. זוהי שיטה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה לשנות רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות תוך שימוש במשאבים הפנימיים למימוש הפוטנציאל הטמון בנו. ה- NLP נותן כלים מגוונים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל! נלמד שפה שתסייע לנו לנהל את מחשבותינו ורגשותינו וכן להשפיע על עצמנו וסביבתנו.

נושאי הלימוד: הנחות יסוד של השיטה, מודל התקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה הסובייקטיבית, שפת התת מודע, יצירת עתיד מיטבי, כלים לזיהוי חסמים פיזיים, אימון ליצירת תהליך שינוי, חווית כוח הדמיון, השפעה על התנגדויות, יצירת חוסן נפשי, שפת ההרפייה והתמודדות עם מצבי לחץ, כלים לתיעול כעסים, חשיבה פוזיטיבית ותודעת השפע ועיקרון החמלה והסליחה.

תעודת סיום תוענק למסיימי הקורס בהיקף של 172 שעות, אשר מוכרת בלשכת NLP הישראלית והבינלאומית.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה בתום 60 שעות, ובחינה להסמכה בסיום ההשתלמות.

**מנחה:** אפרת כהן מלמד מצוות מנחים מ"אנגרמה" אימון והדרכה.

**מיקום השתלמות:** כיתה הלימוד של אירגון המורים שדרות הרכס 13 בנין D קומה 4 מודיעין.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון לעזר לתמורה ואופק

מספר קורס 261

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעיןסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 17/11/2024  
תאריך סיום: 09/02/2025

ימי ראשון 12 מפגשים

ארגז כלים למימוש עצמי והצלחה. הפסיכולוגיה החיובית הינה תחום חדש יחסית ומתפתח מחקרית ורעיונית. בעיקר מדובר על תחום מרתק ופרקטי אשר עוסק תחומים רבים ומגוונים. ההשתלמות תיתן ללומדים בה סקירה רחבה ומרעננת לתחום שיכול עם הפנמה, התמדה ותרגול, להעלות את תחושת הרווחה הנפשית של המשתלמים ולהביא אותם לתובנות מרתקות על חייהם ותפיסותיהם כמו גם לאפשר ארגז כלים מרתק ויישומי לשימוש בחיי היום יום בכלל ובמרחב החינוכי כפרט.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 262

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעיןסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 03/12/2024  
תאריך סיום: 25/02/2025

## ימי שלישי 12 מפגשים

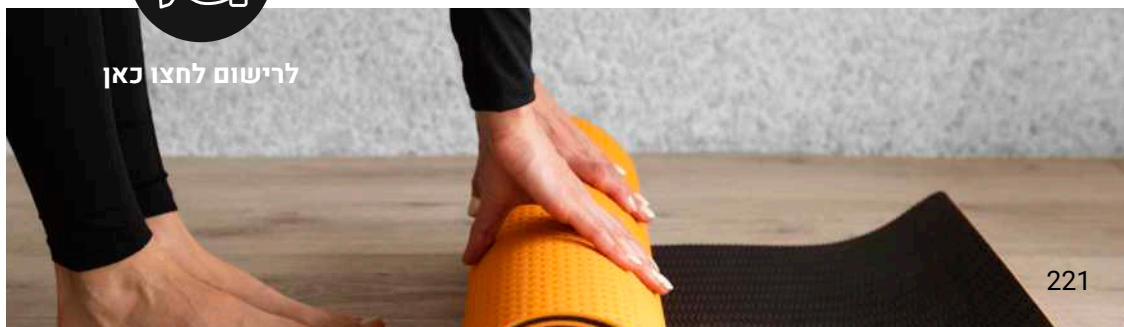
המורה ילמד בקורס את עקרונות היוגה באוריינטציה לעבודה החינוכית. דרך היוגה נלמד את אופן פעולת ההכרה שלנו ואיך לכוון אותה לאיכות חיים טובה יותר, להתמודדות מול הקשיים. לדוגמא: חוסן נפשי, יציבה טובה, שחרור הגוף מכאבים שונים והרפייה. היוגה פונה לרובדים שונים באדם ולכל מורה יש יכולת השפעה מיטיבה על תלמידיו. נלמד טכניקות מתחום היוגה ונוכל להעבירן לחיינו האישיים ולעבודתנו, כמו כן נחזק את חוכמת הגוף הטבעית.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.



לרישום לחצו כאן



# הקול הוא כמו להיות - פיתוח קול

סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 263

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעיןסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 19/05/2025

ימי שני 12 מפגשים

התנסות בשירה, הכרת סגנונות וסוגי קולות/מפתחות למוסיקה. נלמד שליטה ושימוש נכון ובריא בהפקת הקול, תוך התנסות ויישום של טכניקות נכונות בהיגוי, דיבור, נאום ושירה פעילה, זאת מול הכרות עם תחומים משיקים כמו הכרות עם סגנונות ווקאליים שונים, ושל מוסיקה במגוון סגנונות ותרבויות. נערוך הכרות עם תרבויות מוסיקאליות מגוונות, בשילוב ובהתבסס על ההיסטוריה של התחום שיביאו בנוסף להנאה בפיתוח השימוש בקול, גם לפיתוח ושכלול היכולת של המורה להשתמש נכון בקולו בימים ארוכים של הוראה, תוך שימוש והפעלת הכלים שיירכשו בקורס.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
ללא גמולמספר קורס 264  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימודמיקום:  
מודיעיןסוג קורס:  
רשותשעות לימוד:  
09:00-13:00תאריך תחילה: 18/11/2024  
תאריך סיום: 03/02/2025

ימי שני 10 מפגשים

ההשתלמות נועדה ללמוד תחומי אמנות וסגנונות שונים כמו מקרמה - הכרת כל סוגי החוטים וטכניקות קשירות שונות, הכנת קישוט קיר, קולאז' סיפור אישי - היכרות עם עולם הניירות ואביזרי הנייר, הכנת קולאז' אישי, בטון - לימוד טכניקות עבודה בבטון, יצירת כלים מבטון, פמוטים ומעמד לתכשיטים, קליעה תימנית ואתיופית, ציור ורישום ועוד מגוון התנסויות בתחומי האמנות השונים.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות..



לרישום לחצו כאן

# הנחיית קבוצות וצוותי משימה

סוג גמול:

גמול עם ציון מוכר לעזוז ולאופק 60 שעות  
+ 56 שעות גמול ללא ציון לעזוז לתמורה.

מספר קורס 265

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 18/02/2025  
תאריך סיום: 24/06/2025



## ימי שלישי 16 מפגשים

פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחיה בקבוצה ובדינאמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים. למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואפיון בכלל ובבתי הספר בפרט. רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בין אישיות, פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחיה.

**נושאי לימוד:** מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשלבי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנויות וסגנונות הנחייה והוראה, תפקידי המורה כמנהיג ומוביל, תקשורת בין אישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים, מתן וקבלת משוב והערכה כהזדמנות ולא כאמצעי ענישה, שונות ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא, כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצרת סינרגיה בקבוצה, סוגיות פרידה

**שיטות לימוד** שילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות, סרטים, תרגילים, שאלונים וקבוצות דיון.

נוכחות + הגשת מטלות.

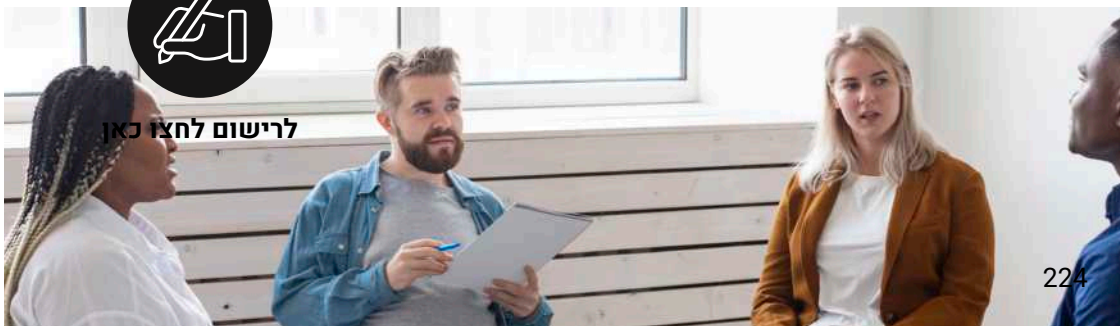
**מרצה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים.

נועה יצחק - מייסדת ומנהלת בי"ס אנגרמה - אימון והדרכה  
מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים,  
שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר - נפגשים בהולמס פלייס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 267  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים  
ומודיעין



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



## בימים ושעות פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. נושאי לימוד: אימון קבוצתי עם מאמן כושר בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

## חובות ההשתלמות: נוכחות.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר - נפגשים בהולמס פלייס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 267.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
ירושלים  
ומודיעין



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



## בימים ושעות פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. נושאי לימוד: אימון קבוצתי עם מאמן כושר בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיתוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

## חובות ההשתלמות: נוכחות.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# חינוך לבריאות - תזונה, תנועה ותודעה

סוג גמול:

גמול ללא ציון בעוז לתמורה

מספר קורס 268

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעיןסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 02/03/2025  
תאריך סיום: 08/06/2025

ימי ראשון 11 מפגשים

מטרת ההשתלמות היא לאפשר צמיחה ותהליך אישי באמצעות מודעות גופנית, נפשית ותודעתית. שיפור הדימוי העצמי ואיכות חיים נאותה וכן שמירה על בריאות מטיבית. ההשתלמות תחשוף את המשתלמות לחשיבות התנועה בחיינו. נעמיק בשיטת הפילאטיס ככלי שיקומי וכתהליך מדדיטיבי פנימי עמוק לאיזוק הגוף והנפש, ההשתלמות תעסוק גם בהיבט התזונתי ובהקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה לשיפור איכות החיים.

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



**לימודי קונדיטוריה**  
בהנחיית קונדיטורים מקצועיים מ- 4 chef

**סוג גמול:**  
ללא גמול

**מספר קורס 269**  
**2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד**

**מיקום:**  
**מודיעין**



**סוג קורס:**  
**רשות**



**שעות לימוד:**  
**09:00-14:30**



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 14/05/2025



## ימי רביעי 10 מפגשים

המשתתפים יעברו קורס מעשי המקיף את נושאי הקונדיטוריה הקלאסית והמודרנית  
**נושאי הלימוד:** עוגות בחושות, שמרים גבינה ועוד.. המשתלמים ילמדו שיטות עבודה  
 בסיסיות ומורכבות ויישמו אותן על חומרי גלם איכותיים בעולם הקונדיטוריה, תוך יצירת  
 קינוחים מיוחדים.

## מיקום: 4 chef מודיעין.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקלים תשלום נוסף.

## חובות ההשתלמות: נוכחות.



## לרישום לחצו כאן





# מיינדפולנס - מודעות קשובה

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעזו לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 270  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-19:45



תאריך תחילה: 25/11/2024  
תאריך סיום: 21/04/2025



ימי שני 12 מפגשים

הקניית טכניקת הקשיבות המאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית, מתוך למידה ויישום עקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות, שתאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היומיום במערכת החינוך ממקום אחר. נושאי לימוד: פיתוח המודעות, קשיבות פעילה, להתמקד בדבר אחד - כלים לתרגול, טכניקות להפחתת סימפטומים של מתח וחרדה ליצירת שיפור בחוסן הנפשי וביכולת הכלה, ניהול עצמי- לקחת בעלות מחודשת על התודעה שלנו, לתפוס את הרגע- רכישת כלים שיאפשרו לנו לנצור את הרגעים היפים והמרגשים של החיים

**מיקום ההשתלמות:** כיתת הלימוד של ארגון המורים, שדרות הרכס 13 בניין D קומה 4.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה..



חצו כאן



# בישול "מעולם אחר"

## בהנחיית שפים מקצועיים מ- chef 4

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 271  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:30



תאריך תחילה: 25/11/2024  
תאריך סיום: 03/02/2025



ימי שני 10 מפגשים

המשתתפים בקורס ילמדו באופן מעשי את עקרונות הבישול הקלאסי והמודרני. הקורס משלב שיטות בישול אירופאיות מתקדמות עם חומרי גלם איכותיים ומגוונים. המטבח כשר.

**בין נושאי הלימוד:** בישול אסיאתי ואיטלקי, סלטים, מרקים ורטבים, בישול בשר ועוד.

**מיקום:** chef 4 מודיעין.

עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקל תשלום נוסף.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישום לחצו כאן



# התפתחות אישית דרך סיפורים וסרטים

סוג גמול:

גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 272

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 20/11/2024  
תאריך סיום: 12/02/2025



## ימי רביעי 12 מפגשים

הקשבה לסיפורו של האחר דרך סיפור או סרט, מאפשרת לאדם להעמיק את תובנותיו ביחס לעצמו ולעולם. לסיפור קולע יש כוח מרפא (ביבליותרפיה), וניתן לדבר דרכו באופן עקיף ומתוחכם, לעודד, ללמד ולסייע. כיום קיימות שיטות וטכניקות יישומיות לשימוש בסיפורים כמרחב לדיאלוג חינוכי מעצים עם תלמידים.

הקורס "התפתחות אישית דרך סיפורים וסרטים" מעניק לאנשי החינוך כלים וידע שבאמצעותם יוכלו להשתמש בסיפורים ובקטעי סרטים ככלים יעילים, יצירתיים ומלאי השראה במסגרת עבודתם. בהשתלמות נחוה את היכולת לראות את החיים כמסע של בחירה אישית בעולם האגדה ובעולם האמיתי. נלווה גיבורים בדיוניים במסעם בעולם המעשיות ונתחקה אחר תחנות במסע האישי של כל אחד מאיתנו. פיתוח המורה כמחנך המקדם חינוך מיטיב ותורם להתפתחותם האישית של תלמידיו. הקניית כלים יצירתיים ואפקטיביים מעולם הביבליותרפיה המאפשרים למורה לנהל דיאלוג משמעותי, ערכי ומעצים עם תלמידיו.

## הערות להשתלמות

קורס חובה עם ציון מוכר לאופק חדש ולעזו לתמורה. מנחה: יעל רותם, מנחת קבוצות בכירה המתמחה בהתפתחות אישית דרך סיפורים (ביבליותרפיה) ופרסמה 3 ספרים מוערכים בתחום.



לרישום לחצו כאן



# סיפור משפחתי - יחסים משפחתיים בחיים ובקולנוע

מספר קורס 273 | 2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד  
סוג גמול: גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 26/02/2025  
תאריך סיום: 04/06/2025



## ימי רביעי 12 מפגשים

לתא המשפחתי משמעות גדולה בחיי האדם ובתוכו מורכבות ואתגרים רבים. לעיתים קשה מאוד לתפקד טוב כהורים, בני זוג, אחים וילדים, ויש צורך בידע, מודעות וכלים שפותחים אפשרויות בחירה חדשות וטובות בניהול היחסים. בתוך המשפחה ניתן לשפר את התקשורת הבינאישית ולחזק את הקשר והיחסים באמצעות טכניקות יישומיות להקשבה מייטבית ומתן עידוד, ודרכים יעילות להתנהלות מול קשיים ואתגרים. קורס ייחודי וחוויתי של מסע קבוצתי ואישי דרך סיפורים וסרטים העוסקים ביחסים במשפחה.

הקורס מציע הרחבת ידע ומתן כלים יישומיים בסוגיות שקשורות לקשרים בין בני משפחה, לחינוך ולאתגרי ההורות.

ההרצאות משלבות ידע מעולמות הפסיכולוגיה, החינוך והאימון ומלוות בקטעי סרטים מרגשים ומרתקים על יחסים בין הורים לילדים, בין אחים ובקשר הבין-דורי.

בכל מפגש פעילות סדנאית חווייתית, מצגת לימודית, צפייה מודרכת בקטעי סרטים ודיון. המשתתפים מעמיקים את הידע ואת התובנות האישיות ונהנים מחוויה מעשירה, שממשיכה להדהד ולתרום לחייהם האישיים והמקצועיים.

## הערות להשתלמות

קורס חובה עם ציון מוכר לאופק חדש ולעזוז לתמורה.

**מנחה:** מנחת קבוצות בכירה המתמחה בהתפתחות אישית דרך סיפורים (ביבליותרפיה) ופרסמה 3 ספרים מוערכים בתחום



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 274 יחידות לימוד,

60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומיםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 11/11/2024  
תאריך סיום: 03/02/2025

ימי שני 12 מפגשים

אין כמו ביה"ס של הטבע להעשרה ויצירת עניין. הטבע מספק לנו רגעים של רוגע, עוצמה, צמיחה והמון חכמה. אבותינו התנהלו בעולם בו הטבע הוא חלק בלתי נפרד מהווית החיים היומיומית. הצמחים, האוויר, המים והאדמה היוו את הבסיס הקיומי אך היו גם מקור להשראה.

בקורס יושם דגש על: התבוננות מעמיקה בסביבתנו הטבעית, שילוב מקורות מהתרבות העברית העתיקה והמודרנית, למידה חוץ כיתתית.

### ההשתלמות תתקיים בנאות קדומים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק

מספר קורס 275

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומיםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 13/11/2024  
תאריך סיום: 05/02/2025

## ימי רביעי 12 מפגשים

כיצד הצליחו נשות המקרא מתוך המרחב הביתי המסוגר, ובחברה גברית-פטריארכלית להשפיע ולהיכתב בדפי ספר הספרים וכיצד נראו חייהן? מה היו עיסוקיהן? כיצד אהבו? על מה חלמו? ואיך נראתה "היפה בנשים"? הצצה אל עולמה של האישה בעת הקדומה. נושאי הקורס יסקרו את מעגל החיים של האישה בתקופת המקרא: החל מלידה ולאורך כל חייה הבוגרים: היותה אשת איש, התמודדות עם משפחה פוליגמית, נושא הפריון והלידה, לעיתים הליכה נגד הזרם, יופי חיצוני ופנימי ועוד בהשתלמות יושג דגש על הנושאים הללו בליווי קטעי מקורות הכוללים מקורות יהודיים וכן מקבילות עכשוויות, ספרות ושירה מודרנית.

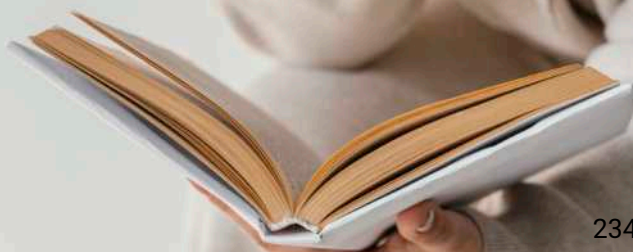
## ההשתלמות תתקיים בנאות קדומים.

## חובות ההשתלמות: נוכחות והגשת מטלה.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן





סוג גמול:

גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 276

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומיםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 21/11/2024  
תאריך סיום: 13/02/2025

## ימי חמישי 12 מפגשים

בעקבות האוכל הישראלי הקדום - אוכל הוא לא רק מזון, הוא ביטוי מוחשי של תנאי הארץ, החקלאות, המנהגים והאמונות של תושביה. אלפיים שנה היה עם ישראל בגלות והאוכל המקורי שלו נשכח, ויחד אתו נשכחו מנהגים ומסורות. בהשתלמות נשחזר את האוכל הארץ-ישראלי הקדום על פי עונות השנה והחגים ונאיר את המנהגים והמסורות, הנסיבות האקלימיות, החקלאיות, התרבותיות והאמוניות להיווצרותו. במהלך ההשתלמות נתנסה בפעילויות שונות: חריש בעזרת חמור, זריעה, ליקוט צמחי תבלין ועוד, נכיר את ערכיהם התזונתיים והרפואיים של צמחי המאכל לאור רופאי העבר והמחקר המודרני, בסופו של כל מפגש נבשל ארוחה נושאת על פי מתכונים עתיקים משוחזרים מן המקורות.

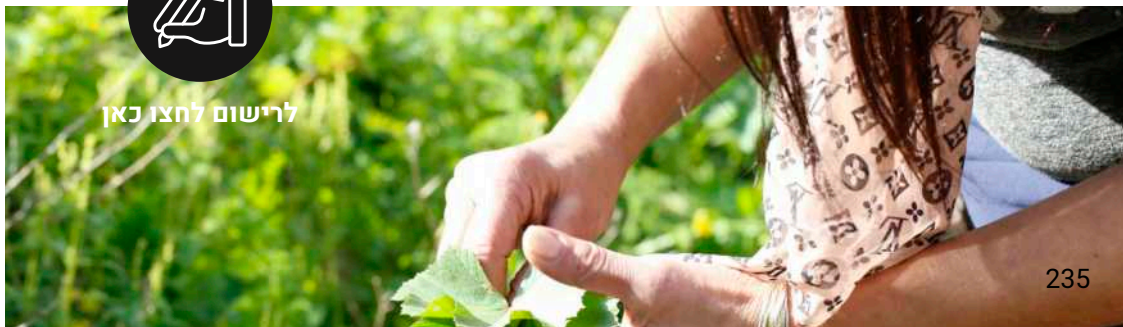
## ההשתלמות תתקיים בנאות קדומים.

## חובות ההשתלמות: נוכחות והגשת מטלה.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# גיבורות בעל כורחן - קיץ

סוג גמול:

גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק

מספר קורס 277

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-15:00



תאריך תחילה: 02/07/2025  
תאריך סיום: 13/07/2025



## מרכז בקיץ, 8 מפגשים

כיצד הצליחו נשות המקרא מתוך המרחב הביתי המסוגר, ובחברה גברית-פטריארכלית להשפיע ולהיכתב בדפי ספר הספרים וכיצד נראו חייהן? מה היו עיסוקיהן? כיצד אהבו? על מה חלמו? ואיך נראתה "היפה בנשים"? הצצה אל עולמה של האישה בעת הקדומה. נושאי הקורס יסקרו את מעגל החיים של האישה בתקופת המקרא: החל מלידתה ולאורך כל חייה הבוגרים: היותה אשת איש, התמודדות עם משפחה פוליגמית, נושא הפריזון והלידה, לעיתים הליכה נגד הזרם, יופי חיצוני ופנימי ועוד בהשתלמות יושג דגש על הנושאים הללו בליווי קטעי מקורות הכוללים מקורות יהודיים וכן מקבילות עכשוויות, ספרות ושירה מודרנית.

## ההשתלמות תתקיים בנאות קדומים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# זרעי קיץ

סוג גמול:  
גמול עם ציון מוכר לעוז ולאופק

מספר קורס 278  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
נאות קדומים



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:30-15:00



תאריך תחילה: 22/06/2025  
תאריך סיום: 01/07/2025



מרוכז בקיץ, 8 מפגשים

בימי קדם ידע האדם להשתמש בסביבתו הטבעית לכל צרכי קיומו: אוכל, רפואה, כלי בית, בניה ועוד. הידע הזה נשאר נחלתם של "זקני השבט" וכמעט נעלם מן העולם. היום, בעולמנו המתועש והמזיק לטבע, רווחת המגמה לחזור לשורשים, להכיר את הצמחים סביבנו ולתרגל את הידיים בעשיית מלאכות קדומות פשוטות אך יעילות. במהלך ההשתלמות נערוך הכרות מחודשת ומעמיקה עם הטבע סביבנו ברבדיו השונים: שימושי צמחים, סמליות ומשלים, נתנסה במלאכות מעולם הטבע, נלמד תובנות מן הטבע וכיצד ליישמן בחיים המודרניים ונרכוש כלי נוסף כגיוון לדרכי ההוראה.

## ההשתלמות תתקיים בנאות קדומים.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות והגשת מטלה.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיוור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיוור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# למדי למקסם את יופיך - סודות האיפור המקצועי

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 279  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
מודיעין



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:00



תאריך תחילה: 10/12/2024  
תאריך סיום: 04/03/2025



ימי שלישי 12 מפגשים

ההשתלמות מיועדת לכל אישה המעוניינת ללמוד כיצד להוציא מעצמה את המקסימום על ידי הקניית ידע בסיסי בהכרת סוג העור, תהליכי הטיפול וטיפול בעור הפנים. בין נושאים הלימוד: תורת האיפור, הכרת המוצרים והאביזרים, מורפולוגיה - תיקוני איפור והצללות, איפור עיניים, עיצוב שפתיים, איפור טבעי/ערב/מעושן וכו'.

**ההשתלמות תתקיים** במרכז הרב תחומי, רחוב עמק דותן 49 מודיעין ויועבר על ידי צוות בית הספר לאיפור ולמקצועות היופי בניהולה של רות אסף.

**חובות ההשתלמות:** נוכחות.



לרישון יחצו כאן

# אזור חיפה



## פרטי יצירת קשר:

**מאירה לייבו** רכזת השתלמויות חיפה

דוא"ל: [MeiraL@igm.org.il](mailto:MeiraL@igm.org.il)

טלפון: 04-6493406

**אורטל דן** מזכירת השתלמויות חיפה

דוא"ל: [ortald@igm.org.il](mailto:ortald@igm.org.il)

טלפון: 04-6493407



### סמסטר א' וקורסים שנתיים

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'
<p><b>לפגוש את עצמי</b> - המורה כבן אדם</p> <p>קורס מס' 301 2 ש"ש 09:00-13:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p> <p><b>חדש</b></p>	<p><b>הום סטיילינג</b> - עיצוב פנים - חללי לימוד ומגורים</p> <p>קורס מס' 302 2 ש"ש 09:00-13:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p>	<p><b>CBT יישומי</b> ממוקד מטרה</p> <p>קורס מס' 304 4 ש"ש 08:45-14:30 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p>	<p><b>מחזירים את החיוך לחיים - מנחי יוגה צחוק</b></p> <p>קורס מס' 305 2 ש"ש 09:00-13:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p>	<p><b>קורס אימון בסיסי</b> COACHING</p> <p>קורס מס' 306 6 ש"ש 08:45-14:30 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p> <p><b>לימודי תעודה שנתי</b></p>
<p><b>תיאטרון כמנוף ללמידה משמעותית</b></p> <p>קורס מס' 300 2 ש"ש 17:00-22:15 היכל התיאטרון קריית מוצקין</p> <p><b>שנתי</b> <b>בימים א' - ה'</b> <b>מועדים יישלחו לנרשמים</b></p>	<p><b>תקשורת מקרבת</b> בלתי מילולית בתנועה באמצעות בידודנסה</p> <p>קורס מס' 303 2 ש"ש 13:30-16:45 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.</p> <p><b>חדש</b></p>	<p><b>אמנות הקולאז'</b> כהשראה להוראה - מתולדות האמנות ועד ליצירה</p> <p>קורס מס' 318 2 ש"ש 09:00-13:15 סטודיו לאומנות בית נחמה וירוחם</p> <p>חובבי ציון 24, חדרה</p> <p><b>חדש</b></p>	<p><b>מנייר לחימר</b> אמנות הנניר והחימר</p> <p>קורס מס' 335 2 ש"ש 16:00-20:00 מרכז החינוך של מוזיאוני חיפה, שבתאי לוי 24.</p>	<p><b>ניחוחות מתוקים - קונדיטוריה ואפייה בעולם החדש</b></p> <p>קורס מס' 333 2 ש"ש 09:00-14:00 מגדל הנביאים, חיפה, קומה 6.</p> <p><b>חדש</b></p>
	<p><b>לאדינו למתחילים - בסיפור, בפתגם ובשיר</b></p> <p>קורס מס' 313 2 ש"ש 17:30-19:00</p> <p><b>יתקיים בזום</b></p>			<p><b>קורס האקורד הפנימי- חיבור תדרים וקול</b></p> <p>קורס מס' 314 2 ש"ש 14:00-18:15 מרכז מבקרים בית - אל, רח' דרך אבשלום 1, זכרון יעקב</p>





### סמסטר ב

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'
<p><b>ערבית מדוברת בכיף</b> קורס מס' 307 2 ש"ש 09:00-13:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה. <b>חדש</b></p>	<p><b>סטיילינג טיפולי</b> קורס מס' 308 2 ש"ש 09:00-13:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה. <b>חדש</b></p>	<p><b>קולנוע, חינוך ורב תרבותיות</b> קורס מס' 309 4 ש"ש 09:00-13:30 סינמטק חיפה, שד' הנשיא 142, חיפה.</p>	<p><b>הנחיית קבוצות וצוותי משימה</b> קורס מס' 311 4 ש"ש 08:45-14:30 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה. <b>לימודי תעודה</b></p>	<p><b>ריחות וטעמים – בישול באווירה אחרת</b> קורס מס' 334 2 ש"ש 00:41-00:90 מגדל הנביאים חיפה, קומה 6.</p>
	<p><b>להיות בעדי בניית חוסן אישי וצוותי</b> קורס מס' 312 2 ש"ש 14:00-17:15 משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה. <b>חדש</b></p>			<p><b>גוף, תנועה ורגש</b> קורס מס' 310 2 ש"ש 14:00-18:15 מרכז מבקרים בית - אל, רח' דרך אבשלום 1, זכרון יעקב <b>חדש</b></p>



לרישום לחצו כאן





לרישום לחצו כאן

### קורסי סיורים:

קורס מס' 315 | **ושמחת בחגיך: סדרת סיורים בנושא דתות עדות וחגים בישראל**  
6 מפגשים מרוכזים בחופשת חנוכה + יום עיון מקוון **חדש**

קורס מס' 316 | **סובב חיפה**  
6 מפגשים מרוכזים בחופשת הקיץ + יום עיון מקוון

קורס מס' 317 | **ארץ זבת חלב ודבש: יקבים, מחלבות ובתי בד**  
7 מפגשים, אחת לחודש בימי שישי + יום עיון מקוון **חדש**

### סמינרים עם לינה

קורס 413 | **כוכבים בשמי המדבר** סביבה יצירה ורוח בהר הנגב  
מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25  
מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.  
הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.

קורס 622 | **אם יש לך שמש בליבך בוא לאילת** 23/3-28/3/25,  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלון וחזור

קורס 415 | **פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי**  
16/2/25-21/2/25, 3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,  
ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

קורס 531 | **ארוחה מהשדה – סמינר ליקוט בתנאי שטח חדש**  
שני חלקי סמינר, חלק א' 3/2/25-5/2/25, חלק ב' 3/3/25-5/3/25  
לינת שטח במערת הפלמ"ח בקיבוץ משמר העמק.  
הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר,  
אפשרות איסוף מתחנת הרכבת בכפר יהושע בימי ההגעה.

# תיאטרון כמנוף ללמידה משמעותית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 300  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
היכל התיאטרון,  
קריית מוצקין



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:00-22:30



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 30/06/2025



8 מפגשי תיאטרון בימים א'-ה בשעות הערב, הצגה אחת בחודש.

**מטרות:** הקורס מיועד למורים המעוניינים להרחיב ידע והכרות עם עולם התיאטרון הישראלי והעולמי. הקניית כלים לצפייה ביקורתית בהצגות תיאטרון.

**נושאי לימוד:** הכרות עם שפת התיאטרון, מרכיבי התיאטרון, סגנונות וז'אנרים מגוונים. דיון בקונפליקטים ערכיים, חברתיים, פוליטיים ואחרים העולים בהצגה. זיהוי האמצעים התיאטרוניים הממחישים רעיון, מסר ו/או ביקורת בהצגה. חינוך באמצעות התיאטרון, ההצגה ככלי חנוכי-אומנותי.

**מרצה:** עודדה שקד – בוגרת תואר שני בתיאטרון באוניברסיטת תל אביב, בימאית נוער ומבוגרים, מורה בכירה לתיאטרון, בעלת ניסיון עשיר וידע רב בעולם התיאטרון.

\*הקורס כולל 8 מפגשים הצמודים לצפייה במיטב הרפרטואר של התיאטרון.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה. הקורס יתקיים בימים א'-ה, ההצגה אחת בחודש, בין השעות 17:00-22:30. מועדי ההצגות יישלחו לנרשמים

**מיקום:** היכל התיאטרון קריית מוצקין.



לרישום לחצו כאן

# לפגוש את עצמי- המורה כבן אדם

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 301  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 19/01/2025



12 מכגשים, אחת לשבוע בימי ראשון

**מטרות:** הנחיית קבוצת מורים ומורות, תוך התנסות חווייתית והתייחסות למושגים מתאוריות פסיכולוגיות ומודלים של חוסן, במטרה לתת מקום לתהליכים רגשיים של המורה עצמו, גילוי כוחות ההתמודדות בתקופה של אתגרים של הכלל (קורונה, מחאה, מלחמה) והפרט.

**נושאי לימוד:** התכנים ייגעו בעולמם הפנימי, ברגשות, בדילמות, ביחסים בינאישיים ובהשפעת אירועי התקופה. נוכל להתייחס לנושאים נוספים כגון: דרכי ההתמודדות מול קושי ולחץ, הורות, אני והסביבה, תקשורת ויחסי צוות, זהות אישית ומקצועית, ניהול זמן ומשאבים. ההמשגה של התהליכים תתבסס על מושגי יסוד בפסיכולוגיה, בעיקר מתוך התאוריות של פרויד, ויניקוט, קוהוט וביון נעזר במודלים, מושגים וכלים של חוסן כגון: גשר מאח"ד, עקרון הרציפות, קמ"צ, מודל מעש"ה, טווח העוררות, הרפייה ודימיון מודרך.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מרצה:** פסיכולוגית קלינית גלית אגם.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה, קומה 9



לרישום לחצו כאן





# הום סטיילינג - עיצוב פנים - חללי לימוד ומגורים

סוג גמול:  
גמול ללא ציון, מוכר לעז  
לתמורה בלבד

מספר קורס 302  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 28/02/2024  
תאריך סיום: 13/01/2025



11 מפגשים, אחת לשבוע בימי שני

**מטרות:** קורס הום סטיילינג - עיצוב חללים בבית ובביה"ס.  
בקורס ילמדו וירכשו כלים ועקרונות - איך להפוך את הסביבה בה אנו מבלים יום יום, לסביבה נעימה, אסתטית, מעוצבת לפי טעמנו האישי - לסביבה אליה אנו שמחים לחזור.

**נושאי לימוד:** בין הנושאים בהם נעסוק: סגנונות בעיצוב הבית, מהו קונספט, יצירתיות ולוח השראה, חומרים בעיצוב - הכרת החומרים הקיימים בשוק, השפעת הצבע על האווירה בבית, תאורה, עקרונות ודגשים בפאנג שוואי, פתרונות אחסון, עיצוב כל חללי הבית - מטבחים, חדרי שינה, חדרי ילדים, חדרי רחצה וסדנה ליצירת לוח השראה אישי - תוך התנסות בתיכנון עיצובי.

**מטלות:** נוכחות.

**מרצה:** אורנה מאירי - מעצבת רב תחומית.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה.  
\* בקורס זה יתקיימו שני ימי סיור



לרישום לחצו כאן



# תקשורת מקרבת בלתי מילולית - בתנועה באמצעות ביונדסה

סוג גמול:

גמול ללא ציון,

מוכר לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 303

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפהסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
13:30-16:45תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 02/03/2025

14 מפגשים, אחת לשבוע בימי שני

**מטרות:** ביונדסה היא ריקוד החיים, שיטה בין"ל שפותחה בצ'ילה ע"י רונלדו טורו, פסיכואנאליסט, אמן ואישיות רב תחומית.

ביונדסה היא חוויה של כאן ועכשיו

שכליה המרכזיים הם מוסיקה, תנועה ומפגש אנושי.

באמצעותה אנו זוכים להזדמנות: להתחבר לפוטנציאלים שלנו, לפתח חיוניות ושמחה, לחוות קשר עם האחר, עם הקבוצה ועם עצמנו.

**נושאי לימוד:** בביונדסה נעבוד על חיוניות, דחף חיוני ושמחת חיים,

שמחה ככוח מניע בחיים, איזון בין פעולה למנוחה.

יצירתיות – חקירה גילוי דרכים חדשות של ביטוי באמצעות מוסיקה ותנועה פיתוח רגישות

חדשה המאפשרת ביטוח כישורונות נסתרים

חיבתיות היכולת לקיים תקשורת רגישה עם עצמי ועם האחר, עם הקבוצה ועם הטבע.

אין צורך ברקע קודם בריקוד.

**מטרות:** נוכחות

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו, 157, חיפה.

**מנחה ומורה:** אורפז לי אורה - מנחת סדנאות ומעגלי נשים.



לרישום לחצו כאן



# CBT יישומי ממוקד מטרה

סוג גמול:

מספר קורס 304

116 שעות - 60 שעות מוכר לגמול עם ציון  
לעוז לתמורה ואופק חדש + 56 שעות ללא  
ציון מוכר לעוז לתמורה בלבד

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 18/02/2025



16 מפגשים, אחת לשבוע בימי שלישי (מתוכם 2 מפגשים מקוונים)

**מטרות:** ה CBT הינה תרפייה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת המתייחסת לבעיות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו.

**נושאי לימוד:** הגישה, מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד. התפיסה היא, כי בבסיס לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה. המטרה היא, לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת לייצר שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיביים באמצעות כלי ה-CBT.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מרצה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים. נועה יצחק - מייסדת ומנהלת ב"ס אנגרמה - אימון והדרכה, מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה.



לרישום לחצו כאן

# מחזירים את החיוך לחיים - מנחי יוגה צחוק

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 305  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



12 מפגשים, אחת לשבוע בימי רביעי

**מטרות:** הקורס מקנה כלים להכשרת מנחים לסדנאות צחוק בשיטת יוגה צחוק.

**נושאי לימוד:** המסע בעקבות הצחוק, השמחה וההומור וכיצד הוא משתלב בחיים. יתרונות הצחוק מבחינה בריאותית, נפשית וחברתית - מחקרים ועובדות. קבלת כלים למערכי שיעור מלווים בתנועה, משחק וצחוק לשיפור אנרגיית הלמידה וכמונע שחיקה. הצחוק כמקור לריפוי ריגשי ונפשי. מיקוד שמחה והבנת המודעות, הבנת האיזון שבין קבלה עצמית והצלחה, הקשבה עצמית ושינוי חשיבה. הזכות להכיר את עצמי ממקום מחוייך ומעצים יותר. משחקי היכרות + חשיפה לשיטת מבוא היוגה צחוק. מה ההבדל בין הומור, צחוק ושמחה. מיפוי מצבי שמחה בחיינו. יתרונות הצחוק מבחינה בריאותית, נפשית וחברתית - מחקרים ועובדות + היסטוריה של הצחוק. מה בין הומור, הצלחה, יצירתיות וגמישות. משחקים מעוררי צחוק לשינוי אקלים חברתי ואישי. לימוד תרגילי צחוק. לימוד יוגה צחוק להנחיה + פרזנטציות אישיות. הלכה למעשה-פעילות צוחקת בקבוצות מגוונות. מסיבת סיום צוחקת + משוב+קבלת תעודות.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה, קומה 9.

**מנחה:** שפרה ארוס - מומחית בינלאומית בהנחייה לשיטת יוגה צחוק.

**הערות:** תעודה מנחה יוגה צחוק בינלאומית תוענק למשתתפות



לרישום לחצו כאן



# קורס אימון בסיסי COACHING

סוג גמול:

מוכר לגמול עם ציון לעז לתמורה ואופק  
חדש 60 שעות + 115 שעות עם ציון מוכר  
לעז לתמורה בלבד

מספר קורס 306

6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 22/05/2025



25 מפגשים, אחת לשבוע בימי חמישי (מתוכם חמישה מפגשים מקוונים)

תהליך האימון מבוסס על תפיסה לפיה האימון מספק מסגרת בטוחה בה המתאמן מברר, שואל, מתבונן וסולל דרך אל חזונו ומטרותיו בעזרת המאמן וארגז הכלים שבידיו.

**מטרות ונושאי הקורס:** הקורס מקנה חוויה לימודית אישית ומקצועית. ההכשרה כוללת את יסודות האימון והיכרות עם מודל אימון מכוון עתיד, הניתן ליישום גם במערכת החינוך במישורים אישיים וארגוניים תוך הכרות, לימוד והתנסות ב: עקרונות האימון, מסגרת האימון, מודל אימון מכוון עתיד, עקרונות תקשורת אימונית אמפטית, הקשבה פעילה וסינרגיה, שאילת שאלות עוצמה, עיצוב והבנייה מחדש (reframing), יצירת מחוייבות ובניית חוזה אימון, מיפוי וזיהוי צרכים, פרדיגרמות והרגלים, ערכים וחסמים כגורמים אסטרטגיים מניעים או מעכבים, כוחו המניע של החזון, בניית תכנית פעולה והכוונה לתוצאות, (ה)בניית יעדים ומדדים כנגזרת של החזון, מיסוד דפוסי ביצוע, שימור ותמיכה להשגת תוצאות. הקורס מוכר י"י לשכת המאמנים למיומנויות באימון בסיסי.

**מרצה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים. **נועה יצחק** - מייסדת ומנהלת בי"ס אנגרמה - אימון והדרכה, מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 307  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 02/02/2025  
תאריך סיום: 11/05/2025



12 מפגשים, אחת לשבוע בימי ראשון

**מטרות:** תוכנית הלימודים שמה דגש על לימוד השפה הערבית בדרך חווייתית קלה ומהנה. לאחר הקורס תלמידי התוכנית יוכלו לדבר היטב את השפה, כמו כן ישנו דגש בלימוד אנשים את המנהגים והתרבות הערבית, דבר שיקל עליהם את לימוד השפה במדויק.

**נושאי לימוד:** לימוד ערבית מתחיל בצעד הראשון שהוא הכרת הצלילים. אין צורך בידע מוקדם של השפה הערבית. התכנית שמאפשרת לכם לצבור ביטחון ולהתחיל לדבר ערבית התוכנית מתאימה למי שמעוניין להשתפר על ידי תרגול ולימוד עצמי. התכנית מצוינת עבור מי שמעוניין להשיג שליטה בשפה הערבית המטרה המרכזית של התוכנית ועיקריה: המטרות של התוכנית ערבית מדוברת בכיף הן בעיקר לימוד השפה. בעזרת המפגשים של התוכנית להכיר תרבות, שפה אחרת, ושונה וגם לתלמידים הערבים התוכנית תורמת לשפר הידע הכללי בשפה הדבורה והספרותית. התלמידים יחשפו לשירים וסיפורים מיוחדים בשפה הערבית.

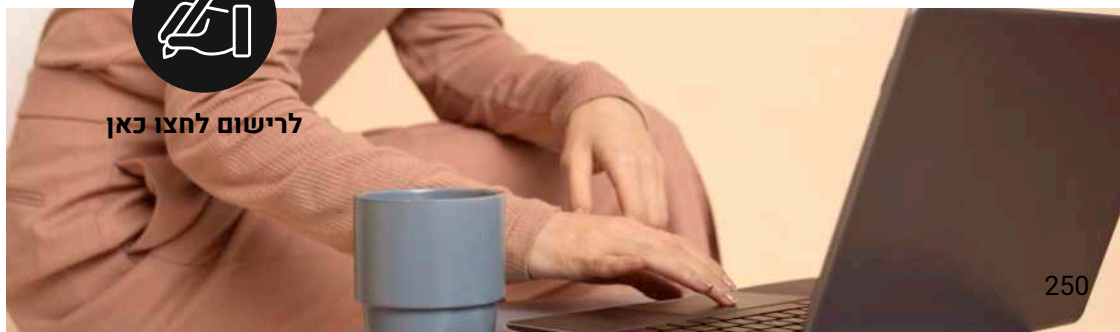
**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מרצה:** מייסא אבו יוסף

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה, קומה 9.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:

גמול עם ציון לעזר לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 308

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חיפהסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 05/05/2025

12 מפגשים, אחת לשבוע בימי שני

**מטרות:** הסטיילינג הטיפולי הינו כלי ייחודי להעצמה אישית וקבוצתית ולפיתוח יכולות רגשיות וחברתיות. לכן, למידה והתנסות בעולמות התוכן שלו, יכולות להוות תרומה משמעותית לארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה ושל היועצת החינוכית. במקור, פותחה גישה ה"סטיילינג הטיפולי" בארה"ב, כגישה פסיכו-חינוכית לעבודה עם נשים, נערות וילדות.

**נושאי לימוד:** בהשתלמות תהיה עבודה עם המלמחה האישית תוך התאמת צבעים וסגנון לבוש אישי. המנחה תביא אביזרים שונים להדגמה בקרב המורות והיועצות ונלמד כיצד הנפש משתקפת בלבוש. למידה של סטיילינג טיפולי מתבצעת מתוך מקום מחזק, מעצים ומדגיש את החיובי, תורמת לחיזוק היכולת להתחבר לעצמנו, לבחור ולדייק את צרכינו ורצונותינו והיכולת "להשתמש" בבגדים לטובת העצמה וחיזוק של תכונות שאנחנו רוצות להדגיש ולחזק בעצמנו ולשדר לסביבה.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה.

**מרצה:** שחר טוניק -סטייליסטית רגשית ומנחת סדנאות העצמה ודימוי גוף, בעלת תואר שני של בית הספר לחברה ואומנויות - A.S.A מאמנת לפי שיטת האימון ההווית

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, חיפה, קומה 9



לרישום לחצו כאן



# קולנוע חינוך ורב תרבותיות

מספר קורס 309

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

116 שעות - 60 שעות מוכר לגמול עם ציון לעז  
לתמורה ואופק חדש + 56 שעות ללא ציון מוכר  
לעז לתמורה בלבד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:30



תאריך תחילה: 07/01/2025  
תאריך סיום: 17/06/2025



## 17 מפגשים, אחת לשבוע בימי שלישי

**מטרות:** דרך התבוננות ביצירות קולנועיות נבקש להציע דרכים לפיתוח חשיבה ביקורתית ופיתוח של הבנה וידע בתחומי אמנות הקולנוע, ובחינת דרכה של אמנות זו לשקף מציאות בדיון וחברה. חשיפת המשתתפים לנושאים חברתיים-חינוכיים היסטוריים ורב-תרבותיים בהם עוסק הקולנוע דרך האספקלריה האמנותית: השפה הקולנועית, התפתחות הקולנוע, הז'אנרים השונים וכדומה. נושאי לימוד: מבוא לשפה הקולנועית, ז'אנרים קולנועיים, התבגרות ומשפחה בקולנוע, רב תרבותיות, פנטזיה וקולנוע, קולנוע ככלי למחאה חברתית, סטריאוטיפים, מגדר ועוד...

הקורס יעסוק הן בקולנוע העולמי והישראלי מכל התקופות ומכל התרבויות.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה.

**מרצה:** ד"ר נוגית אלטשולר - מנהלת תוכן בסינמטק חיפה, מרצה באוני' חיפה ובאקדמית גורדון.  
כל מפגש יכלול הרצאה והקרנת סרט קולנוע באורך מלא.  
יתקיימו שני מפגשים כפולים עד השעה 15:00.  
הזכות לשינויים שמורה.

**מיקום:** סינימטק חיפה, שדרות הנשיא 142



לרישום לחצו כאן





סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 310  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זכרון יעקב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-18:15



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 22/05/2025



12 מפגשים, אחת לשבוע בימי חמישי

**מטרות:** אנו חווים את המציאות בהתאם לאמונות שלנו והתפיסה שלנו את האירועים כפי שהטמענו במוחנו עד גיל 6-7. לעיתים מבלי לעשות התאמות במודע למציאות ולעובדה שגדלנו מאז. לעיתים, פשוט כי המוח מגן עלינו מפני שינויים. הדבר תורם ללחץ, לקונפליקטים ולקבלת החלטות שלא תמיד הולמות את המציאות למשל נטיה לפחדים, כעסים, בעיות שינה, פחות חיוניות, מחלות ועוד. ככל שנפתח את המודעות העצמית ואת יכולתינו לחיות בהווה בלי לברוח לעבר או לעתיד, כך יפחתו הקונפליקטים בחיינו, יפחת הלחץ ונפתח חוסן מנטלי ורגשי, נחזק את יכולת הבחירה, נחזק את עוצמותינו, נאפשר את החופש להירגע ונוכל להכניס קלילות אל חיינו.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**המנחה:** יוני בקלו - אקדמאית BA בסוציולוגיה ואנתרופולוגיה, מומחית ומורה לשיטת IPEC, מנחה קבוצות וגישות הוליסטיות. מפתחת שיטת "פשוט להירגע", סופרת, מחברת הספרים: "פשוט להירגע" בכלים טבעיים. "גם אני פה" לילדים

**מיקום:** מרכז מבקרים בית - אל, רח' דרך אבשלום 1, זכרון יעקב.



לרישום לחצו כאן



# הנחיית קבוצות וצוותי משימה

מספר קורס 311

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

116 שעות - 60 שעות מוכר לגמול

עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

+ 56 שעות ללא ציון מוכר לעוז לתמורה בלבד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 05/02/2025  
תאריך סיום: 04/06/2025



16 מפגשים, אחת לשבוע בימי רביעי

**מטרות:** פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחייה בקבוצה ובדינמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים. למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואיפיון בכלל ובבתי ספר בפרט. **נושאי לימוד:** רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בינאישיות פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחייה.

מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשילובי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנות וסגנונות הנחייה והוראה.

תפקידי המורה כמנהיג ומוביל, תקשורת בינאישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים, מתן וקבלת משוב והערכה כהדמנות ולא כאמצעי ענישה, שונות ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא, כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצירת סינרגיה בקבוצה, סוגיות פרידה. **שיטת לימוד:** אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות, סרטים וקבוצות דיון. בסיום הקורס תינתן תעודה מטעם: "אנגרמה אימון והדרכה".

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מרצה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים. נועה יצחק - מייסדת ומנהלת ב"ס אנגרמה - אימון והדרכה, מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, בית אמות קומה 9.

\* התעודה ניתנת ע"י בית הספר "אנגרמה אימון והדרכה". התעודה מקנה הכשרה והסמכה כמנחי קבוצות ומאפשרת לעסוק ולעבוד כמנחי קבוצות בלבד.



לרישום לחצו כאן

# להיות בעדי - בניית חוסן אישי וצוותי

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 312  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-17:15



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 20/05/2025



15 מכגשים, ימי שני

**מטרות:** מנהיג הוא אדם שמחובר לכוחות הטמונים בו ויודע להתמודד מול אתגרי החיים ובעיקר מול עצמו.

הלימוד של ימימה מניח תשתית לבניית אבני היסוד לפיתוח הנהגה עצמית הנמצאת בקשר עם המתרחש באופן שפחות מושפע ממנו.

**נושאי לימוד:** הקורס שואף לחזק את עמוד השידרה הפנימי באופן שיקל על קבלת החלטות בסיטואציות אישיות ובינאישיות כלים כמו: קשב נקי, הפרדות ומידת רוחק המבריאים מערכות יחסים ומחזקים את החוסן האישי אשר יאפשרו למורה לתפקד טוב יותר בכיתה ובין כתלי בית הספר.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה

**מנחה:** נופר אסולין-בעלת BA בכלכלה ומנהל עסקים, האוניברסיטה הפתוחה רעננה מדריכת מחול בשיטת Dance Fitness - Bayla להתאמן ולרקוד בניגון יהודי מנחה מוסמכת ללימוד חשיבה הכרתית בשיטתה של ימימה אביטל ע"ה מומחית בתחומה.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים, דרך יפו 157, בית אמות קומה 9.



לרישום לחצו כאן



## לאדינו למתחילים - בסיפור, בפתגם ובשיר

סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה

ואופק חדש

מספר קורס 313

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זוםסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
17:30-19:00תאריך תחילה: 04/11/2024  
תאריך סיום: 23/06/2025

30 מכגשים, ימי שני

**מטרות:** כשלומדים לאדינו מתחברים לקולות, לצלילים ולזיכרונות; מתחברים לשורשים, לבית ההורים, לבית הסבא והסבתא.

לאדינו - שפתה של יהדות ספרד - היא שפה יפיפיה, עסיסית ומרתקת.  
יש בה שירי עם ורומנסות שפורטים על מיתרי הלב, סיפורים משעשעים על ג'וּחה  
התעלולן ופתגמים חכמים - אוצר שלם של תרבות ספרדית-יהודית שמחכה לכם.

**נושאי לימוד:** בקורס נלמד להבין, לדבר, לקרוא ולכתוב בלאדינו,  
נתבל את הלימוד בשירים, בפתגמים ובסיפורים עממיים ואף נצא לסיוורים מרחיבי דעת.

**מטלות:** נוכחות פעילה והגשת מטלות.

**הערות:** קורס זה מתקיים בזום, אחת לשבוע

**מנחה:** מתן שטיין מרצה לשפת הלאדינו



לרישום לחצו כאן



# קורס האקורד הפנימי-חיבור תדרים וקול

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה  
ואופק חדש

מספר קורס 314  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
זכרון יעקב



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-18:15



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 30/01/2025



## 12 מפגשים, ימי חמישי

"האקורד הפנימי" הוא קורס שנוצר מתוך ההבנה שלעיתים קרובות, התשובות לשאלות הגדולות ביותר שלנו נמצאות בתוכנו, והן מחכות שנלמד להקשיב להן.

**מטרות:** הקורס מציע מסע מרתק אל תוך עולם התדרים והקול, שני כלים עצמתיים שיכולים לשמש כגשרים להתפתחות אישית, עצמאות רוחנית, וגילוי העוצמה הפנימית של כל אחד ואחת מאיתנו. הקורס מבוסס על הכרה בכוחו של הקול והתדרים להשפיע על המצב הרוחני, הנפשי והפיזי שלנו.

דרך חקר התדרים, אנו יכולים ללמוד כיצד להתאים את האנרגיה שלנו לזו של היקום, **נושאי לימוד:** ליצור הרמוניה פנימית ולחוות שינויים חיוביים בחיינו האישיים והמקצועיים. הקול, הוא כלי עוצמתי לביטוי העצמי ולשחרור חסימות, מאפשר לנו לחוות חיבור עמוק יותר אל עצמנו ולעולם שמסביבנו.

**מרצה:** צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה אימון והדרכה" מבית הספר לאימון המוכר ע"י לשכת המאמנים. נועה יצחק - מייסדת ומנהלת בי"ס אנגרמה - אימון והדרכה, מאמנת בכירה ומדריכה מוסמכת.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה.

**מיקום:** מרכז מבקרים בית - אל, רח' דרך אבשלום 1, זכרון יעקב.



לרישום לחצו כאן

# ושמחת בחגך - סדרת סיורים בנושא דתות, עדות וחגים בישראל

סוג גמול:  
גמול ללא ציון,  
מוכר לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 315  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
6 ימי סיור



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-15:15



תאריך תחילה: 27/12/2024  
תאריך סיום: 02/01/2025



## 6 ימי סיור בחופשת חנוכה + יום עיון מקוון

הפסיפס האתני המגוון של ארץ ישראל - נותן לנו הזדמנות להיחשף לעדות, דתות וקבוצות שונות החיות זו לצד זו בארצנו, כל אחת עם סיפורה ההיסטורי, מנהגיה ומועדיה. כל אחת מהן חוגגת את מועדיה בצורה שונה - אך השמחה המשפחתית והקהילתית משותפת לכולן. החגים הנחוגים בכל אחת מעדות אלו הינם תמצית ההווה שלהן ודרך נפלאה להכירן..

\* הערות להשתלמות: הגעה עצמית. תוספת תשלום למורים בשבתון: 300 ש"ח להשתלמות - תוכנית הסיורים תישלח לנרשמים

## מטלות: נוכחות פעילה

**מרצה:** עומרי אלדר, מורה דרך בוגר קורס מורי דרך בבית הספר לתיירות של אוניברסיטת חיפה בשנים 2014-2016.  
מדריך טיולים בוגר קורס מדריכי טיולי אתגר בבית הספר לתיירות של אוניברסיטת חיפה בשנת 2015. בעל חברת OMRI TRAVEL משנת 2017.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# סובב חיפה

מספר קורס 316

2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג גמול:

גמול ללא ציון, מוכר לעוז  
לתמורה בלבד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-15:15



תאריך תחילה: 06/07/2025  
תאריך סיום: 13/07/2025



6 ימי סיור מרכזים בחופשת הקיץ + יום עיון מקוון

סיורים בגליל, עמקים, חוף הכרמל וחיפה מוזמנים לצאת למסע בין הגליל, העמקים וחוף הכרמל ב 6- סיורים. במסגרת הקורס נחשף לחבלי הארץ הסובבים את העיר חיפה, העיר הגדולה בצפון. נפגוש טבע יפה, נופים מרהיבים ומורשת היסטורית עשירה המשקפת את העושר התרבותי של החברה הישראלית בכלל ואיזור הצפון בפרט. נבקר באתרים מיוחדים ופחות מוכרים, נכיר דמויות מעוררות השראה וסיפורים מרתקים משלל גוונים. נעמוד על הקשר וההשפעות ההדדיות בין העיר הגדולה לחבלי הארץ הסובבים אותה ונעמיק בנושאים של ההיסטוריה העתיקה וההיסטוריה המודרנית של האיזור, התיישבות, חלוציות ותהליכים מודרניים שעצבו את מרחב הצפון לאורך המאה ה 19 והפכו אותו למה שאנחנו מכירים היום. נחוה את המפגש הבין-דתי בין יהדות, נצרות, איסלאם ועוד ונחשף ליופי, לייחודיות ולעושר החברתי והתרבותי של הצפון. \* הערות להשתלמות: הגעה עצמית, טעימות על חשבון המשתלם, ללא כשרות בחלק מהמקומות. **הערות להשתלמות:** הגעה עצמית. תוספת תשלום למורים בשבתון: 300 ש"ח. תוכנית הסיורים תישלח לנרשמים.

**מטלות:** נוכחות פעילה

**מרצה:** אודי שקדי - מורה דרך תואר ראשון (B.A) בפסיכולוגיה והיסטוריה של עם ישראל, אוניברסיטת חיפה שותף במחקר מודרך במעמק"ה (IIPDM) המכון לחקר קבלת החלטות. מחקר בנושא של רכישת שפה. תואר שני (M.A) בהיסטוריה של עם ישראל אוניברסיטת חיפה מסלול לחוקרים מצטיינים כולל לימודים באוניברסיטת Potsdam בגרמניה.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# ארץ זבת חלב ודבש - יקבים, מחלבות ובתי בד

סוג גמול:  
גמול ללא ציון, מוכר לעוז  
לתמורה בלבד

מספר קורס 317  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-14:00



תאריך תחילה: 01/11/2025  
תאריך סיום: 09/05/2025



7 ימי סיור, אחת לחודש בימי שישי + יום עיון מקוון

ההשתלמות תעסוק בצורה הוליסטית ביין, שמן וגבינות תוך בחינת ההקשרים בין תחומי הדעת השונים- היסטוריה, חשיבות כלכלית, סחר, גסטרונומיה ועוד. מורים שייטלו חלק בהשתלמות, יוכלו לקשור בין הנושאים השונים ולקשרם להוראה אינטגרטיבית וחוויתית. הידע וחוויות הקורס יתרמו למורים המגיעים ממקצועות הוראה שונים, המורים יוכלו להשתמש בידע אותו ירכשו במהלך ההשתלמות לקידום תחומי ההוראה הפדגוגית והעשרת תכני השיעורים. בנוסף תכני ההשתלמות יכולים לתרום לתכנון טיולים ברמות שונות, טיולים שיחזקו את זיקת התלמיד למורשתו התרבותית וההיסטורית.

**הערות להשתלמות:** הגעה עצמית. תוספת תשלום למורים בשבתון: 300 ש"ח. טעימות ע"ח המשתלם. כשרות אינה מובטחת בכל הסיורים.

**מטלות:** נוכחות פעילה

**מרצה:** אודי שקדי - מורה דרך תואר ראשון (B.A) בפסיכולוגיה והיסטוריה של עם ישראל אוניברסיטת חיפה שותף במחקר מודרך במעמק"ה (IIPDM) המכון לחקר קבלת החלטות. מחקר בנושא של רכישת שפה תואר שני (M.A) בהיסטוריה של עם ישראל אוניברסיטת חיפה מסלול לחוקרים מצטיינים כולל לימודים באוניברסיטת Potsdam בגרמניה.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# אמנות הקולאז' כהשראה להוראה מתולדות האמנות ועד ליצירה.

סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 318

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חדרהסוג קורס:  
חובהשעות לימוד:  
09:00-13:15תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 21/01/2025

12 מפגשים, ימי שלישי

אמנות ותרבות הן אבני יסוד להתפתחות של אדם וחברה. בקורס נרכוש ונעמיק את הידע בעולם האמנות, נשוטט בקו הלינארי של הקולאז' בתולדות האמנות, החל מלידתו המחודשת בתחילת המאה ה-20 בקוביזם, ועד לאמנות בת זמננו. נלמד מדוע אמנים שונים נחשבו לחלוצי המדיום, וכיצד הם חקרו והגדירו את הקולאז'. נתנסה ביצירה אישית ונגלה מה כל כך מיוחד בטכניקה ובצורת ההסתכלות הקולאז'ית וניצור עבודות מגוונות. קולאז' הוא לא רק טכניקה, הוא מייצג גישה למציאות.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה.

**מרצה:** פני סלינגר / צלמת, יוצרת סרטים, קולאג'יסטית.

**מיקום:** סטודיו לאמנות, סדנאות וקורסים ביצירת קולאז', בית נחמה וירוחם, חובבי ציון 24, חדרה.



לרישום לחצו כאן



# pure פילאטיס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 331  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 28/02/2025



## 42 כניסות, בשעות פעילות המועדון בתיאום מראש

פילאטיס הוכחה כשיטת אימון יעילה שעוזרת לשרירים להיות ארוכים וגמישים יותר, יציבה חזקה ונכונה, שליטה ומודעות לפנימיות, גוף מוצק יותר ומראה צעיר ובריא יותר. רשת PURE מונה כיום 8 סניפים בחיפה והמעבר בין הסניפים חופשי. בסניף הדגל הממוקם במרכז המסחרי ורדיה מתקיימים אימונים נוספים כגון: יוגה, אימונים פונקציונליים, עיצוב וחיטוב, זומבה ועוד.

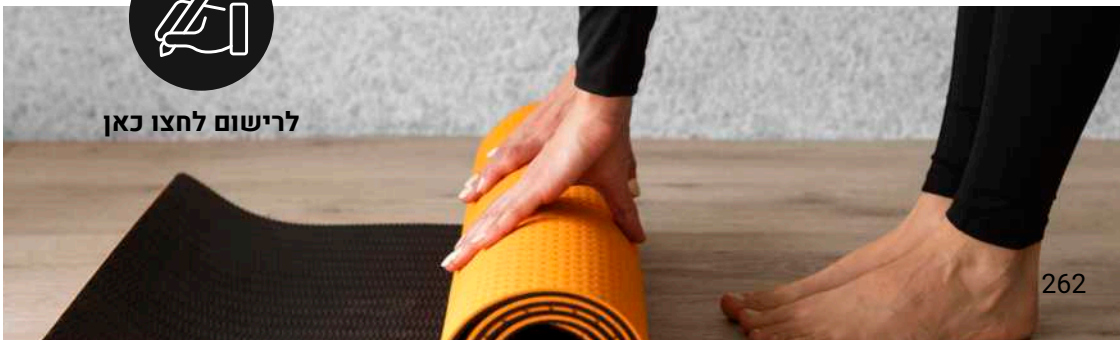
**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

### סניפים:

אוסקר 7, סביוני דניה.  
ורדיה 8  
ורדיה 12 (יוגה, פונקציונלי ופילאטיס)  
קסטרא, משה פלימן 8  
בליטנטל 36, רמת אלמוגי  
חנה רובינא 2, רמת גולדה  
אוניברסיטת חיפה, אבא חושי 199  
רכסים, השקד 24



לרישום לחצו כאן



# pure פילאטיס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 331.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/03/2025  
תאריך סיום: 30/07/2025



42 כניסות, בשעות פעילות המועדון בתיאום מראש

פילאטיס הוכחה כשיטת אימון יעילה שעוזרת לשרירים להיות ארוכים וגמישים יותר, יציבה חזקה ונכונה, שליטה ומודעות לפנימיות, גוף מוצק יותר ומראה צעיר ובריא יותר. רשת PURE מונה כיום 8 סניפים בחיפה והמעבר בין הסניפים חופשי. בסניף הדגל הממוקם במרכז המסחרי ורדיה מתקיימים אימונים נוספים כגון: יוגה, אימונים פונקציונליים, עיצוב וחיטוב, זומבה ועוד.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

## סניפים:

אוסקר 7, סביוני דניה.  
ורדיה 8  
ורדיה 12 (יוגה, פונקציונלי ופילאטיס)  
קסטרא, משה פלימן 8  
בליטנטל 36, רמת אלמוגי  
חנה רובינא 2, רמת גולדה  
אוניברסיטת חיפה, אבא חושי 199  
רכסים, השקד 24



לרישום לחצו כאן



# אינפיט פילאטיס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 332  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 28/02/2025



42 כניסות, בשעות פעילות המועדון בתיאום מראש

סטודיו לפילאטיס מכשירים, מקצועי, מפואר ומרווח. בעיצוב מודרני ומיכשור חדשני. תירגול בפילאטיס מאריך, מחטב ומחזק את השריר וכך ניתן להשיג מראה הדוק ומחוטב. באמצעות השיטה אנו עובדים על כל קבוצות השרירים הקיימות בגוף באמצעות משקל הגוף והתנגדות הקפיצים של המכשירים. תורם לשיווי המשקל, שיפור היציבה, מסייע בבעיות גב, הגדלת טווח התנועה של הגוף, חיזוק שרירי ליבה כולל רצפת האגן. הקורס מיועד לנשים וגברים.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** מתחם IWAY, שדרות ההסתדרות 271 חיפה.



לרישום לחצו כאן

# אינפיט פילאטיס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 332.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/03/2025  
תאריך סיום: 30/07/2025



42 כניסות, בשעות פעילות המועדון בתיאום מראש

סטודיו לפילאטיס מכשירים, מקצועי, מפואר ומרווח. בעיצוב מודרני ומיכשור חדשני. תירגול בפילאטיס מאריך, מחטב ומחזק את השריר וכך ניתן להשיג מראה הדוק ומחוטב. באמצעות השיטה אנו עובדים על כל קבוצות השרירים הקיימות בגוף באמצעות משקל הגוף והתנגדות הקפיצים של המכשירים. תורם לשיווי המשקל, שיפור היציבה, מסייע בבעיות גב, הגדלת טווח התנועה של הגוף, חיזוק שרירי ליבה כולל רצפת האגן. הקורס מיועד לנשים וגברים.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** מתחם IWAY, שדרות ההסתדרות חיפה.



לרישום לחצו כאן



# ניחוחות מתוקים - קונדיטוריה ואפייה בעולם החדש

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 333  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



10 מפגשים, אחת לשבוע בימי חמישי

**Be chef** היא המכללה המתקדמת והיוקרתית ביותר בארץ ללימודי טבחות וקונדיטוריה. המכללה החדשה ממוקמת במגדל הנביאים בחיפה, עם נוף לים ומספקת חוויית למידה קולינרית שטרם הכרתם. הקורס מיועד לבעלי וחסרי ניסיון במטבח, תכנית הלימוד הותאמה עבור קהל רחב של פודיז ולמי שרוצה לחקור וללמוד את רזי האפייה והקונדיטוריה.

הקורס הוא בן עשרה מפגשים בהם נכין ונטעם מאפים, עוגות ושוקולדים. למשתתפים שיסיימו את הקורס תינתן תעודת השתתפות מטעם המכללה הקולינרית Be chef. המשתתפים יקבלו סט סכינים מקצועי וביגוד מקצועי.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** מגדל הנביאים חיפה, קומה 6.



לרישום לחצו כאן



# ריחות וטעמים - בישול וקונדיטוריה באווירה אחרת

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 334  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 17/04/2025



10 מפגשים, אחת לשבוע בימי חמישי

**Be chef** היא המכללה המתקדמת והיוקרתית ביותר בארץ ללימודי טבחות וקונדיטוריה. המכללה החדשה ממוקמת במגדל הנביאים בחיפה, עם נוף לים ומספקת חוויית למידה קולינרית שטרם הכרתם. הקורס מיועד לבעלי וחסרי ניסיון במטבח, תכנית הלימוד הותאמה עבור קהל רחב של פודיז ולמי שרוצה לחקור וללמוד את רזי המטבחים. הקורס הוא בן עשרה מפגשים בהם נכון ונטעם מאכלים מסורתיים רבי שנים. בהשתלמות זו נקיים מפגשים בנושא - דגים, אוכל אסייתי, אוכל טבעוני, בקר, מאכלים מהמטבח הצרפתי, ומפגש מאכלי עדות

למשתתפים שיסיימו את הקורס תינתן תעודת השתתפות מטעם המכללה הקולינרית Be chef.

המשתתפים יקבלו סט סכינים מקצועי וביגוד מקצועי.

**מיקום:** מיקום: מגדל הנביאים חיפה, קומה 6.



לרישום לחצו כאן

# מנייר לחימר

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 335  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-20:00



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 12/02/2025



## 14 מפגשים, אחת לשבוע בימי רביעי

מנייר לחימר - הינה סדרת מפגשים בהם נפגוש ונעמיק באמנות החימר והנייר. נלמד ונחקור את מושגי היסוד של יצירה: קו וכתם, ערבוב צבע, אור וצל, טקסטורות ומרקמים, טבע דומם ומודל - נלמד טכניקות שונות בשני החומרים השונים. נפתח כל אחת ואחד את הסגנון האישי, וניצור ביחד על הדף ובחימר בשיטות מלאכה שונות בין דו מימד לתלת מימד.

בעולם הקרמיקה נעבוד בחוליות ומשטחים, נלמד דרכי עיטור ייחודיות לעבודה עם חימר ונתנסה בעבודה עם אובניים. בעולם הציור נצלול אל צבעי המים, דיו עפרונות וקליגרפיה, ונחקור טכניקות שונות של הדפס וקולאז'. נתנסה ברישום ופיסול מודל. נצלול אל טכניקות של חריטה הטבעה והדפס, ונראה כיצד הם מתורגמים על שני החומרים השוני- נייר וחימר. לאורך הסמסטר ניצור, כל אחד ואחת יומן השראה ויצירה. נבקר בוואדי ניסנס ובמוזיאון חיפה לאמנות ובסדנת ההדפס של הרמן שטרוק. בסוף ההשתלמות נאצור ונציג ביחד תערוכה מסכמת של תהליך הלמידה.

**בהנחיית:** חן - חנה גונדר, אמנית רב-תחומית בקרמיקה, הדפס וציור, בוגרת המחלקה לתקשורת חזותית בבצלאל והמסלול לעיצוב קרמי של ביה"ס לאמנות הקובייה.

דנה ניצני, אמנית הדפס המתמחה בעיצוב ופיתוח מוצרים מודפסים. בוגרת המחלקה לעיצוב טקסטיל בשנקר, בהתמחות הדפסה. בעלת ניסיון רב בהנחה וליווי תהליכי יצירה.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.



**מיקום:** מרכז החינוך של מוזיאוני חיפה, שבתאי לוי 24.

לרישום לחצו כאן



# טעימות אמנות

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 336  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



## 14 מפגשים, בתיאום מראש

להכיר ולהתנסות ביצירה, במגוון חומרים, טכניקות בסיסיות מנקודת מבט חדשה ואחרת. לתת ביטוי לצד האומנותי ולמצוא את הנתיב האישי להבעה וליצירה. לקבל כלים להשתמש ביצירה כאמצעי להוראה.

**נושאי לימוד:** פיתוח הכושר לבטא רעיון אישי באמצעות יצירה. התנסות במדיומים שונים: ציור ופיסול בחומרים שונים וטכניקות (עפרון, פחם, פסטל, אקריליק, שמן, חימר, גבס, ברזל ועוד). היכרות עם מרכיבי שפת האמנות - קו, צבע, צורה, קומפוזיציה, נפח, אור וצל, פרספקטיבה ועוד.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** ב-10 אצבעות, קניון חיפה, קומה 2.



לרישום לחצו כאן



סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 337  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
17:00-20:00



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 28/02/2025



28 מפגשים, בתיאום מראש

LifeDance הינה שיטה השייכת לעולם ה-fitness.

שיטה שלוקחת את עולם המחול והופכת אותו אפשרי עבור כל אישה. השיטה מבוססת על חיבור עמוק בין גוף ונפש ומשלבת טכניקות לתהליכים אימוניים (coaching) ויוצרת הרמוניה בין חלקים מובנים לבין חופש, יצירתיות ושמחה עמוקה. אין צורך בידע קודם.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** סטודיו בבית הכט (רוטשילד) שד' הנשיא 142, חיפה.

**בהנחיית:** אתי בסון, מנחת שיעורי ריקוד והתפתחות אישית לנשים.



לרישום לחצו כאן

# כשכושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 338  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



ניתן להיכנס בכל שעות וימי פתיחת המועדון לפי מועדי ההשתלמות, נדרשות מינימום 19 כניסות

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה. ניתן להתאמן במועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר הרשת.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 338.01 יחידות  
לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
חיפה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
07:00-20:00



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 31/07/2025



ניתן להיכנס בכל שעות יומי פתיחת המועדון לפי מועדי ההשתלמות, נדרשות מינימום 19 כניסות

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון. נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה. ניתן להתאמן במועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר הרשת.

**מטלות:** חובת נוכחות והשתתפות פעילה.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# אזור כרמיאל עפולה



## פרטי יצירת קשר:

**גבי הורנונג** רכז השתלמויות כרמיאל עפולה

דוא"ל: [gabih@igm.org.il](mailto:gabih@igm.org.il)

טלפון: 04-6493423

**לירון נגר פייביש** מזכירת השתלמויות כרמיאל עפולה

דוא"ל: [LironN@igm.org.il](mailto:LironN@igm.org.il)

טלפון: 04-6493426

# מערכת שעות כרמיאל עפולה



סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>הומור- לומדים לחייך כל יום מחדש – עם תעודה קורס 514 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 9:30-13:45 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>מתנבות הארץ- יקבים, מחלבות, בתי בד, מבשלות בירה, דבש ועוד קורס 526 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 09:30-14:30</p>	<p>מטיילים ומצלמים סיורים וצילום בנייד קורס 504 <b>סמסטר א'</b> 4 ש"ש 08:00-16:45 12 טיולים, אוטובוס מעין המפרץ</p>	<p>אימון קואוצ'ינג קורס 505 <b>שנתי כולל תעודה</b> 6 ש"ש 08:45-14:30 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>NLP פרקטישיונר עם תעודה מלשכת NLP הארצית 6 ש"ש 08:45-14:30 <b>שנתי</b> משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>
<p>הטבע ואני-באזור הכנרת והירדן ההררי קורס 511 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 09:00-15:15 הגעה עצמית</p>	<p>יוגה בראי החינוך- ממקור לגמישות מחשבתית וגופנית קורס עיוני ומעשי קורס 509 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 08:00-13:15 מתנ"ס רבין ההגנה 77 כרמיאל</p>	<p>בינה מלאכותית – בשירות אנשי החינוך <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש קורס 510 15:00-18:15 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>קולנוע במובילנד סקירה וצפייה בסרטי איכות קורס 518 <b>סמסטר א'</b> 4 ש"ש 9:00-14:45 <b>מובילנד גן העיר בכרמיאל</b></p>	<p>אסטרונומיה תצפיתית קורס 539 <b>קורס בזום</b> 2 ש"ש 16:00-19:15 <b>סמסטר א'</b></p>
<p>הנחיית קבוצות וצוותי משימה- כולל תעודה 503 <b>סמסטר א'</b> 4 ש"ש מתנ"ס עפולה 08:45-14:30</p>	<p>שפת הגוף ואמנות השכנוע קורס 520 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 14:00-17:15 <b>קורס בזום</b></p>	<p>סטיילינג טיפולי- הפסיכולוגיה של הלבוש קורס 537 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש <b>מתנ"ס עפולה</b> 09:30-13:45</p>	<p>צילום-בכפר יהושע כולל יציאות לשטח קורס 538 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 9:00-13:15 תחנת רכבת העמק כפר יהושע <b>*מצלמה חובה</b></p>	<p>הום סטיילינג קורס 507 2 ש"ש 10:00-14:15 <b>סמסטר א'</b> מתנ"ס עפולה</p>
<p>כשכושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס קורס 546 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש <b>קורס רשות</b> **ימים ושעות בתיאום עם המכון</p>	<p>תוכנית חיסכון- התנהלות פיננסית תקינה כולל הבנת תלוש שכר קורס 519.01 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 10:00-13:15 <b>מתנ"ס עפולה</b></p>		<p>בריאות הגוף והנפש בראי המוח 541 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש 9:00-13:15 מתנ"ס עפולה</p>	<p>אמנות ויצירה במתנ"ס כרמיאל קורס 547 <b>סמסטר א'</b> 2 ש"ש <b>קורס רשות</b> **ימים ושעות בתיאום עם המתנ"ס</p>





ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>שביל ישראל הצפוני קורס 532 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 9:00-15:15 הגעה עצמית</p>	<p>זוגיות הורות ומשפחה- שימור ושיפור היחסים קורס 513 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 9:00-13:15 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>סטיילינג טיפולי- הפסיכולוגיה של הלבוש קורס 516 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 9:30-13:45 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>קולנוע במובילנד קורס 518.01 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 09:00-14:45 מובילנד גן העיר, כרמיאל</p>	<p>NLP פרקטישיונר עם תעודה מלשכת NLP הארצית 6 ש"ש 08:45-14:30 <b>שנתי</b> משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>
<p>הום סטיילינג - עיצוב פנים 524 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 10:00-14:00 מתנ"ס רבין ההגנה 77 כרמיאל</p>	<p>פסיכולוגיה חיובית בחיי היומיום קורס 521 14:00-17:15 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש <b>קורס בזום</b></p>	<p>ערבית מדוברת- השיח הבסיסי קורס 512 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 15:00-18:15 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>תוכנית חיסכון- התנהלות פיננסית תקינה כולל הבנת תלוש שכר קורס 519 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 15:30-18:45 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>העצמה נשית באמצעות צחוק, הומור, ריקוד ומוסיקה קורס 515 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 09:30-13:45 מתנ"ס עפולה</p>
<p>הטבע ואני- ברמות מנשה, יער טבעון, נחל השופט קורס 544 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש 09:00-15:00 הגעה עצמית</p>	<p>מטבחים גיליים - ללמוד ולטעום קולינריה קורס 508 <b>קורס רשות</b> 09:30-14:30</p>	<p>מהעמק אל ההר- קורס 543 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש <b>אוטובוס מיגור</b> 08:00-16:45</p>	<p>מיינדפולנס מורחב-מודעות קשובה 502 <b>סמסטר ב'</b> 4 ש"ש מתנ"ס עפולה 09:00-13:15</p>	<p>אמנות ויצירה במתנ"ס כרמיאל קורס 547.01 <b>סמסטר ב'</b> 2 ש"ש <b>קורס רשות</b> **ימים ושעות בתיאום עם המתנ"ס</p>
<p>CBT יישומי ממוקד מטרה קורס 506 <b>סמסטר ב'</b> 4 ש"ש 09:00-14:30 משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל</p>	<p>מאבן לאש - חקלאות אז והיום. ארכיאולוגיה ומלאכות קדומות במוזיאון הירמוכי קורס 533 2 ש"ש <b>סמסטר ב'</b> 09:30-13:45 במוזיאון הירמוכי בשער הגולן</p>		<p>אסטרונומיה תצפיתית קורס 935, קורס בזום, 2 ש"ש 16:00-19:15</p>	<p>ספורט בכיף במתנ"ס כרמיאל קורס 548 <b>שנתי</b> 2 ש"ש <b>קורס רשות</b> **ימים ושעות בתיאום עם המתנ"ס</p>





## קורסי סיור מרכזים בקיץ

- קורס 143 | סיפורי ערים – סיורים בערים שונות בעקבות סיפוריהן ההיסטוריים, הגעה עצמית.  
קורס 147 | תנו לנו יד ונלך - סיורים בתל-אביב בשעות אחה"צ-ערב, הגעה עצמית.  
קורס 522 | סיורי תרבות אמנות ודתות, הגעה עצמית.

## קורסי רשות

- קורס 546.01+546 | כשנושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס.  
ימים ושעות בתיאום עם המכון.  
סניפים: עכו, נהריה, כרמיאל, מעלות, עפולה, טבריה ובית שאן.  
קורס 547.01+547 | אמנות ויצירה במתנ"סי כרמיאל.  
ימים ושעות בתיאום עם המתנ"ס.  
קורס 548 | ספורט בכיף במתנ"סי כרמיאל. ימים ושעות בתיאום עם המתנ"ס.  
קורס 508 | מטבחים גליליים, ללמוד ולטעום קולינריה. יום ד' בסמסטר ב', הגעה עצמית.

## סמינרים עם לינה

- קורס 413 | כוכבים בשמי המדבר סביבה יצירה ורוח בהר הנגב  
מיום א' עד יום ג' 09:00-18:00 וכן 4 ימי עיון בזום ומקוונים 6/7/25-13/7/25  
מתקיים במלון ישרוטל פונדק רמון, אירוח על בסיס חצי פנסיון.  
הסעה מתחנת רכבת באר שבע מרכז לאזור מצפה רמון.  
קורס 622 | אם יש לך שמש בליך בוא לאילת 23/3-28/3/25,  
3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון מלון מג'יק פאלאס. טיסות הלוך וחזור  
קורס 415 | פטה מורגנה בים המלח- נפש בריאה בנווה מדברי  
16/2/25-21/2/25, 3 ימים ו-2 לילות + 3 ימי עיון בזום. חצי פנסיון במלון דניאל,  
ים המלח, הסעה מתחנת ת"א סבידור מרכז.

- קורס 531 | ארוחה מהשדה – סמינר ליקוט בתנאי שטח חדש  
שני חלקי סמינר, חלק א' 3/2/25-5/2/25, חלק ב' 3/3/25-5/3/25  
לינת שטח במערת הפלמ"ח בקיבוץ משמר העמק.  
הגעה עצמית לשני חלקי הסמינר,  
אפשרות איסוף מתחנת הרכבת בכפר יהושע בימי ההגעה.





# NLP פרקטישיונר

## עם תעודה מלשכת NLP הארצית

מספר קורס 500 | 6 יחידות לימוד, 172 שעות לימוד | סוג גמול: 112 ש' גמול עם ציון לעזו לתמורה  
ו 60 ש' באופק חדש

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 24/10/2024  
תאריך סיום: 01/06/2025



### 25 מפגשים בימי ראשון קורס שנתי

ניתוב לשינוי פסיכולוגי עצבי ככלי תקשורת בעבודת המורה. הקורס יקנה כישורי NLP ואינטליגנציה רגשית מגיל הגן ועד לסיום ביה"ס. בנוסף, יוקנו כלים לשימוש במוח-מחשבה, רגשות והתנהגות בעולם החינוך ובכלל. שיטת ה- NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי התנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. זוהי שיטה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה לשנות רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות תוך שימוש במשאבים הפנימיים למימוש הפוטנציאל הטמון בנו. ה- NLP נותן כלים מגוונים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל! נלמד שפה שתסייע לנו לנהל את מחשבותינו ורגשותינו וכן להשפיע על עצמנו וסביבתנו. נושאי הלימוד: הנחות יסוד של השיטה, מודל התקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה הסובייקטיבית, שפת התת מודע, יצירת עתיד מיטבי, כלים לזיהוי חסמים פנימיים, אימון ליצירת תהליך שינוי, חוויית כוח הדמיון, השפעה על התנגדויות, יצירת חוסן נפשי, שפת ההרפייה והתמודדות עם מצבי לחץ, כלים לתיעול כעסים, חשיבה פוזיטיבית ותודעת השפע ועיקרון החמלה והסליחה. בהשתלמות ישולבו גם כ- 5 מפגשים מקוונים. תעודת סיום תוענק למסיימי הקורס בהיקף של 172 שעות, אשר מוכרת בלשכת NLP הישראלית.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה ובחינה להסמכה, בסיום ההשתלמות.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל

**בהנחיית** "צוות אנגרמה-אימון והדרכה".



לרישום לחצו כאן



# מיינדפולנס מורחב

סוג גמול:

60 ש' גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש,  
56 ש' גמול ללא ציון לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 502

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 20/02/2025  
תאריך סיום: 05/06/2025



ימי שני, 16 מפגשים סמסטר ב

קורס מורחב ומעמיק, השתחררות מחסמים באמצעות גמישות פסיכולוגית. טכניקת הקשיבות מאפשרת תשומת לב לחוויה המיידית. עקרונותיה העיקריים הם להתגבר על ההרגל האנושי להתבונן מתוך ביקורת, ההשוואה והשיפוט כלפי העולם וללמוד להישאר במצב קיים של קבלה, התבוננות וסקרנות. מערכת החינוך דורשת מאיתנו לנהל משימות רבות במקביל ולחלוש על תחומים רבים במהירות. לעיתים כתוצאה מכך אנו, אנשי החינוך, עלולים להרגיש מנותקים מעצמנו ולהפגין ניכור הסובבים אותנו. חשיפה לעקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות, תאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היומיום במערכת החינוך ממקום אחר.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת עבודה

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה

**בהנחיית "צוות אנגרמה-אימון והדרכה".**



לרישום לחצו כאן

# הנחיית קבוצות וצוותי משימה

מספר קורס 503

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

60 ש' גמול עם ציון לאופק חדש

ו-56 ש' לעוז לתמורה

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 24/10/2024  
תאריך סיום: 06/02/2025



ימי חמישי, 16 מפגשים סמסטר א'

פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחייה בקבוצה ובדינמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים, למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואיפיון בכלל ובבתי ספר בפרט, רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בינאישיות, פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחייה. מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשילובי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנות וסגנונות הנחייה והוראה.

תפקידי המורה כמנהיג ומוביל, תקשורת בינאישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים, מתן וקבלת משוב והערכה כהזדמנות ולא כאמצעי ענישה, שונות ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא, כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצירת סינרגיה בקבוצה, סוגיות פרידה. **דרישות הקורס:** נוכחות והגשת מטלות.

הקורס מועבר ע"י צוות מנחי קבוצות בעלי ניסיון בהכשרה בתחום מטעם "צוות אנגרמה-אימון והדרכה".

הקורס הינו אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות, סרטים וקבוצות דיון.

**בסיום הקורס תינתן תעודה מטעם: "אנגרמה אימון והדרכה".**  
התעודה מקנה הכשרה והסמכה כמנחי קבוצות ומאפשרת לעסוק ולעבוד כמנחי קבוצות בלבד.

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה



לרישום לחצו כאן



# מטיילים ומצלמים בצפון - אדם טבע ונוף! אוטובוס מעין המפרץ וכרמיאל

סוג גמול:

116 ש' גמול עם ציון בעוז לתמורה

ומתוכן 60 ש' לאופק חדש

מספר קורס 504

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-16:45



תאריך תחילה: 29/10/2025  
תאריך סיום: 07/01/2025



## 12 מפגשים, ימי שלישי סמסטר א'

מורשת הצפון דרך עדשת המצלמה (מצלמת הסמארטפונים שלנו).  
ללמוד על אזורי הארץ השונים בהיבטים של אדם, טבע, נוף והיסטוריה.  
למידה חוויתית לתרבות, היסטוריה ונופים אנושיים. לפתח את הזיקה לארץ, תרבותה  
ומורשתה בחיבור לאתרים בארץ.  
מגוון של נופים - היכרות עם חבלי ארץ שונים בהקשר גיאוגרפי היסטורי.  
היכרות עם הפסיפס האנושי בחבלי הארץ השונים ומגוון תרבויות, עדות וזרמים.  
דרישות הקורס: נוכחות + הגשת עבודה.  
בהדרכת יוסי סלס - מרצה ומורה דרך מוסמך. מרצה וצלם מקצועי.  
גב' יפה אסולין.

אוטובוס מעין המפרץ - כרמיאל.

## הערות להשתלמות

- \*\* בכל מפגש נקבל הדרכה בצילום עם הנייד ונשתף בקבוצה את הצילומים שיהפכו את  
ההשתלמות לחוויה בלתי נשכחת.
- \*\*\* 12 סיורים הכוללים צעידה מתונה!
- \*\*\*\* בנוסף יתקיימו שני מפגשים מקוונים

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל.  
הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים.  
בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובבית.



לרישום לחצו כאן



# קואוצינג אימון בסיסי - תעודה מלשכת המאמנים הארצית

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לאופק חדש  
ו- 115 שעות לעוז לתמורה.

מספר קורס 505

6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 05/05/2025



25 מפגשים, ימי שני סמסטר א'

בקורס אימון אישי תזכו לעבור חוויה לימודית אישית ומקצועית ההכשרה תכלול את יסודות האימון וההכרות עם מודל אימון מכון עתיד ליישום במערכת החינוך ובמישורים אישיים וארגוניים. במסגרת הקורס תלמדו נושאים כגון: עקרונות האימון, מסגרת האימון, הכרות עם מודל אימון מכון עתיד, עקרונות תקשורת אימונית אמפאית, הקשבה פעילה וסינרגיה, שאילת שאלות, עוצמה reframing - עיצוב והבנייה מחדש, יצירת מחויבות ובניית חוזה אימון. מיפוח וזיהוי צרכים, פרדיגמות והרגלים, ערכים וחסמים כגורמים אסטרטגיים מניעים או מעכבים, המניע של חזון, בניית תכנית פעולה והכוונה לתוצאות, הבניית יעדים ומדדים כנגזרת של החזון, הכרות עם קלפי אימון, מיסוד דפוסי ביצוע, שימור ותמיכה להשגת תוצאות.

**מטלות הקורס:** נוכחות +הגשת מטלות.

הקורס מועבר ע"י צוות מאמנים ומנחים מנוסים מטעם "אנגרמה - אימון והדרכה" - בית ספר לאימון המוכר על ידי לשכת המאמנים הארצית. שיטות לימוד: שילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית, סימולציות. מפגשים מתוקשבים, סרטים וקבוצות דיון.

**בסיום הקורס תינתן תעודה מטעם "אנגרמה - אימון והדרכה"**

(מוכרת על ידי לשכת המאמנים בישראל שמאפשרת סיום שלב א' בהכשרה באימון בסיס - רשאי להמשיך לשלב הסופרויז'ן. הקורס מוכר על ידי לשכת המאמנים הארצית. מספר המקומות מוגבל.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל



ליישום לחצו כאן

# CBT יישומי ממוקד מטרה -

## תעודת סיום מ"אנגרמה- אמן והדרכה"

סוג גמול:

60 ש' גמול עם ציון לעוז לתמורה ולאופק חדש,

56 ש' גמול ללא ציון לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 506

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 13/02/2025  
תאריך סיום: 29/05/2025



16 מפגשים, ימי חמישי, סמסטר ב'

ה - CBT הינה תרפייה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת, המתייחסת לבעיות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו. הגישה מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד. התפיסה היא, כי בבסיס לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה. המטרה היא, לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת לייצר שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיביים באמצעות כלי ה-CBT.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת עבודה.

**בהנחיית:** "צוות אנגרמה".

בקורס יוקנו ידע תיאורטי וכלים פרקטיים על מנת לסייע מידית בתהליך קצר מועד באמצעות כלים מעולם ה-CBT. נלמד כיצד להיפטר מההתניות הסמויות האוטומטיות, ובמקומן להוביל תהליכים קוגניטיביים מיטיביים לשיפור איכות החיים וההתנהלות במציאות היומיום.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל.



לרישום לחצו כאן



# הום סטיילינג - עיצוב והלבשת הבית

סוג גמול:  
מוכר לגמול ללא ציון בעוז לתמורה בלבד  
לא מוכר לאופק חדש

מספר קורס 507  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-14:15



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 09/02/2025



11 מפגשים, ימי ראשון, סמסטר א'

הקורס יוביל את המשתתפים למסע חוויתי בו יכירו את תחום הלבשת הבית, ילמדו רעיונות עיצוב בהשראת חמשת החושים ויישומם בביתם, כיתתם או משרדם. כמו כן ירכשו המשתלמים כלים לחוויה עיצובית בחיי היום יום כחלק משימוש אלמנט העיצוב לשיפור איכות החיים והתייחסות לפרטים הקטנים שיוצרים את ההבדל. נגיעה לתורת הצבע, שילוב אלמנטים של תאורה, טקסטיל בחלל המגורים ובמשרד. הכרת קווי תכנון כלליים של המטבח. חדרי שירותים, חדרי שינה וחדרי עבודה. שילוב אלמנטים עיצוביים בהשראת חמשת החושים.

**דרישות הקורס:** נוכחות.

**בהנחיית:** מיכל אגם אליסון - מומחית בתחום עיצוב פנים.  
לפחות 2 פגישות תתקיימנה מחוץ לכיתה.  
כולל סיורים לימודיים.

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה.



לרישום לחצו כאן





# הום סטיילינג - עיצוב והלבשת הבית

סוג גמול:  
מוכר לגמול ללא ציון בעוז לתמורה בלבד לא  
מוכר לאופק חדש

מספר קורס 524  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-14:00



תאריך תחילה: 20/02/2025  
תאריך סיום: 22/05/2025



11 מפגשים, ימי חמישי, סמסטר ב'

הקורס יוביל את המשתתפים למסע חוויתי בו יכירו את תחום הלבשת הבית, ילמדו רעיונות עיצוב בהשראת חמשת החושים ויישומם בביתם, כיתתם או משרדם. כמו כן ירכשו המשתתפים כלים לחוויה עיצובית בחיי היום יום כחלק משימוש אלמנט העיצוב לשיפור איכות החיים והתייחסות לפרטים הקטנים שיוצרים את ההבדל. נגיעה לתורת הצבע, שילוב אלמנטים של תאורה, טקסטיל בחלל המגורים ובמשרד. הכרת קווי תכנון כלליים של המטבח. חדרי שירותים, חדרי שינה וחדרי עבודה. שילוב אלמנטים עיצוביים בהשראת חמשת החושים.

**דרישות הקורס:** נוכחות.

**בהנחיית:** מיכל אגם אליסון - מומחית בתחום עיצוב פנים.  
לפחות 2 פגישות תתקיימנה מחוץ לכיתה.  
כולל סיורים לימודיים.

**מיקום:** מתנ"ס רבין ההגנה 77 כרמיאל



לרישום לחצו כאן





# מטבחים גליליים - קולינריה גלילית

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 508  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במקום שונה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:30-14:30



תאריך תחילה: 19/02/2024  
תאריך סיום: 23/04/2025



10 מפגשים, ימי רביעי סמסטר ב'

הקורס כולל בתוכו סיפורים, בישול וטעימות, התרשמות והתנסות קולינרית אישית. נכיר מטבחים גליליים במגוון תרבויות ואמונות, החל ממאכלים מסורתיים שעוברים במשפחה ועד לבישול המודרני העכשווי. נלמד להכיר מתכונים מעניינים ונתנסה בהכנתם בצורה קבוצתית. נכיר את המאכלים השונים, העומדים מאחורי המאכלים האלה, הכרות עם סוגי מטבחים הנמצאים באזור הגליל. נכיר מגוון אוכלוסיות הנמצאות סביבנו בגליל. נחשף למגוון שיטות בישול ולמטבחים שונים. כל מפגש מתקיים במקום הארוח (פרטי או עסקי) אחר על מנת לקבל מניפה רחבה של הבישול הגלילי.

**דרישות הקורס:** נוכחות  
בהנחיית יריב המאירי-מורה דרך ומנחה.

לידיעתכם - לא בכל המקומות קיימת תעודת כשרות.

למורים בשבתון - נדרשת השתתפות של 300 ש"ח עבור חומרי גלם/ארוחות

**\*\*הגעה עצמית בתיאום עם המדריך.**

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובבית.



לרישום לחצו כאן



# יוגה בראי החינוך

## כמקור לגמישות מחשבתית וגופנית עיוני ומעשי

סוג גמול: 60 ש' גמול עם ציון לאופק ולעוז לתמורה

מספר קורס 509  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 16/10/2024  
תאריך סיום: 08/01/2025



12 מפגשים, ימי רביעי סמסטר א

במסגרת הקורס יילמדו נושאים הבאים: הקניית מושגי יסוד מעולם היוגה וקישורם לעולם המערבי. טיפוח מודעות גופנית של המורה כיצירת חוסן גופני. יצירת מימד רוחני אצל המורה. פיתוח מודעות לתנודות התודעה, השפעתם על ההוראה. התמודדות עם קשיים ניהוליים וקשיים בויסות החושי דרך תרבות היוגה. הקניית כלי עבודה למחנכים בעבודה עם ילדים דרך עולם היוגה. שיכלול מיומנויות של ויסות רגשי, קשב, מודעות והכלה. בקורס ייחשפו המורים לעולם היוגה דרך הפילוסופיה וכתבי הידע הקודמים ודרך העבודה הגופנית (באסאנות), הנשימה והתודעה, חקירת המנוע של המוח ויכולתו להתגמש. הכרת חלקי התודעה השונים (מחשבות, רגשות, חושים) והלמידה בשליטה בהם, כלי ויסות המערביים, התבוננות ותרגילי נשימה. היכולת הניהולית בהוראה דרך נתינת כלים פרקטיים לשימוש מול הילדים בעבודה החינוכית ובחיים כהורים. התייחסות לקשר מורה תלמיד ולילד המאתגר בעיניים של היוגה.

**דרישות הקורס:** נוכחות. + והגשת עבודה.

**בהנחיית** גלית לומן .

**מיקום:** מתנ"ס רבין רח' ההגנה 77 כרמיאל.  
הקורס מחולק למפגש עיוני ובהמשכו תרגול באולם ספורט.



לרישום לחצו כאן



# יוגה בראי החינוך מסע דרך כל רבדי היוגה: הפיזי, המנטלי והרוחני. מסע לקירבה לחיבור ולשקט

מספר קורס 509.01

סוג גמול:

60 ש' גמול עם ציון לאופק ולעוז לתמורה

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 12/02/2025  
תאריך סיום: 30/04/2025



## 12 מפגשים, ימי רביעי סמסטר ב'

במסגרת הקורס יילמדו נושאים הבאים: הקניית מושגי יסוד מעולם היוגה וקישורם לעולם המערבי. טיפוח מודעות גופנית של המורה כיצירת חוסן גופני. יצירת מימד רוחני אצל המורה. פיתוח מודעות לתנועות התודעה, השפעתם על ההוראה. התמודדות עם קשיים ניהוליים וקשיים בויסות החושי דרך תרבות היוגה. הקניית כלי עבודה למחנכים בעבודה עם ילדים דרך עולם היוגה. שיכלול מיומנויות של ויסות רגשי, קשב, מודעות והכלה. בקורס ייחשפו המורים לעולם היוגה דרך הפילוסופיה וכתבי הידע הקודמים ודרך העבודה הגופנית (באסאנות), הנשימה והתודעה, חקירת המנוע של המוח ויכולתו להתגמש. הכרת חלקי התודעה השונים (מחשבות, רגשות, חושים) והלמידה בשליטה בהם, כלי ויסות המערביים, התבוננות ותרגילי נשימה. היכולת הניהולית בהוראה דרך נתינת כלים פרקטיים לשימוש מול הילדים בעבודה החינוכית ובחיים כהורים. התייחסות לקשר מורה תלמיד ולילד המאתגר בעיניים של היוגה.

**דרישות הקורס:** נוכחות + והגשת עבודה.

**בהנחיית** גלית לומן.

**מיקום:** מתנ"ס רבין רח' ההגנה 77 כרמיאל.  
הקורס מחולק למפגש עיוני ובהמשכו תרגול באולם ספורט.



לרישום לחצו כאן

# הטבע ואני-

## מפגשי טבע בצפון הכנרת, הירדן ההררי ורמת הגולן

סוג גמול:

מספר קורס 511

60 ש' גמול עם ציון לאופק ולעוז לתמורה

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-15:15



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



### 8 מפגשים, ימי חמישי סמסטר א'

הקורס כולל 8 מפגשי טבע בצפון הכנרת, ירדן ההררי ורמת הגולן. בהשתלמות נקבל כלים, מיומנויות, ידע ובעיקר חוויות שיעזרו לנו להעמיק את החיבור אל הסביבה הטבעית, לפתח מערכות יחסים עם הטבע והיצורים החיים בו ולהרגיש יותר בבית גם כשאנחנו בחוץ. כל מפגש יעסוק ברובד אחר של מארג החיים בטבע (צמחים, שפת הציפורים, גששות בעלי חיים ועוד) וישלב פרקטיקות מגוונות תוך כדי שהייה ויציאה לשיטוטים קצרים בסביבה (מרחקי ההליכה אינם גדולים). מפגשי טבע, מהם ניתן יהיה לשאוב השראה הן לחיינו האישיים והן לעשייה החינוכית.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת מטלה.

הגעה עצמית!

**מנחה:** נטע ברגהאוס, עוסקת כ-20 שנה בחינוך חוץ, מורת דרך ומנחת סדנאות שטח וגששות.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# זוגיות הורות ומשפחה - שימור ושיפור היחסים

סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 513

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 19/02/2025  
תאריך סיום: 21/05/2025



12 מפגשים, ימי רביעי סמסטר ב'

המערכת המשפחתית- היכרות עם מושגי יסוד, הגדרות ותיאוריות בסיסיות בנושא הורות וזוגיות, כולל התייחסות למודלים של משפחה חדשה. הורות במשרה מלאה - המסע שלנו כזוג שהופך להורים. החזון המשפחתי שלי - יעדים מרכזיים לביצוע ותוכנית פעולה. תקשורת מקרבת והקשבה בתוך המשפחה. הילד/ה שבי - כיצד היא משפיעה על מערכות היחסים בחיי. כלים ליצירת חוסן משפחתי. אינטימיות, מחויבות ותשוקה. אהבה בוגרת- להיות בשבילי, בשבילכם ובשבילנו. נתינה כבסיס לבניית עתיד משותף ויצירת חוויות מעצימו.

**דרישות הקורס:** נוכחות+הגשת עבודה.

**מראה:** צוות מנחים מנוסים בתחום מטעם צוות "אנגרמה" אימון והדרכה.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל



לרישום לחצו כאן

# סטיילינג טיפולי - הופעה ותדמית, הפסיכולוגיה של הלבוש

סוג גמול:

גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 516

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 18/02/2025  
תאריך סיום: 13/05/2025



## 12 מפגשים, ימי שלישי סמסטר ב

הסטיילינג הטיפולי הוא כלי ייחודי להעצמה אישית וקבוצתית ולפיתוח יכולות רגשיות וחברתיות לכן, למידה והתנסות בעולמות התוכן שלו יכולות להוות תרומה משמעותית ולארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה ושל היועצת החינוכית. בקורס תקבלו כלים ועקרונות בתחום הסטיילינג וההופעה החיצונית לנשים, הפסיכולוגיה של הלבוש והשפעת הלבוש על הלבוש/ת. סוגיות הקשורות לדימוי עצמי אצל ילדות/ נערות ונשים וכן אצל מתבגרים והקשרים חברתיים ותרבותיים שלהם. סוגיות הקשורות למפגש בין העולם הרגשי-פנימי לבין המרחב החיצוני/חברתי אצל בני נוער בכלל ואצל נשים ונערות בפרט, קודים תרבותיים, תפקידים מגדריים, לחץ חברתי, אופנות, טרנדים ועוד... אל מול צרכים ורצונות אישיים. דרכים ואמצעים לעידוד ביטוי אישי, הגדרה עצמית חיובית ואוטנטיות ולהגברת היכולת להשיג נראות ובולטות במרחב החיצוני. כלים וידע בתחום העבודה הקבוצתית. כלים וידע בתחום העבודה באמצעות יצירה ואמצעים השלכתיים.

**דרישות הקורס:** נוכחות פעילה והגשת מטלת סיכום.

**בהדרכת** יעל נח - סטייליסטית ומנחה בתחום החינוך והסטיילינג.  
לפחות 2 פגישות תתקיימנה מחוץ לכיתה.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל



לרישום לחצו כאן

# קולנוע חינוך ורב תרבותיות במובילנד, כרמיאל- צפייה מודרכת באולם ה VIP

סוג גמול:

60 ש' גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש,  
56 ש' גמול ללא ציון לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 518

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:45



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 10/02/2025



18 מפגשים, ימי שני סמסטר א

## קולנוע, חינוך ורב תרבותיות - ז'אנרים בתרבות הפופולרית.

הקנייה של ידע, תוכן ומאפייני ז'אנרים שונים מן הספרות והתרבות הפופולרית. הקניית מושגי ייסוד בקולנוע ובשפת הקולנוע. היכרות עם השימושים השונים שנעשו בקולנוע לאורך השנים. הקניית מודל הלימוד חוויתי שיישמש את הלומדים בהמשך דרכם בהוראה. בקורס ייחשפו המורים לסוגות שונות של הקולנוע. ילמדו את הקשר הסוציולוגי, גיאופוליטי לקולנוע. יילמדו מושגים בסיסיים בתחום הקולנוע ושפת הקולנוע. המורים ייחשפו לתרבויות שונות ולקשר בין הקולנוע לתרבות בני הנוער בימינו. קולנוע כאמנות של סימני שאלה על מוסר, זוגיות, תקשורת וחינוך. הרצאות המלוות בקטעי סרטים בנושאים מגוונים, שפת הקולנוע ומה שמעבר לה. לאחר ההרצאה תתקיים צפייה בסרטים באורך מלא באולם.

**דרישות הקורס:** נוכחות והגשת עבודה.

גביע פופקורן חם לכל משתתף

**מנחה:** ברק לומן מרצה ומבקר קולנוע. מכללת "אורנים".

**אולם ה-VIP בקולנוע Movieland שבמתחם גן העיר בכרמיאל.**



לרישום לחצו כאן

# קולנוע חינוך ורב תרבותיות במובילנד, כרמיאל- צפייה מודרכת באולם ה VIP

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 518.01  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:45



תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 21/04/2025



9 מפגשים, ימי שני סמסטר ב

## קולנוע, חינוך ורב תרבותיות - ז'אנרים בתרבות הפופולרית.

הקנייה של ידע, תוכן ומאפייני ז'אנרים שונים מן הספרות והתרבות הפופולרית. הקניית מושגי ייסוד בקולנוע ובשפת הקולנוע. היכרות עם השימושים השונים שנעשו בקולנוע לאורך השנים. הקניית מודל הלימוד חוויתי שיישמש את הלומדים בהמשך דרכם בהוראה. בקורס ייחשפו המורים לסוגות שונות של הקולנוע. ילמדו את הקשר הסוציולוגי, גיאופוליטי לקולנוע. יילמדו מושגים בסיסיים בתחום הקולנוע ושפת הקולנוע. המורים ייחשפו לתרבויות שונות ולקשר בין הקולנוע לתרבות בני הנוער בימינו. קולנוע כאמנות של סימני שאלה על מוסר, זוגיות, תקשורת וחינוך. הרצאות המלוות בקטעי סרטים בנושאים מגוונים, שפת הקולנוע ומה שמעבר לה. לאחר ההרצאה תתקיים צפייה בסרטים באורך מלא באולם.

**דרישות הקורס:** נוכחות והגשת עבודה.

גביע פופקורן חם לכל משתתף

**מנחה:** ברק לומן מרצה ומבקר קולנוע. מכללת "אורנים".

**אולם ה-VIP בקולנוע Movieland שבמתחם גן העיר בכרמיאל.**



לרישום לחצו כאן



# תוכנית חיסכון - התנהלות פיננסית תקינה

מספר קורס 519  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד  
סוג גמול:  
גמול ללא ציון. מוכר לעוז לתמורה

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:30-18:45



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 15/01/2025



14 מפגשים, ימי שני סמסטר ב

הקורס "תוכנית חיסכון - חינוך פיננסי מצמיח" מספק מסגרת לרכישת הבנה מעמיקה ושימושית בנושאים פיננסיים בסיסיים. תוך דגש על פרקטיקה ויישום, תלמדו לנהל כספים אישיים באופן יעיל ולשפר את יכולתכם לנהל תקציבים, לתכנן חסכונות והשקעות, ולהבין את היתרונות והסיכונים של הלוואות וריביות, קריאת תלוש המשכורת ועוד. הקורס מיועד בעיקר למורים בבתי ספר אך מתאים גם לכל אדם המעוניין להתחיל לנהל את הכסף שלו באופן מודע ושקוף, וליישם מיידית את הידע המרכזי לחייו היומיומיים ולכל מי שמעוניין לרכוש ידע פיננסי מוסדר ושימושי לחיי היומיום. בקורס תרכשו כלים המסייעים בפיתוח יכולות פיננסיות בסיסיות באופן מעשי ומקצועי. במהלך הלמידה, תעמיקו בהבנת תקציבים אישיים ובניהול חשבונות ותלמדו להשקיע ולנהל חסכונות בצורה שמקדמת את היעילות הפיננסית האישית.

**בהנחיית:** ד"ר איאד סנונו, רו"ח

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל.



לרישום לחצו כאן



# תוכנית חיסכון - התנהלות פיננסית תקינה

סוג גמול:  
גמול ללא ציון. מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 519.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
10:00-13:15



תאריך תחילה: 16/02/2024  
תאריך סיום: 07/05/2025



14 מפגשים, ימי רביעי סמסטר א

הקורס "תוכנית חיסכון - חינוך פיננסי מצמיח" מספק מסגרת לרכישת הבנה מעמיקה ושימושית בנושאים פיננסיים בסיסיים. תוך דגש על פרקטיקה ויישום, תלמדו לנהל כספים אישיים באופן יעיל ולשפר את יכולתכם לנהל תקציבים, לתכנן חסכונות והשקעות, ולהבין את היתרונות והסיכונים של הלוואות וריביות, קריאת תלוש המשכורת ועוד. הקורס מיועד בעיקר למורים בבתי ספר אך מתאים גם לכל אדם המעוניין להתחיל לנהל את הכסף שלו באופן מודע ושקוף, וליישם מיידית את הידע המרכזי לחיי היומיומיים ולכל מי שמעוניין לרכוש ידע פיננסי מוסדר ושימושי לחיי היומיום. בקורס תרכשו כלים המסייעים בפיתוח יכולות פיננסיות בסיסיות באופן מעשי ומקצועי. במהלך הלימוד, תעמיקו בהבנת תקציבים אישיים ובניהול חשבונות ותלמדו להשקיע ולנהל חסכונות בצורה שמקדמת את היעילות הפיננסית האישית.

**בהנחיית:** ד"ר איאד סנונו, רו"ח

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל.

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה



לרישום לחצו כאן

# פסיכולוגיה חיובית בחיי היום יום - בזום

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 521  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-17:15



תאריך תחילה: 26/02/2025  
תאריך סיום: 09/04/2025



15 מפגשים - 12 מפגשי זום ו 3 אסינכרוניים, ימי רביעי סמסטר ב

הפסיכולוגיה החיובית הינה תחום חדש יחסית ומתפתח מחקרית ורעיונית. בעיקר מדובר על תחום מרתק ופרקטי אשר עוסק בתחומים רבים ומגוונים. הקורס ייתן ללומדים בו סקירה רחבה ומרעננת לתחום שיכול, עם הפנמה, התמדה ותרגול, להעלות את תחושת הרווחה הנפשית של המשתלמים ולהביא אותם לתובנות מרתקות על חייהם ותפיסותיהם כמו גם לאפשר ארגז כלים מרתק ויישומי לשימוש בחיי היומיום ככלל ובמרחב החינוכי בפרט.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת עבודה.

**מרצה:** שי יונגרמן -מרצה ומנחה בכיר.



לרישום לחצו כאן



# שפת גוף ואמנות השכנוע - בזום

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 520  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-17:15



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 15/01/2025



15 מפגשים - 12 מפגשי זום ו 3 אסינכרוניים, ימי רביעי סמסטר א

תקשורת בלתי מילולית מתלווה לכל פעולות הגומלין בין בני אדם בכל גיל. היא קיימת בכל שיחה ובכל מפגש בין אנשים ובוודאי במרחב החינוכי: כיתה, פגישות צוות, שיחות חולין בחדר המורים, ימי הורים, מכרז לתפקיד חדש ועוד. במקרים רבים, זהו החלק החשוב או הדומיננטי ביותר בתקשורת. לעיתים קרובות וברוב הגדול של המקרים הופעה, נוכחות, התנהגות, שפת הגוף והאופן בו מוסרים את התוכן קובעים ומשכנעים הרבה יותר מאשר המלל, התוכן, הידע והכישורים. התקשורת הבלתי מילולית כוללת שפת גוף, הבעות פנים, מבטי עיניים, מחוות גוף, טון וקצב דיבור, מרחבי מחייה ועוד. במהלך הקורס נתרגל ונלמד אודות שפת הגוף ונרתום אותה למגוון שימושים בחיי היומיום ככלל ובמרחב החינוכי בפרט.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת עבודה.

**מרצה:** שי יונגרמן -מרצה ומנחה בכיר.



שימוש לחצו כאן



# סיורי תרבות אמנות ודתות - מרכז קיץ

סוג גמול:  
56 שעות ללא ציון לעזוז לתמורה

מספר קורס 522  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-14:30



תאריך תחילה: 23/06/2025  
תאריך סיום: 04/07/2025



10 מפגשים שבועיים מרוכזים בקיץ

עשרה סיורים מרתקים באזור הגליל המרכזי המקיפים את שלל התרבויות, סוגי האומנויות והדתות המסמלות את מהות הגליל כבואה למדינת ישראל. הסיורים הם בני חצי יום בהגעה עצמית ברציפות בימים א'-ה' במשך שבועיים. בין הסיורים המיוחדים בהשתלמות נבקר ב"מעלה צביה" ונכיר את תפיסת עולמם הייחודית של התושבים. נבקר בכפר הבדואי המיוחד "סלאמה". נכיר את בית דולב שבצורית. כמו גם את מרכז הסדנאות, תרבות וארוח שב"הררית" ואפילו נלמד על הבית היפני - טאייקו- שבישוב מיכמנים. אלה מספר טעימות מיעדי הסיורים בהשתלמות. הנאה מובטחת.

**קיימת אפשרות לשינויי יעדים!**

**הקורס בהדרכת: יריב המאירי**

הגעה עצמית



לרישום לחצו כאן

# ארוחה מהשדה - סמינר ליקוט בתנאי שטח

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 531  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
קיבוץ  
משמר העמק  
(מערת הפלמ"ח)



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-17:00



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 05/02/2025  
תאריך תחילה: 05/03/2025  
תאריך סיום: 05/03/2025



## מפגשים מרוכזים של יומיים וחצי הכוללים לינה

אנו מאמינים שלמידה משמעותית היא רב תחומית, רב חושית, מעניינת ורלוונטית. הסקרנות המתעוררת עקב השהות והמגע הקרוב עם הטבע, יכולה להוות תשתית לחינוך מדעי ולרצון לשמור על הסביבה. כל אלה באים לידי ביטוי בליקוט שהוא אטרקטיבי לילד מהיותו עוסק באוכל, ב"הישרדות" ורכישת יכולות פרקטיות ותפקודיות המקנות ביטחון בעולם.

**זיקה לחינוך:** דרך הליקוט אנו יכולים לחשוף את הילדים לנושאים כגון שמירת טבע, אקולוגיה, ומנגנונים ביולוגיים בצמח המשפיעים על חומרי הטעם והריח בצמח, רבייה ואבולוציה. בנוסף, הליקוט מחזק את תחושת המסוגלות והביטחון, והבישול המשותף מעודד חיברות ועבודת צוות.

**בהנחיית:** ד"ר ענבר קטלב, ד"ר לארכיאוזאולוגיה, ושימי רף-מדריך טבע.

**דרישות הקורס:** נוכחות+מטלת סיום.

הסמינר נחלק ל-2 מפגשים הכוללים שלושה ימים ושני לילות. ימים ב'-ד' בפברואר ובמרץ. אפשרות איסוף בתחנת הרכבת כפר יהושע ב 9:30 בבוקר.

למורים בשבתון: השתתפות של 200 ש"ח



לרישום לחצו כאן

# שביל ישראל הצפוני: "ללכת כי כולם הולכים" כנרת/ירדן

מספר קורס 532 | 2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד  
סוג גמול: גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מיקום:  
כל מפגש  
במיקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-15:15



תאריך תחילה: 20/02/2025  
תאריך סיום: 29/05/2025



## 7 מפגשים, ימי חמישי סמסטר ב'

בהשתלמות זו נעשה דרך ונכיר את הצפון דרך מקטעים נבחרים של שביל ישראל. נעבור דרך נופים מרהיבים, טבע עוצמתי ומפגשים עם תרבות מגוונת, ניחשף לסיפורי דרך ואתרים ייחודיים ונחלוק מסע משותף לאורך השביל המרהיב. מטרת סדרת הסיורים היא העמקת ההיכרות עם האזור על חלקיו השונים והעשרת הידע של משתתפי ההשתלמות בהיבטים של היסטוריה של ארץ ישראל, התיישבות, תרבות, דתות, גיאוגרפיה וטבע. מקיבוץ דן לגן הצפון-הגשר על נחל שניר. מהגשר על נחל שניר לכפר גלעדי. ממצודת ישע לבקעת יחמור. מבקעת יחמור לגשר עלמה. מגשר עלמה לחניון נחל דישון. נחל עמוד תחתון עד מגדל. מטבריה עילית למושב כנרת.

**דרישות הקורס:** נוכחות + עבודה.

**בהדרכת:** יוסי סלס מדריך ומורה דרך מומחה בתחום.

הגעה עצמית.

**הערה:** ייתכנו שינויים במסלולים בהתאם למצב

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# סטיילינג טיפולי - הופעה ותדמית, הפסיכולוגיה של הלבוש

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 537  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 22/10/2024  
תאריך סיום: 07/01/2025



## 12 מפגשים בעפולה, ימי שלישי סמסטר א'

הופעה ותדמית אישית - הסטיילינג הטיפולי הוא כלי ייחודי להעצמה אישית וקבוצתית ולפיתוח יכולות רגשיות וחברתיות לכן, למידה והתנסות בעולמות התוכן שלו יכולות להוות תרומה משמעותית ולארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה ושל היועצת החינוכית. כלים ועקרונות בתחום הסטיילינג וההופעה החיצונית לנשים. הפסיכולוגיה של הלבוש, והשפעת הלבוש על הלוכל/ת. סוגיות הקשורות לדימוי עצמי אצל ילדות/נערות ונשים וכן אצל מתבגרים והקשרים חברתיים ותרבותיים שלהם. סוגיות הקשורות למפגש בין העולם הרגשי-פנימי לבין המרחב החיצוני/חברתי אצל בני נוער בכלל ואצל נשים ונערות בפרט- קודים תרבותיים, תפקידים מגדריים, לחץ חברתי, אופנות, טרנדים ועוד... אל מול צרכים ורצונות אישיים. דרכים ואמצעים לעידוד ביטוי אישי, הגדרה עצמית חיובית ואותנטיות ולהגברת היכולת להשיג נראות ובולטות במרחב החיצוני. כלים וידע בתחום העבודה הקבוצתית. כלים וידע בתחום העבודה באמצעות יצירה ואמצעים השלכתיים.

**דרישות הקורס:** נוכחות פעילה והגשת מטלת סיכום.

**בהדרכת** יעל נח סטייליסטית ומנחה בתחום החינוך והסטיילינג.  
לפחות 2 פגישות תתקיימנה מחוץ לכיתה.

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה



לרישום לחצו כאן



# צילום-

## חוית הצילום הבסיסי, נדרשת מצלמה!

סוג גמול:

גמול עם ציון לעז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 538

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר יהושע



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 21/10/2024  
תאריך סיום: 06/01/2025



12 מפגשים, בכפר יהושע, ימי שני, מצלמה חובה סמסטר א

הקורס מייצר היכרות עם עולם הצילום ועם מושגים בסיסיים הקשורים לתפעול המצלמה. המשתתפים ילמדו לתפעל את המצלמה שברשותם תוך שליטה על התוצאה הסופית ועל נראות הצילום. דרך המפגשים ילמדו המשתתפים להכיר את סביבתם הקרובה על ידי תשומת לב לאור המקיף אותנו ועל ידי פיתוח רגישות לכל הנעשה סביבנו דרך עדשת המצלמה.

**דרישות הקורס:** נוכחות + מטלת סיום.

**מרצה:** גלעד בן שץ (מסגרת-מקום של צילום)-מרצה ומומחה בתחום הצילום.  
הקורס מתקיים במתחם רכבת העמק בכפר יהושע!

**במהלך הקורס יתקיימו מספר יציאות לשטח לשם אימון וישום הנלמד בכיתה!**



לרישום לחצו כאן



# אסטרונומיה תצפיתית- בזום

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 539  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-19:15



תאריך תחילה: 20/10/2024  
תאריך סיום: 05/01/2025



15 מפגשים, ימי ראשון סמסטר א'

תחום האסטרונומיה וטכנולוגיות החלל מתפתח בצעדי ענק בישראל. **מטרת קורס** זה היא להכשיר מורים/ות לאסטרונומיה תצפיתית ובכך להעניק להם/ן כלים מעשיים בתחום זה, יכולת בסיסית להשתמש בטלסקופ, להכיר את שמי ישראל, ולהוביל ולהלהיב תלמידים/ות בכל מה שקשור לנושאי האסטרונומיה, ולערוך עם התלמידים תצפית אסטרונומית. תצפית אסטרונומית היא כלי חינוכי עצום המאפשר לתלמידים חיבור ישיר לחלל ולגרמי שמיים שונים, וגם למקום מגוריהם ולמולדת שלהם. הכשרת מורים לביצוע תצפיות אסטרונומיות יעזור לקחת את שיעורי המדעים או של"ח לרמה אחרת, להלהיב ולעודד את התלמידים ללמוד מדעים. דרישות הקורס: נוכחות + מטלת סיום.

**מנחת הקורס:** אלה רץ, מייסדת ומנהלת של "עולם האסטרונומיה", מדריכת אסטרונומיה מעל 16 שנה

**מיקום:** בזום



לרישום לחצו כאן

# אסטרונומיה תצפיתית- בזום

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 539.01  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:00-19:15



תאריך תחילה: 03/02/2025  
תאריך סיום: 21/04/2025



15 מפגשים, ימי שני סמסטר ב

תחום האסטרונומיה וטכנולוגיות החלל מתפתח בצעדי ענק בישראל. **מטרת קורס** זה היא להכשיר מורים/ות לאסטרונומיה תצפיתית ובכך להעניק להם/ן כלים מעשיים בתחום זה, יכולת בסיסית להשתמש בטלסקופ, להכיר את שמי ישראל, ולהוביל ולהלהיב תלמידים/ות בכל מה שקשור לנושאי האסטרונומיה, ולערוך עם התלמידים תצפית אסטרונומית. תצפית אסטרונומית היא כלי חינוכי עצום המאפשר לתלמידים חיבור ישיר לחלל ולגרמי שמיים שונים, וגם למקום מגוריהם ולמולדת שלהם. הכשרת מורים לביצוע תצפיות אסטרונומיות יעזור לקחת את שיעורי המדעים או של"ח לרמה אחרת, להלהיב ולעודד את התלמידים ללמוד מדעים.

**דרישות הקורס:** נוכחות + מטלת סיום.

**מנחת הקורס:** אלה רץ, מייסדת ומנהלת של "עולם האסטרונומיה", מדריכת אסטרונומיה מעל 16 שנה

**מיקום:** בזום.



לרישום לחצו כאן

# בריאות הגוף והנפש בראי המוח

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 541  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
עפולה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 21/10/2024  
תאריך סיום: 06/01/2025



12 מפגשים, ימי שני במתנ"ס עפולה סמסטר א'

קורס זה מבוסס על הגישה הרב-תחומית להבנת היבטים שונים של בריאות האדם והתנהגותו. **מטרת הקורס:** לספק הבנה מקיפה של רווחת האדם והחיבור בין המוח, הגוף הנפש, והתנהגויות שלנו, על ידי בחינת נושאים רלוונטים ומסקרנים, החל מאומניות ויצירתיות ועד למערכת החיסון, שינה, מתח, זיכרון, סוכרת, מחלות פסיכוסומטיות, הבדלים בין המינים, תזונה ותפיסה חושית.

**דרישות הקורס:** נוכחות ומטלת סיום.

**מרצה:** רונית אשכנזי, דוקטור למדעים ותואר שני במדעי הרפואה

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה.



לרישום לחצו כאן



# מהעמק אל ההר- היכרות עם אזורי העמקים והכרמל

סוג גמול:  
גמול ללא ציון. מוכר לעוז לתמורה בלבד

מספר קורס 543  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במיקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:00-16:45



תאריך תחילה: 11/02/2025  
תאריך סיום: 20/05/2025



## 6 מפגשים, ימי שלישי סמסטר ב'

מטרות ההשתלמות הן להכיר את התרבויות, הדתות, הטבע וההיסטוריה של האזור, ככלי בעבודת עובד ההוראה. המשתלמים ילמדו על חשיבות הדתות השונות באזורים הללו ככלי חינוכי לשימוש במוסד בו הם מחנכים ובנוסף ילמדו על ההיסטוריה המיוחדת בכל אזור כמו גם את חשיבותו הטופוגרפית. יעדי הסיוור הם בית שאן ועמק יזרעאל עם התנ"ך ביד, מלחמות והתיישבות בגליל התחתון כולל יודפת, הררית, סלאמה, התיישבות מדרום הכרמל ועוד.

**מנחה:** יוסי סלס, מומחה בתחומו.

**דרישות:** נוכחות בלבד.

אוטובוס מחניון הסטופ מארקט ביגור.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיוור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיוור תוקדש זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן

# הטבע ואני- מפגשי טבע ביער רמות מנשה, טבעון ונחל שופט

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 544  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במיקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-15:00



תאריך תחילה: 13/02/2025  
תאריך סיום: 22/05/2025



## 8 מפגשים, ימי חמישי סמסטר ב'

בהשתלמות נקבל כלים, מיומנויות, ידע ובעיקר חוויות שיעזרו לנו להעמיק את החיבור אל הסביבה הטבעית, לפתח מערכות יחסים עם הטבע והיצורים החיים שבו ולהרגיש יותר בבית גם כשאנחנו בחוץ. כל מפגש יעסוק ברובד אחר של מארג החיים בטבע (צמחים, שפת הציפורים, גששות, בעלי חיים ועוד) ויישלב פרקטיקות מגוונות תוך כדי שהייה ויציאה לשיטוטים קצרים בסביבה (מרחקי ההליכה אינם גדולים). מפגשי טבע, מהם ניתן יהיה לשאוב השראה הן לחיינו האישיים והן לעשייה החינוכית.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת מטלה

## הגעה עצמית!

**מנחה:** נטע ברגהאוס, עוסקת כ-20 שנה בחינוך חוץ, מורת דרך ומנחת סדנאות שטח וגששות.

לקראת מפגשי הסיורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובבית"ס.



לרישום לחצו כאן



# בינה מלאכותית - בשרות אנשי החינוך. שיפור היצירה והיכולות באמצעות כלי בינה מלאכותית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 510  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:00-18:15



תאריך תחילה: 22/10/2024  
תאריך סיום: 28/01/2025



15 מפגשים, ימי שלישי סמסטר א'

קורס מקיף שבו נלמד להשתמש בכלים המתקדמים ביותר כגון: Claude, Chat GPT, Canva, Stable Diffusion. הכלים מבוססי הטכנולוגיה המכונה "בינה מלאכותית" הולכים ומתרבים מדי יום ביומו.

כמעט כל כלי המחשוב בהם אנו עושים שימוש החל ממעבדי תמלילים, דרך תוכנות המצגות וההוראה ועד לתוכנות הדואר האלקטרוני, כוללים כיום תוספים או שיפורים שמאפשרים שימוש בטכנולוגיות ה"בינה המלאכותית". ישנה חשיבות רבה לדעת להשתמש בכלים האלה ולמצוא את הדרך לשלבם באופן הראוי בתהליך הלמידה, וביצירת חומרי ההוראה בכל מערכות החינוך.

## בקורס נעסוק במספר היבטים של הטכנולוגיות הללו:

- מהו תהליך חשיבה מלאכותית, ומה ההיסטוריה של הטכנולוגיה הזו.
- היכרות עם הכלים העיקריים העומדים לרשותנו כעובדי מערכת החינוך.
- עבודה בפרויקטים – שילוב בינתחומי של נושאים וטכנולוגיות ליצירת מוצר חינוכי.
- בינה מלאכותית וחינוך: מה כן? מה לא? ואיך משלבים?
- לאן כל זה הולך? סקירה והצגת טכנולוגיות חדשות וכיווני התפתחות אפשריים.

**מרצה:** עדן אוריון, בעל תואר בהוראת טכנולוגיה ומדעים מהטכניון ושנות נסיון רבות בהוראה פורמאלית וא-פורמאלית במוסדות שונים.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל



לרישום לחצו כאן

AI



# ערבית מדוברת - השיח הבסיס

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 512  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
15:00-18:15



תאריך תחילה: 07/01/2025  
תאריך סיום: 19/06/2025



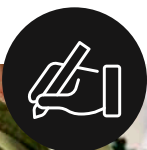
20 מפגשים, 13 מפגשים פרונטלים, 2 בחוץ, ו 5 א-סינכרוניים, ימי שלישי סמסטר ב'

אנחנו חיים בחברה מגוונת רב תרבותית, שהבסיס להצלחתה הוא דו-קיום המושתת על כבוד, הבנה ושותפות.

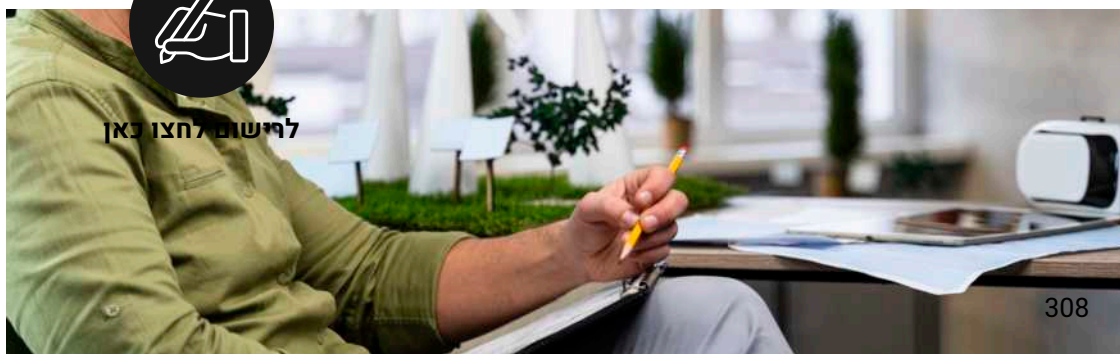
הכרת האחר על מרכיבי האחרות השונים כגון: תרבות, שפה, עדה. מנהגים ומסורת הינה תנאי הכרחי ליצירתו של דיאלוג המושתת על כבוד, הכרה והדדיות המאפשר שבירת סטיגמות ויצירת שותפויות. מטרת ההשתלמות: הקניית מיומנויות הבנה והבעה בערבית מדוברת. הבלטת המשותף בין השונות דרך לימוד השפה. הכרת התרבות והייחוד של האחר דרך השפה. הגברת תחושת השותפות מתוך ידיעת השפה של האחר. החדרת המסורת הערבית למערכת החינוך היהודית.

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל

**מרצה:** ד"ר לנא והבה מרצה בכירה בתחום.



לפרטים לחצו כאן





# קורס הומור - לומדים לחייך כל יום מחדש - עם תעודת מנחי יוגה צחוק

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזו לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 514  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 17/10/2024  
תאריך סיום: 02/01/2025



12 מפגשים, ימי חמישי סמסטר א'

לימוד טכניקות צחוק והעצמה באמצעות הומור, כלים סדנאיים מתחום התראפיה ויישומיים מתחום התראפיה, משחקי היכרות - משחקים יישומיים וחינוכיים. מה ההבדל בין הומור וצחוק? הומור במקרא וביהדות. מעולם הכיתה לעולמנו - כיצד אני מוצג על ידי אחרים?

**מיקום:** משרדי ארגון המורים החרושת 9 קומה 1 כרמיאל

**מרצה:** שפרה ארוס



לרישום לחצו כאן



# העצמה נשית באמצעות צחוק, הומור, ריקוד ומוסיקה

סוג גמול:  
90 שעות לגמול עם ציון בעוז לתמורה  
ובאופק חדש

מספר קורס 515  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כרמיאל



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 02/02/2025  
תאריך סיום: 20/04/2025



12 מפגשים, ימי ראשון סמסטר ב

הקורס יעסוק בנתינת כלים לחיזוק רווחה נפשית וחוסן, תוך התבוננות, למידה והעצמה אישית. הכלים ניתנים ליישום הן אצל עובדות ההוראה, והן אצל בני משפחתן ותלמידיהן. העצמה אישית מתחילה בהבנה עמוקה של עצמנו, כולל חוזקות, חולשות, ערכים ומטרות. נעבור תהליכים שמיועדים לחזק מודעות למחשבות, לרגשות ולהתנהגויות שלנו ולאופן שבו הם משפיעים על חיינו.

העצמה אישית מובילה לפיתוח אמונה חיובית ובטוחה בעצמנו וביכולות שלנו. נלמד להתבונן ולהתגבר על אמונות מגבילות ודיבור עצמי שלילי. העצמה אישית עוזרת לקחת אחריות על הבחירות והפעולות שלנו. נתאמן בהצבת מטרות ויעדים ולהתקדם לעברם.

העצמה אישית כרוכה בפיתוח חוסן, יכולת להתמודד ביעילות עם משברים, העצמת תחושת רווחה נפשית מתוך דגש על נקודות השמחה והאור

**מרצה:** יונת רז

**מיקום:** בית אשכול, קפלן 5, עפולה



לרישום לחצו כאן



# מתנובת הארץ - יקבים, מחלבות, מבשלות בירה, דבש ועוד

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 526  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כל מפגש  
במקום שונה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-14:30



תאריך תחילה: 16/10/2024  
תאריך סיום: 18/12/2024



## 10 מפגשים, ימי רביעי סמסטר א'

בהשתלמות 'תנובת הארץ' נתחקה אחר התנובה החקלאית בה בורכה ארץ ישראל. נבקר ביקבים, במחלבות, במבשלות בירה, בבתי בד, במטחנות קמח ותבלינים, נכיר יצרני שיכר ורודי דבש ונשלב הכול במפגשים אנושיים מרגשים. נתוודע למסורות עתיקות שהשתמרו מימי קדם, ונראה איך צמחים ארץ ישראלים משמשים ברפואה הטבעית מאז ועד היום. נבקר במספר יקבים, נבין מהם ההבדלים בין יין ייבש, לחצי יבש ולמתוק. נטעם ממגוון יינות מקומיים, ואף נתרגל 'טעימה עיוורת'. ניחשף לתהליך ייצור הגבינה, נטעם סוגים שונים של גבינות רכות, חצי רכות וקשות ונפגוש גבנים מעולים, שגבינותיהם זכו בשלל פרסים עולמיים. נכיר את העוסקים במלאכה, נלמד על ההבדלים בין סוגי הדבש השונים, נטעם ונלמד על שימושים פחות מוכרים כמו אפיתרפיה, טיפול המתבצע בעזרת עקיצות דבורים. במהלך ההשתלמות ניחשף גם לנושאים מרתקים נוספים כגון מזון על ('סופר פוד'), קמחים שונים וטחינתם, שיכר פירות, ייבוש פירות באופן טבעי ועוד. משתתפים לא משלמים על כניסות וטעימות - כלול במחיר. ההשתלמות הינה מעשירה ומעניינת, חווייתית, מפעילה את כל החושים ומומלצת בחום. לידיעתכם - לא בכל המקומות קיימת תעודת כשרות. ההנאה מובטחת!

**מנחה:** יריב המאירי, מורה דרך ומנחה.

## הגעה עצמית בתאום עם המדריך

למורים בשבתון: השתתפות של 300 ש"ח.

לקראת מפגשי הסיוורים על המורה לקרוא חומר רקע ולהשתתף בסיור באופן פעיל. הקורסים כולל מפגשים מקוונים א-סינכרוניים. בכל סיור תוקדש יחידת זמן ליישום המתודה בכיתה ובביה"ס.



לרישום לחצו כאן



# מאבן לאש - מסע בזמן אל המהפכה החקלאית למידת חוץ והתנסות בחיי התרבות הירמוכית הקדומה

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה ואופק חדש

מספר קורס 533  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
קיבוץ שער הגולן



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:30-13:45



תאריך תחילה: 12/02/2025  
תאריך סיום: 30/04/2025



## 11 מפגשים, ימי רביעי סמסטר ב

מפגשים המשלבים למידה תיאורטית עם התנסות מעשית בשטח במוזיאון התרבות הירמוכית בשער הגולן. הצטרפו אלינו למסע מרתק בו נגלה ונלמד על שלוש מהפכות שהשפיעו על התרבות האנושית: גילוי האש, סוד יצירת כלי החרס וראשית החקלאות. נחקור את המעבר מחיי ציידים-לקטים לחקלאות והתיישבות קבע ונלמד על השינויים התודעתיים והחברתיים שחלו בעקבותיו.

כל מפגש יעסוק ברובד אחר של התרבות האנושית וישלב פרקטיקות מגוונות (ליקוט, בישול, קרמיקה, קליעה ועוד), תוך כדי שהייה נעימה במוזיאון ובמרחב הפתוח שסביבו.

נלמד מתוך התנסות, חיבור וחוויה ונפתח כלים ללמידה חוץ כיתתית, מיומנויות חקר, התבוננות, הקשבה, ונעסוק במלאכות קדומות. נתחבר לעצמנו, לסביבה ולאורח חיים קדום.

**דרישות הקורס:** נוכחות + הגשת מטלה.

**רכזת הקורס:** ד"ר ענבר קטלב, עוסקת כ-20 שנה במחקר ארכיאולוגי, הדרכה ומלאכות קדומות.

**מיקום:** מוזיאון התרבות הירמוכית, קיבוץ שער הגולן, עמק הירדן. הגעה עצמית.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 546  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



### 10 מפגשים סמסטר א'

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא. הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות חיים. במסגרת הקורס יתאפשר אימון קבוצתי עם מאמן כושר בחדר כושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום. השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

כל מורה בוחר מכון אחד בלבד, הכוונה שלא ניתן לעבור למועדון אחר אחרי שבחרים בהתחלה

### הפעילות באייקון פיטנס

- נהריה: שדרות בן צבי 1.
- כרמיאל: חרושת 15 מתחם גן העיר.
- מעלות: קניון צים סנטר.
- עכו: החרושת 2 קניון עזריאלי.
- בית שאן: העמל 7
- טבריה: יהודה הלוי 1

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים

## בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 546.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



### 10 מפגשים, סמסטר ב'

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא. הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות חיים. במסגרת הקורס יתאפשר אימון קבוצתי עם מאמן כושר בחדר כושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום. השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיתוב, יוגה, פילאטיס זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

כל מורה בוחר מכון אחד בלבד, הכוונה שלא ניתן לעבור למועדון אחר אחרי שבחרים בהתחלה

### הפעילות באייקון פיטנס

נהריה: שדרות בן צבי 1.  
כרמיאל: חרושת 15 מתחם גן העיר.  
מעלות: קניון צים סנטר.  
עכו: החרושת 2 קניון עזריאלי.  
בית שאן: העמל 7  
טבריה: יהודה הלוי 1

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרשום לחצו כאן



# אומנות ויצירה במתנ"סי כרמיאל

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 547  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



19 מפגשים בני שיעורים ורבע

הקורס מקנה מיומנויות בתחומי אמנות מגוונים כגון:  
ציור, פיסול בעיסות נייר, קדרות, וסריגה.

19 מפגשים בני שיעורים ורבע  
(3 שעות אקדמאיות)  
במתנ"סי כרמיאל בליווי והנחיות מדריכים מוסמכים בתחום.  
ניתן לבחור תחום אחד- שיעור ראשון ניסיון.



לרישום לחצו כאן



# אומנות ויצירה במתנ"סי כרמיאל

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 547.01  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 31/06/2025



19 מפגשים בני שיעורים ורבע

הקורס מקנה מיומנויות בתחומי אמנות מגוונים כגון:  
ציור, פיסול בעיסות נייר, קדרות, וסריגה.

19 מפגשים בני שיעורים ורבע  
(3 שעות אקדמאיות)  
במתנ"סי כרמיאל בליווי והנחיות מדריכים מוסמכים בתחום.

ניתן לבחור תחום אחד- שיעור ראשון ניסיון.



לרישום לחצו כאן



# ספורט בכיף במתנ"סי כרמיאל

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 548  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 30/06/2025



## 42 מפגשים בני שעה

חינוך לבריאות והקניית הרגלים לאורח חיים נכון בשילוב הרגלי תזונה מיטביים. במסגרת הקורס תתאפשר פעילות גופנית במגוון תחומים במתנ"סי כרמיאל בהדרכת מדריך מוסמך צמוד.  
42 מפגשים בני שעה במגוון תחומים המשלבים עיצוב וחיטוב הגוף, פילאטיס, זומבה, סימבו, יוגה, פלדנקרייז ועוד.

**מטלות:** נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** מתנ"סי כרמיאל.

ניתן לבחור תחום אחד- שיעור ראשון ניסיון.



לרישום לחצו כאן

# רכזי שכבה טרום תפקיד

מספר קורס 549

סוג גמול:

60 שעות מוכר לגמול עם ציון ואופק חדש

2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:30-19:45



תאריך תחילה: 14/01/2025  
תאריך סיום: 22/04/2025



15 מפגשים

רכז שכבה משמש כמנהל בדרג הביניים במערכת הבית ספרית. התפקיד מצריך אוריינטציה ניהולית, שכן הסוגיות המקצועיות שעמן נדרש המרכז להתמודד הן מורכבות, ומצריכות השתלבות מוצלחת במסגרת הרחבה של צוות הניהול הבית ספרי. ניהול המשאב האנושי, וניהול פרויקטים, הן שתי משימות שכיחות שאליהן נדרש מרכז השכבה. הקורס מכוון להקנות בסיס ראשוני בנושאים אלו. הקורס יספק תובנות באיתור אנשי צוות בגיוסם, בפיתוח מוטיבציה, באיתור נקודות חוזק אישיות, תיבחנה בו סוגיות מרכזיות בניהול צוותים שהן לחם חוקו של המרכז, במנהיגות ובקונפליקט האישי הכרוך בפיתוח קריירה (אל מול השקעה במשפחה).

**מרצה:** ד"ר האדי קאסם

**מיקום:** בזום



לרישום לחצו כאן

# רכז מקצוע טרום תפקיד

סוג גמול: 30 שעות מוכר לגמול עם ציון ואופק חדש

מספר קורס 550  
2 יחידות לימוד, 30 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:30-19:45



תאריך תחילה: 06/02/2025  
תאריך סיום: 27/03/2025



8 מפגשים

רכז מקצוע הוא מנהל בדרג הביניים, של התחום הדיסציפלינרי. התפקיד מחייב ידע בניהול צוותים, לצד מומחיות בפיתוח ובתירגום הידע הספציפי, בתחום שעליו מופקד מרכז המקצוע.

ההשתלמות תעסוק בהיבטים הקשורים ללמידה צוותית, בצורך המתמיד בלמידה ובהתעדכנות בתחום הדעת, בהכרת הפדגוגיה הרלבנטית, בפיתוח תכניות לימודים, ובבקרה והערכה של העבודה מורי הדיסציפלינה. המורה המשתלם, יתנסה בהערכת תהליכי למידה, במודלים להנחיה מקצועית ובהיבטים ארגוניים.

**מרצה:** ד"ר האדי קאסם

**מיקום:** בזום



לרישום לחצו כאן



# סגני מנהלים ומיומנויות ניהול- בזום

סוג גמול:  
90 שעות לגמול עם ציון בעוז לתמורה  
ובאופק חדש

מספר קורס 545  
3 יחידות לימוד, 90 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
16:30-19:45



תאריך תחילה: 15/12/2024  
תאריך סיום: 08/06/2025



## 21 מפגשים, ימי ראשון סמסטר א'

הכרת הפרקטיקה הניהולית בבית הספר העל יסודי, הכרת מכלול ההיבטים שעליהם מופקד סגן המנהל וצמרת המנהיגות המובילה בביה"ס, רכישת כלים ניהוליים לבעלי תפקידים בבית הספר, פיתוח יכולות הנחיה והובלה של מורים.

הקורס מתחלק לשני נושאים:

- א. למידה עיונית:** מיומנויות וסגנונות ניהול, המנהל והמנהיג, כלים לשיפור מוטיבציה של מורים וחיזוק מעמדם, פיתוח מקצועי של מורים, גיוס וניהול צוות, ניהול השעות הפרטניות, משא ומתן בביה"ס, בין תכנון לביצוע, למידה ארגונית, יחסי הגומלין של ביה"ס עם סביבתו ועבודה עם הורים, תהליך קבלת החלטות, תכנון ובניית פרויקטים.
- ב. למידה מעשית:** יצירת תשתית ותכנית לפרויקט בית ספרי בהובלת המורה והתלמיד.

## מטלות הקורס:

תכנון פרויקט בית ספרי, מנקודת מבט ניהולית והכנת פרזנטציה.  
ניתוח הפרויקט הבית ספרי בעבודת עמיתים תוך השענות על בסיס מושגי הקורס.

**מיקום:** ההשתלמות תועבר בלמידה מרחוק: 16 מפגשים בזום בשילוב 5 שיעורים מקוונים א-סינכרוניים.

**מנחה:** דר' האדי קאסם-מרצה בכיר למיומנויות ניהול לעובדי הוראה.



לרישום לחצו כאן



# אזור כפר סבא והשרון



## פרטי יצירת קשר:

**טובה אגוז** רכזת השתלמויות כפר סבא

דוא"ל: [tovaE@igm.org.il](mailto:tovaE@igm.org.il)

טלפון: 09-7890604

**ענבל פאר** מזכירת השתלמויות כפר סבא

דוא"ל: [InbalP@igm.org.il](mailto:InbalP@igm.org.il)

טלפון: 09-7890600

# מערכת שעות

## כפר סבא והשרון




סמסטר א' וקורסים שנתיים

ה'	ד'	ג'	ב'	א'
<p>הנחיית קבוצות קורס מס' 113.5 08:45-14:30 <b>חובה ותעודה</b> 4 יח"ל נתניה</p>	<p>סיורי מוזיאונים גלריות וביקורי סטודיו קורס מס' 118.2 9:00 – 15:00 <b>חובה</b> 2 יח"ל בעיקר אזור השרון</p>	<p>לשיר זה כמו להיות... הכרת הקול -סדנת שירה ווקאלית קורס מס' 128.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>אימון אישי Coaching קורס מס' 111.6 08:45-14:30 <b>חובה ותעודה</b> 6 יח"ל פתח תקוה</p>	<p>כתיבה יוצרת - מילים שמצליחות לגעת קורס מס' 127.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>
<p>הום סטיילינג קורס מס' 114.2 9:00-14:45 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>קולנוע חינוך ורב תרבותיות באולם VIP- מובילנד קורס מס' 120.5 09:00 – 14:00 <b>חובה</b> 4 יח"ל נתניה</p>	<p>העצמה אישית למורים - הומור בחינוך ובחיים קורס מס' 137.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>התפתחות אישית בעזרת סיפורים וסרטים קורס מס' 115.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>לחשוב כמו פסיכולוג קורס מס' 129.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>
<p>חוויית הצילום- סדנה ייחודית קורס מס' 121.2 14:00-18:00 <b>חובה</b> 2 יח"ל ארט קיימא כפר סבא</p>	<p>בריאות הגוף והנפש בראי המוח קורס מס' 124.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>NLP פרקטישינר קורס מס' 164.2 08:45-14:30 <b>חובה תעודה</b> 6 יח"ל כפר סבא</p>	<p>אמנות הקולאז' כהשראה להוראה קורס מס' 130.2 13:15 – 9:00 <b>חובה</b> 2 יח"ל חדרה. מומלץ!</p>	<p>לימודי קונדיטוריה Chef 4 קורס מס' 178.2 14:00 – 9:00 <b>רשות</b> 2 יח"ל הרצליה</p>
<p>יוגה בראי החינוך קורס מס' 122.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>מיינדפולנס מורחב קורס מס' 166.6 08:45-14:30 <b>חובה</b> 4 יח"ל פתח תקוה</p>	<p>סדנת קצב – בקצב הלב קורס מס' 171.2 9:00-13:15 <b>רשות</b> 2 יח"ל רעננה</p>		<p>קורס מס' 181.2 הולמס פלייס/אייקון <b>רשות 2 יח"ל</b> *בחירת אחד המועדונים מרשימה למטה</p>
<p>אינטואיציה מעשית - מעבר לכל דימיון קורס מס' 125.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>תורת המדיטציה piece of mind תרגול והפעמה קורס 131.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא</p>	<p>דרך החומר – גילוף עץ וליבוד קורס מס' 172.2 15:30 – 18:45 <b>רשות</b> 2 יח"ל ארט קיימא כפר סבא</p>		 <b>לרישום לחצו כאן</b>
	<p>הוראה מותאמת קורס מס' 195 <b>חובה</b> 6 יח"ל בזום 17:30 – 20:00</p>			

\* קורס מס' 282.2 הולמס פלייס ומועדוני אייקון לבחירה אחד המועדונים: הוד השרון קניון שרונים, ראש העין קיבוץ גליות/ מנור שייקה אופיר 5 שכונת פסגות אפק, גבעת שמואל הזיתים 29 גבעת שמואל, הסיבים 25 פ"ת, קרית אונו קאנטרי קריית אונו, רפאל איתן, כפר סבא לוי 21 כפר סבא הירוקה, הרצליה סוקולוב 6, פתח תקוה חיים סוסין 4, רעננה אחוזה 762 עזריאלי נתניה שד' טום לנטוש 06, כפר יונה דוד בן גוריון 1



א'	ב'	ג'	ד'	ה'
פסיכודרמה קורס מס' 117.2 09:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא	סיפור משפחתי - יחסים משפחתיים בחיים ובקולנוע קורס מס' 116.2 09:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא	לשיר -סדנת שירה ווקאלית קורס מס' 128.21 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא	אמנות הדיבור פרזנטציה מול קהל קורס מס' 123.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא	חוויית הצילום- סדנה ייחודית קורס מס' 121.21 14:00-18:00 <b>חובה</b> 2 יח"ל ארט קיימא כפר סבא
חשיבה יצירתית פרקטית קורס מס' 162.2 <b>חובה</b> 2 יח"ל 9:00-13:15 כפר סבא	CBT – טיפול קוגניטיבי התנהגותי קורס מס' 138.2 8:45-14:30 <b>חובה</b> 4 יח"ל תעודת סיום בזום	עולמו הפנימי של הילד דרך ציוריו קורס מס' 139.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא	יוצרים מציאות כלכלית חדשה קורס מס' 119.2 15:30-19:30 <b>חובה</b> 2 יח"ל בזום	יוגה בראי החינוך קורס מס' 122.21 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא
הולמס פלייס/אייקון קורס מס' 181.21 <b>רשות</b> 2 יח"ל * בחירת אחד המועדונים מרשימה למטה	אמנות הבישול Chef 4 קורס מס' 173.2 9:00 – 14:00 <b>רשות</b> 2 יח"ל הרצליה	בקצב הלב- סדנת קצב קורס מס' 171.21 9:00-13:15 <b>רשות</b> 2 יח"ל רעננה	סיורי מוזיאונים גלריות וביקורי סטודיו קורס מס' 118.21 9:00 – 15:00 <b>חובה</b> 2 יח"ל אזור השרון	סטיילינג טיפולי קורס מס' 135.2 9:00-13:15 <b>חובה</b> 2 יח"ל כפר סבא
 <b>לרישום לחצו כאן</b>				

# קורס אימון בסיסי COACHING

סוג גמול:

60 ש' לעז לתמורה ולאופק חדש.

115 ש' גמול עם ציון לעז לתמורה.

לימודי תעודה .

מספר קורס 111.6

6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

מיקום:  
פתח תקוה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 05/05/2025



ימי ב' 25 מכגשים שנתי

תהליך האימון מבוסס על תפיסה לפיה האימון מספק מסגרת בטוחה בה המתאמן מברר שואל מתבונן וסולל דרך אל חזונו ומטרותיו בעזרת המאמן וארגז הכלים שבידיו.

**מטרות ונושאי הקורס:** הקורס מקנה חוויה לימודית, אישית ומקצועית. ההכשרה כוללת את יסודות האימון והיכרות עם מודל אימון מכוון עתיד, הניתן ליישום גם במערכת החינוך במישורים אישיים וארגוניים. תוך הכרות, לימוד והתנסות בעקרונות האימון, מסגרת האימון, מודל אימון מכוון עתיד, עקרונות תקשורת אימונית אמפטית, הקשבה פעילה וסינרגיה, שאילת שאלות עוצמה, עיצוב והבנייה מחדש reframing, יצירת מחויבות ובניית חוזה אימון, מיפוי וזיהוי צרכים, פרדיגרמות והרגלים, ערכים וחסמים כגורמים אסטרטגיים מניעים או מעכבים, כוח המניע של החזון, בניית תכנית פעולה והכוונה לתוצאות, הבניית יעדים ומדדים כנגזרת של החזון מיסוד דפוסי ביצוע, שימור ותמיכה להשגת תוצאות.

**מקום הקורס:** פתח תקוה.

**מנחה מומחה מצוות אנגרמה**

**למסיימי הקורס תוענק תעודת סיום המוכרת באגודת המאמנים**



לרישום לחצו כאן





# הנחיית קבוצות

סוג גמול:  
60 שע' לעוז לתמורה ולאופק חדש,  
56 שע' מוכר לעוז לתמורה

מספר קורס 113.5  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 13/02/2025



ימי ה', 16 מפגשים, סמסטר א

פיתוח הבנה מעמיקה של ההנחיה בקבוצה ובדינמיקה הבית ספרית על היבטיה השונים. למידה אודות תהליכי התפתחות קבוצות, סוגי קבוצות ואפיון בכלל ובבתי הספר בפרט, רכישת כלים ופרקטיקות אישיות, בין אישיות, פדגוגיות ודידקטיות בתהליך ההנחייה. נושאי לימוד: מהי קבוצה? תפקידים בקבוצה, אנרגיות בקבוצה, מודלים לשלבי התהוות הקבוצה, זיהוי ופיתוח מיומנויות וסגנונות הנחייה והוראה, תפקידי המורה כמנהיג ומוביל תקשורת בין אישית אפקטיבית, הקשבה פעילה, טיפול בהתנגדויות וקונפליקטים מתן וקבלת משוב והערכה כהזדמנות ולא כאמצעי ענישה שונים ודילמות בחיי הקבוצה, מודל לבניית סדנא כלים להעברת פרזנטציה אפקטיבית, ערכים כעקרונות מחשבה ופעולה, מודל לפיתוח ויצירת סינרגיה בקבוצה סוגיות פרידה.

**דרישות הקורס:** נוכחות והגשת מטלות. שילוב אפקטיבי וחוויתי של עבודה אישית וקבוצתית. סימולציות סרטים וקבוצות דיון.

**מקום הקורס:** נתניה.

**מנחה מומחה מצוות אנגרמה**



לרישום לחצו כאן



# הום סטיילינג-

## עיצוב פנים - חללי לימוד ומגורים

סוג גמול:  
חובה ללא ציון

מספר קורס 114.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:45-13:45



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 15/01/2025



ימי ה', 11 מפגשים, סמסטר א

עיצוב חללים בבית ובבית הספר. בקורס ילמדו וירכשו כלים ועקרונות איך להפוך את הסביבה בה אנו מבלים יום יום, לסביבה נעימה, אסתטית, מעוצבת לפי טעמנו האישי - לסביבה אליה אנו שמחים לחזור. בין הנושאים בהם נעסוק: סגנונות בעיצוב הבית, מהו קונספט, יצירתיות ולוח השראה, חומרים בעיצוב - הכרת החומרים הקיימים בשוק, השפעת הצבע על האווירה בבית, תאורה, עקרונות ודגשים בפאנג שוואי, פתרונות אחסון, עיצוב כל חללי הבית - מטבחים, חדרי שינה, חדרי ילדים, חדרי רחצה וסדנה ליצירת לוח השראה אישי - תוך התנסות בתיכנון עיצובי.

**מקום הקורס:** כפר סבא.

**מנחה:** אורנה מאירי, מעצבת רב תחומית.



לרישום לחצו כאן



# התפתחות אישית

## דרך סרטים וסיפורים

סוג גמול:  
60 שע' לעוז לתמורה ולאופק חדש

מספר קורס 115.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 28/10/2024  
תאריך סיום: 20/01/2025



ימי ב', 12 מפגשים, סמסטר א

הקשבה לסיפורו של האחר דרך סיפור או סרט, מאפשרת לאדם להעמיק את תובנותיו ביחס לעצמו ולעולם. לסיפור קולע יש כוח מרפא (ביבליותרפיה), וניתן לדבר דרכו באופן עקיף ומתוחכם, לעודד, ללמד ולסייע. כיום קיימות שיטות וטכניקות יישומיות לשימוש בסיפורים כמרחב לדיאלוג חינוכי מעצים עם תלמידים. הקורס "התפתחות אישית דרך סיפורים וסרטים" מעניק לאנשי החינוך כלים וידע שבאמצעותם יוכלו להשתמש בסיפורים ובקטעי סרטים ככלים יעילים, יצירתיים ומלאי השראה במסגרת עבודתם. בהשתלמות נחוזה את היכולת לראות את החיים כמסע של בחירה אישית בעולם האגדה ובעולם האמיתי. נלווה גיבורים בדיוניים במסעם בעולם המעשיות ונתחקה אחר תחנות במסע האישי של כל אחד מאיתנו. פיתוח המורה כמחנך המקדם חינוך מיטיב ותורם להתפתחותם האישית של תלמידיו. הקניית כלים יצירתיים ואפקטיביים מעולם הביבליותרפיה המאפשרים למורה לנהל דיאלוג משמעותי, ערכי ומעצים עם תלמידיו.

**מקום הקורס:** כפר סבא.

**מנחה:** יעל רותם, מנחת קבוצות בכירה המתמחה בהתפתחות אישית דרך סיפורים (ביבליותרפיה) ופרסמה 3 ספרים מוערכים בתחום.



# סיפור משפחתי

## בחיים ובקולנוע חללי לימוד ומגורים

סוג גמול:  
חובה עם ציון לאופק חדש  
ולעוז לתמורה

מספר קורס 116.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 24/02/2025  
תאריך סיום: 26/05/2025



ימי ב', 12 מפגשים, סמסטר ב

לתא המשפחתי משמעות גדולה בחיי האדם ובתוכו מורכבות ואתגרים רבים. לעיתים קשה מאוד לתפקד טוב כהורים, בני זוג, אחים וילדים, ויש צורך בידע, מודעות וכלים שפותחים אפשרויות בחירה חדשות וטובות בניהול היחסים. בתוך המשפחה ניתן לשפר את התקשורת הבינאישית ולחזק את הקשר והיחסים באמצעות טכניקות יישומיות להקשבה מייטבית ומתן עידוד, ודרכים יעילות להתנהלות מול קשיים ואתגרים. קורס ייחודי וחוויתי של מסע קבוצתי ואישי דרך סיפורים וסרטים העוסקים ביחסים במשפחה.

הקורס מציע הרחבת ידע ומתן כלים יישומיים בסוגיות שקשורות לקשרים בין בני משפחה, לחינוך ולארגון ההורות. ההרצאות משלבות ידע מעולמות הפסיכולוגיה, החינוך והאימון ומלוות בקטעי סרטים מרגשים ומרתקים על יחסים בין הורים לילדים, בין אחים ובקשר הבין-דורי. בכל מפגש פעילות סדנאית חוויתית, מצגת לימודית, צפייה מודרכת בקטעי סרטים ודיון. המשתתפים מעמיקים את הידע ואת התובנות האישיות ונהנים מחוויה מעשירה, שממשיכה להדהד ולתרום לחייהם האישיים והמקצועיים.

**מקום הקורס:** כפר סבא.

**מנחה:** יעל רותם, מנחת קבוצות בכירה המתמחה בהתפתחות אישית דרך סיפורים (ביבליותרפיה) ופרסמה 3 ספרים מוערכים בתחום.



לרישום לחצו כאן



# פסיכודרמה - פיתוח מיומנויות אישיות

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזר לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 117.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 23/02/2025  
תאריך סיום: 06/06/2025



ימי א', 12 מפגשים, סמס' ב'

בקורס תתקיים היכרות ושימוש בכלים חוויתיים ופסיכודרמטיים, באמצעותם ילמדו המשתתפים ויתרגלו מודלים תיאורטיים ומעשיים להתמודדות עם מציאות משתנה ופתרון קונפליקטים, חיזוק המודעות העצמית והאינטליגנציה הרגשית. הקורס שם גם דגש על שיפור התקשורת הבינאישית, חיזוק הסמכות להתמודדות עם בעיות התנהגות ובעיות משמעת, מודלים להתמודדות עם מציאות בלתי רצויה להגברת מיקוד השליטה והוויסות הרגשי.

**מקום הקורס:** כפר סבא

**מנחה:** חדווה נוביץ, תרפיסטית בפסיכודרמה ומנחת קבוצות, יועצת מוערכת, מלווה ומנחה בארגונים ועסקים.



לרישום לחצו כאן



# סיורי מוזיאונים, גלריות ומפגשים עם מגוון אמנים תרבותיים ודתות

סוג גמול:  
חובה ללא ציון לעוז לתמורה

מספר קורס 118.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה  
ללא ציון



שעות לימוד:  
09:00-15:00



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 29/01/2025



ימי ד' 7 סיורים, סמסטר א' אחת לשבועיים בערך.

קורס ייחודי המנגיש את שפת האמנות ואת המגמות הרווחות בתערוכות באמצעות סיורים מודרכים. הסדרה מציעה התבוננות פעילה ובלתי-אמצעית ביצירות אמנות מקוריות בגלריות, מוזיאונים, חללי אמנות וביקורי סטודיו אצל אמנים באזור השרון והמרכז. המפגשים כוללים סיורים מודרכים בחללי אמנות אלטרנטיביים ובסדנאות של אמנים, ומאפשרים הצצה אל אחורי הקלעים של עולם האמנות והאספנות המורכב של ימינו וכל זאת בשפה פשוטה ונהירה. הקורס אינו מצריך ידע מוקדם אלא ראש פתוח ונפש סקרנית.

**מקום הקורס:** בעיקר אזור השרון.

**מנחה:** שלומית אורן, בעלת תואר שני MA Art Business מ Sotheby's Institute of Art בלונדון, MBA מהמרכז הבינתחומי בהרצליה ותואר ראשון בתקשורת וכלכלה מאוניברסיטת תל אביב.



לרישום לחצו כאן



# סיורי מוזיאונים, גלריות ומפגשים עם מגוון אמנים תרבותיים ודתות

סוג גמול:  
חובה ללא ציון לעזוז לתמורה

מספר קורס 118.21  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה  
ללא ציון



שעות לימוד:  
09:00-15:00



תאריך תחילה: 26/02/2024  
תאריך סיום: 04/06/2025



ימי ד' 7 סיורים, סמסטר ב' אחת לשבועיים בערך.

קורס ייחודי המנגיש את שפת האמנות ואת המגמות הרווחות בתערוכות באמצעות סיורים מודרכים. הסדרה מציעה התבוננות פעילה ובלתי-אמצעית ביצירות אמנות מקוריות בגלריות, מוזיאונים, חללי אמנות וביקורי סטודיו אצל אמנים באזור השרון והמרכז. המפגשים כוללים סיורים מודרכים בחללי אמנות אלטרנטיביים ובסדנאות של אמנים, ומאפשרים הצצה אל אחורי הקלעים של עולם האמנות והאספנות המורכב של ימינו וכל זאת בשפה פשוטה ונהירה. הקורס אינו מצריך ידע מוקדם אלא ראש פתוח ונפש סקרנית.

**מקום הקורס:** בעיקר אזור השרון.

**מנחה:** שלומית אורן, בעלת תואר שני MA Art Business מ Sotheby's Institute of Art בלונדון, MBA מהמרכז הבינתחומי בהרצליה ותואר ראשון בתקשורת וכלכלה מאוניברסיטת תל אביב.



לרישום לחצו כאן



# יוצרים מציאות כלכלית חדשה - צמיחה כלכלית כאן ועכשיו

סוג גמול:  
מוכר לעוז לתמורה ללא ציון

מספר קורס 119.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה  
ללא ציון



שעות לימוד:  
15:30-19:30



תאריך תחילה: 26/02/2025  
תאריך סיום: 04/06/2025



ימי ד', 12 מפגשים, סמסטר ב'

בשנים האחרונות ישנה מודעות הולכת וגוברת לצורך בחינוך פיננסי מגיל צעיר. רוב הצעירים הגדלים בישראל לא נחשפים ולא מקבלים את הידע והכלים להתנהלות כלכלית נכונה ונבונה - לא במסגרת החינוכית ואף לא במסגרת לימודים אקדמיים. המורה המשתלם נחשף, מתנסה ומבין כיצד ליצור מציאות כלכלית נבונה לעצמו, מקבל בתהליך מוטיבציה וכלים כיצד להעלות את המודעות, להדגיש את החשיבות של הכרת המושגים והעקרונות של התנהלות הפיננסית נבונה אצל תלמידיו ונוטע בהם את החשיבות וההשלכה של הנושא על חיי תלמידיו. התוצאה של מציאות זו היא משפחות שנמצאות בחובות, בחוסר יציבות או בתסכול מתמשך מהפער בין המצוי לרצוי, ללא קשר לרמת ההכנסה.

**מטרת הקורס:** היא להקנות ידע, כלים והכוונה לשיפור האפקטיביות של הניהול הכלכלי של המשפחה.

**מקום הקורס:** בזום.

**מנחה:** יעל נדלר, מאמנת פיננסית ויועצת לכלכלת המשפחה.



לרישום לחצו כאן





# קולנוע חינוך ורב תרבותיות - ז'אנרים בתרבות הפופולרית

סוג גמול:  
60 שעות לאופק חדש ולעוז לתמורה  
56 + שעות לעוז לתמורה

מספר קורס 120.5  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 19/02/2025



ימי ד' סמסטר א'

בקורס ייחשפו המורים לסוגים ולסוגיות שונות של הקולנוע. ילמדו את הקשר הסוציולוגי, גיאופוליטי לקולנוע. בקורס תתקיים הקניה של ידע תוכן ומאפייני ז'אנרים שונים מן הספרות והתרבות הפופולרית, יוקנו מושגי ייסוד בקולנוע ובשפת הקולנוע, תתרחש היכרות עם השימושים השונים שעשו בקולנוע לאורך השנים והתנסות במודל לימודי חוויתי שישמש את הלומדים בהמשך דרכם בהוראה.

**מקום הקורס:** נתניה, מובילנד.

**מנחה:** ברק לומן, מרצה מרתק ומוערך ויוצר קולנוע. מכללת אורנים.



לרישום לחצו כאן



# סדנת צילום חוויתית ייחודית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 121.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה  
ללא ציון



שעות לימוד:  
14:00-18:00



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר א'

בקורס הצילום יחווה המורה פיתוח חשיבה יצירתית דרך שפת הצילום ככלי להבעה, שליטה במיומנויות ועקרונות טכניים בעולם הצילום, פיתוח הראייה הסיפורית, הקניית כלים לתקשורת חיובית עם מצולם, יצירת פרויקט לתערוכת סוף קורס ופיתוח ה"אני". הקורס נפרס על פני 12 מפגשים מתוכם שלושה מפגשים בהם נצא ונצלם במבחר מקומות ואתרים באזור מרכז הארץ. שאר המפגשים יערכו בכיתת הלימוד, במהלכם נשלב בין צילום הלכה למעשה ולימודי תיאוריה. במהלך השיעורים הדגש הוא על ההתנסות המעשית. המשתלמים יהיו מעורבים בנעשה בכיתה, יקבלו רקע על הנעשה בשוק הטכנולוגי (תוכנות, אפליקציות וכו') ויהיו מעורבים בפן הרגשי חברתי – תוך התייחסות למציאות בה חיים – בסביבה, בעיר ובמדינה.

**מיקום:** מתקיים בבית ארט קיימא, בכפר סבא.

**מנחה:** גיא שרייבר, מדריך ומרצה לצילום, מעביר סדנאות וקורסי צילום - דגש על טכניקה ואומנות בסטודיו ובצילומי חוץ.



לרישום לחצו כאן



# סדנת צילום חוויתית ייחודית

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 121.21  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
14:00-18:00



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 05/06/2025



## ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר ב'

בקורס הצילום יחווה המורה פיתוח חשיבה יצירתית דרך שפת הצילום ככלי להבעה, שליטה במיומנויות ועקרונות טכניים בעולם הצילום, פיתוח הראייה הסיפורית, הקניית כלים לתקשורת חיובית עם מצולם, יצירת פרויקט לתערוכת סוף קורס ופיתוח ה"אני". הקורס נפרס על פני 12 מפגשים מתוכם שלושה מפגשים בהם נצא ונצלם במבחר מקומות ואתרים באזור מרכז הארץ. שאר המפגשים יערכו בכיתת הלימוד, במהלך נשלב בין צילום הלכה למעשה ולימודי תיאוריה. במהלך השיעורים הדגש הוא על ההתנסות המעשית. המשתלמים יהיו מעורבים בנעשה בכיתה, יקבלו רקע על הנעשה בשוק הטכנולוגי (תוכנות, אפליקציות וכו') ויהיו מעורבים בפן הרגשי חברתי – תוך התייחסות למציאות בה חיים - בסביבה, בעיר ובמדינה.

**מיקום:** מתקיים בבית ארט קיימא, בכפר סבא.

**מנחה:** גיא שרייבר, מדריך ומרצה לצילום, מעביר סדנאות וקורסי צילום - דגש על טכניקה ואומנות בסטודיו ובצילומי חוץ.



לרישום לחצו כאן



# יוגה בראי החינוך

סוג גמול: גמול עם ציון לעזוז לתמורה ולאופק חדש

מספר קורס 122.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



## ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר א'

הקורס משלב היבט עיוני ומעשי סדנאי. המורה המשתתף בקורס ילמד לפתח ולחוות את הממד הרוחני שלו, כך יוכל לטפח את האינטליגנציה הרוחנית של תלמידיו. המורה כאנתרופולוג חינוכי, המשכלל כישורים ומיומנויות של ויסות רגשי, קשב, מודעות והכלה. המורה ילמד להתבונן, להכיל ולהתייחד עם החוויה הגופנית, על מנת להיות קשוב, עירני ויציב. לימוד ותרגול של סוגי נשימה, מתוך מטרה להגיע לתודעה שקטה. המורה יחוות אימון ותרגול של מנחי היוגה מתוך שאיפה להגיע לאיזון פנימי, שיווי משקל, יציבות, וגמישות מחשבתית. פיתוח חוסן גופני, שישפיע על המסוגלות העצמית של המורה, להתמודד עם אתגרים חדשים בהוראה.

**מיקום:** רעננה.

**מנחה:** דניה רייבי, M.A. בסוציולוגיה אונ' ת"א. מורה מנוסה ומרתקת ליוגה.



לרישום לחצו כאן

# יוגה בראי החינוך

סוג גמול: גמול עם ציון לעזוז לתמורה ולאופק חדש

מספר קורס 122.21  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 05/06/2025



## ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר ב'

הקורס משלב היבט עיוני ומעשי סדנאי. המורה המשתתף בקורס ילמד לפתח ולחוות את הממד הרוחני שלו, כך יוכל לטפח את האינטליגנציה הרוחנית של תלמידיו. המורה כאנתרופולוג חינוכי, המשכלל כישורים ומיומנויות של ויסות רגשי, קשב, מודעות והכלה. המורה ילמד להתבונן, להכיל ולהתיידד עם החוויה הגופנית, על מנת להיות קשוב, עירני ויציב. לימוד ותרגול של סוגי נשימה, מתוך מטרה להגיע לתודעה שקטה. המורה יחוות אימון ותרגול של מנחי היוגה מתוך שאיפה להגיע לאיזון פנימי, שיווי משקל, יציבות, וגמישות מחשבתית. פיתוח חוסן גופני, שישפיע על המסוגלות העצמית של המורה, להתמודד עם אתגרים חדשים בהוראה.

**מיקום:** רעננה.

**מנחה:** דניה רייבי, M.A. בסוציולוגיה אונ' ת"א. מורה מנוסה ומרתקת ליוגה.



לרישום לחצו כאן



# אומנות הפרזנטציה ושפת הגוף

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 123.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 26/02/2024  
תאריך סיום: 06/06/2025



ימי ד' 12 מפגשים, סמסטר ב'

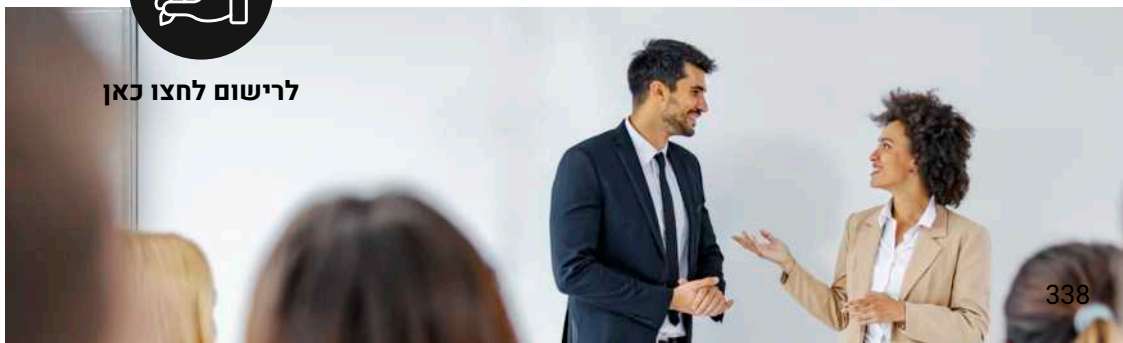
הלימודים בקורס יקנו למשתלמים כלים מעשיים מתקדמים להופעה מול קהל, יילמדו כללי "עשה ואל תעשה" בהעברת תכנים וכיצד להעביר מסרים ממוקדים ומשכנעים, לשפר מיומנויות העבודה על הצגת התוכן המקצועי - לימודי. טכניקות יעילות ליצירת תקשורת אפקטיבית בסביבתנו המקצועית והעסקית. שליטה בשלושת המרכיבים העיקריים בהופעה מול קהל: לימוד של מיומנות ההופעה, שימוש בטקסט ושליטה בתוכן. תורת הפרזנטציה, סודות הכריזמה וכיצד להפגין אותה מול קהל. פיתוח בטחון עצמי. הקורס ילווה בתרגול מעשי.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** ערן הדס, מנהל מקצועי בבית הספר לטלויזיה. מרצה מבוקש ומוערך.



לרישום לחצו כאן



# בריאות הגוף והנפש בראי המוח

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 124.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 26/10/2024  
תאריך סיום: 21/01/2025



ימי ד' 12 מפגשים, סמסטר א'

הפיזיולוגיה של המוח ומערכות גוף נבחרות - איך הגוף שלנו פועל, מה קורה במוח ובגוף כשאנו מאושרים, או כשאנו במתח? מי משפיע על מי, ההתנהגות והרגש על המוח או ההיפך? מה קורה לנו כשאנו יוצרים או כשאנו צורכים אומנות? איך פועלת מערכת החיסון? ואיך "נחזק" אותה? האם עדיף לישון הרבה? או כמה שפחות? האם יש קשר בין מחלות, לרגשות לאירועים בחיינו? האם כדאי לזכור הרבה, או עדיף לא ל"אמץ" את המוח? האם יש "מוח נשי" ומוח "גברי"? ומהי רפואה מגדרית? כל הנושאים קשורים בקשר אמיץ לעולם האישני ולעולם ההוראה.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** ד"ר רונית אשכנזי, ד"ר למדעים, מחברת בין מחקרים על המוח והגוף שלנו ובין ניסיון רב בתחום הניהול והחינוך- בין גוף, נפש והתנהגות.



לרישום לחצו כאן



# אינטואיציה מעשית - מעבר לכל דימיון

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 125.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 31/10/2024  
תאריך סיום: 16/01/2025



ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר א'

חקר מעמיק בשדה האינטואיציה מלמד שהיא למעשה כלי קוגניטיבי לכל דבר וזהו שדה שהולך ונחקר יותר ויותר בשנים האחרונות. מדענים ותאורטיקנים מובילים הדגישו כבר לפני שנים רבות את חשיבותה העמוקה בחינוך, לצד תהליכי החשיבה הרציונלית. איינשטיין אמר כי "הדבר היחיד בעל ערך אמיתי הוא אינטואיציה. כל השאר זה ידע" ולאונרדו דה וינ'צי הוסיף "האינטואיציה ודמיון הם הכוח המניע את האנושות קדימה." הקורס "אינטואיציה מעשית מעבר לכל דמיון" נועד להקנות למשתתפים תהליך מקיף להכרת היכולת האינטואיטיבית שלהם ופיתוחה באופן עשיר ויישומי. קורס מרתק ומעשיר.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** איילת עיינה אבידן, בוגרת B.A בפסיכולוגיה ובכלכלה ולימודי תואר שני במנהל עסקים, אוניברסיטת ת"א.



לרישום לחצו כאן





# סדנת כתיבה יוצרת – מילים שמצליחות לגעת

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 127.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 19/01/2025



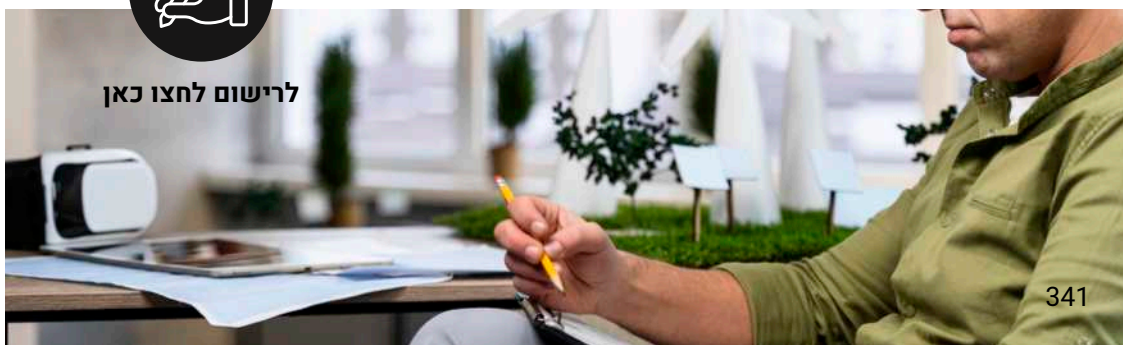
ימי א' 12 מפגשים, סמסטר א'

סדנת כתיבה יוצרת היא זמן אישי וקבוצתי מהנה ומעשיר של גילוי וביטוי עצמי דרך מילים שמצליחות לגעת. במרחב של קבוצה אינטימית וחוויתית המשתתפים ילמדו כלים ויתנסו בסגנונות שונים ובטכניקות מגוונות של כתיבה. באווירה של שיתוף, השראה הדדית של קולות שונים ומשוב מפרה, יחוו המשתתפים את כוחה של הכתיבה ככלי משחרר, המאורר את הנפש, מעורר יצירתיות ומסייע בתהליכי מודעות והתפתחות אישית. מגוון תרגילים יצירתיים המעוררים רעיונות, זיכרונות, תחושות, חלומות וסיפורי חיים יפתחו אפשרויות רבות להבעה אישית והנאה מכוחה המרפא והמעצים של הכתיבה. אנשי החינוך יוכלו ליישם את התרגילים ומיומנויות הכתיבה שילמדו בסדנה בעבודתם עם תלמידים, ולהעניק גם להם את חוויית ההתנסות בתהליכי כתיבה ככלים למודעות, ביטוי עצמי, יצירה והנאה.

**מנחה:** יעל רותם, מנחת קבוצות בכירה המתמחה בהתפתחות אישית דרך סיפורים (ביבליותרפיה), מנחת קבוצות חוסן וקבוצות כתיבה. פרסמה 3 ספרים מוערכים.



לרישום לחצו כאן



# לשיר זה כמו להיות... סדנת שירה ווקאלית עיונית

ומעשית - התנסות בשירה, הכרת סגנונות וסוגי קולות/ מפתחות למוסיקה.

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 128.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 21/01/2025



## ימי ג' 12 מפגשים, סמסטר א'

בקורס נלמד שליטה ושימוש נכון ובריא בהפקת קול, תוך יישום והתנסות בטכניקות נכונות של היגוי, דיבור, נאום, ושירה פעילה כל אלו יביאו בנוסף להנאה בפיתוח השימוש בקול, גם לפיתוח ושכלול היכולת של המורה להשתמש נכון בקולו בימים ארוכים של הוראה, תוך שימוש, התנסות והפעלה של כלים שירכשו בקורס. נערוך הכרות עם תחומים משיקים, של מוסיקה במגוון סגנונות ותרבויות, ושל סגנונות ווקאליים שונים - נערוך ההכרות עם תרבויות מוסיקאליות מגוונות, בשילוב ובהתבסס על סקירת ההתפתחות של התחומים. יישום התהליכים ההתנסותיים, יביא לתקשורת טובה יותר עם התלמידים ויוסיף מימד מיוחד וחוויתי לתהליך הלמידה: המורה ידע לעשות שימוש מושכל ביכולות הווקאליות לשיפור ההוראה והלמידה, לקדם את שילוב המוסיקה בהוראה ולתרום בכך גם לפיתוח הדמיון והיצירתיות של התלמידים. נערוך ההכרות עם תרבויות מוסיקאליות מגוונות, בשילוב ובהתבסס על ההיסטוריה של התחום, שיביאו בנוסף להנאה בפיתוח השימוש בקול, גם לפיתוח ושכלול היכולת של המורה להשתמש נכון בקולו בימים ארוכים של הוראה, תוך שימוש והפעלה של כלים שירכשו בקורס. יישום התהליך יביא לתקשורת טובה יותר עם התלמידים ויוסיף מימד מיוחד וחוויתי לתהליך הלמידה: המורה ידע לעשות שימוש מושכל ביכולות הווקאליות לשיפור ההוראה והלמידה, לקדם את שילוב המוסיקה בהוראה ולתרום בכך גם לפיתוח הדמיון והיצירתיות של התלמיד.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** רונה ישראל קולת, בעלת תואר רב-אמן מאוניברסיטת גוטנברג במינינג, תואר אמן מהקולג' המלכותי למוסיקה, לונדון, תואר בוגר במוסיקה מטריניטי קולג', לונדון. דוקטוראנטית לקוגניציה מוסיקאלית באוניברסיטה העברית ירושלים. זוכה בתחרויות שירה בינלאומיות.



לרישום לחצו כאן



# לשיר זה כמו להיות... סדנת שירה ווקאלית עיונית ומעשית - התנסות בשירה, הכרת סגנונות וסוגי קולות / הבנת השימוש הנכון בקול

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעזר לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 128.21  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 27/05/2025



ימי ג' 12 מפגשים, סמסטר ב'

בקורס נלמד שליטה ושימוש נכון ובריא בהפקת קול, תוך יישום והתנסות בטכניקות נכונות של היגוי, דיבור, נאום, ושירה פעילה כל אלו יביאו בנוסף להנאה בפיתוח השימוש בקול, גם לפיתוח ושכלול היכולת של המורה להשתמש נכון בקולו בימים ארוכים של הוראה, תוך שימוש, התנסות והפעלה של כלים שירכשו בקורס. נערוך הכרות עם תחומים משיקים, של מוסיקה במגוון סגנונות ותרבויות, ושל סגנונות ווקאליים שונים - נערוך ההכרות עם תרבויות מוסיקאליות מגוונות, בשילוב ובהתבסס על סקירת ההתפתחות של התחומים. יישום התהליכים ההתנסותיים, יביא לתקשורת טובה יותר עם התלמידים ויוסיף מימד מיוחד וחוויתי לתהליך הלמידה: המורה ידע לעשות שימוש מושכל ביכולות הווקאליות לשיפור ההוראה והלמידה, לקדם את שילוב המוסיקה בהוראה ולתרום בכך גם לפיתוח הדמיון והיצירתיות של התלמידים. נערוך ההכרות עם תרבויות מוסיקאליות מגוונות, בשילוב ובהתבסס על ההיסטוריה של התחום, שיביאו בנוסף להנאה בפיתוח השימוש בקול, גם לפיתוח ושכלול היכולת של המורה להשתמש נכון בקולו בימים ארוכים של הוראה, תוך שימוש והפעלה של כלים שירכשו בקורס. יישום התהליך יביא לתקשורת טובה יותר עם התלמידים ויוסיף מימד מיוחד וחוויתי לתהליך הלמידה: המורה ידע לעשות שימוש מושכל ביכולות הווקאליות לשיפור ההוראה והלמידה, לקדם את שילוב המוסיקה בהוראה ולתרום בכך גם לפיתוח הדמיון והיצירתיות של התלמיד.

**מיקום:** כפר סבא

**מנחה:** רונה ישראל קולת, בעלת תואר רב-אמן מאוניברסיטת גוטנברג במיניץ, תואר אמן מהקולג' המלכותי למוסיקה, לונדון, תואר בוגר במוסיקה מטריניטי קולג', לונדון. דוקטוראנטית לקוגניציה מוסיקאלית באוניברסיטה העברית ירושלים. זוכה בתחרויות שירה בינלאומיות.



לרישום לחצו כאן

# העצמה אישית למורים - לחשוב כמו פסיכולוג

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 129.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 19/01/2025



ימי א' 12 מפגשים, סמסטר א'

בקורס ניחשף לעובדה שהיכולת להבין את אישיותו ומניעיו של האחר היא נשק רב עוצמה והשימושים בהבנה זו הם בלתי מוגבלים למעשה. הקורס אינו מתיימר להפוך אתכם לפסיכולוגים. הוא כן מתיימר להעניק לכם מיומנויות שיסייעו לכם לקלוט, להבין ולהשפיע על האחר וגם על עצמיכם. נלמד על החשיבות של איתור דפוסים, וחריגות בתחומי החיים השונים, נתרגל ניתוח של טקסטים וסרטונים, נתרגל סיטואציות, חשיבות מנגנוני ההגנה לשלמות התפקוד האנושי בצד "תקלות" נפוצות, עקרון מסכם: האינטליגנציה כסימולטור שחייבים להכיר במגבלותיו, ניהול רגשות ואינטליגנציה רגשית בפעולה וסיכום אופטימי.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** פסיכולוג גיל ונטורה.



לרישום לחצו כאן

# אמנות הקולאז' כהשראה להוראה

## - מתולדות האמנות ועד ליצירה.

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 130.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
חדרה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 29/10/2025  
תאריך סיום: 21/01/2025



ימי ג' 12 מפגשים, סמסטר א'

אמנות ותרבות הן אבני יסוד להתפתחות של אדם וחברה. בקורס נרכוש ונעמיק את הידע בעולם האמנות, נשוטט בקו הלינארי של הקולאז' בתולדות האמנות, החל מלידתו המחודשת בתחילת המאה ה-20 בקוביזם, ועד לאמנות בת זמננו. נלמד מדוע אמנים שונים נחשבו לחלוצי המדיום, וכיצד הם חקרו והגדירו את הקולאז', נתנסה ביצירה אישית ונגלה מה כל כך מיוחד בטכניקה ובצורת ההסתכלות הקולאז'ית. קולאז' הוא לא רק טכניקה, הוא מייצג גישה למציאות": פני סלינגר / צלמת, יוצרת סרטים, קולאג'יסטית.

**מיקום:** סטודיו בית נחמה וירוחם, חדרה.

**מנחה:** אור פורבין אמנית קולאז', מעצבת, מנחת סדנאות וקורסים ביצירת קולאז'.  
בוגרת המחלקה לתקשורת חזותית ויטל-שנקר. יוצרת וחוקרת בקולאז' כעשרים שנה



לרישום לחצו כאן

# תורת המדיטציה - piece of mind

## - לימוד, תרגול והפנמה

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 131.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 30/10/2024  
תאריך סיום: 22/01/2025



ימי ד' 12 מפגשים, סמסטר א'

בקורס מדיטציות ואימון התודעה נעבור תהליכים הכוללים הכרות ורכישת מיומנות בביצוע מגוון רחב של סוגי מדיטציות ואימוני תודעה, תוך התאמה לרבדים שונים באוכלוסייה ולסיטואציות שונות. בקורס נתמקצע בתרגול אישי וברכישת כלים להדרכת תרגולים לאחרים, לדרכי שילוב מדיטציות ואימון תודעה, בחיים האישיים והמקצועיים. בקורס נשתמש בסיפורי זן ודימויים, הפותחים דרך הסתכלות חדשה וחיובית על העולם, על סיטואציות, על אנשים ומערכות יחסים. הקורס מאפשר הרחבת תפיסות העולם תוך יצירת תקווה ואופטימיות. התהליכים ילוו בהכרת תיאוריות עליהן ממתבססת תורת המדיטציה.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** הדס שריד, בעלת תואר מדעי החיים, האוניברסיטה העברית. יועצת לתהליכי שינוי בריאותי ומנטלי בארגונים לקידום בריאות, גמילה מעישון ואורח חיים בריא. אוניברסיטת בן גוריון. מדריכת מיינדפולנס, מדיטציה ודהארמה - מכללת לוינסקי-וינגייט.



לרישום לחצו כאן



# סטיילינג טיפולי

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה  
ולאופק חדש

מספר קורס 135.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 27/02/2025  
תאריך סיום: 05/06/2025



## ימי ה' 12 מפגשים, סמסטר ב

סטיילינג טיפולי הוא שיטה המבוססת על מחקרים מתחום הפסיכולוגיה של הלבוש ועל גישות לטיפול דרך כלים אומנותיים. בסיס תיאורטי ומחקרי מראה כי לבגדים יש משמעות עמוקה, והם בעלי השפעה גדולה עלינו. השיטה עושה שימוש בבגדים ובאקססוריז כאמצעים יצירתיים להעצמה אישית וקבוצתית, להעלאת המודעות לתפיסות ואמונות המקבעות ומנהלות אותנו, לדיוק צרכינו ורצונותינו, לביטוי אישי, ולקידום דימוי גוף בריא. במקור, פותחה גישה ה"סטיילינג הטיפולי" בארה"ב, כגישה פסיכו-חינוכית לעבודה עם נשים, נערות וילדות, שמטרותיה הן: העצמה אישית וקבוצתית, פיתוח היכולת לביטוי אישי, הנכחה עצמית, שיפור הדימוי העצמי והתפיסות העצמיות, התמודדות עם מתחי תפקיד ועם מגוון סטריאוטיפים, אידיאלים ותפיסות אישיות וחברתיות מעכבות. השיטה נשענת הן על גישות לטיפול דרך אמצעים יצירתיים והן על מחקרים מתחום הפסיכולוגיה החברתית ועל תיאוריות ופרקטיקות של עבודה טיפולית ופסיכו-חינוכית עם נשים, כאשר הסטיילינג, הבגדים, האקססוריז והעזרים האחרים, משמשים הן כאמצעים יצירתיים / השלכתיים והן בתור הדבר עצמו. למידה והתנסות בעולמות התוכן של הסטיילינג הטיפולי יכולות להוות תרומה משמעותית לארגז הכלים האישי והמקצועי של המורה. כמו כן, הקורס הוא הזדמנות לתהליך התפתחות ושינוי מבחוץ פנימה ומהפנים החוצה. בקורס זה נלמד על הקשר בין הבגדים לרגשות שלנו, נתנסה בפרקטיקות סטיילינג ונחווה את עוצמתם של הבגדים לקידום שינוי משמעותי בחיינו.

**מיקום:** כפר סבא.



**מנחה:** שיפריט אביב, סטייליסטית עו"ס ומנחת קבוצות.

לרישום לחצו כאן

# העצמה אישית למורים - הומור בחינוך ובחיים

סוג גמול:  
גמול עם ציון לעוז לתמורה ולאופק חדש

מספר קורס 137.2  
2 יחידות לימוד, 60 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 21/01/2025



ימי ג', 12 מפגשים, סמסטר א'

בקורס נלמד נכיר ונחווה טכניקת צחוק בזכות עצמי והעצמה באמצעות הומור, הגדלת האופטימיות והבאתה לידי מימוש בחיים. יתרונות המשחק מבחינה בריאותית: משחקים מעוררי צחוק מחוץ לקופסא, תרגילי צחוק ותרגילי נשימה, יוגה צחוק בארץ ובעולם, שיווק עצמי ועמידה מול קהל, הכנת מערכי שיעור משולבי משחקי הומור וצחוק, הצחוק כמקור לריפוי נפשי ורגשי וכמעודד התפתחות לבעלי קשב וריכוז, צעדים לשחרור האגו והגברת הביטחון העצמי, מיקוד שמחה והבנת המודעות, הבנת האיזון שבין קבלה עצמית והצלחה והקשבה עצמית ושינוי חשיבה.

**מיקום:** כפר סבא.

**מרצה:** שפרה ארוס - מנחה לחיים בריאים ושמחים, תרפיסטית גופנית ומאמנת אישית.



לרישום לחצו כאן



# CBT טיפול קוגניטיבי התנהגותי

סוג גמול: 60 שעות גמול לעזר לתמורה ולאופק חדש עם ציון + 56 שעות לעזר לתמורה בלבד ללא ציון

מספר קורס 138.5  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:15



תאריך תחילה: 17/02/2025  
תאריך סיום: 23/06/2025



ימי ב', 16 מפגשים, סמסטר ב'

התערבות לצורך פיתוח דרכי התמודדות באמצעות כלים קוגניטיביים והתנהגותיים ממוקדים - זו שיטת ה-CBT. ההשתלמות תקנה ידע ותרגול כלים מתחום הטיפול הקוגניטיבי - התנהגותי. סיוע קצר מועד באמצעות טכניקות מעולם ה-CBT להתמודדות עם קשיים מגוונים במסגרות החיים השונות, כולל מערכת החינוך. ה-CBT הינה תרפייה התנהגותית פרקטית, מובנת וממוקדת המתייחסת לבעיות וקשיים רגשיים המופיעים במצבים השונים של חיינו. הגישה, מציעה מגוון טכניקות פשוטות, פורצות דרך שהוכחו מחקרית כיעילות, בעלות רמת יישומיות גבוהה בתקופה קצרת מועד. התפישה היא, כי בבסיס לכולנו יש משאבים, כוחות ותושייה. המטרה היא, לייצר אפשרות למצוא את הכוחות הפנימיים, להעצים אותם על מנת לייצר שינוי בדפוסים חוסמים, ובמקומם לפתח דפוסים מיטיביים באמצעות כלי ה-CBT.

**מיקום:** בזום.

**מנחה:** שוש צברי, מנחה מעולה מצוות אנגרמה אימון והדרכה



לרישום לחצו כאן



# הציור כאמצעי להכרת עולמו הפנימי של הילד

סוג גמול:  
גמול לעוז לתמורה.  
קורס חובה ללא ציון

מספר קורס 139.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה  
ללא ציון



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 25/02/2025  
תאריך סיום: 20/05/2025



ימי ג', 11 מפגשים, סמסטר ב'

הציור הוא כלי הבעה בלתי מילולי מצוין. באמצעותו נפתח דלת אל עולמו הפנימי של המצייר. הקורס יקנה למורה כלים להבנת העולם הרגשי של ילדים ובני נוער. בעזרת הציורים ניתן ללמוד רבות כמו על מידת בטחונו של המצייר, אישיותו חזקותיו, קשייו וחולשותיו, לזהות את יחסו לבני משפחתו ולחבריו - את מי אוהב ומעדיף ומי משרה עליו ביטחון ופחד. נצליח לשפר את התקשורת עמו ונעזור לו להתגבר על קשיו וכן על קשיים דיסגרפיים. בקורס נלמד על ההתפתחות הגרפו-מוטורית אצל ילדים. נלמד לזהות את בשלותו של המצייר. את יכולתו וקשייו. נזהה את המצב הרגשי והקוגניטיבי שבו הוא מצוי, דבר שיעזור לשפר את הקשרים עמו. נלמד להכיר את יחסיו לסביבתו הקרובה וקשריו עם בני משפחתו. בעזרת ציורים בדרך קלה נעימה ומהירה נעזור לילד/לנער. לשפר את כתב ידו. נכיר את לקויות הלמידה השונות ונלמד לזהותן בציורים. כמו כן נתוודע לאמצעים ציוריים נוספים המהווים כלי עזר להבנת עולמו של המצייר.

**מיקום:** כפר סבא.

**מנחה:** ענת כהן, מומחית בתחומה ומנחת סדנאות למורים ולهורים.



לרישום לחצו כאן

# אינטליגנציה רגשית NLP - פרקטישיונר

סוג גמול:  
60 שעות גמול עם ציון לאופק חדש ולעוז לתמורה  
+ 115 שעות עם ציון לעוז לתמורה.  
לימודי תעודה

מספר קורס 164.2  
6 יחידות לימוד, 175 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 06/05/2025



ימי ג', 25 מפגשים, שנתי

הקורס יקנה כישורי NLP ואינטליגנציה רגשית מגיל הגן ועד לסיום ביה"ס. בנוסף, יוקנו כלים לשימוש במוח-מחשבה, רגשות והתנהגות בעולם החינוך ובכלל. שיטת ה- NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי התנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. זוהי שיטה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה לשנות רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות תוך שימוש במשאבים הפנימיים למימוש הפוטנציאל הטמון בנו. ה- NLP נותן כלים מגוונים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל! נלמד שפה שתסייע לנו לנהל את מחשבותינו ורגשותינו וכן להשפיע על עצמנו וסביבתנו.

נושאי הלימוד: הנחות יסוד של השיטה, מודל התקשורת האנושית, שלושת כלי התודעה הסובייקטיבית, שפת התת מודע, יצירת עתיד מיטבי, כלים לזיהוי חסמים פיזיים, אימון ליצירת תהליך שינוי, חוויית כוח הדמיון, השפעה על התנגדויות, יצירת חוסן נפשי, שפת ההרפייה והתמודדות עם מצבי לחץ, כלים לתיעול כעסים, חשיבה פוזיטיבית ותודעת השפע ועיקרון החמלה והסליחה.

**מטלות:** נוכחות והגשת עבודה ובחינה להסמכה בסיום ההשתלמות.

**מקום:** כפר סבא.

**מנחה:** אפרת כהן מלמד מצוות "אנגרמה" אימון והדרכה.

**למסיימי הקורס תוענק תעודת סיום בהיקף של 172 שעות, אשר מוכרת בלשכת ה- NLP הישראלית.**



לרישום לחצו כאן



# אינטליגנציה רגשית NLP - פרקטישיונר

מספר קורס 164.5  
4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד  
סוג גמול: 60 שעות גמול עם ציון לאופק חדש ולעוז לתמורה + 56 שעות ללא ציון לעוז לתמורה בלבד.

מיקום:  
נתניה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 20/02/2025  
תאריך סיום: 26/06/2025



ימי ה', 16 מפגשים, סמסטר א'

מה זה N.L.P?

ראשי תיבות של Neuro (נוירולוגיה), Linguistic (שפתית), Programming (תכנות). שיטת ה-NLP משלבת שלושה תחומים: מדעי ההתנהגות, נוירולוגיה ובלשנות. זוהי מתודה שמטרתה לשנות חוויות פנימיות במטרה שנות רגשות, מחשבות, אמונות מגבילות והתנהגות על מנת לייצר שינוי, צמיחה והגשמת מטרות, לפיתוח ערוצי תקשורת והטמעת מוטיבציה בתהליך החינוכי. ה-N.L.P. נותן כלים מגוונים ושימושיים המסייעים בארגון ו"תכנות" המוח לשם השגת תוצאות ומימוש הפוטנציאל. זוהי גישה ושפה שמלמדת אותנו כיצד לנהל את המחשבות והרגשות שלנו וכן כיצד להשפיע על עצמנו ועל סביבתנו.

**מקום:** נתניה.

**מרצה:** צוות אנגרמה.



לרישום לחצו כאן



# מיינדפולנס

מספר קורס 166.6

4 יחידות לימוד, 116 שעות לימוד

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לאופק חדש ולעוז לתמורה  
+ 56 שעות ללא ציון לעוז לתמורה בלבד.

מיקום:  
פתח תקווה



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
08:45-14:30



תאריך תחילה: 30/10/2025  
תאריך סיום: 19/02/2025



ימי ד', 16 מפגשים, סמסטר ב'

אי אפשר ללמד אדם דבר, אפשר רק לעזור לו לגלות זאת מתוך עצמו (גלילאו גליליי).  
התודעה האנושית נוטה לקפוץ ממקום למקום ומעניין לעניין. קשה לנו להקשיב לאחר ולעצמנו, לא פשוט לנו להיות בחוויה של כאן ועכשיו.  
טכניקת הקשיבות מאפשרת תשומת לב לחוויה המידית, עקרוניתה העיקריים הם להתגבר על ההרגל האנושי להתבונן מתוך ביקורת, השוואה ושיפוט כלפי העולם וללמוד להישאר במצב קיים של קבלה, התבוננות וסקרנות.  
מערכת החינוך דורשת מאתנו לנהל משימות רבות במקביל ולחלוש על תחומים רבים במהירות. לעיתים כתוצאה מכך, אנו, אנשי החינוך, עלולים להרגיש מנותקים מעצמנו ולהפגין ניכור כלפי הסובבים אותנו.  
חשיפה לעקרונות המודעות הקשובה, רכישת כלים וטכניקות פרקטיים לפיתוח קשיבות, תאפשר לנו לחוות את העולם בכלל ואת היומיום במערכת החינוך ממקום אחר.

**מיקום:** פתח תקווה.

**מנחה:** משה אושפיז, מנחה מרתק מצוות אנגרמה אימון והדרכה.



לרישום לחצו כאן



# בקצב הלב - סדנת קצב

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 171.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
רעננה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 14/01/2025



ימי ג', 11 מפגשים, סמסטר א'

קורס המעניק כלים להבנה, וויסות ושליטה במערכות הגוף והמוח, מאפשר טיפוח שמחת חיים, ביטוי העצמי, יצירתיות, ושיפור תקשורת בין-אישית. נתנסה באלטרנטיבות יצירתיות להתמודדות עם מגוון אתגרים בהוראה - לרבות שחיקה, תשישות, משמעת עצמית, קשרים חברתיים. נחזק נוכחות ערה בכיתה, נהפוך את חוויית ההוראה לחוויה שלמה ומהנה יותר. קורס מעצים לאנשי חינוך שרוצים להוסיף גרוב וחדשנות באופן ההוראה שלהן/ם, לקדם מיומנויות רגשיות, חברתיות ולימודיות.

המשתלמות/ים ירכשו מגוון כלים לשחרור לחצים ומתחים המצטברים בשגרה. 12 מפגשים של קצב קול ותנועה, ככלים להוראה ולחיים בכלל. דרך המקצבים - מניעים את הגוף - בהלימה לדופק. ההרמוניה והמנגינה - נושמות את המורכבות של יחסים ופרופורציות, דרך עיצורים, דיסוננסים ותהודות, ודרך חקירה וסקרנות אין סופית. חיזוק התדר המוסיקלי והתנועתי בכיתה דרך מגוון פעילויות המונגשות לתלמיד בצורה קלילה, ובשילוב חוש הומור ומשחק - מה שגורם לכל מתנסה להתעורר, לזוז, לחלץ עצמות, להתחבר, להקשיב, לנגן יחד. האזנה למוסיקה יחד עם החזקת קצב - אותה פעימה חזרתית - וקבועה מייצרת אצלנו בטחון, ממש כמו הקשבה נעימה לדופק הלב.

**מקום:** רעננה .

**מנחה:** תומר אלוני - מנחה סדנאות של קצב תנועה ומגע. מורה לתיפוף גוף. מפתח שיטת מתודה של קצב RT Movement. לשעבר יוצר ומופיע בקבוצת "מיומנה". מומחה ומורה לרפואה סינית.



לרישום לחצו כאן

# בקצב הלב - סדנת קצב

סוג גמול:  
רשות ללא גמול

מספר קורס 171.21  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
רעננה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-13:15



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 20/05/2025



ימי ג', 11 מפגשים, סמסטר ב'

קורס המעניק כלים להבנה, וויסות ושליטה במערכות הגוף והמוח, מאפשר טיפוח שמחת חיים, ביטוי העצמי, יצירתיות, ושיפור תקשורת בין-אישית. נתנסה באלטרנטיבות יצירתיות להתמודדות עם מגוון אתגרים בהוראה - לרבות שחיקה, תשישות, משמעת עצמית, קשרים חברתיים. נחזק נוכחות ערה בכיתה, נהפוך את חוויית ההוראה לחוויה שלמה ומהנה יותר. קורס מעצים לאנשי חינוך שרוצים להוסיף גרוב וחדשנות באופן ההוראה שלהן/ם, לקדם מיומנויות רגשיות, חברתיות ולימודיות.

המשתלמות/ים ירכשו מגוון כלים לשחרור לחצים ומתחים המצטברים בשגרה. 12 מפגשים של קצב קול ותנועה, ככלים להוראה ולחיים בכלל. דרך המקצבים - מניעים את הגוף - בהלימה לדופק. ההרמוניה והמנגינה - נושמות את המורכבות של יחסים ופרופורציות, דרך עיצורים, דיסוננסים ותהודות, ודרך חקירה וסקרנות אין סופית. חיזוק התדר המוסיקלי והתנועתי בכיתה דרך מגוון פעילויות המונגשות לתלמיד בצורה קלילה, ובשילוב חוש הומור ומשחק - מה שגורם לכל מתנסה להתעורר, לזוז, לחלץ עצמות, להתחבר, להקשיב, לנגן יחד. האזנה למוסיקה יחד עם החזקת קצב - אותה פעימה חזרתית - וקבועה מייצרת אצלנו בטחון, ממש כמו הקשבה נעימה לדופק הלב.

**מקום:** רעננה.

**מנחה:** תומר אלוני - מנחה סדנאות של קצב תנועה ומגע. מורה לטיפוף גוף. מפתח שיטת מתודה של קצב RT Movement. לשעבר יוצר ומופיע בקבוצת "מיומנה". מומחה ומורה לרפואה סינית.



לרישום לחצו כאן

# דרך החומר - ליבוד וגילוף בעץ

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 172.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
כפר סבא



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
15:30-18:45



תאריך תחילה: 29/10/2024  
תאריך סיום: 14/01/2025

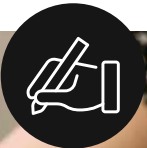


## ימי ג' 11 מפגשים, סמסטר א'

בקורס ייחשף המורה ליכולת היצירתית הקיימת בתוכו, תוך הכרות עם עולם היצירה בעץ, עם עבודותיהם של אמני עץ מסורתיים ועכשוויים, סגנונות יצירה שונים ועם הכלים השונים של פיסול בעץ, תוך התנסות אישית חוויתית ומעצימה. אומנות הליבוד עוסקת בעיצוב בצמר גולמי. הלימוד וההתנסות מביאים את המורה המשתלם לעולם חדש. המגע עם הצמר הגולמי חושף את המורה לקונספט ייחודי של יצירה המשרה ריכוז ורוגע בזמנית, לעולם הפנימי המשלב דמיון, שיחרור וחופש בחירה. קורס דרך החומר מאגד שני קורסים מעולם המלאכות הקדומות גילוף בעץ בהנחיית יסמין גור, ואומנות הליבוד בהנחית עליזה חביב בקורס זה תכירו, תלמדו, ותיישמו שני חומרים - עץ וצמר גולמי, הלכה למעשה.

**מיקום:** כפר סבא, בית ארט קיימא.

**מנחה:** עליזה חביב, מעצבת ויוצרת בצמר גולמי, יסמין גור אומנית ופסלת.



לרישום לחצו כאן



# קורס בישול

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 173.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
רענה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 24/02/2024  
תאריך סיום: 12/05/2025



ימי ב', 10 מפגשים, סמסטר ב'

**מנחה:** שפים מקצועיים מ chef 4.

**מטרות:** המשתתפים בקורס ילמדו באופן מעשי את עקרונות הבישול הקלאסי והמודרני. הקורס משלב שיטות בישול אירופאיות מתקדמות עם חומרי גלם איכותיים ומגוונים. המטבח כשר.

**נושאי הלימוד:** בישול אסיאתי ואיטלקי, סלטים, מרקים ורטבים, בישול בשר, עופות, בראנצ', לחמים ועוד.

**מיקום:** ההשתלמות מתקיימת ב chef 4 הרצליה קניון ארנה. עקב אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם על המשתלמים בשנת שבתון להוסיף 750 שקלים.



לרישום לחצו כאן



# לימודי קונדיטוריה

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 178.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
הרצליה



סוג קורס:  
רשות



שעות לימוד:  
09:00-14:00



תאריך תחילה: 27/10/2024  
תאריך סיום: 05/01/2025



ימי א', 10 מפגשים, סמס' א'

**מנחה:** קונדיטורים מקצועיים מרשת 4 chef

**מטרות:** המשתתפים יעברו קורס מעשי המקיף את נושאי הקונדיטוריה הקלאסית והמודרנית.

**נושאי הלימוד:** עוגות בחושות, שמרים גבינה ותחומי אפייה נוספים ומגוונים. המשתלמים ילמדו שיטות עבודה בסיסיות ומורכבות ויישמו אותן על חומרי גלם איכותיים בעולם הקונדיטוריה, תוך יצירת קינוחים מיוחדים. מפאת אופיו המיוחד של הקורס ועלויות חומרי הגלם, על משתלם בשבתון להוסיף 750 שקלים.

**מטלות:** נוכחות והשתתפות פעילה.

**מיקום:** הרצליה, קניון ארנה 4 chef



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 181.2  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
רעננה



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/09/2024  
תאריך סיום: 31/01/2025



## בשעות ימי פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון.

## נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

יש לבחור מועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר שבו יפעל המשתלם לאורך כל התקופה.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# כשכושר ואושר

## נפגשים בהולמס פלייס ובאייקון פיטנס

סוג גמול:  
ללא גמול

מספר קורס 181.21  
2 יחידות לימוד, 56 שעות לימוד

מיקום:  
רעננה



סוג קורס:  
רשות



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



### בשעות ימי פתיחת המועדון

הקניית הרגלים לאורח חיים בריא, הרגלי תזונה ופעילות גופנית לשיפור איכות החיים. אפשרות כניסה לכל מתקני המועדון בשעות ובימים בהם המועדון פתוח וכמו כן למגוון החוגים

אימון בחדר הכושר להגברת חילוף חומרים ולשיפור יכולות וביצועים בחיי היום יום, השתתפות בשיעורים המגוונים המתקיימים במועדון: עיצוב וחיטוב, יוגה, פילאטיס, זומבה ועוד. במהלך יום המפגש יינתן שימוש חופשי במתקני המועדון.

### נדרשת נוכחות והשתתפות פעילה.

יש לבחור מועדון אחד מתוך רשימת המועדונים המפורטת באתר שבו יפעל המשתלם לאורך כל התקופה.

חברי מועדון אשר להם מנוי פעיל באחד ממועדוני הולמס פלייס או גו אקטיב או אייקון פיטנס לא יוכלו לבצע מעבר מסלול ולהירשם לקורס זה דרך ארגון המורים עד תום תקופת המנוי.



לרישום לחצו כאן



# הוראה מתקנת ומותאמת - לימודי תעודה

סוג גמול:

60 שעות גמול עם ציון לאופק חדש ולעזו לתמורה.  
+ 120 שעות גמול עם ציון לעזו לתמורה.

מספר קורס 195

6 יחידות לימוד, 180 שעות לימוד

מיקום:  
בזום



סוג קורס:  
חובה



שעות לימוד:  
17:30-19:45



תאריך תחילה: 01/02/2025  
תאריך סיום: 30/06/2025



ימי רביעי אחה"צ 31 מפגשי זום + מפגשים א-סינכרוניים

הכשרת מורות ומורים לזיהוי ומתן מענה לילדים עם לקויות למידה, הפרעות קשב וקשיים לימודיים. לספק כלים ואסטרטגיות מעשיות לעבודה עם תלמידים בעלי קשיי למידה בלימודי שפה. חשבון ומיומנויות למידה.

## נושאי הלימוד:

איתור וזיהוי מקורות הקושי של התלמיד, פיתוח ויישום פרקטיקות לקריאה וכתיבה מיטביים, שיטות וכלים לחיזוק מיומנויות הבנת הנקרא, אסטרטגיות למידה וכלים ישומיים להוראה מותאמת בתחום השפה והמתמטיקה, בניית תוכנית עבודה לאיתור ומתן מענה לתלמידים עם לקויות וקשיי למידה, עבודה פרטנית לקידום הישגים באמצעות שימוש באסטרטגיות למידה מותאמות.

## למסיימים תוענק תעודה אקדמית ממכללה מוכרת.

## מנחת הקורס:

נתנאלה בראל, M.A. בל"ל ואבחון דידקטי, מנהלת התוכנית ומרצה.

**מטלות:** נוכחות פעילה, הגשת מטלות לאורך ההשתלמות ועבודה מסכמת. ההשתלמות תתקיים בזום במפגשים סינכרוניים בימי שני אחה"צ.



לרישום לחצו כאן



המחלקה לפיתוח מקצועי והשתלמויות של ארגון המורים  
מציעה לכם מגוון רחב של השתלמויות בתחומי דעת והעשרה שונים.  
רקמנו עבורך השתלמויות מרתקות וחדשניות במגוון  
תחומים שמעסיקים ביותר מורות ומורים,  
השתלמויות להוראה עם השראה ועומק,  
שהן חוד החנית להוראה היום.



[www.igm.org.il](http://www.igm.org.il)