

## תחקיר גיבוש לחניך

חניך יקר, כבוד הכבוד על השתתפותך בגיבוש לאחת מהיחידות המובחרות בצה"ל. עברת אירוע מאוד משמעותי, כזה שרק מעטים במדינת ישראל זוכים לעבור בחייהם. אתה נמצא באחוז הקטן ביותר שנמצא מתאים להציע את עצמו לשירות צבאי משמעותי, תהיה גאה בעצמך! מי שלוקח את עצמו ברצינות ורוצה להגיע לפוטנציאל שלו לא ידלג על אחד השלבים החשובים ביותר בתהליך ההכנה – ויבצע תחקיר כדי ללמוד ולהשתפר, בין אם עמד ביעד שלו ובין אם לא. בהשקעה לא גדולה תוכל לקבל מידע קריטי שיעזור לך להגיע למקומות מדהימים באישיות שלך ובביצועים. בצע את התחקיר באופן מקיף ומלא, אל תתעצל. לאחר סיום התחקיר הפגש עם המדריך הישיר שלך כדי לקבוע יעדים חדשים.

לאיזה גיבוש התמיינת: גיבוש טיס 190

תאריך הגיבוש (תאריך התחלה ותאריך סיום): תאריך התחלה ה-10/3-6/3 (ראשון עד חמישי)

שם החניך המשתתף: עומר הייבלום

מיקום הגיבוש: בסיס חצרים

באיזה יום ושעה התחיל הגיבוש ובאיזה יום ושעה שוחררת הבית ה: התאספות בתחנת רכבת אופקים בשעה 08:00 בראשון בבוקר וחזרה הביתה ביום חמישי בשעות הבוקר גם כן, אישית חזרתי עם אוטובוס בשעה 11:00 לתחנת רכבת אופקים.

מתי קיבלו תשובות (באיזו שעה ביום בו סיימת): קיבלו תשובות ביום ראשון שלאחר מכן, בשעה 19:00 בידיוק

כמה התחילו את הגיבוש: בכיתתי 16, ולהערכתי היו כ-50 כיתות (נגיד ש-16 זה הממוצע לכיתה = 800 מלשבים)

כמה סיימו את הגיבוש: בכיתתי סיימו 14

כמה עברו (במידה ובגיבוש שלך יש כמה אפשרויות כמו בחובלים/אחיד/יחטיות אנא פרט):

בכיתתי עברו 3.

מהלך הגיבוש: (בקטע זה כתוב בצורה מפורטת ביותר את מהלך הגיבוש, לרמת הדקות, אירועים, משימות) כולל פירוט מה היה במשימות לעומק, (ימים, תרגילים) חשוב מאוד לפרט על התרגילים שעברת, (אנשים שפגשת – זה קריטי שתפרט כמה שיותר כדי שנוכל ליעזר בהערות שלך לבנות את תכנית האימון הממוקדת ביותר שניתן והמועילה ביותר עבור חניכינו)

יום ראשון לגיבוש:

1. לוי"ז מפורט) מתי בערך השכמה, האם היו הקפצות, מתי בערך מסתיים לוח)

איסוף בתחנת רכבת אופקים 8ב

רישום בתחנה שהגעת וקבלת חותמת על היד שמאשרת את הגעתך לאחר שהראת אישורים רפואיים 8-9.

יציאה עם אוטובוסים בהתאם לחלוקה אקראית עד השעה 9.

קבלת צמיד לפני עלייה לאוטובוס עם תעודת זהות ומספר אוטובוס, חשוב לשמור עליו!

כיבוי טלפון נייד והכנסתו לתיק האישי עד סוף הגיבוש.

מילוי טפסים באוטובוס ברמת בריאות וברמה של מי אתה + חלוקת בדחים של פרוטוקולי ביטחון בלבד (אין עוד קשר לטיסות).

הגעה למקום בערך בשעה 10.

מניחים ציוד אישי בצד וממשיכים רק עם בקבוק מים (שאותו עליך להשאיר צמוד אליך כל הגיבוש!) יושבים עד שמעבירים אותך דרך שרשרת חיול של חובש, ועוד שניים שאני לא זוכר שפשוט נותנים עוד חותמות על היד יש כ-3 תחנות ואז מקבלים מדים ומתלבשים (חולצה מכנסיים חגורה וכובע) לוקחים ציוד צבאי (מזרון שטח תיק קיטבג ושק"ש) ומתחיל להיכנס למשימות של זמנים, זמנים קצרים לביצוע משימות לא בלתי אפשריות אבל לא להתבייש לבקש הארכת זמן אם רואים שלא מסיימים בזמן, במקסימום יגידו לכם להיות בשקט (הגיבוש עוד לא התחיל אז ההערות הנוכחיות סתם בשביל להפחיד)

חוזרים למיקום של הציוד האישי ולוקחים גם אותו

מקבלים כריכים והולכים לשבט באוהל בצל לאכול

### **כל אלה זה סדר גודל שאני מעריך לקח כשעה שעה וחצי**

ממשיכים לאחר האוכל ומתחלקים לכיתות (קפסולות) שאיתן תעברו את כל הגיבוש, במידה ואתם מכירים אחד מהמגובשים או המגבשים יחליפו אתכם! המטרה שלא תכירו אף אחד. מקבלים את הקבוצה הסופית והולכים לשבט בח' במקום אחר. מקבלים מהמכים חוברת למידה (בד"ח גדול) ועושים כמו תגי שם 4X לתלות על הכתפיות של המדים ושל המעיל הצבאי שנמצא בקיטבג. (נכנסו עכשיו לכל משימה זה על זמן ויש אחד מהמגובשים שמקבל שעון והוא החנטר, אחראי הזמנים).

מתחילים ללכת לכיוון הגבעה (המקום שבו תשארו בחמישה ימים הקרובים) עם כל הציוד האישי והציוד הצבאי "באוור" (מחזיקים שלא נוגע בקרקע) ועושים עצירה ליד מבנה גדול. דיון על דילמה מוסרית מה הייתם עושים, מגיעים למסקנה וממשיכים. לומדים קוד 1 (לעמוד בשלשות) וקוד 2 (פזאצתה) כל פעם שאחד המכים אומר את אחד הקודים יש לבצע אותו במהירות האפשרית. קוד 3 וקוד 4 הוזכרו אבל הכיתה שלי לא הגיעה אליהם.

אוכלים צהריים (ארוחת צהריים תמיד נעשית בישיבה שב-7 דקות הראשונות תמיד אוכלים ורק אז אפשר ללכת לשירותים למי שצריך)

ח מחלקתית, כל כיתה עושה שלשות בצלע אחרת של הח. מכירים את המפקד סמל למי שעוד לא שמע אותו (בחור עם כובע סגול, דרגה אחת מעל המפקדים שלהם כובע אדום). מוציאים מצידו האישי רק מה שהוא אומר ומכניסים לשקית זבל שהיא הופכת להיות הציוד האישי שלכם מעכשיו ואליך. הולכים לגבעה וסוגרים את כל התיקים במכולות עד היום האחרון.

מעכשיו במשך כל הגיבוש מה שהולך לקרות זה אחד משלושה דברים:

1. דיונים – דילמות מוסריות, שאלות של סדרי אירועים (מה עושים קודם) המטרה ברובן אם לא יכולן זה להגיע למסקנה ותשובה קבוצתית של פה אחד, מי שירצה להוביל את המשימה יוביל אותה (מן הסתם הקבוצה צריכה להסכים) והוא יהיה אחראי הדיון. טיפ – אם כולם בראש אחד

חוץ מאחד שניים אפשר לדבר ללב שלהם ולהגיד תשמעו צריך להגיע להחלטה כולנו מה צריך בשביל לשכנע אתכם.

2. משימות פיזיות – המשימות האלה מתחלקות לכמה סוגים ומקומות תחנות ב"במגרש המשחקים" (מקום על הגבעה שכולל בערך 10 "מתקנים" שונים שכל אחד מהם שונה ולכל אחד יש חוקים ותנאים שונים וצריך למלא אחר המשימה). לכל משימה יש מטרה ויש ציוד נלווה אליה, מה שכן תהיו יצירתיים! אפשר לקחת דברים מהקרע שיכולים לעזור אם לא אסרו זאת עליכם, אבנים מקלות קורות אפילו שזרוקות בדרך אפשר להשתמש בהן.

זחילות בארגז החול(לאורך בין 8-12 זחילות) לרוחב (פי 2 מהאורך).  
סחיבת שקים במורד ועלייתו חזרה במטרה ליצור את הערמה הגדולה ביותר (אישית וקבוצתית)

משימות בנייה של אוהלים או משימות בנייה בהתאם להוראות המפקדים.  
מתלה שזיפים

3. משימות מחשבתיים – קבלת מידע רב ותכנון של תקיפת בסיס אויב או חילוץ של כוחותינו.  
חידות אנשטיין וחידות טנגרם (עם טוויסט פיזי, שאר חברי הקבוצה מרימים קורה כבדה של מינימום 8 אנשים).

4. הליכה ממקום למקום עם כל הציוד עליך כל הזמן, אפוד ותיק תדל(שניהם בקיטבג)

2. משימות שביצעת במהלך היום – בחלוקה לבוקר/צהריים/ערב בחלוקה לפיזיות וקבוצתיות.  
**זה הסעיף החשוב ביותר, אנא פרט בדיוק מרבי על המשימות אותן נדרשת לבצע, אופי התרגילים, מהלכם.**

3. דברים שעשית טוב במהלך היום ו דברים שעשית פחות טוב במהלך היום  
אי אפשר לדעת יותר מדי מה נחשב לטוב ומה אינו נחשב לטוב, אפשר לדעת שאם עשית משהו לא תקין עליך לדווח על עצמך ולא לוותר במשימות, לא לעמוד בצד בלי לעשות כלום לא להיות חלק מדיון בלי שכולך בתוכו גם אם אין לך מה להוסיף לו. תמיד להיות קשוב ומרוכז ולהראות את זה טיפים נוספים – השתמשו בבקבוק בשביל לדעת מה השעה באמצעות השמש  
השקמה בדרך כלל בסביבות 05:15-04:45 תמיד מקבלים נשנוש בוקר(תה ופרוסת לחם עם ריבה) ואז ארוחת בוקר(ביצה קשה, ירק מסויים (מלפפון או עגבניה) גבינה לבנה ולחם לבן) ואז ארוחת צהריים (מנות קרב שימורים) ואז ארוחת ערב (חמגשית פלסטיק עם משהו בשרי, ופחמימה (אורז תפוחי אדמה פתיתים)). כל פעם שאוכלים מיד לאחר מכן לא יהיה אקט פיזי! שינה אני מעריך בסביבות 21:00-22:00.

טיפים נוספים – תמיד ישנים באותו מקום! אם לוקחים אתכם למקום אחר ואתם מקימים אוהלים וכבר חושך ואומרים לכם לישון.. צפו להקפצה.  
לא לפחד לאכול, מצד שני לא להעמיס אוכל ברמה של להיות שבע ולא יכולים לזוז. לא בטוח שיתחשבו בצורך לשירותים.

לא ללמוד בדחים בלילה! שינה חשובה יותר מהכל! יש להיות בפוקוס תמיד ובמידה ותהיו עייפים ידעו זאת ויראו שאתם פחות ממוקדים וזה רע בשבילכם.

בשאר הימים, השני השלישי והרביעי אתם תעשו בין 2-3 תחנות במגרש המשחקים ביום בין 4-5 דיונים ביום ומשימות תכנון רק ביום 3 וה4. ביום החמישי יש רק פירוק.  
יום 1 בירוקרטיה ושרשרת חיול, משימות לא בעלות חשיבות עליונה עד הגעה לגבעה, מבחן מיפוי ראשוני(קילומטר ב5 לבנים וב0650 לבנות) + 2 3 תחנות במגרש המשחקים + דיונים.  
המטרה היא שבסוף הגיבוש עשיתם כל משימה אפשרית במגרש בין אם הצלחתם/ ובין אם לא.

לילה 1 לרוב אין השכמה

יום 2 נטו משימות במגרש ומשימות פיזיות ודיונים כולל משימות בנייה.

לילה 2 תמיד השכמה לא במקום שישינים תמיד

יום 3 כמו יום 2.

לילה 3 אמורה להיות אבל לנו ירד גשם

יום 4 כמו יום 2 ו3.

לילה 4 אין השכמה אף פעם

יום 5 פירוק.

טיפים חשובים שיעזרו לחניכים שיעשו אחרייך את הגיבוש (טיפים פרקטיים שקשורים לתרגילים עצמם וגם מתייחסים להתנהגויות של משתתפים אחרים בקבוצה שהיו איתך):

המכים הולכים ללחוש ולדבר ככה בכוונה למשך כל הגיבוש, לא להתעצבן (אין לכם מה לעשות עם זה) תמיד להיות קשובים ואם אתם יודעים שיש בעיה בשמיעה להיות הכי קרובים אליהם בכל זמן נתון.

לשים לב תמיד לסביבה, כל ציוד שנופל בין אם שלכם ובין אם לא להראות כוונה של להרים ולעזור, מקסימום תתקעו את זה למישהו אחר ביד אחרי שהרמתם אבל לא להתעלם ממה שקורה סביבכם!

אמינות זה מעל הכל, גם שהמפקדים "לא רואים" ועשיתם משהו שאתם יודעים שהוא לא מותר, דווחו על עצמכם. ביום השלישי הסתכלנו על מטוסים עד שאמרו שמעכשיו כל מי שמסתכל מדווח על כך, בדיווח ה15 הם אמרו כבר שנאסוף בעצמנו את המספר ונמסור אותו בסוף היום, עכשיו זה לא משנה אם הסתכלתם על 100 או על 5 העיקר הוא שבסוף היום אתם מדווחים על זה אם הסתכלתם.

אין משימה לא אפשרית, לא ייתנו לכם שום משימה שלא נוסתה ונצלחה בעבר (הבעיה זה נטו הזמנים של המשימות) לא לוותר לעצמכם ולא לוותר לחברים שבאים לוותר, להטריף על המשימה כל הזמן.

להתנדב להכול ולהסתכל בעיניים של המגבש, הכי "גרוע" תיבחרו ולא תצליחו פעם אחת. רוב הסיכויים שלא יבחרו בכם עם תסתכלו בעיניים ותיישרו את הידיים לגמרי. הכי גרוע ברצינות זה לא להתנדב ולהיבחר.

לא להלחץ משום דבר, בגיבוש יציפו אתכם במידע וזה יכול להיות קצת קשוח אבל לא צריך להלחץ מזה. זה יהיה בין אם תלחצו או לא ולכן עדיף לשים את הלחץ בצד ולהיות ממוקדים ככל האפשר על המשימה, לא משנה כמה היא עמוסה במידע.

אירועים שקרו ולא צפית שיקרו:

לא היה הקפצה ביום השלישי, ירד גשם.

במבחני המפה קנה המידה יכול להיות שונה, רצות שמועות של גודל 10 על 10 אבל זה נתון במקום שבו מבצעים את המשימה והחלטת המפקדים.

היום החמישי היה רגוע יותר ולא נעשה בו עבודה פיזית ברמת משימות שמסתכלים עלינו המפקדים (הכוונה שהיה רק משימות פירוק והתקפלות לשם חזרה הביתה)

אילו תכנים היו חסרים לך בתכנית האימונים כדי שתגיע יותר מוכן:

יותר דיונים ובעיות שצריך לפתור גם בחשיבה קבוצתית, משימות עם תנאים.

דברים שאתה מרוצה מהם שעשית בגיבוש (בין אם ברמת התרגילים ובין אם ברמת ההתנהלות):

פתרון של תרגיל מחשבתי, מבחני בדחים ומבחני תקיפה ותכנון שנמשכו זמן רב ( משמע ידעתי על מה אני מדבר וזכרתי מספיק נתונים ואת הבדחים בפרט), גישה חיובית גם בהתנהלות בדיונים וגם בביצוע משימות, תמיד לחייך ולהנות מהדרך! באנו מבחירה לעשות גיבוש יש לעשות אותו על הצד הטוב ביותר בלי להתבאס גם אם מוסיפים עוד 20 זחילות.

דברים שאתה פחות מרוצה מהם שעשית (בין אם ברמת התרגילים ובין אם ברמת ההתנהלות):

לפעמים וויתרתי קצת על המיקומים בסדרי ההגעה או בסדר אחרי משימה. לדבר פחות עד בכלל לא בזמן שאסור ולזכור יותר טוב מספר חזרות בתרגיל שלא סתם לעשות אקסטרה (מה שכן אם יש ספק שלא עשית סבב תעשה עוד אחד! המגבשים רואים הכל, עדיף להיות בטוח מאשר להמר על האמינות שלך)

מה אתה חושב שיכולת לעשות טוב יותר:

להיות חזק במשימות ויותר אסרטיבי במיקומים הקבוצתיים, להתעקש על מקום טוב אם אני יודע שמגיע לי.

מה לדעתך עשו טוב יותר/שונה ממך אנשים שעברו את הגיבוש: (ימולא במידה וסיימת ולא עברת לאופציה הראשונה שלך)

מסקנות מרכזיות למה אתה צריך לשפר בעצמך כדי למצות את הפוטנציאל שלך:

להתאמן יותר מבחינה פיזית ולהיות חזק יותר גם בגוף וגם בראש.

מה השלב הבא שלך? (ראיונות, אם כן מתי, גיבושים נוספים – אם כן מתי)  
אין