



אורות וכלים

תכנית חברתית חסידית לבתי ספר העל יסודיים

בספחים למורה

בבית



יו"ל ע"י רשת אהלי יוסף יצחק ליובאוויטש באה"ק אגף חינוך חברתי חסידי בשיתוף עם מכללת בית רבקה

יו"ר: הרב יוסף יצחק הכהן אהרונוב
מנהל כללי רשת אהלי יוסף יצחק: הרב אליהו קריצבסקי
מנהלת האגף לתכניות לימודים: חנה פלדמן
מנהלת אגף השתלמות מורים מכללת בית רבקה: דובה רסקין
ריכוז השתלמות מורים: עדי לחיאני
עריכה: אורה קפלון
כתיבת מסגרת התכנית והפריסה הספיראלית של הנושאים:
אורה קפלון
חלוקת הנושאים ליחידות לימוד לפי הכיתות:
עדי לחיאני, אורה קפלון
עריכת לשון והגהה של המסגרת: שלומית זמיר
צוות כתיבת המערכים לכתה ז: אסתר דרוק, שרה הלפרין, חיה ולס, מירי לוין, אביטל לנג, רחלי מעטוף
שדרוג והתאמה דידקטית מהדורה 2 כתה ז: מושקי כהן
הגהה ועריכה לשונית של המערכים: עליגל קפלון
הפקה: שולמית הכט
עיצוב: מושקי ריבקין

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

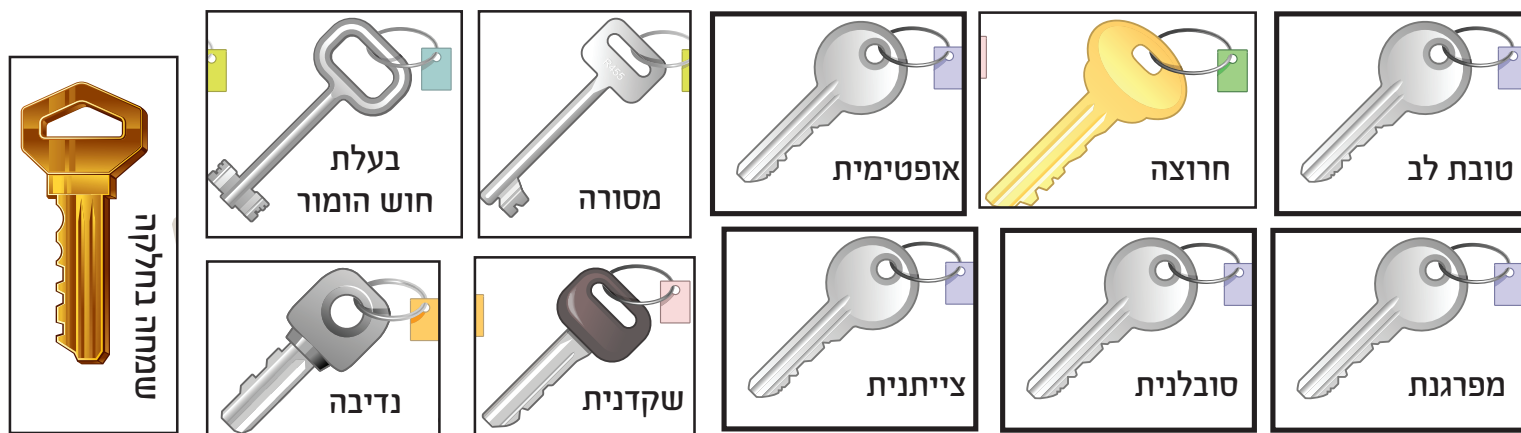
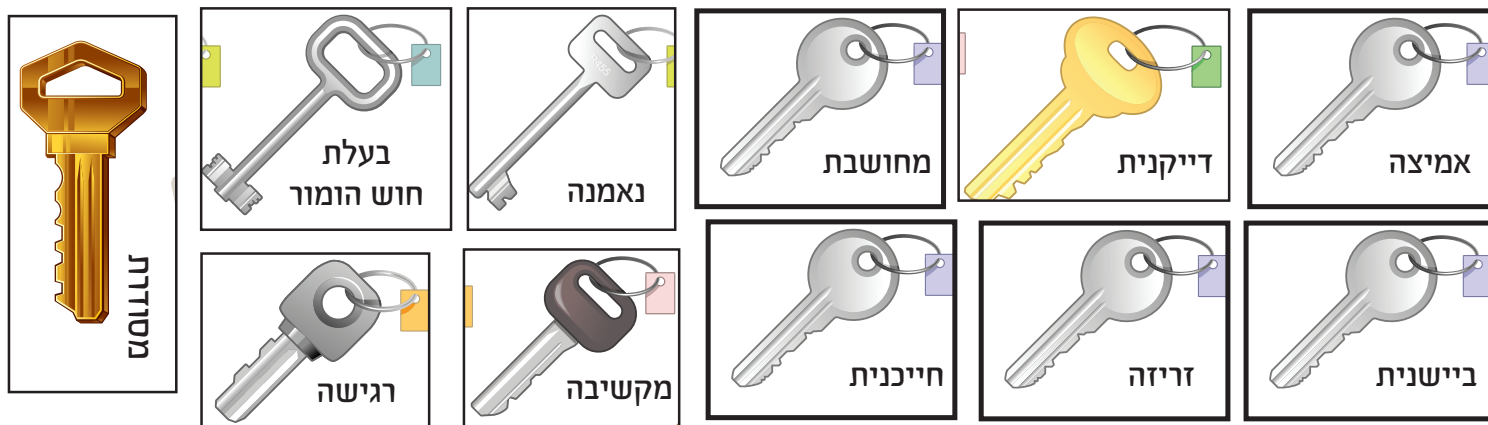
נספח 1

האימרה של 'היום יום' כ"ו חשוון:

"הדרך האמיתית היא שצריכים לדעת מהות עצמו, בהכרה אמיתית בחסרונות עצמו ובמעלות עצמו, וכאשר יודעים את החסרונות - לתקנם בעבודה בפועל, ולא לצאת ידי חובה באנחות בלבד."

נספח 2

רשימת "מתנות" - תכונות ומידות טובות:



נספח 3

משל מכונית המרוץ:

אדם השקיע כסף רב וקנה מכונית מרוץ. הוא נסע איתה ולתדהמתו גילה כי היא איננה נוסעת מהר. היא איטית להחריד. הוא פנה בכעס לחנות והתלונן כי רימו אותו. אחד מעובדי החנות ביקש ממנו להתלוות אליו בנסיעה ויראה מהי הבעיה. והם יצאו לדרך... בעל המכונית התניע והעביר להילוך ראשון לאחר זמן מה העביר להילוך שני, ואז פנה לנציג המכירות: "אתה רואה, היא נוסעת כל כך לאט!" הנציג צחק ואמר לו: "ברור שהיא נוסעת לאט, היא לא תוכל לממש את ביצועיה אם לא תשתמש בהילוכים שלה! הגעת רק להילוך השני. עבור לשלישי ואחר כך לרביעי ויש גם הילוך חמישי!"

הנמשל הוא היהודי. כאדם, יש לו הילוך ראשון ושני - יכולות לעשות דברים קיומיים (חושים, פעולות באברי גופו); ההילוך השלישי - הוא יכולות חשיבה וכישורים; ההילוך הרביעי - התחום הרגשי; וההילוך החמישי הוא עוצמה אינסופית שקיימת רק ב'מכוניות מרוץ' - אלו היכולות והעוצמות של הנשמה היהודית.

נספח 4

היהודי הוא ארץ חפץ. אימרה ב'היום יום' ב' אלול:

בני ישראל נקראו (במלאכי ג, יב) "ארץ חפץ", שיש בהם כמה חפצים יקרים כאהבת השי"ת ויראתו ומידות טובות, ואין דבר גילוי המידות הטובות תלוי אלא במעורר. דבר ברור הוא, אשר בכל חלקי האדמה נמצאים מעינות מים חיים, וההבדל הוא רק בקירוב וריחוק, ואם כן הלא הכל תלוי בהחופר וכוח סבלנותו ומתינותו.

וכיון שהרצון הוא כוח עליון הגוזר ומפקד על כל הכוחות, ומכריחם לעשות ולפעול כפי הפקודות שלו, א"כ אפוא, עיקר העבודה הוא לעורר את הרצון לפעול ולעשות הן בעצמו הן בזולתו.

נספח 5

סיפור על הרבי המהר"ש והיהלומן:

אחד מגדולי חסידיו של המהר"ש היה החסיד ר' מוניה מוניסזון.
הוא היה עשיר מופלג שעסק במסחר באבנים טובות וביהלומים.

באחת ההתעודויות של הרבי, בה השתתף ר' מוניה, שאל את הרבי מדוע הוא כל כך משבח אנשים פשוטים.

"יש בהם מעלות רבות", ענה לו הרבי.

"איני רואה את מעלתם", השיב ר' מוניה.

הרבי שתק ולא ענה לו. מאוחר יותר שאל אותו הרבי האם הביא עימו חבילת יהלומים, כי הוא מעוניין לראותם. ר' מוניה אמר לרבי שאומנם יש איתו חבילת יהלומים, אך מכיוון שכעת חשוך, לא ניתן לראותם היטב ולהעריך את יופיים כראוי.

מאוחר יותר נכנסו הרבי והחסיד לחדר מואר, ור' מוניה הוציא את חבילת היהלומים ופזרם על השולחן.

ר' מוניה לקח מהחבילה יהלום אחד והראה אותו לרבי, "יהלום זה הוא פלאי פלאים", אמר ר' מוניה לרבי; "איני רואה בו משהו מיוחד", אמר לו הרבי. "ביהלומים צריך להבין" ענה ר' מוניה.

"יהודי הוא גם פלאי פלאים, וביהודי צריך להבין" השיב לו הרבי.

מתחשק לי מאד
לומר ש...
אבל הנשמה
נותנת לי כוח
ולכן...

מפתה אותי
מאד...
אבל הנשמה
נותנת לי כוח
ולכן...

כאשר יש
קושי לקיים
את המצווה...
הנשמה נותנת
כוח ו...

הייתי רוצה...
אבל הנשמה
נותנת לי כוח
ולכן...

אני מרגישה...
בגלל ש... אבל
הנשמה נותנת
לי כוח ולכן...

כאשר יש לי
התלבטות...
הנשמה נותנת
לי כוח ומכוונת
אותי להחליט...

נספח 7

דף עזר למורה,
דוגמאות להשלמה

◦ מתחשק לי מאד לומר...

מילה לא יפה / משפט פוגע לחברה / משפט מתריס למורה / משפט לא ראוי
לאמא. / רכילות...
אבל הנשמה נותנת לי כוח להמנע מכך ולכן...
אני מצליחה לבלום את פי ולהירגע / להחליף במשפט חיובי / ללמד זכות ולשתוק.

◦ מפתה אותי מאד...

לראות סרט לא חינוכי / לצאת לבלות עם חברות במקום לא מתאים /
לטעום מאכל לא כשר / לשמוע שירים לא חסידיים...
אבל הנשמה נותנת לי כוח להמנע מכך ולכן...
אני מצליחה להימנע מלעשות זאת / אני מצליחה להתגבר ולהחליף את המעשה
בעשייה חיובית.

◦ הייתי רוצה...

לקנות חצאית לא ממש צנועה אבל מאד אופנתית / לישון כל היום / לספר רכילות
עסיסית לחברתי / לקרוא ספר מתח לא חינוכי / להעליב חברה שפגעה בי...
אבל הנשמה נותנת לי כוח להמנע מכך ולכן...
אקנה חצאית אחרת יפה וצנועה / אמלא את היום בעשייה חיובית / אחפש ספר
מתח חינוכי / אתגבר ואתאפק.

◦ כאשר יש לי התלבטות אם...

ללמוד לבד או עם חברה מתקשה / לומר למורה את האמת (וכביכול להפסיד) או
לשקר / לצאת עם כל החברות לבילוי או לא...
הנשמה נותנת לי כוח ומכוונת אותי להחליט... על פי רצון ה'

נספח 7

המשך -

◦ אני מרגישה...

ייאוש / תסכול / עצב / שנאה / כעס / אכזבה..

בגלל ש... שוב נכשלתי במבחן / המורה נזפה בי / העליבו אותי ברבים /

פספסתי את האוטובוס / הטיול התבטל / פלוני חולה...

אבל הנשמה נותנת לי כוח להתגבר ולכן...

אני מצליחה לשלוט ברגשותיי ולקוות / להתעודד / להיות שמחה / ללמד לכף זכות / לוותר..

◦ כאשר יש קושי לקיים את המצווה...

אהבת ישראל / כיבוד הורים / תפילה / צניעות / כשרות

הנשמה נותנת כוח לקיימן ו...

אני מצליחה לראות את הפנימיות הטובה של החברה / אני נזכרת בכל הטוב שהוריי מרעיפים

עלי ומוקירה תודה / אני מסיחה דעתי מהעניינים המבלבלים ומתרכזת בתפילה / אני

מתאפקת...

- דף 1 -

מתכוננים לביקור השר -

מטרות הביקור / דף תכנון

עליכן לסייע בתכנון של ביקור השר. דונו ביניכן בשאלות הבאות:

מהן מטרות הביקור:

לשם מה הוא מגיע?

האם אנחנו מעוניינות שיבוא?

מה "נרוויח" מביקורו?

מה אנחנו רוצות להציג בפניו?

איך אנו יכולות לגרום לכך שהשר יתפעל מדברינו וירצה לעזור?

איך נגרום לו לרצות לסייע לנו?

כתבו כאן את כל הנקודות שהעליתן והציגו אותן בפני הכתה.



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1

-2- ၇၄

מתכוננים לביקור השר - ההכנות לביקור / דף תכנון
עליכן לסייע בתכנון של ביקור השר. דונו ביניכן בנקודות הבאות:

כיצד נתכונן לביקור? (ניקיון, סדר, הצגת העשייה בביה"ס (מה נראה לו בבית הספר? איך נרשים אותו? הצגת הצרכים שיש לנו בביה"ס)
כתבו כאן את כל הנקודות שהעליתן והציגו אותן בפני הכתה.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1

-3- ၇၄

מתכוננים לביקור השר - נאום קבלת הפנים / דף תכנון
עליכן לסייע בתכנון של ביקור השר. דונו ביניכן בנקודות הבאות:

נאום קבלת פנים -

האם יש צורך בנאום? מה ייכלל בו? מי יהיה הנואם?

כתבו כאן את כל הנקודות שהעליתן והציגו אותן בפני הכתה.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1

-4- ၄၄

מתכוננים לביקור השר - קשיים צפויים / דף תכנון
עליכן לסייע בתכנון של ביקור השר. דונו ביניכן בנקודות הבאות:

מה הם הקשיים הנצפים:

אלו קשיים יהיו בהכנות?

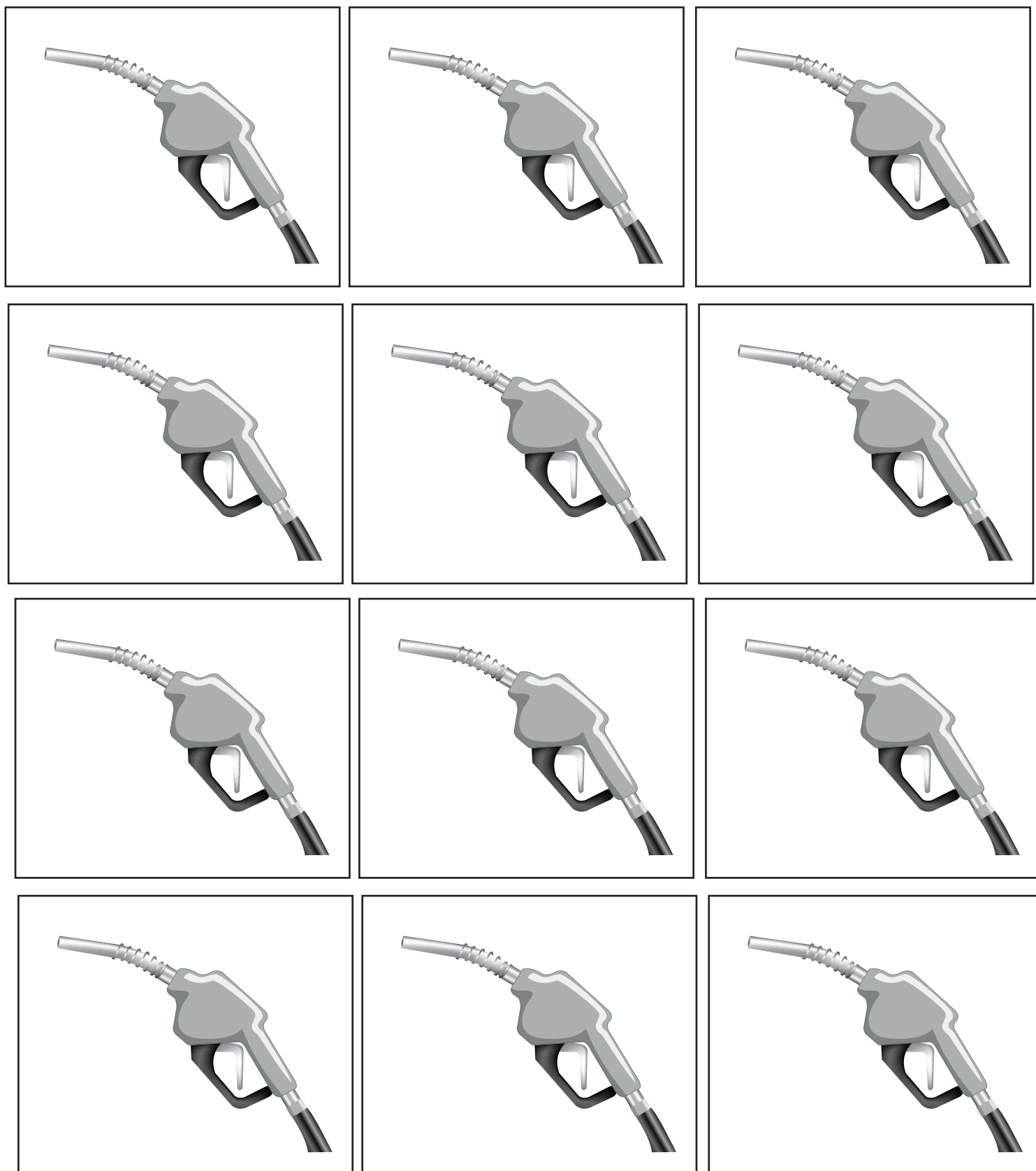
אלו קשיים עלולים להיות בביקור?

אלו קשיים עלולים להיות בהצגת הצרכים?

כתבו כאן את כל הנקודות שהעליתן והציגו אותן בפני הכתה.

כתה ז': אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - ידיעות תדלוק קטנות





כתה ז': אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - מקורות להעשרה למורה

• חובת התפילה - "מצות עשה להתפלל בכל יום שנאמר 'ועבדתם את ה' אלוהיכם'. מפי השמועה למדו שעבודה זו היא תפילה.... אמרו חכמים: איזוהי עבודה שבלב? זו תפילה. חיוב מצווה זו כך הוא: שיהיה אדם מבקש ומתחנן כל יום ומגיד שבחו של הקב"ה ואחר כך שואל צרכיו שהוא צריך להם בבקשה ובתחינה. ואחר כך נותן שבח והודיה לה' על הטובה שהשפיע לו, כל אחד לפי כוחו" (הרמב"ם הל' תפילה

• ההבדל בין תפילה אצל עמ"י לתפילה אצל אוה"ע

"בהשקפה ראשונה נראה שהמושג תפילה קיים גם, להבדיל, אצל אומות העולם. (prayer) אמנם לאמיתו של דבר קיים הבדל גדול ומהותי.... התרגום המדויק של המלה prayer הוא בקשה. אבל אצל בני ישראל הדבר אינו נקרא בשם בקשה אלא בשם תפילה. ההבדל בין תפילה לבקשה הוא הפכי: בקשה פירושה תחינה ותפילה היא לשון התחברות ("נפתולי אלוקים נפתלתי") בקשה מדגישה שמבקש מהקב"ה שיתן.. את החסר לו, וכאשר לא חסר לו, או שאין לו רצון לדבר - לא שייכת בקשה.

ואילו תפילה מדגישה - התחברות עם הקב"ה מלמטה למעלה, ודבר זה שייך אצל כולם ובכל עת.... ולכן נקבעו זמנים מיוחדים לתפילה - כדי לחדש ולחזק הקשר עם הקב"ה..." (לקו"ש חלק ב').

• אופן התפילה "אין עומדין להתפלל אלא מתוך כובד ראש. חסידים הראשונים היו שוהים שעה אחת ומתפללים כדי שיכוונו ליבם למקום..." (מסכת ברכות)

• מעלת התפילה - "משל למלך שהכריז ביום שמחתו: כל מי שיבקש דבר מן המלך ימלאו לו בקשתו, יש מי שביקש שררה וכבוד, יש מי שביקש עושר ולכל אחד מילאו מבוקשו. והיה שם חכם אחד שאמר ששאלתו ומבוקשו שידבר המלך עצמו עימו ג' פעמים ביום והוטב מאוד בפני המלך, מאחר שדיבורו חביב עליו מהעושר והכבוד..." (הזכות להתפלל, להתראות עם המלך)

• אופן התפילה - "אל תעש תפילתך קבע אלא תחנונים לפני המקום ברוך הוא..." (פרקי אבות)

• מעלת הצדקה לפני התפילה. הצ"צ היה רגיל לראות את זקנו אדה"ז אחר הסתלקותו בחיזיון או בחלום והוא היה עונה לו על ספקותיו ושאלותיו. היה פעם שהצטברו לו כמה שאלות ולא זכה לראות את אדה"ז, מה שציער אותו מאוד.

בוקר אחד בהלכו לתפילה פגש חסיד שהיה בדרכו לשוק וביקש ממנו הלוואה שיוכל להתחיל לעסוק במסחר באותו בוקר, אמר לו הצ"צ שייתן לו אחרי התפילה.

כשנכנס לבית הכנסת חשב על כך שחשוב להקדים צדקה לתפילה - ולכן פשט את הטלית והתפלל, הלך לשוק, טרח רבות בחיפושים אחרי אותו חסיד - והילוה לו את הכסף.

כשחזר והתעטף חזרה בטליתו נגלה אליו אדמו"ר הזקן בפנים מאירות ואמר לו שמי שנותן גמ"ח בלב שלם ועושה טובה ליהודי - שערי מעלה נפתחים בפניו.



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

• "צריך לילך ממדרגה למדרגה בתפילה שלא יפסיד כל כוחו בתחילת התפילה, אלא יתחיל במיתון ובאמצע התפילה ידבק עצמו בדבקות גדולה... יאמר התיבות בכוונה גדולה ויחזק עצמו מעט מעט עד שה' יתברך יעזור לו להתפלל בכוונה גדולה" (הבעל שם טוב)

• שבכל פעם ופעם היו מתפללים כמובן כל התפילה אלא שהתבוננות בעניינים ובכוונת פירוש המילות וההסבר בהם - היו מחלקים לכמה ימים... (איגרות קודש חלק י"ח)

• התמודדות עם מחשבות זרות בתפילה - אחד מחסידי פולין שאל פעם את הרבי מהר"ש: מדוע חסידי חב"ד מאריכים בתפילתם? האם לא עדיף להתפלל מהר ולהיפטר בכך מהמחשבות הזרות? זה כמו עגלה עם סוסים - כשנוסעים בה, והגויים מנסים מבחוץ להשליך אבנים על העגלה - האם לא עדיף לברוח מהם במהירות האפשרית?!!

ענה לו הרבי מהר"ש: כל זה נכון כשהגויים עומדים מבחוץ, אך כשהגויים כבר נמצאים על העגלה עצמה - המהירות לא תועיל. במקרה כזה יש להיאבק עימם ולהשליכם מהעגלה ורק אחר כך ניתן להמשיך בנסיעה....

• התמודדות עם מחשבות - "ואפילו אם נפלות לו הרהורי תאוות וסתם מחשבות זרות בשעת העבודה בתורה או בתפילה בכוונה, אל ישית לב אליהן אלא יסיח דעתו מהן כרגע... אעפ"כ אל יפול ליבו בקירבו להיות מזה עצב ונבזה..."

באמת לאמיתו הן שתי נפשות הנלחמות זו עם זו במוחו של האדם, כל אחת חפצה ורצונה לשלוט על האדם... וכל הרהורי תורה ויר"ש מנפש האלוקית, וכל מילי דעלמא מנפש הבהמית...

והוא כמשל אדם המתפלל בכוונה ועומד לפני עובד גילולים רשע ומשיח ומדבר עימו כדי לבלבלו... שזאת עצתו בוודאי שלא להשיב לו משוב ועד רע ולעשות עצמו כחרש לא ישמע... ואם יקשה לו להסיר מדעתו... אזי ישפיל דעתו לה' ויתחנן לפניו במחשבתו לרחם עליו ברחמים מרובים... " (תניא, ליקוטי אמרים פרק כ"ח)

• ההשפעות הרוחניות של התפילה - "והעניין יובן בהקדים כי הנה י"ח ברכות דשמונה עשרה הן כנגד י"ח חוליות השידרה שבתוכן נמשך עמוד השידרה... אך חוט השידרה הוא המעמיד ומקיים את כל רמ"ח האיברים מהראש עד הירכיים... והכוונה, היינו שהיא בחינת התפילה, שהיא כוונה פנימית למצוות, והיא העיקר ומעמיד ומקיים את רמ"ח מצוות עשה..." (אדה"ז בליקוטי תורה).

• התפילה כסולם - "כי התפילה נקראת סולם - כמו הסולם שעולים במדרגות מלמטה למעלה, כך על ידי התפילה עולים..." (מבנה התפילה).

• מעלת התפילה בכוונה - "התפילה בכוונה היא עזר וסעד לאדם לעמוד כנגד יצרו הרע כל היום גם אחר התפילה, לקיים כל מצוות ה', כי נשאר לו במוחו וליבו כל היום..." (אדמו"ר הזקן).

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 6 - חומר הרחבה לנושא - ומה אם נראה שתפילתנו אינה נענית?

• מה עושים כשהתפילה אינה נענית בדרך לה קיוונו?

הרבי מתייחס לכך באחת ההתוודויות: "ישנה הוראה הנלמדת מהסיפור אודות תפילתו של חוני המעגל, באיזה אופן צריך להיות התפילה אצל כל אחד ואחד מישראל.... והכוונה בזה, שהוא פונה אל הקב"ה בתוקף ומבקש פעם אחת, פעם שניה ופעם שלישית ואם רואה שעדיין לא התקיימה הבקשה במילואה, אומר: לא כך שאלתי אלא כו'.. ואפילו שזו ההנהגה של חוני המעגל צריך אדם לומר "מתי יגיעו מעשי למעשי אבותי...." ומובן שלאחר שחוני המעגל פתח וסלל את הדרך, אזי נקל לכל יהודי להתנהג באופן כזה" (הרבי, התוודויות ה'תשד"מ).

העולה מדברים אלה הוא הצורך לחזור ולבקש גם אם לא נענים, לתבוע מהקב"ה כבן מאביו, פעם אחר פעם, עד שהתפילה תיענה.

• נאמר בספרי החסידות הכללית: "אמין באמונה שלמה ברורה, כי מיד שיצא מפיו נוסח התפילה על מה ששואל, מיד הוא נענה. ולפעמים נעשה בקשתו בכללות העולם והוא בהעלם ממנו אף שאינו בפרטות שהוא מבקש. אבל זה לפי ראות עיניו כי באמת כל היסורין טובות ורפואות הן והוא לטובתו, ולכן לא נענה לפי ראות עיניו על פרטיות שלו" (רבי יצחק אייזיק מקומרנה "נתיב מצוותיך").

כלומר, לפעמים בקשתנו אינה נענית - אך כח התפילה נותן השפעה בעולם, ולפעמים דווקא זה שהתפילה לא נענתה - זו הטובה שלנו, והיסורים או הצער, טובים לנו.

• "צריך לחזור ולהתפלל תמיד, כמבואר אצלנו... שלא להתייאש ולהתפלל עבור שלא נענה בפעמים הראשונים, כי אף שלא נגלית ההמשכה אצלו, מכל מקום עשה פעולת ההמשכה מלמעלה, שנתקרב השפע אצלו מעולם לעולם יותר מקודם" (רבי נחום מצ'רנוביל "מאור עינים").

כאן מבואר כי אפילו שאנחנו לא רואים את השפעת התפילה - ודאי שהיא קיימת, וכל תפילה מקרבת את השפע אלינו יותר ויותר - כך שאין מה להתייאש.

• ע"פ החסידות שום תפילה אינה שבה ריקם. היא נשמעת ומתקבלת אצל הקב"ה שאוהב אותנו יותר מכל, וגם כשאנחנו רואים את ההתגשמות שלה בדיוק כפי רצינו, עלינו לסמוך על הקב"ה שכנראה אי המענה הוא מה שטוב בשבילנו, או שאולי התפילה נענתה אך בדרך שונה ממה שציפינו ולכן איננו מבחינים בכך.

• לא כל בקשה יכולה תמיד להיענות, כמו שאב לא תמיד נענה לכל בקשה של בנו.

אביו של החייל החטוף נחשון וקסמן, שנחטף בידי מחבלים ועד לרגע האחרון עוד ניסו לשחררו בחיים - אמר לאחר רצח בנו: הרבה פעמים ביקשתי מאבא שלי שבשמים בקשות, ולהכל הוא הסכים: ילדים, בריאות, פרנסה. אבל פעם אחת אבא החליט לענות לי: לא!! ובמקרה הזה של הצלת בני - הוא פשוט סירב לבקשתי....

סיפר הרב מרדכי אליהו זצ"ל, על אדם שהתפלל בכל כוחו על זכייה בלוטו - אך לא זכה. בכל תפילה הוא הכניס את זה ובכל רגע שיכל.... יום אחד בזמן שהוא חצה את הכביש הוא אפילו לא שם לב שהיה לו נס עצום שמשאית כמעט פגעה בו..הרב אליהו הסביר את זה שכל התפילות לא הלכו ריקם אלא הופנו למקום אחר, הוא היה אמור להפצע קשה ולהיות נכה לכל החיים והתפילות הרבות על הלוטו הצילו אותו ממשו נורא הרבה יותר.

נפש השנית

אז מה מיוחד כל כך ביהודי? מובן כי מדובר בשינוי פנימי ומהותי.

המורה מקריאה שיר (נספח 1):

"כתובתי הקודמת, לפני המעבר לזו הדירה,

היתה במקום גבוה נורא.

גבוה גבוה, לא סתם,

כי אם מתחת לכסא נישא ורם.

אם תרצינה לשמוע עוד,

אספר לכם - גרתי ממש מתחת לכסא הכבוד...

אז איך היה המעבר?

האמת? קשה ומוזר.

דרך ארוכה, פערי אקלים,

במקום קדושה - ניסיונות וטלטולים.

כשהגעתי למטה, נכנסתי לגוף,

ובו... ממש צפוף.

באותה דירה מתגוררת דיירת נוספת,

נפש בהמית.

וכמו ביחסי שכנות,

יש וויכוחים, אי הסכמות.

אבל אצלנו, עקב שוני של ממש,

יש ניגודי אינטרסים כל רגע מחדש.

ואני, אהמ... קשה לי להתגלגל,

עלי להסתגל,

לעולם הזה - החומרי, לגוף הגשמי,

לעומת משכני הקודם- הקדוש והשמיימי.

אך לכל זאת,

לירידה החדה,

יש ייעוד שהוא לכן חידה.

נפרד כעת, בברכה,

שיהיה לי ולכן בהצלחה.



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 2 - סיפור

"באחת משיחותיו של הרבי מליובאוויץ' בשעת סדר ליל פסח, בעת אמירת ההגדה כשהגיע לפסקה "וחכמים אומרים ימי חיך העולם הזה", סיפר: רבי שמואל, סבו של רבי יוסף יצחק ראה פעם ששני ילדיו רבי שניאור זלמן ורבי שלום דב בער, משחקים בגן שעל יד חדרו ומתווכחים ביניהם. קרא להם ושאלם על מה הם מתווכחים, והתביישו להגיד. אחותם דבורה לאה שהיתה עמם, סיפרה שהוויכוח ביניהם נסב על דברי המלמד שלהם רבי שלום, שכתוב ב"ליקוטי תורה", שיש הבדל בין טבע המידות של ישראל לזה של גוי, להבדיל.

רבי שלום דב בער, והוא אז ילד בן חמש, לא יכול להבין שיש הבדל כזה, ורבי שניאור זלמן אהרן, שהיה קשיש ממנו, ניסה להסביר לו אך דבריו לא התקבלו על ליבו של הילד.

קרא הרבי למשרת בן ציון ושאל:

- אכלת היום?

- כן, השיב המשרת

- אכלת טוב? חזרו ושאלו.

- מה שייך טוב? השיב, ברוך ה', אני שבע.

- ולשם מה אכלת? שאל הרבי.

- כדי לחיות, השיב.

- ולשם מה אתה חי?

- כדי שאוכל להיות יהודי ולעשות את רצונו של ה' יתברך - השיב המשרת ונאנח.

אמר הרבי: "שלח לי את הערל איוואן (המשרת בחצר)".

כשבא איוואן, שאלו הרבי: "אכלת היום?"

- כן. השיבו.

- אכלת טוב?

- כן. השיבו שוב.

- ולשם מה אתה אוכל?

- כדי לחיות.

- ולשם מה אתה חי?

- כדי שאוכל ללגום קצת יי"ש ולאכול קינוח.

אמר הרבי לבניו: הרי לכם ההבדל בין החיים הטבעיים של יהודי, לאלו של גוי, להבדיל. ואלה - הוסיף רבי יוסף יצחק - הם דברי ההגדה: "ימי חיך הימים, כל ימי חיך - להביא הלילות". להביא - מובנו "להכניס". להכניס חיים בימים ולהכניס חיים בלילות. וחכמים מוסיפים: "ימי חיך - העולם הזה", להכניס חיים בכל ענייני העולם הזה, כדי שיהיה עוה"ז של יהודי.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - פך שמן טהור



חכמה

רבנים

נבונים

עניות

עושר

הסתגרות
והבדלות
מהאומות

התערות
באומות

דביקות בדת

חולשה פיזית

מראה חיצוני שונה

חוזק



שגשוג כלכלי

השתלבות

בכל רבדי

החברה

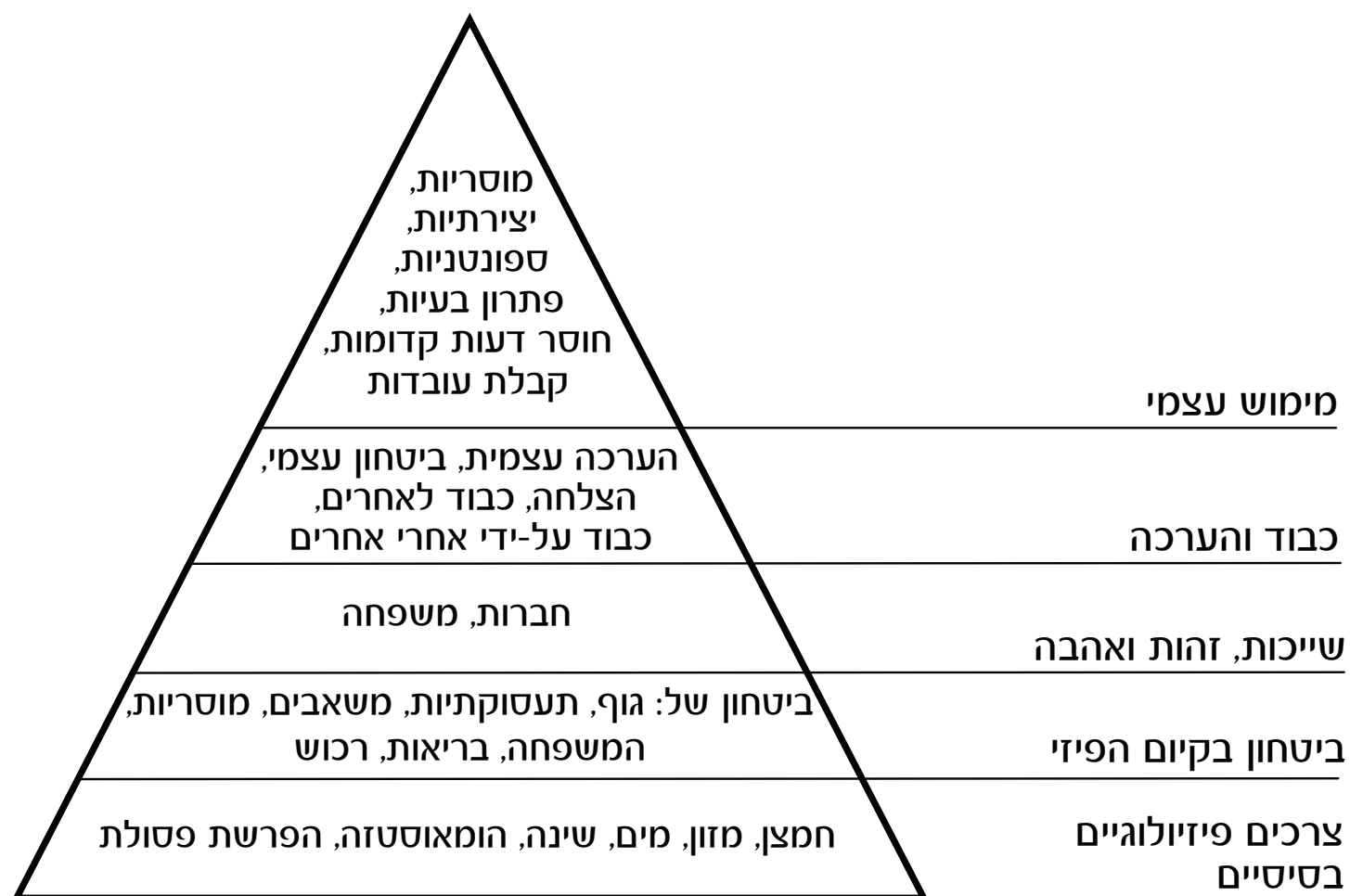
הכללית

מנהגים "מוזרים"

לבוש שונה

חגים רבים

הצלחה רבה



כבוד מאחרים

הערכה עצמית

יצירתיות

ביטחון עצמי

מוסריות

דבקות באמונה

פתרון בעיות

גבורה



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - סיפורי גבורה יהודית בשואה

סיפור גבורה מס' 1

במחנה יאנובסקה לאחר שמשמרת הלילה חזרה מעבודתה בעיר, התאספו יהודים מוכים, שפצעיהם עדיין פתוחים, בצריף מספר 12, והאזינו לתפילת "כל נדרי" מפי הרב של בלאז'ובה (בלוז'וב), רבי ישראל שפירא. למחרת בבוקר שלח אחד מ"זקני המחנה", יהודי לא דתי בשם שנייווייס, את הרב ואחדים מחסידיו לעבוד בבנין מוגן שבו יוכלו להתפלל, והטיל עליהם עבודה שניתן לעשותה בלי לעבור על אחד מל"ט אבות מלאכה. בצהריים נכנסו לבנין שומרי אס. אס. כשהם נושאים בידיהם מגשים שעליהם מאכלים שכמותם לא נראו במחנה מאז החלה המלחמה, וציוו על האסירים לאכול. שנייווייס התנגד: "ביום הזה אנו ממלאים אחרי פקודות הבאות ממקום רם ונישא, יותר מאשר הרייך השלישי", כך אמר והצביע כלפי מעלה, "ומקום זה מצווה עלינו לא לאכול ביום הכיפורים". הוא נורה ונהרג במקום. "באותו יום ביאנובסקה", אמר רבי ישראל שפירא, "הבנתי את דברי חז"ל, ש'אפילו פושעי ישראל מלאים מצוות כרימון'".



סיפור גבורה מס' 2

סיפר האדמו"ר מבלוז'ב, הגאון רבי ישראל שפירא זצ"ל, לתלמידו ברוך זינגר ב-03.01.1975: במחנה יאנובסקה נערכה סלקציה ביום הושענא רבה. השמועה כי נערכת סלקציה התפשטה במחנה במהירות, כאשר בשדה קוצים. לפי השמועה, מיועדים למשלוח הילדים ממחוזות: דרוהוביץ', בוריסלוב, לבוב וסטניסלב. בתוך דממת המוות ששררה, שמעתי לפתע את קולה הנרגש של האישה שעמדה לצדי. אש מוזרה ומפחידה ריצדה באישוני עיניה, והיא ביקשה ממני סכין! אני סברתי לתומי, סיפר האדמו"ר, כי היא מבקשת לאבד את עצמה מתוך טירוף הנפש.

'בתי', לחשתי לה בהתרגשות, 'מדוע את ממהרת כל כך? אמנם נגיע לשם בסופו של דבר, במוקדם או במאוחר, אך מדוע את עושה זאת בכוחות עצמך? אל לך, בתי! חלילה לך לעשות כדבר הנורא הזה'. קצין אס.אס. שהגיש בפתאומיות מבין הצריפים הבחין בשיחתנו. הוא בעט בי ושאל: מה אמרת לה כלב מזוהם שכמותך?

'היא בקשה סכין', עניתי, הסברתי לה כי הדבר אסור ע"פ ההלכה היהודית.

האישה שעמדה לצדי הבחינה כי בחגורתו של הקצין יש סכין. היא פנתה אל הקצין וחזרה בתחינתה על בקשתה המוזרה מול פניו הנדהמות. כשהוא מבולבל מן המפגש, הוציא הלה את סכינו מנדנה ונתנה בידה. ראוי לציין כי מעשה זה היה מנוגד לחלוטין לחוקי האס. אס. הנוקשים. כשהסכין בידה התכופפה האישה אל ערימת הסמרטוטים שנחה על האדמה שלמרגלותיה. הייתה זו הפעם הראשונה שהבחנתי בה - בתוך החבילה נח לו תינוק בן כמה יממות בלבד. ללא שהיות היא בירכה את ברכת המילה ומלה את בנה אל מול עינינו הנדהמות. לפני שהספיק הקצין להגיב, ניגבה האישה את הסכין בבגדיה מן הדם והחזירה אותה לידי הקצין. היא הרימה את בנה המיועד להישלח אל מותו הקרוב ונתנה אף אותו בידיו. כשהוא בוהה בה, היא נשאה את עיניה למעלה, אל שמי מרומים, ובזו הלשון אמרה: 'ריבונו של עולם, נתת לי ילד בריא, ואני מחזירה לך אותו ילד יהודי כשר!'

"מאז", סח האדמו"ר לתלמידיו, "נוהג אני לספר סיפור זה בכל שמחת ברית שאליה אני מוזמן".



כתה ז': אני מיוחדת - יש בי כוח!

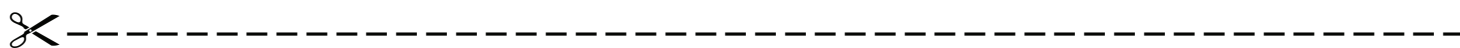
נספח 4 - סיפורי גבורה יהודית בשואה

סיפור גבורה מס' 3

מובא בספרו של מ. אליאב "אני מאמין": "...לפעמים היינו מתפללים בצריף הילדים במחנה. ידענו כל פעם מתי שבת, הצלחתי "לארגן" בשבילי סידור תפילה "סיני" קטן, שנשא עליו חותמת של סוחר עצים מהונגריה, שהביאו לאושוויץ, היו הרבה סידורים אצל הילדים, היו גם חומשים בפורמאט קטן, היה גם חצי זוג תפילין של יד שהיה כל היום בתנועה. הילדים היו מניחים אותו ומתפללים.

פעם החליפו בעד כיכר לחם ספר משניות והיו לומדים משניות. קבוצת ילדי בעלז למדו שיעורים כסידרם כמעט בכל יום.

היו הרבה ילדים ששמרו כשרות, מי שמכיר את התנאים שהיינו שרויים בהם - מבין שזה משהו יוצא מן הכלל. ילדים אלה לא אכלו שום דבר, לא מרק ולא כל אוכל אחר, אלא לחם ומרגרינה בלבד. היו ילדים רבים כאלה, ודווקא צעירים בני 13".



סיפור גבורה מס' 4

מיד לאחר שנכנסו הגרמנים לעיר אלכסנדר, התחילו במעשי הוללות של שריפות וחילול ספרי תורה ותשמישי קדושה. בסוף אלול ת"ש שרפו את בית הכנסת ואת בית המדרש. באותו יום שהציתו מקומות קדושים אלה, אספו מספר רב של ספרי תורה והוציאו אותם לשוק. שם הבעירו מדורה גדולה ושרפו את כולם.

בעצם ההילולה של שריפת הספרים עבר תושב אלכסנדר, מוטל הוכמן. קצין גרמני קרא לו וציווה עליו שיקרע ספר תורה אחד. היהודי סירב בכל תוקף לשמוע בקולו. הקצין ניסה להכריחו לכך, על ידי מכות, אבל ללא תוצאות - מוטל הוכמן בשלו.

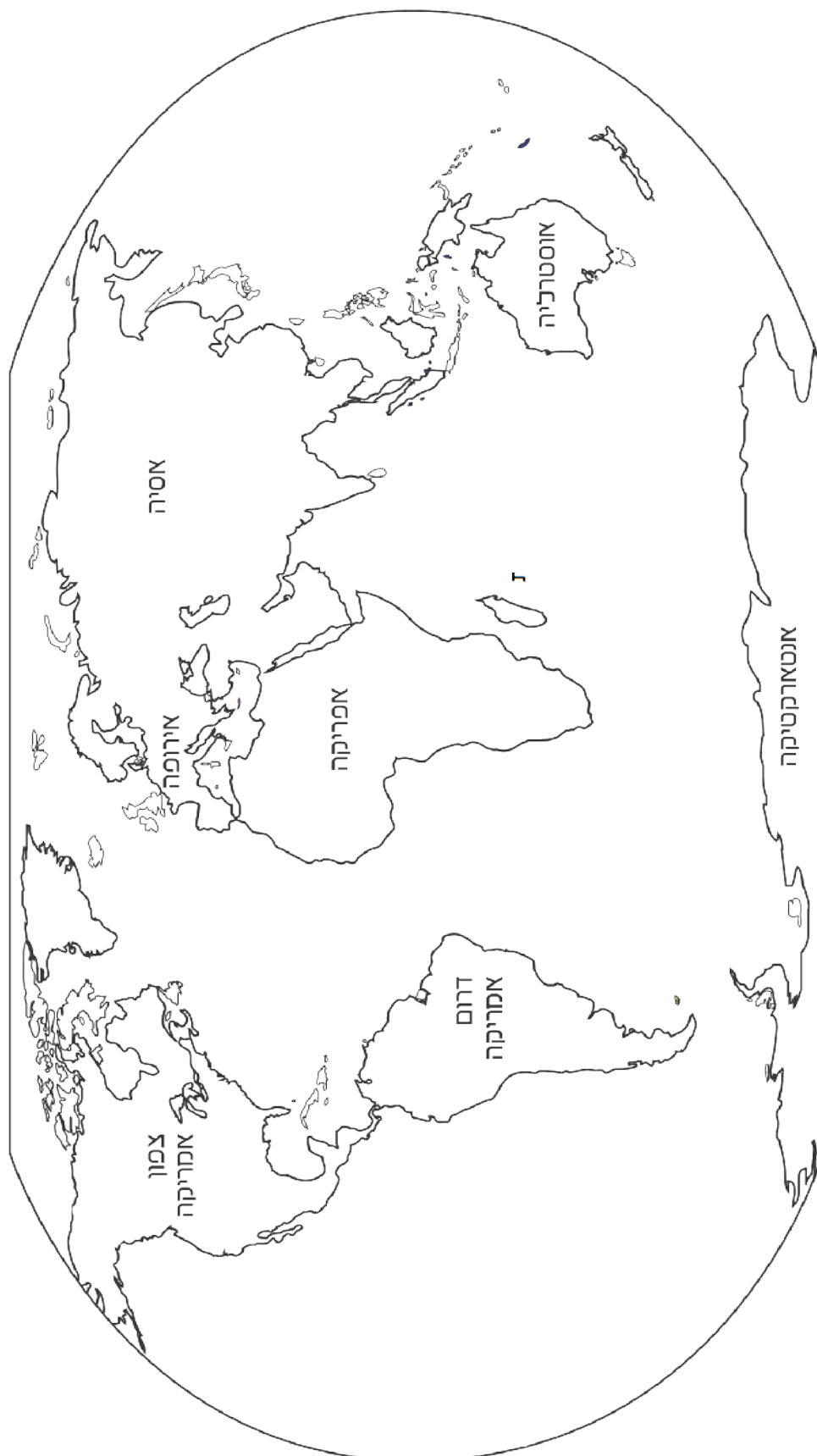
נתמלא הקצין חימה והחל לגעור בו, שאם לא יקרע מיד את ספר התורה ירה יירה, ומוטל הוכמן מסרב. הקצין נתן פקודה לירות ביהודי.

שני חיילים הובילו והעמידו על יד קיר והכינו את רובהיהם לירייה. מוטל הרים קולו וצעק: "שמע ישראל". באותו רגע עבר החרשתן הגרמני החשוב באלכסנדר, מכר טוב של הוכמן אף שהיה שונא ישראל, החל לבקש את הקצין, שהיה נוכח במקום, לחון אותו.

נתרחש נס ממש, והקצין הסכים לכך. הוא ציווה להכות את הוכמן מכות קשות והחיילים ביצעו את פקודתו. הוכמן עמד בניסיון ואת ספר התורה לא קרע.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - כדור העולם



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

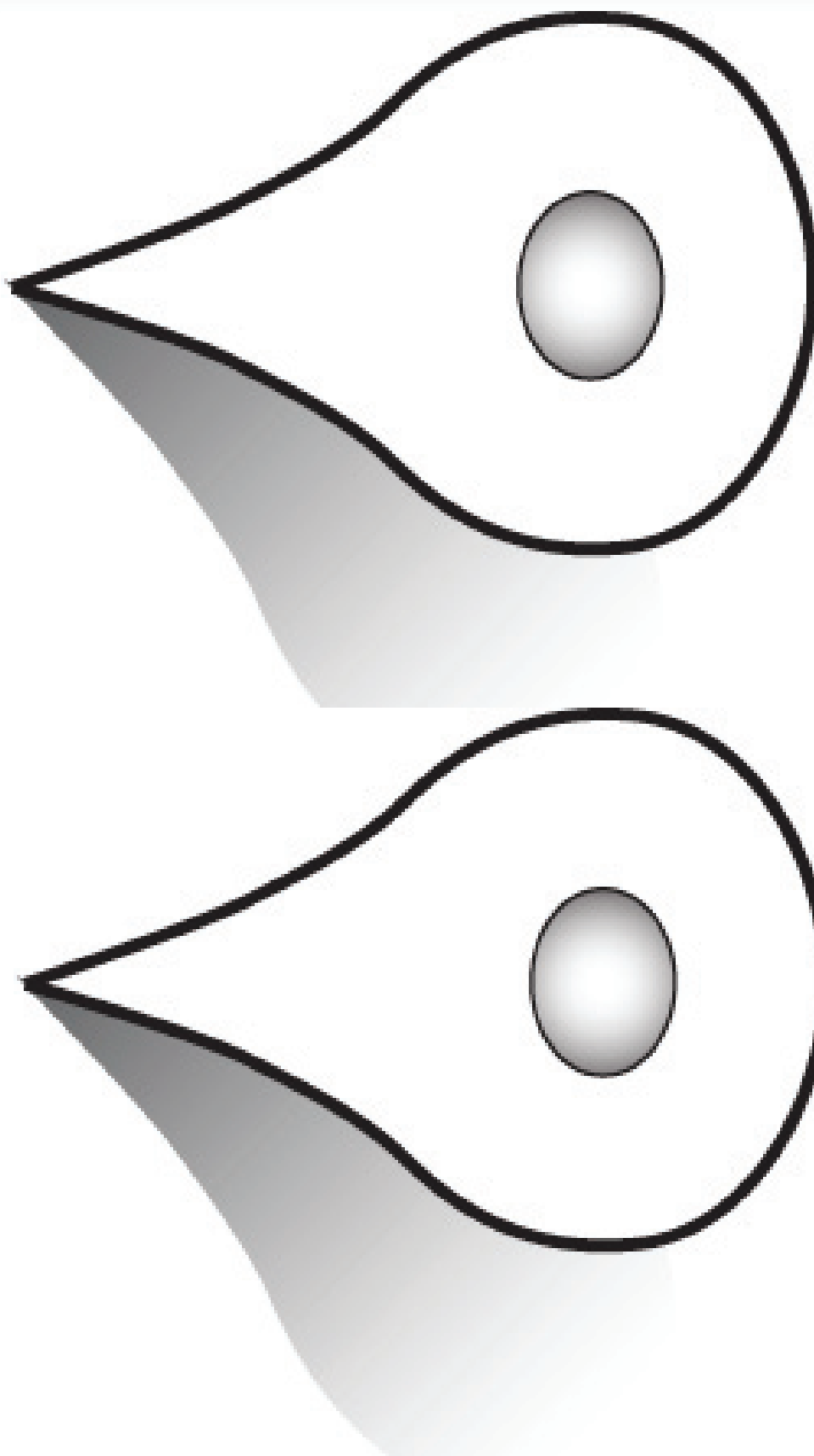
נספח 2 - טבלה

"מפני חטאינו גלינו מארצנו" (נוסח התפילה)	"נחלת השם" (תהילים קכ"ז, ג)	"עיני ה' אלוך בה" (דברים יא)
"ואתם תהיו לי ממלכת כהנים וגוי קדוש" (שמות יט, ו)	"אשר אני שוכן בתוכה" (במדבר ל"ה, ל"ד)	"כך ארץ ישראל נתונה באמצע העולם וממנה משתיתו (יסודו) של עולם יוצא" (המהר"ל מפראג, באר הגולה)
"והארץ אשר אתם עומדים שמה לרשתה... ארץ אשר ה' אלוך דורש אותה תמיד" (דברים יא)	הקב"ה התגלה לשלושת האבות בארץ ישראל דווקא (חומש בראשית)	"מצוות התלויות בארץ"

"מפני חטאינו גלינו מארצנו" (נוסח התפילה)	"נחלת השם" (תהילים קכ"ז, ג)	"עיני ה' אלוך בה" (דברים יא)
"ואתם תהיו לי ממלכת כהנים וגוי קדוש" (שמות יט, ו)	"אשר אני שוכן בתוכה" (במדבר ל"ה, ל"ד)	"כך ארץ ישראל נתונה באמצע העולם וממנה משתיתו (יסודו) של עולם יוצא" (המהר"ל מפראג, באר הגולה)
"והארץ אשר אתם עומדים שמה לרשתה... ארץ אשר ה' אלוך דורש אותה תמיד" (דברים יא)	הקב"ה התגלה לשלושת האבות בארץ ישראל דווקא (חומש בראשית)	"מצוות התלויות בארץ"

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - סמן מקום





הדבר שהוא הכי שלי, אבל כולם משתמשים בו חוץ ממני

במה אני יכולה לתרום לכיתה השנה,
עם התכונות והכישרונות המיוחדים שלי?

○ מבחינה חברתית, לפרגן ולעזור לחברות

○ עזרה בארגון מסיבות

○ אחריות על סדר ונקיון

○ להפעיל גמ"ח בכיתה

○ לדאוג לבנות שמחסירות

○ לדאוג לקישוט הכיתה

○ לאבזר את הכיתה

○ לארגן שיעור חסידות

אחר _____

לפעמים הכל מעצבן אותי, לפעמים הכל רגוע.
לפעמים אני שבעה ולפעמים הרעב מציק.
לפעמים אני אוהבת, לפעמים יותר קשה לי.
לפעמים מאורגנת, מסודרת ולפעמים הכל בלגן.

לפעמים כל כך קשה להתפלל, ולפעמים כל מילה שווה זהב
לפעמים הכל יוצא לי טוב פתאום, ולפעמים לא מצליחה פה כלום!

אבל אני תמיד אוהבת את עצמי, תמיד מקבלת, תמיד מעריכה.
רק ככה אוכל לקבל אחרים, לאהוב אותם בדיוק כמו שהם!
כן אני תמיד אוהבת את עצמי, תמיד מקבלת, תמיד מעריכה.
רק עם דימוי עצמי חיובי אני אוכל להשתנות!

לפעמים הכל מעצבן אותי, לפעמים הכל רגוע.
לפעמים אני שבעה ולפעמים הרעב מציק.
לפעמים אני אוהבת, לפעמים יותר קשה לי.
לפעמים מאורגנת, מסודרת ולפעמים הכל בלגן.

לפעמים כל כך קשה להתפלל, ולפעמים כל מילה שווה זהב
לפעמים הכל יוצא לי טוב פתאום, ולפעמים לא מצליחה פה כלום!

אבל אני תמיד אוהבת את עצמי, תמיד מקבלת, תמיד מעריכה.
רק ככה אוכל לקבל אחרים, לאהוב אותם בדיוק כמו שהם!
כן אני תמיד אוהבת את עצמי, תמיד מקבלת, תמיד מעריכה.
רק עם דימוי עצמי חיובי אני אוכל להשתנות!

כתה ז': אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - סיפור

בחודש אלול האחרון הסתיים מחקר גדול שחקר מי היה האשם בהתמוטטות מכרה הפחם בצ'ילה לפני כמה שנים. המסקנה שאלה הגיעו הייתה שלא ניתן להאשים אף אחד.

מכרה פחם בצ'ילה שהתמוטט - האם אתן זוכרות על מה מדובר? המורה תשמע את תשובות התלמידות ותתחיל לספר.

לפני כמה שנים היה מכרה פחם בצ'ילה הרחוקה. במכרה עבדו המוני בני אדם לפרנסתם. חלקם אנשים חשובים - מהנדסים, פקחים, אנשים שלמדו שנים רבות את המלאכה. וחלקם אנשים פשוטים, שהגיעו כל בוקר מוקדם מאוד לעבודה במכרה, וחזרו בערב כפופים עם ידיים שחורות.

לא קשה לתאר את היחס ששרר בין המהנדסים החשובים לפועלים הפשוטים... כשעבר פועל פשוט ליד מהנדס מדופלם הוא חש כאילו הוא לא שווה כלום... מי אני לעומת אדם חשוב כל כך, שלמד באוניברסיטה עולמית וצבר תארים רבים? ולא סתם הרגישו ככה הפועלים הפשוטים. באמת זו הייתה ההרגשה שנתנו להם.

מכירות את ההרגשה הזאת? ראיתן פעם דבר כזה? לפעמים אפילו בתוך כיתה (לא בכיתה שלנו, אבל יש דבר כזה..). יש בנות שנותנות להרגיש כאילו הן יותר חשובות מבנות אחרות.. ומהי האמת? כל אחת מיוחדת בזכות עצמה, לכל אחת יש את הדברים המיוחדים שבה.. וכשמדברים על יהודים, קל וחומר! כל יהודי הוא בן של מלך, בן יקר של הקב"ה!

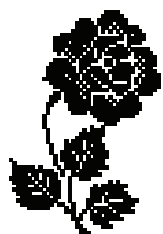
עד שיום אחד קרה אסון, וחלקים נרחבים מהמכרה בצ'ילה התמוטטו, וקברו מתחתם את כל מי שהיה במכרה.. אנחנו מספרים כעת על 33 אנשים שנלכדו מתחת לאדמה עם קצת מאוד מים ואוכל, בלי שום קשר למישהו שנמצא בעולם החיצוני, ועם פחד עצום ממה שהולך להיות. כל תזונה יכולה להפיל עליהם את המפולת ולהרוג אותם במקום. וגם אם לא יזוזו - מי ידע שהם כלואים כאן? איך יוציאו אותם, אם בכלל יגלו אותם? ואולי הם ימותו הרבה קודם, מרעב ומצמא... רק מהפחד ומהבהלה יכולים למות... כל אחד מהם ידע, שאפילו אם יגלו אותם - העלויות העצומות לנסות להוציא אותם יהיו מיליוני דולרים... מי מבטיח בכלל שיעשו את זה בשביל חיים של כמה אנשים? כך עבר יום ועוד יום. כל שעה נראתה כמו נצח.

בין הכורים שנלכדו שם למטה, בבטן האדמה, היו כמה מהנדסים חשובים, אותם אלו שהסתובבו בעבר נפוחים וגאים בעצמם, ועוד כמה פועלים פשוטים, שתמיד התביישו להסתובב ולהראות את פרצופם.

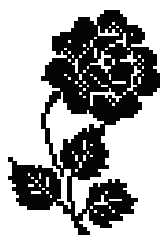
ומה היה שם למטה? מפתיע, או שלא. המהנדסים התייאשו כל כך מהר מהתקווה לחיות, והיו כל כך מסכנים בעיני עצמם, לעומתם - אלו שהפיחו רוח חיים בכולם היו דווקא הפועלים עם הידיים השחורות והגב הכפוף.. הם קיפצו מאחד לשני, ניסו בכל מאדם להכניס אווירה טובה ומחזקת, לעודד, לרומם את רוח כולם. לזרוק מילה טובה, ולייחל ליום שבו ימצאו את עצמם בחוץ.

עבר זמן רב עד שהגיעה אות חיים שגילו אותם, וכמעט חודשיים הם היו תקועים שם, כשמדי פעם הכניסו להם בדרך לא דרך אוכל, שתיה, מכתבים ותרופות למי שהיה זקוק.

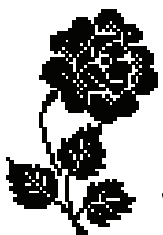
עד שביום אחד, לאחר מאמצים מרובים, כל העולם עצר את נשימתו, ואחד אחד הם יצאו משם, במעלית מיוחדת שנבנתה בעזרת מומחים מכל העולם. המהנדסים והפועלים, כולם יצאו. לכל אחד מהם חיכו בני המשפחה בחוץ בקוצר רוח, באהבה ובחיבוק. לא משנה מי הוא היה ומה היה תפקידו. ואולי זה כן משנה. אולי דווקא מי שחיו לא היו קלים, ידע להתמודד יותר טוב? ידע להאמין, לקוות, להתפלל, לעודד גם את חברו?!



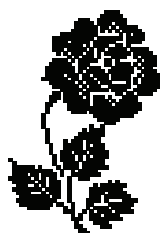
ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!



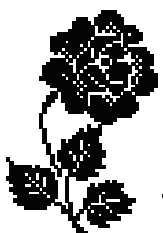
ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!



ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!



ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!



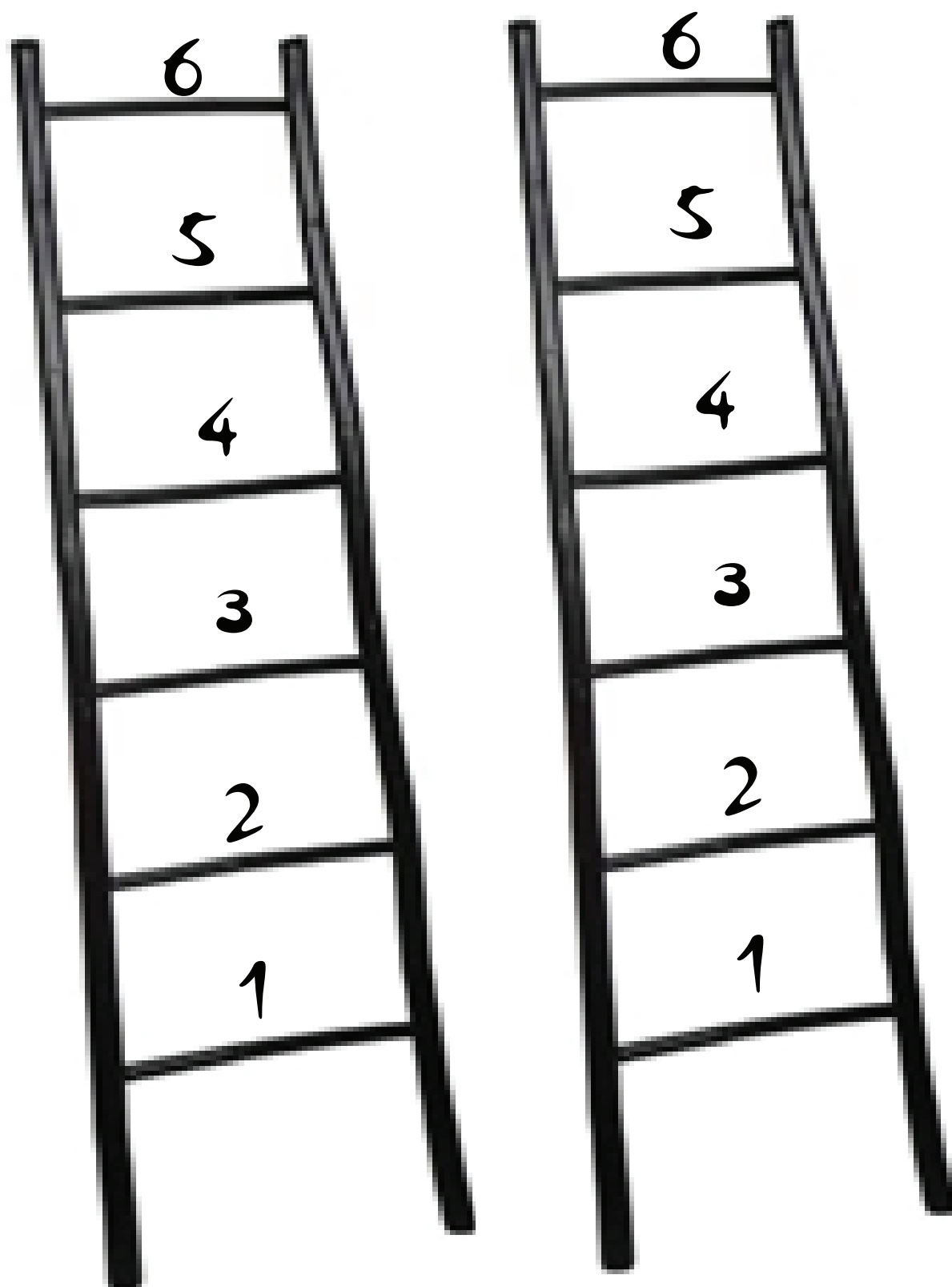
ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!



ה', תן לי את הכוח
לשנות את מה שאפשר
ולקבל את מה שאני אפשר!

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - סולם



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 2 - אמרת המשפיע

"שאל המשפיע מי גבוה יותר? העומד על השליבה השלישית או העומד על השליבה החמישית? והשיב- אם העומד על השליבה החמישית יורד או עומד במקומו, והעומד על השליבה השלישית עולה, האחרון נעלה יותר" (אוצר פתגמי חב"ד, ב'),

נספח 3 - תמרורים



סביבה לימודית מתאימה



עליה הדרגתית, שלב אחר שלב

נספח 4 - GPS



נספח 5 - שאלת שיר למורה

יש לי גי.פי.אס יקר ערך,
 שיחסוך לי חיפושים מיותרים בדרך.
 הוא מופעל, הסוללה טעונה,
 תצוגת המסך בהירה וקלה להבנה.
 הלוויין מעביר נתונים,
 ומאתר את המקום המדויק בו אנו חונים.
 אולם, בעיה גדולה.
 הגי.פי.אס, טרם החל בפעולה.
 התוכלנה לומר לי במחילה,
 מהו השלב הראשון והחשוב ביותר בהפעלה?



"חסידות היא שכל אלוקי, המתיישב ושורה בכלי השכל האנושי"

| אגה"ק אדמו"ר הרי"ף ב' עמוד כ"א

✂-----

"חסידות פותחת שערי חכמה ובינה

לידע את הקב"ה בהשגה שכלית..." | היום יום, י"ז כסליו

✂-----

"חסידות תובעת בכל עניין ועניין הבנה פנימית, הבנה בעמקות הדבר.

חסידות חושפת את העומק שבכל דבר" | ליקוטי דיבורים ב' עמוד שלה

✂-----

"הבעש"ט אומר: שטות, היינו מה שאנשים קוראים חוסר פיקחות,

היא אצל חסידים עבירה מדאורייתא. חכמה - היינו מה שאנשים

קוראים פיקחות - נחשבת בעיני החסידים מצווה דאורייתא"

| הוספות לכתר שם טוב סימן קס"ט

✂-----

"חסיד הוא: א השכלה מענטש (משכיל ומבין בתורת החסידות),

א דוואנער (עוסק בעבודת התפילה), א מידות טובות מענטש (בעל

מידות טובות), א פאסטער (מרבה לצום), א שווייגער (שתקן)

| ספר השיחות ת"ש עמוד 29.



נספח 6 - אמרות

"חסידות כוללת שני עניינים עיקריים:

א. הבנת כל הלכה בשורשה הרוחני, בספירות העליונות.

ב. הבנת ההוראה הפנימית הנובעת מכל הלכה, ההוראה

הקשורה ב"עבודה", בהנהגת האדם בחיים" | היום יום י"א אדר שני.

✂-----

"בחסידות חב"ד 'השכלה' היא 'עבודה' ו'עבודה' היא 'השכלה'"

| ליקוטי דיבורים ב' עמוד רצה

✂-----

"דבר שניתן להשיגו בשכל, אין להשתמש באמונה, להאמין שכך הדבר.

יש להבינו על ידי השגה" | ליקוטי דיבורים ב' עמוד 678

✂-----

"צריכים רק לרצות ולהתייגע באמת.

'אמת' היא המפתח הפותח את כל מנעולי ההשכלה"

| ליקוטי דיבורים ב' עמוד רחצ

✂-----

"ביחידות אחת אמר הרבי לבנו:

'חסידות צריכים ללמוד בסדר מסודר'..."

| אגה"ק אדמו"ר הרי"ץ עמ' תד

כל הפתגמים מתוך "אוצר פתגמי חב"ד",
בעריכת הרב אלתר אליהו פרידמן



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 7 - רעיונות לתכלית לימודי החול

- ☐ דרך להיות אדם/חסיד טוב יותר (בהקשר לפעילות קודמת)
- ☐ רכישת כלים והרגלים ללימוד יהודי וחסיד
- ☐ הוכחה לעצמי שגם במקצועות קודש אני מסוגלת.
- ☐ שיפור תחושת המסוגלות והיכולת כדי להשתפר גם מבחינה רוחנית
- ☐ עבודה על מידות טובות, כמו: חריצות, יכולת לשאוף, להשקיע, התמודדות עם כישלון.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - גיפט קארד אישי להצלחה

<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 	<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 
<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 	<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 
<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 	<i>Succes</i> <i>Gift Card</i> _____ _____ 

סגנון למידה

שלב 1 | שאלון

סמני ליד כל משפט את המספר המתאר אותך בצורה הטובה ביותר ביחס אליו.

1 - לעולם לא

2 - לעיתים רחוקות בלבד

3 - לפעמים

4 - לעיתים קרובות

5 - תמיד

1. אני מעדיפה שמישהו אחר יקרא את הטקסט באנגלית, ולא שאקרא אותו בעצמי.
2. אני מבצעת משימות טוב יותר לאחר קבלת כללים ברורים.
3. אני מעדיפה דיונים בשיעור עם חברותי, מאשר שיעור בו המורה מעבירה את כל החומר בעצמה.
4. אני זוכרת מילים בשפה זרה יותר טוב אם אראה אותן בסרטון או בתמונות.
5. אני כותבת סיכומים אך לאחר מכן לא מעיינת בהם.
6. אני לומדת מקריאה על נושא מסוים, טוב יותר מהקשבה לשיעור, עריכת ניסוי או השתתפות בדיון.
7. שרבוט ציורים ואיורים שונים תוך כדי שמיעת חומר דווקא עוזר לי להתרכז יותר.
8. אני זוכרת את החומר מצוין אם הסברתי אותו לחברותי.
9. אני מעדיפה לקבל הנחיות בעל פה, מאשר לקבל אותן בכתב.
10. אני מעדיפה לימוד בקבוצה על פני לימוד יחידני.
11. אני מבינה אנשים טוב יותר אם אני מביטה בפניהם.
12. כללים וחוקים ברורים עוזרים לי לבצע משימות.
13. אני זקוקה להפסקות רבות בזמן הלמידה.
14. אינני אוהבת שינויי תוכניות.
15. אני מבינה בקלות מפות, גרפים, טבלאות, ומעדיפה אותם על טקסט ארוך.
16. במבחן או בעבודת כיתה, אין לי סבלנות להנחיות או הוראות, אני אוהבת להתחיל מיד לעשות.
17. אני מעדיפה משימות קבוצתיות, בזוגות, שלשות או יותר.
18. לפני שאני נגשת לנושא חדש, אני אוהבת ללמוד מילים חדשות מהתחום או מושגים חדשים.
19. קל לי לזכור מושג או מילה אם ראיתי אותה/ו בעת הלימוד.
20. אני זוכרת טוב יותר מידע ששוחחתי עליו, מאשר מידע שראיתי או קראתי.
21. אני מביעה את דעתי גם היא שונה ולא מקובלת, אם היא מבוססת על עובדות מדויקות.
22. אני זוכרת טוב יותר טקסטים שמילותיהם מולבשות על מנגינה.
23. כשאני עובדת עם חברות אני לוקחת חלק פעיל.
24. אני שוכחת רעיונות או חומר אם לא כתבתי לעצמי מיד.
25. אני זוכרת היטב שיעורים גם אם לא סיכמתי, או כתבתי נקודות עיקריות.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 2 - שאלון לאיתור סגנון הלמידה

שלב 2 | חישוב תוצאות ואיתור סגנון הלמידה האישי

כתבי ליד כל מספר היגד את הספרה שצינת לידו, ולאחר מכן ערכי סיכום ע"י חיבור כל הספרות בכל עמודה.

לומד בעזרת חוש המישוש	שמיעתי	חזותי	חברתי	ביקורתי
24. ____	25. ____	19. ____	23. ____	21. ____
16. ____	22. ____	15. ____	17. ____	18. ____
13. ____	20. ____	11. ____	10. ____	14. ____
7. ____	9. ____	6. ____	8. ____	12. ____
5. ____	1. ____	4. ____	3. ____	2. ____
סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:

באילו קטגוריות השגת את מירב הנקודות? ברור כי סגנון לומד זה מועדף עלייך. רצוי שתתאימי את סגנון למידתך לסגנון הלומד שלך. בהתאם להנחיות בשלב 3.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 2 - שאלון לאיתור סגנון הלמידה

שלב 3 | מעשה בפועל - המלצות וטיפים לסגנונות הלמידה השונים

המלצות ללומד "חזותי":

- להתבונן היטב בצורה ובסדר של הדברים כפי שהם על הלוח.
- לדמיין את צורתם של המושגים/המילים החדשות.
- לסמן משפטים חשובים, בקו תחתון או הדגשה.
- לקרוא בעצמך טקסטים, ולהתבונן במבניות.
- לכתוב סיכומים או הערות במהלך השיעור.

המלצות ללומד "שמיעתי":

- לספר על החומר למישהו אחר.
- לקרוא בקול את החומר בעת הלימוד העצמאי.
- לנסח את התשובה בעל פה, לפני הניסוח בכתב.
- לשבת במקום בו ניתן לשמוע את המורה בברור.

המלצות ללומד ("מששן") בעזרת חוש המישוש:

- לכתוב בזמן השיעור, הערות, רישומים, סיכומים.
- לקחת הפסקות בזמן הלמידה, להסתובב או לאכול מעט.
- להתהלך בזמן שינון.
- להכין כרטיסיות/אמצעים אחרים שיעזרו בלימוד.

המלצות ללומד "חברתי":

- לעבוד בקבוצה.
- להעדיף דיונים על פני למידה עצמאית שקטה.
- לא ללמוד באמצעות תוכנות או מחשב, כי אם עם חברים.
- לחזור על החומר עם חבר, להציג לו שאלות ולענות תשובות.

המלצות ללומד "ביקורתי":

- להעתיק את רוב הסיכומים מהלוח.
- לארגן את החומר באופן ברור, וללמוד שלב אחר שלב.
- לערוך תוכנית לימודים אישית ולקבוע מועד התחלה וסיום.
- להיעזר במילון בעת קריאת טקסט עם מונחים חדשים, ולא לנסות לזכור ע"י בניית משפטים או סיפורים מהדמיון.
- לסמן משפטים חשובים, בקו תחתון או הדגשה.
- לקרוא בעצמך טקסטים, ולהתבונן במבניות.
- לבחון גם את הפרטים ולא רק את הרעיונות המרכזיים.

בהצלחה!

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - חידת גפרורים

1. שני 2 מיקומים של גפרורים להגיע לתשובה אמיתית ונכונה

$$5 + 8 = 13$$

2. הזיזו גפרור אחד כדי להגיע לתשובה נכונה

$$9 + 3 = 12$$

3. הזיזו גפרור אחד כדי להגיע לתשובה נכונה

$$8 + 0 = 8$$

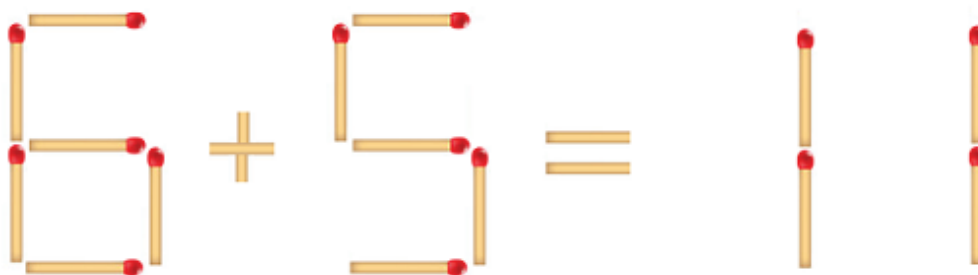
4. הזיזו גפרור אחד כדי להגיע לתשובה נכונה

$$5 + 9 = 14$$

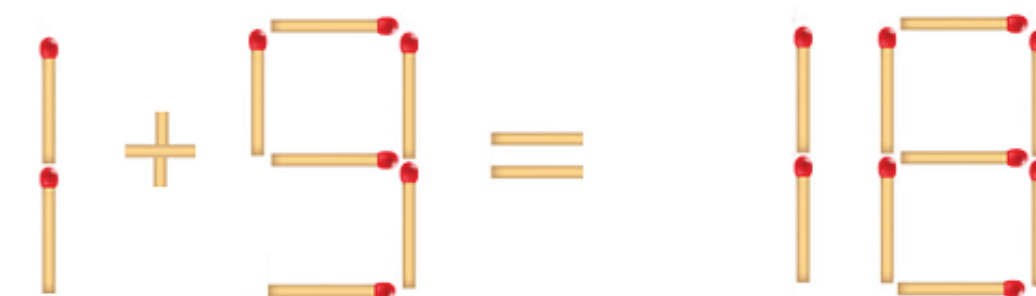
כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - חידת גפרורים

5. הזיזו גפחור אחד כדי להגיע לתשובה נכונה



6. הזיזו גפחור אחד כדי להגיע לתשובה נכונה



החידות מתוך יו-יו חידון

<http://www.yo-yoo.co.il/hidot/hida.php?id=32>

נספח 5 - סיפור האפטרופוס

סיפור - "האפטרופוס"

דוד היה בן להורים עשירים. הסיבה העיקרית לעושר זה היתה שגשוג עסקיו הרבים של אביו. בגיל צעיר התייתם דוד במפתיע מאימו, וזמן קצר לאחר מכן, גם מאביו. המנכ"ל שמינה אביו לניהול עסקיו עוד בהיותו בחיים, הסכים בחדוה להיות האפטרופוס של דוד. הוא גם המשיך לנהל את העסקים הרבים, היות ודוד היה ילד רך בשנים. האפטרופוס סיפק לדוד כל מחסורו, והרבה מעבר לכך. הוא העניק לו אוכל טוב, עשיר, ממתקים רבים, משחקים ובגדים יפים. אף כשגדל דוד והפך לנער ובחור, התעניין האפטרופוס בכל צרכיו ומאוייו, וסיפק לו במהירות כל אשר חפץ. דוד התבגר, הפך לאיש צעיר, ואט אט חסרון גדול החל לפעפע בו. הריקנות וחוסר הסיפוק החלו להציץ מידי שעה. הוא חפץ ללמוד לעומק כדי לעשות משהו בעצמו. עד כה, הדרך להשיג כל דבר היתה פשוט לספר על הרצון שלו לאפטרופוס, אולם כעת רצה להשיג דברים ע"י לימוד ועשייה, לתפעל עסק בעצמו, להתקדם, לשגשג, להצליח. דוד פנה לאפטרופוס וביקש ללמוד אט אט את עסקיו של אביו, שהוא כמורה, למעשה, הבעלים שלהם. אולם אז, התחמק האפטרופוס בטענות שונות. לראשונה, הוא לא סיפק לו רצון כלשהו מיידי. דוד התחיל לעקוף, לתחקר ולשאול את העובדים, וכשהללו התחמקו, הוא פנה לעזרת עורך דין. זה האחרון הצטער לבשר לו, שבמשך השנים הרבות בהן "ישן", וקיבל הכל על כפית של כסף, הוא הורדם למעשה, והאפטרופוס לשעבר ניצל אותן על מנת להעביר את בעלות העסקים אליו, ולנשל את דוד מכל חלק אפשרי...

נספח 1 - הקראה - נבחרת!

מנהלת בית הספר קוראת לך למשרדה. שם ישובים כל חברי הנהלת בית הספר.
המנהלת מביטה בך ואומרת:

חשבנו ושקלנו רבות, ואנחנו שלמים עם
ההחלטה שלנו. **את האדם הראוי והנכון
לתפקיד!**

בעוד כמה חודשים תגיע לבית הספר משלחת מכובדת
מאוד. עתיד בית הספר תלוי בהצלחת הביקור של
המשלחת. חשוב לנו שהם יקבלו על בית הספר רושם
חיובי, ולכן בחרנו אותך לייצג את בית הספר
בפניהם. בחרנו אותך מבין כל תלמידות בית הספר, יש
בך את כל הכישורים הנדרשים כדי לבצע את התפקיד
ואנחנו משוכנעים שתבצעי אותו בכבוד ובהצלחה.



לאמא האהובה

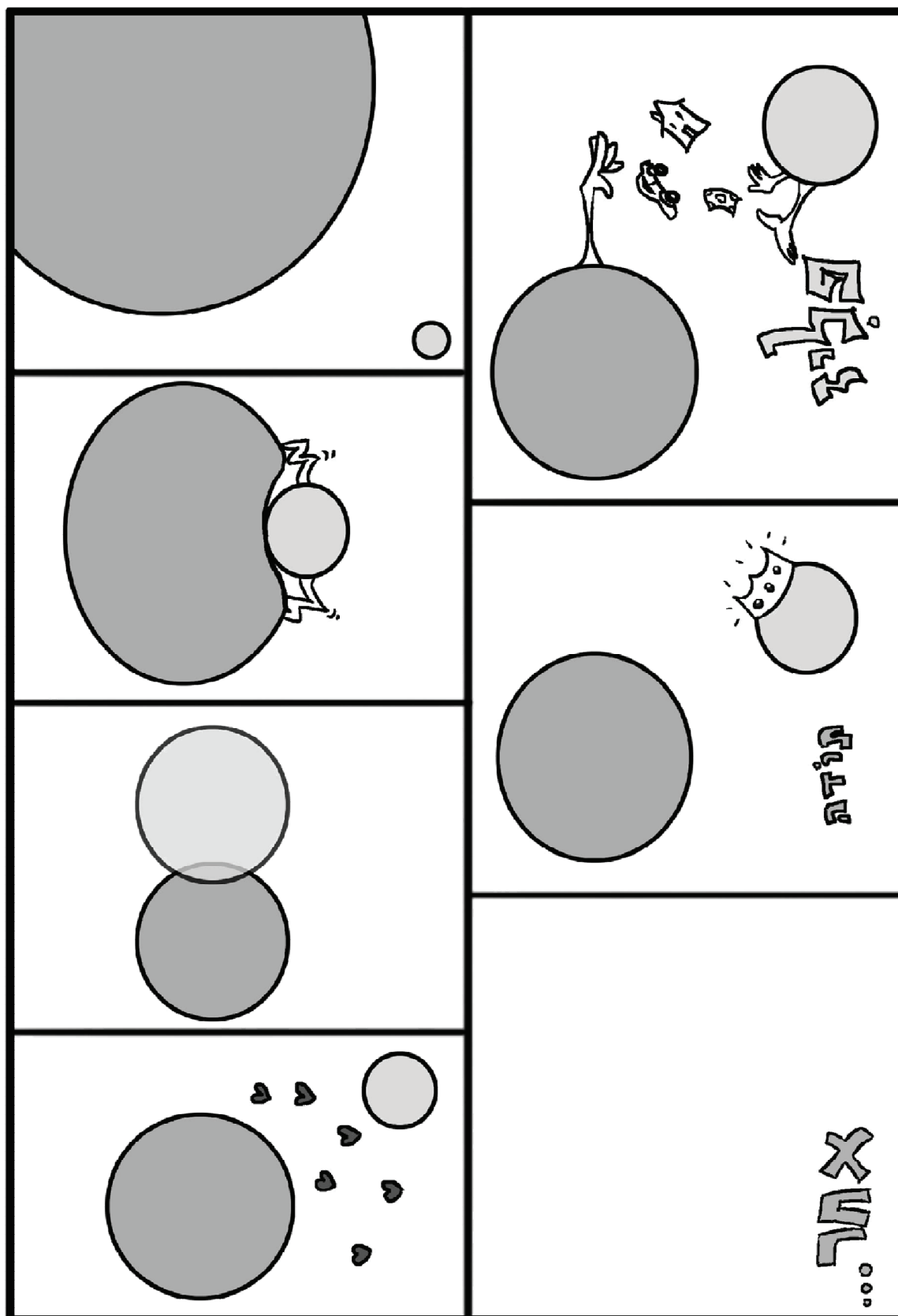
הפתעה ליום הולדתך

בבקשה לתרום משהו למשפחות נזקקות

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

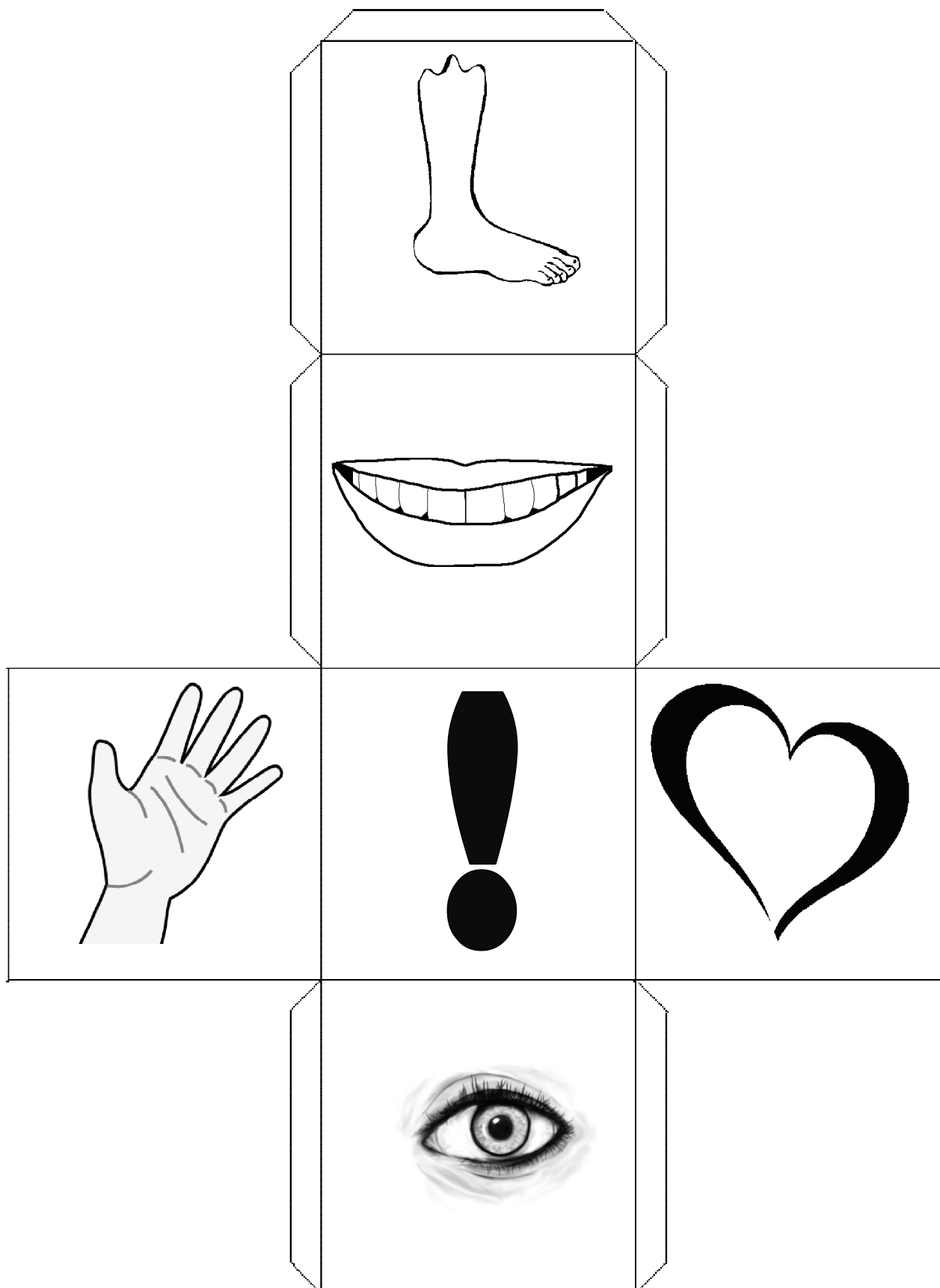
נספח 3 - אני וה'

ציורים סימבולים שתארים מערכת יחסים: תן וקח, אהבה, הוא עצום ואני אפס ועוד



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - קוביה



מידת חסידות	חיבור	אהבה	יוקר
גאוות יחידה	פנימיות	התלהבות	כיף
הכרת הטוב	אמון	ניצול כשרונות	רצון
עונג	התמסרות	קשר	זכות
תאווה	צורך	תחביב	חשוב
גשמיות	הוכחה	חיצוניות	נפש בהמית



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - מקרים

מקרה 1

יוכי מביאה תמיד דברים חדשים לכיתה. היא מראה כל פעם את כל הדברים שקונים במיוחד בשבילה... כל הבגדים שלה הם הכי הכי.. רואים שהיא ממש עכשיו הורידה את התווית. אני - כמעט את כל הבגדים שלי קיבלתי מאחותי, וגם את התיק, והקלמר... לא נעים לי להגיד אבל אני ממש מקנאת בה...



מקרה 2.

חני היא אהובת כל המורות. הדבר ממש מעצבן! תמיד המורה בוחרת אותה לתפקידים ונראה שהיא מוותרת לה בכוונה על כל מיני דברים שהיא עושה. למה אותי המורה לא חושבת לבחור? אני מקנאת בה.



מקרה 3.

רבקה היא חזקה בחברה. כשהיא מתחילה להגיד משהו, כל מי שנמצאת לידה מיד משתתקת ומקשיבה לה. הלואי וגם לי היו מקשיבים כך. אין לי סיכוי שיתייחסו אלי כמו שמתייחסים אליה. חוץ מזה שיש לה קול מדהים ועוד כישרונות רבים שמעלים את המעמד שלה.. אוף.



מקרה 4

שְׁבִי היא גאון!!! היא לומדת כל כך קצת ותמיד מצליחה ומקבלת ציונים מעולים. אני צריכה ללמוד בלי סוף, ובסוף מקבלת 70 או 80. זה לא הוגן!

נספח 2 - סיפור

קריינית: מובא במדרש סיפור על 2 אנשים שקינאו מאוד אחד בשני. הקנאה שלהם הייתה מפורסמת בכל העיר, ואף אחד לא שיער עד כמה הקנאה הזאת היא הרסנית. יום אחד הגיע שר אחד, מחשובי העיר, אל אחד משניהם והציע לו הצעה מפתה:

שר: אני רוצה להביא לך במתנה משהו, לא משנה לי עד כמה הוא יקר. מה שתבחר! דבר אחד שאתה מאוד רוצה בו. אבל בתנאי אחד - מה שאתה תבחר ותקבל, אני אביא לחבר שלך פי שניים.

קריינית: חשב אותו יהודי על רעיונות שונים, אך שום רעיון לא התקבל על דעתו. אם הוא יקבל מליון דולר - זה נשמע מצוין, אבל אז החבר יקבל שתי מליון דולר!! זה ממש לא בא בחשבון! אם הוא יבקש שבוע חלומי על ספינה, חבר שלו יקבל שבועיים! הוא ממש לא היה מוכן להסכים לשום דבר. מה היה בסוף, מה אתן חושבות??

יהודי: אני ממש לא יודע מה להגיד לך. קשה לי להחליט.

שר: כדאי לך לנצל את ההזדמנות הזאת! לא בכל יום יש לך אפשרות לבחור מתנה בחינם!!

יהודי: אתה יודע מה. יש לי רעיון.

קריינית: תראו מה הקנאה יכולה לעשות לבן אדם. זה סיפור אמיתי!

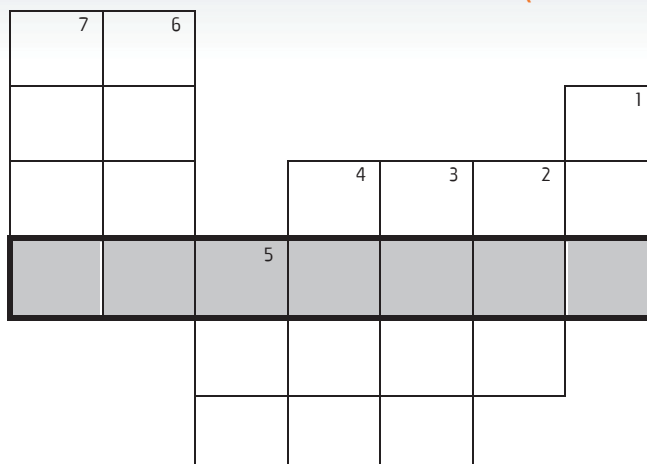
יהודי: אני אבקש ממך מתנה שלא ציפית שאבקש. אני רוצה שתנקר לי עין אחת.

שר: מה???

יהודי: כן. אני מסכים שתנקר לי עין, העיקר.. שתנקר לחברי את שתי העיניים שלו.

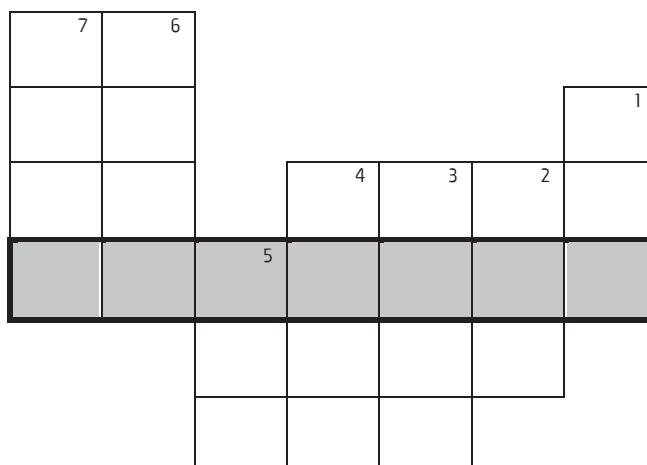
כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - תשבץ



הגדרות

1. הקנאה זועקת: _____ רק לה יש ולי אין???
 2. ה _____ של השני ירוק יותר..
 3. הקנאה התאוה והכבוד מוציאים את האדם מן ה _____.
 4. יש לי את כל מה שאני רוצה, כי אני _____ את כל מה שיש לי
 5. אין _____ נוגע במה שמוכן לחברו
 6. איזהו עשיר, השמח ב _____
 7. _____ סופרים תרבה חכמה
- איזו מילה קיבלתם בשורה הצבועה?



הגדרות

1. הקנאה זועקת: _____ רק לה יש ולי אין???
 2. ה _____ של השני ירוק יותר..
 3. הקנאה התאוה והכבוד מוציאים את האדם מן ה _____.
 4. יש לי את כל מה שאני רוצה, כי אני _____ את כל מה שיש לי
 5. אין _____ נוגע במה שמוכן לחברו
 6. איזהו עשיר, השמח ב _____
 7. _____ סופרים תרבה חכמה
- איזו מילה קיבלתם בשורה הצבועה?

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

תשבץ מלא למורה

ק	ח					
נ	ש					ש
א	ק		ר	ז	ז	נ
ח	ו	א	ו	ו	ש	ה
		ז	ז	ש	א	
		ח	ה	ח		



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - לוח בינגו

נספח 5 - הגדים להקראה בעת המשחק

- ◀ בכל מקרה אין לי שום סיכוי בעולם להשיג את זה, אז למה להיות מתוסכלת?
- ◀ כדאי לי להתמקד במתנות שה' נתן לי. כך אהיה מאושרת.
- ◀ לא יכולתי לקבל זאת במקומה והיא לא לקחה כלום ממני - ה' מחליט הכל (לגבי תפקיד וכד').
- ◀ במקום לקנא - אנסה לא להיות כפופית טובה ולהודות לה' על הדברים שהוא נתן לי.
- ◀ התכונה ההפוכה שיש לי, היא זאת יותר שיכולה לתרום לי יותר (יכול להתאים למשל למישהי קפיצית שמקנאה בכוח התמדה)
- ◀ נכון, כיף לה, אבל העובדה שיש לה הרבה דברים לא מחנך אותה לחיים!
- ◀ זהו נתון שהקב"ה החליט עליו. הוא לא בשליטתי, ולכן אין לי מה לקנא!
- ◀ מה שה' נתן הוא טוב ביותר בשבילי.
- ◀ ה' לא חנן אותי בזה, אבל יש לי דברים אחרים שאין לה!!
- ◀ אם יש לה את זה (כי היא בת יחידה מפונקת) - זה אומר שאין לה משהו אחר (השמחה של אחים ואחיות בבית)
- ◀ אני לא יכולה לדעת מה מסתתר מתחת לפני השטח..לפעמים מסתתרות בעיות אחרות.
- ◀ דווקא מי שאין לו, יוצא יותר מחושל ולא כאחד שעשוי מפלסטלינה (מדליקים אצלם מזגן כל הקיץ).
- ◀ בריא יותר דווקא לא להתרגל לזה! (ממתקים, נסיעות במונית- עדיף ללכת)
- ◀ בדבר הזה אולי דווקא טוב שאני מקנאת. זוהי קנאת סופרים. כך אתאמץ להשתנות!
- ◀ אצלנו מוציאים את הכסף על דברים יותר חשובים.
- ◀ אני לא צריכה את... כי לה יש חוש נגינה ולי אין מה לעשות עם זה (אורגנית).
- ◀ במקום לקנא אשמח במה שיש לה ואפילו אנסה לעזור לה להצליח כך ההצלחה תהיה משותפת.
- ◀ הקנאה רק הורסת אותי. חבל על האנרגיה.

נספח 6 - דף עזר למורה

אפשר להיעזר בפסקאות הבאות בעניין ההשוואות:

א. אי אפשר להשוות - כל אדם נברא ע"י ה' להיות שונה מחברו... לא ניתן בשום אופן להקיש מאחד לשני (למשל: ילדה שמקנאת בחברה שיש לה בביתה אורגנית/ מחשב/ מטבח גדול... אי אפשר להשוות, כי כל בית של כל אחד הוא שונה, וישנם דברים שיש לאחר ולא הייתי רוצה שיהיו לי. הנתונים של כל אחד אינם מסתכמים רק בבית אלא במכלול. זוהי חבילה אחת גדולה!)

ב. לא כדאי להשוות - ההשוואות הן הדרך הטבעית של היצר לגרום לנו להיות חסרות שביעות רצון, מתוסכלות או נחיתיות. (למשל: בת יחידה שמקנאה בחברה שיש לה הרבה אחים ואחיינים. זה רק גורם לה להיות מתוסכלת ולא מביא לה שום רווח). כמו כן היא לא רואה מרוב קנאה את מה שיש לה עצמה. ומי מרוויח? מי שלא מקנא ושמח בחלקו - איזהו עשיר, השמח בחלקו.

ג. לא נכון להשוות - התורה מסבירה שאין אדם נוגע במה שמוכן לחברו. ה' נותן לכל אחד את מה שהא צריך כדי לקיים את שליחותו בעולם... אם החבר קיבל משהו סימן שה' רצה לתת לו ואין הדבר קשור אליך כלל. הערה חשובה: יש לשים את הדגש על הסיבה האמונית שאין זה נכון לקנא, כי היא מהווה את הבסיס. שאר הסיבות הן נלוות אליה.

כאשר אדם משווה את מצבו לזה של חברו, יש קנאה, שנקודת המוצא שלה היא: למה לה יש ולי אין. צריך להסתכל רק על הדברים הטובים שיש לי ואיך אני יכולה להשתמש בהם כדי לתרום לאחר. או - יש לי את מה שהכי טוב בשבילי.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 7 - כותבים מכתב

השלימו את המכתב שלפניכן

אין נעזור לדבורי לא לקנא ב_____?

דבורי יקרה!

♦ הדריך ממחשבה שלא תקויה בהשוואות, צוברת דרך האמונה בטוב שבחר ה' לך באיחוד
בשביילך. אפילו אם את לא מבינה אמה, תצדי שהדבר הכי טוב בשביילך הוא דווקא
ואל _____.

♦ הביטי פנימה ולא תביטי החוצה - חשבי על המצאות שיש לך! הבה!

אמש: _____
ועל הדברים האלו תחשבי כשצוברת בך מחשבה של קנאה כמו ' _____'.

♦ הדריך הכי טובה שתצבור לך, היא לחשוב על הכולת ופחות על עצמך! אם תתרגלי לחשוב על
אחרים, זה יביא אותך לשמחה בשמחת הכולת במקום לקנא בו!
במקרה הבה: _____.

♦ חולף מהרגשות והמחשבות שאת יכולה לעבוד עליהם, את יכולה גם לעשות משהו בפועל ממש כדי
להפחית את הקנאה - לעזור לה להצליח, ולא להצליח היא גם שלך!
במקרה הבה: _____.

ענווה	ילדותיות	נוקשות
טוהר	גסות	רגישות
זרימה	איפוק	שמחה
אמת	שחרור	אדיבות
יצירתיות	עשירות	חביבות
מרדנות	עוני	חכמה
טפשות	בעל תרבות	מנהיגות
ברבריות	שמרנות	בעל תפקיד
ערמומיות	ערכיות	פרימיטיביות
חשיבות	אמונה	תמימות
גמישות	אופטימיות	נאיביות
אכזריות	יומרנות	בטחון
רחמנות	טוב לב	גאווה

**הלבוש מייצג או
משייך לקבוצה
מקצועית או חברתית**

**על פי המראה
וסגנון הדיבור נקבע
הרושם הראשוני**

**יש בין אישיות האדם
ותכונותיו ללבשו**

הלבוש כולל את פרטיו החיצוניים של האדם

הלבוש = שפה,
דרך להעברת מסרים

הלבוש משקף
מחשבות, דעות
והשקפות עולם

נספח 4 - משימות לבנות שהחבילה נעצרה אצלם

קשרי את הסרט לגופך כך שתייצגי מלצרית	הפעלה מספר 1
קשרי את הסרט לגופך כך שתייצגי זקנה	הפעלה מספר 2
קשרי את הסרט לגופך כך שתייצגי משרתת	הפעלה מספר 3
קשרי את הסרט לגופך כך שתייצגי מורה	הפעלה מספר 4

כתה ז': אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - פאזלים - יש לגזור לפי הקו הלבן



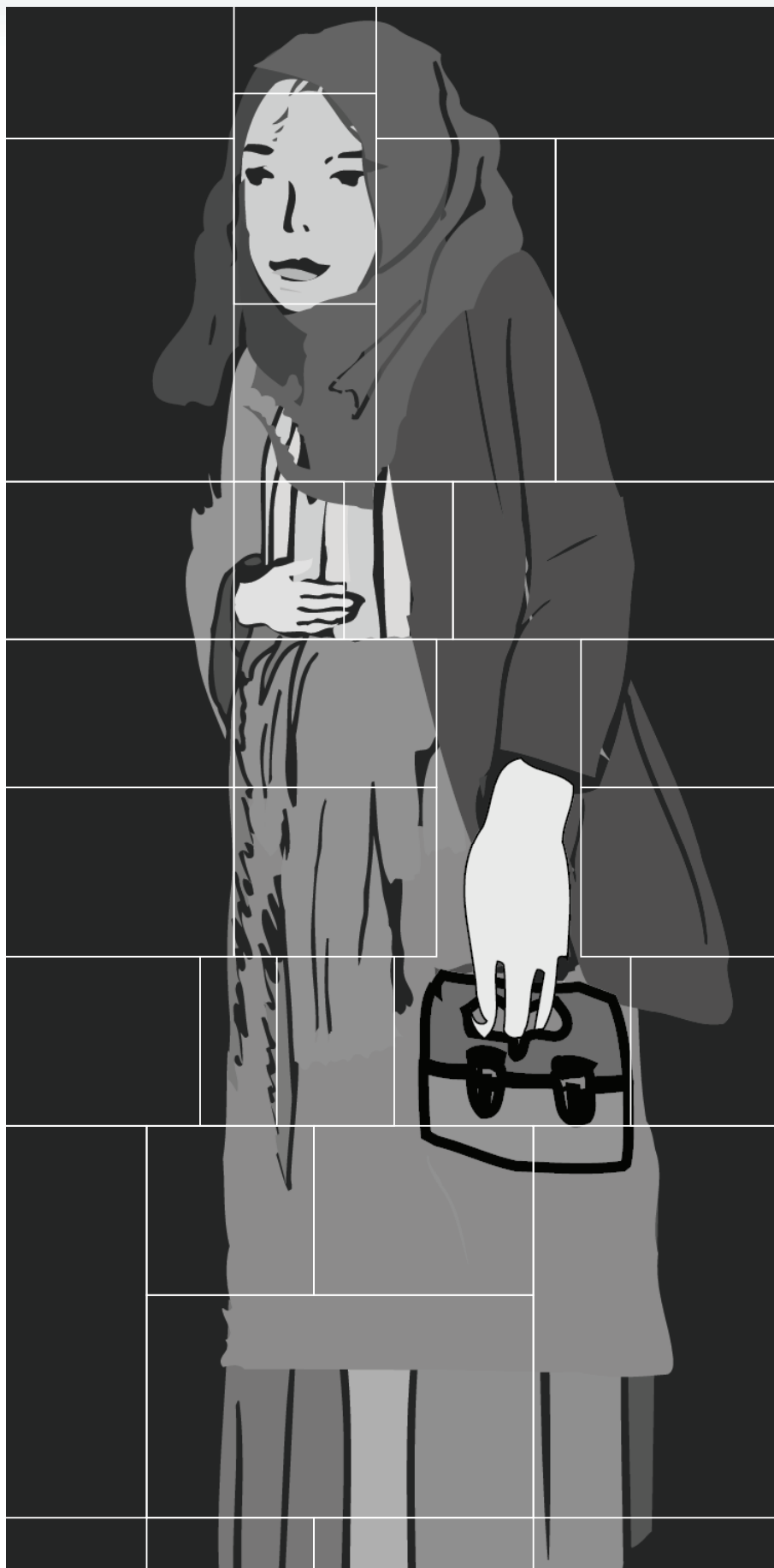
כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - פאזלים - יש לגזור לפי הקו הלבן



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - פאזלים - יש לגזור לפי הקו הלבן



מה ההבדל בענין הלבושים בין אדם שומר תומ"צ לאדם שעדיין לא שומר תומ"צ? מה המדד לכך?

אדם המורד במוסכמות החברה מבטא זאת גם במראה החיצוני. כיצד? הדגימו!

מהם ההבדלים בין
המגזרים בציבור הדתי
בעניין הלבוש?

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - משחק פתיחה

	משימה		שאלה		משימה	התחלה!
						↓
שאלה						
		משימה			שאלה	שאלה
משימה			שאלה			
גאולה! בזכות נשים צדקניות...		שאלה			שאלה	משימה

נספח 2 - שאלות ומשימות

שאלות:

משימות:

- < אמרו משפט או פסוק שיכול להיראות כאילו הוא גנאי לאישה, והסבירו אותו.
- < אמרו פסוק בשבח האישה.
- < אמרו פתגם בשבח האישה.
- < תארו יום שאימא לא הייתה בבית. איך היה?
- < ספרו מקרה מהתנ"ך שמראה עד כמה גדולה השפעת האישה.
- < אמרו שמות של 3 מתוך 7 הנביאות שהיו לעם ישראל.

- < בזכות מי נולד משה רבנו?
- < מי הייתה זו שבחכמתה הודיעה ליעקב אבינו כי יוסף בנו חי? מה עשתה?
- < בזכות מי יעקב אבינו קיבל את הברכות, ולא עשיו?
- < מי זאת שהסכימה להיקבר באמצע הדרך ולא במקום מכובד כדי לעזור לעם ישראל?
- < איזה פלג בעם נכשל בחטא העגל, ומי לא?
- < איך ניצל און בן פלת ממחלוקת קרח?
- < מי התנדב תחילה לתרום תכשיטים וזהב לבניית המשכן?
- < האם גם הנשים חטאו בחטא המרגלים?
- < איזו מצווה נוספה בתורה בזכות בנות צלפחד?
- < איזו מגילה (2) נקראת על שם אישה? מהו הסיפור העומד מאחוריה?
- < מי הייתה הנביאה שנקראו על שמה שני שערים בחומת הר הבית?
- < מי זאת, שבזכותה בעלה הפך מבור ועם הארץ לרב מפורסם?
- < מי זאת, שבזכות צניעותה שבעת בניה היו כהנים גדולים?

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - ציטוט מכתב מהרבי

הרבי כתב את המכתב הזה לאישה שכותבת לרבי שהיא מנסה לחזק את שלום הבית אצלם, והיא מרגישה שבעלה לא מעריך אותה על כך. (לשיקול דעת האם להקדים זאת לבנות, או להתחיל לקרוא רק מהפסקה השנייה)

"בעיון קראתי הכתוב בסיום מכתבה אודות הרגש הלב, אשר לאחר שהשקיעה כל כך כוח ומרץ וזמן בבניין וביסוס חייהם, חיי המשפחה וכולי, לכאורה לא זכתה להכרה והערכה בזה, במיוחד שהיה זה מאמץ מתמיד במשך שנים רבות.

בודאי יודעת ממסורת אבות.. אשר בתורתנו, תורת אמת, האישה בבית נקראת "עקרת הבית", שפירושו עיקר ויסוד הבית. ולכאורה מוזר הדבר, אשר אף שהכל מודים שקיום כל בנין תלוי ביסודות עליהם נבנה, בחוזק שלהם ובחוסן שלהם נגד כל שינוי האפשרי.. אף על פי כן אין איש מדבר על דבר היסודות, לבד בתקופת הבניה, וגם אז מדבר על דבר זה רק הקבלן והאדריכל והבונה.

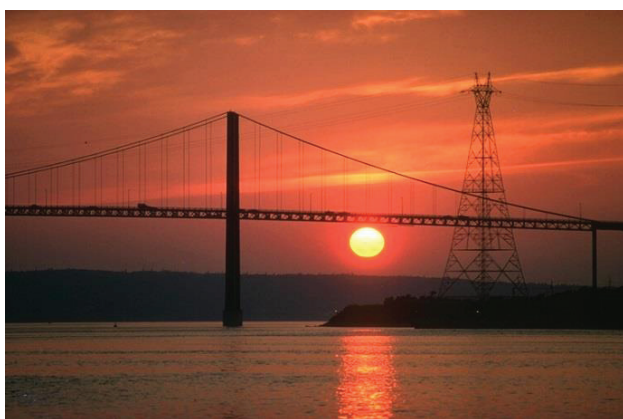
בה בשעה שמדברים באריכות ומשבחים ומהללים את היופי החיצוני של הבניין והיופי הפנימי של הכתלים והתקרה וטוב טעם הריהוט והתמונות. ואפילו אם יבוא מי שהוא ויסביר שהיסוד הוא העיקר ואיך שהכתלים והתקרה והרצפה וכל הנמצא בהם - הכל תלוי ביסודות, וכל אחד ואחד יודה שאמנם כן הדבר, הרי מיד ימשיכו לדבר בכל שאר הדברים.

הנחמה באמור היא לא רק שיש דוגמא לדבר, כי אם בזה שהעדר הדיבור בהערכה אינו סימן כלל וכלל שיש למישהו ספק בדבר, אלא שמטבע בני אדם - שהמפורסם וידוע אינו מגרה את העיניים ואינו מעורר סקרנות, ובמילא סבורים ש"אין סיבה ועניין להאריך בדיבור או לדבר בזה בכלל".

(אגרות קודש כ"ט עמ' קמא)

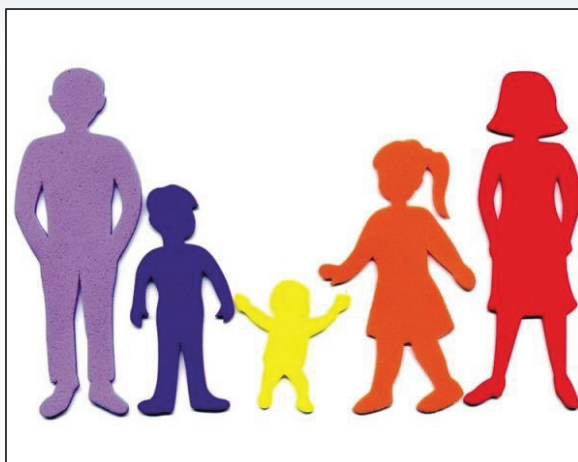
כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - תמונות



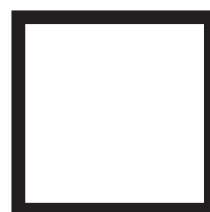
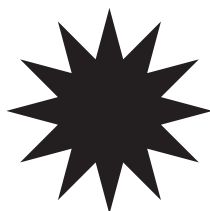
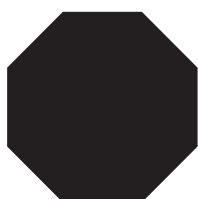
כזה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - תמונות



123

אבג



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 4 - תמונות





חוי היא ילדה עם חן
מיוחד.
היא אצילית ובוגרת.
בשקט ובעדינות היא
דואגת שכל אחת
תרגיש טוב בכיתה.



שרה היא ילדה שאי
אפשר לפספס אותה.
תמיד יש לה מה לומר.
היא צוחקת בקול
רעש גדול וכולם
שמים לב אליה תמיד.



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 7 - למורה - שאלות לדין שאפשר לפתח תוך כדי השיעור:

מה התכונות המיוחדות של נשים/בנות?

אשה יכולה לחולל פלאים. הכל בשקט, בדרכי נועם, רכה, פנימית. עדינות פנימית. פחות מבליטה את עצמה, חושבת יותר על מה שהשני צריך.

מה התפקיד של האשה/בת?

לגדל את הילדים, לחנך, לדאוג שהבית יתפקד, להקרין לכולם אור פנימי ועוצמה של אמונה.

איך מתכוננים לתפקיד הזה בגיל שלנו?

כאן חשוב שכל אחת תחשוב ותביע את דעתה. והרעיון העיקרי הוא שצריך לנסות ולהרגיש את הכוח החזק שנמצא בכל אחת כאשה ולא להיגרר אחר מעשים חיצוניים שגורמים להתפעלות ולהערצה של החברה. וגם במעשים פשוטים יומיומיים, כמו לשמור על האחים, להיכנס למטבח ולנסות... מה שאמא מסכימה, לעזור בבית בכביסה, כלים.. הכל מתוך צניעות ועדינות!

נספח 1 - סיפור על חוני המעגל

מסופר בגמרא על חוני המעגל שקרא בתהילים כי דוד המלך משווה את שבעים שנותיה של גלות בבל לחלום.

"האם ייתכן להמשיל תקופה כל כך ארוכה של שבעים שנה לחלום? האם ייתכן שינה שתימשך שבעים שנה?" תהה.

בעודו עסוק במחשבות אלה, פגש באדם שנטע עץ חרובים. "מתי יגדלו פירותיו של עץ זה?" שאל. "בעוד שבעים שנה", ענה האיש. "מדוע אתה נוטע את העץ, וכי סבור אתה שתחיה עוד שבעים שנה?" התפלא חוני. "לא", אמר האיש, "כמו שסבי נטע בשבילי, נוטע אני בשביל נכדי".

לפתע נפלה על חוני תרדמה עמוקה. הוא ישן במשך שבעים שנה! לאחר שבעים שנה התעורר, וראה כי עץ החרובים שנטע האיש, כבר הוציא פירות... הבין חוני כי ישן במשך שבעים שנה. הוא הלך לביתו וברר אם בנו של חוני עדיין חי, האנשים ענו לו כי הוא נפטר מזמן...

בצר לו, פנה לבית המדרש שם למדו החכמים סוגיה. אחד מהלומדים העיר: "הסוגיה ברורה ומובנת כמו בזמנו של חוני המעגל, שידע לענות על כל קושיה ולפתור כל בעיה שהיא". אמר להם חוני: "אני הוא חוני!", אך הם לא האמינו לו. חוני חש עצמו בודד ואומלל. מרוב צער הוא התפלל לה' שייטול את נשמתו. "עדיף למות ובלבד שלא להמשיך ולחיות כך" אמר. שמע ה' לתפילתו של חוני והוא נפטר מהעולם. על כך אמרו חז"ל: **או חברותא (=או חברה) או מיתותא (=או מוות).**

(מעובד על פי תענית כ"ג / א')

חברה

חברה



אמור לי מי חברך,
ואומר לך מי אתה

ואהבת לרעך כמוך

הרחק משכן רע
ואל תתחבר לרשע

קנה לך חבר

כל ישראל חברים

אהוב יהודי וה' ית' יאהב אותך, עשה טובה ליהודי וה' ית' ייטיב עמך

אימתי קאתי מר? לכשיפוצו מעיינותיך חוצה



נספח 4 - אגדת השמש

פעם פעם, לפני הרבה שנים, חיו להם שני חברים טובים בסין הרחוקה. שני החברים היו בקשר צמוד אחד לרעהו. כל הזמן היו ביחד. חשבו אחד על השני, אהבו אחד את השני, עודדו אחד את השני אם היה קשה ושמחו ביחד על ההצלחות של כל אחד מהם.

אבל אז הגיע יום עצוב אחד, ושני החברים הטובים נאלצו להיפרד. כ"כ קשה היה להם לחשוב על זה. איך יכולים הם להמשיך לחיות בלי לראות איש את רעהו? אין לדעת מתי ישובו להתראות עוד... צער רב אפף אותם, והם התהלכו בעצב רב.

והנה הגיע לו היום האחרון שעוד נותר להם להיות ביחד.

ישבו שני החברים, עיניהם דומעות והם בוכים, בוכים...

לפתע, אורו עיניו של אחד החברים הסינים: 'יש לי רעיון איך לא נשכח אף פעם אחד מהשני'. בכל בוקר, כשנתעורר, נצא שנינו אל החלון. כל אחד מאיתנו יהיה במקום אחר על הגלובוס, אבל שנינו, כל אחד במקומו, ירים את עיניו כלפי מעלה, ויסתכל חזק על השמש.

שנינו נסתכל, ונדע- שגם החבר הטוב ביותר שלנו, מסתכל עכשיו על אותה השמש.

זה מה שיחבר בינינו בכל השנים שלא נהיה ביחד.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - השמש שלי





כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - הציון החברתי שלי

שלב א > הציון החברתי שלי

~~תני לעצמך ציון מו עד 10.~~

1 = לא מיישמת כלל, אף פעם, **10** = מיישמת תמיד, בכל אפשרות.

[illegible]

שלב ב > סיכום

75-100 **אם ציוןך**

מצבך החברתי מציין. גם אם את לא מוקפת בהרבה חברות, אלא במעט טובות, סביר להניח כי מדובר בחברות אמת, כאלה שאת אכפתית כלפיהן, ולכן אכפת ממך. נעים לשהות במחיצתך, ואת דואגת "לשמר" חברות. זכרי כי תמיד יש על מה לשפר ולעבוד. אולי זה הזמן להכיר חברות נוספות שעד עתה לא היה לך קשר חזק איתן? סביר להניח שאת אהובה, נעימה, ידידותית מאד ובעלת השפעה, נצלי אותה לטובה והגדילי את סביבתך.

40-75 אם ציוןך

את חברותית במידה בינונית, יש לך
חברות, ונעים להן לידך ברב
המקרים, אבל... תמיד יש מה
לשפר. עברי על הטבלה, ובדקי
במקרים בהם נתת לעצמך ציון נמוך
יחסית, היכן את יכולה להוסיף
ולהשתפר. מצבך אמנם טוב, אך
צריך לעבוד על כך שיהיה "טוב
יותר"...

אם ציונך 1-40

אינך חברותית מספיק. סביר להניח כי לרוב את מוצאת את עצמך בשוליים. גם אם יש לך חברות, שאת חושבת שהן טובות וקרובות, לא תמיד הן נמצאות איתך כי טוב ונעים להן בסביבתך באמת.

עלייך לבחון שוב את הטבלה ולבדוק תחומים בהם את יכולה להשתפר, כדי להיות חברותית ומשפיעה יותר.



בולים לאוסף

סיפר אחד החסידים כי יום אחד, לפני כניסתו לרבי ליחידות, ראה הוא את הרב גרונר, המזכיר, מסיר את הבולים ממעטפות המכתבים שהגיעו לרבי, לפני הכניסו אותן לרבי. כששאלו לפרש הדבר, סיפר לו המזכיר, כי ילד אחד, כתב לרבי על כך שהוא אוסף בולים. הילד ביקש במכתבו, שכאשר הרבי יחזיר לו מכתב תשובה, הוא ישמח אם הרבי יצרף גם בולים, היות והרבי וודאי מקבל כל יום מכתבים רבים, והבולים על המעטפות מגוונים, שהרי הם ממקומות שונים בעולם...

ביקש הרבי ממני, ממשיך הרב גרונר, להסיר את הבולים מהמכתבים, כדי לצרף אותם למכתב החוזר עבור הילד...

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 1 - משחק החתמות

3.	2.	1.
6.	5.	4.
9.	8.	7.

1. באיזו שכונה את גרה?
2. מה את אוהבת לעשות אחר הצהריים?
3. מהן השעות האהובות עלייך ביותר? בוקר/צהריים/לילה?
4. כמה אחים ואחיות יש במשפחתך?
5. משאירים ריק
6. שיעור אהוב
7. עונה אהובה
8. צבע מברשת השיניים
9. צבע אהוב בבגדים

נספח 2 - הנחיות ליצירת פרצוף

1. בת שגרה בבניין עם מעלית - תצייר עיניים כחולות. כל השאר - עיניים בצבעים אחרים.
2. בת שאוהבת מוזיקה ונגינה - תצייר גבות עבות. בת שלא - דקות, או לא תצייר בכלל.
3. בת שיש לה אחיינים תצייר פה מחייך, בת שלא - פה "קעור".
4. בת שנוסעת כדי להגיע לביה"ס תצייר שיעור מתולתל, וכל היתר, בת שהולכת 5 דק', שיעור צבעוני, ובת שגרה קרוב מאד - שיער שחור.
5. בת שעשתה סתימה בשן בשנה האחרונה, תצייר פפיון. כל היתר - לא.
6. בת מאורגנת ומסודרת - תקפיד על רווחים בין חלקי הפנים.
7. בת בכורה או שניה בבית, תצייר הרבה ריסים. כל היתר - מעט.
8. בת שמעדיפה עבודות יותר ממבחנים, תקשט במדבקות כרצונה. בת שמעדיפה מבחנים, לרשותה רק 3 מדבקות לקישוט.
9. בת עם חוש הומור - תצייר כובע.
10. בת שאוהבת לטייל - תדביק מדבקות על האף.
11. בת שאוהבת לקרוא - תצייר נמשים על הלחיים.



נספח 3 - סיפור

בתלמוד בבלי, שבת ב, ה (דף לא, עמוד א), מסופר:

ושוב מעשה בגוי אחד שבא לפני שמאי, אמר לו: גיירני על מנת שתלמדני כל התורה כולה כשאני עומד על רגל אחת. דחפו [שמאי את הגוי] באמת הבניין שבידו. בא [הגר] לפני הלל [ואמר לו]: גייריה [=גייר אותי]. אמר ליה: דעלך סני, לחברך לא תעביד, ואידך - פירושא; זיל גמור! [=אמר לו: מה ששנוא עליך, לא תעשה לחברך, והשאר - רק פירוש; צא ולמד!]

נספח 1 - סוגים של חברים

כתבי לגבי כל חברות:

1. האם אנו יכולים להיות בטוחים שהחברות תהיה לתקופה ממושכת?
2. אם האחד יהיה במצוקה - האם אפשר לסמוך על השני שיסייע?
3. האם האחד ידבר על השני דברים שאינם חיוביים מאחורי הגב כדי לעזור לעצמו?

חני חברה טובה שלי אנחנו לומדות ביחד
למבחנים. אנחנו מצליחות ללמוד טוב ביחד.

גרשון הוא חבר של יוסי. הם לומדים ביחד בכל
יום תורה, מתוועדים ביחד, כשכל אחד מודע
למעלות ולחסרונות של חברו, ומרגיש נעים לומר
לחבר אם לדעתו עליו להשתפר במשהו.

אני חברה של עדינה. אני נהנית לצאת איתה
לקניות. היא יודעת לקלוע בדיוק לטעם שלי!

ציפי היא חברה'מנית ממש כיף לי לטייל איתה.
תמיד צוחקת ומתבדחת - אני חברה טובה שלה.

דבורי תמיד חושבת על בנות אחרות בכיתה.
אסתי, חברה טובה שלה, יכולה להיות בטוחה
שאם לא תגיע יום אחד לבית הספר, כל החומר
בצורה מסודרת יחכה לה למחרת.

נספח 1 - סוגים של חברים

שירה היא מלכת הכתה לאחרונה עזבה את חברתה הטובה והיא החלה לנטות אליי חסד ולבקש את חברתי.

טובה והני חושבות אותו דבר על הרבה דברים בעולם. הן נהנות מאוד לשוחח על כך אחת עם השניה.

מעשה היה בימי קדם באיש עשיר שהיו לו אלף דינרי זהב ושדות וכרמים, צאן ובקר ובית גדול ומפואר. עשרה בנים היו לו לאיש, כולם מחשרים וחרוצים, ואף ידידים נאמנים רבים היו לו. האיש בילה את ימיו בטוב ובנעימים, אבל דאגה אחת לא נתנה לו מנוח. מה יהיה אחרי מותו? האם לא יריבו בניו על הירושה? מה צר יהיה אם עושרו הרב יגרום לקנאה ולקטטות!

קרא האיש באחד הימים לבניו ואמר להם:

בני האהובים, טוב לו לאדם שייתן דעתו על סופו בימי העושר והבריאות, כי הרי אין אדם שיחיה לעולמים. והנה דואג אני, פן אחרי מותי תופר האחוה ביניכם ותקנאו איש ברעהו על חלקו בירושה. ענו הבנים כאיש אחד ואמרו: חלילה! יהי רצון שאבינו יאריך ימים ושנים! וגם אחרי כן ננהג ביושר ולא נקפח איש את אחיו!

שמח העשיר על דבריהם, אבל מכיוון שהיה איש נבון ידע שאולי יתקשו לעמוד בהבטחתם, לכן השיב להם:

אני יודע, בני, שכוונתכם רצויה, אבל לא תמיד אדם שולט ביצרו. וגם אין אדם בטוח שכל עושרו יישמר לתמיד. החלטתי אפוא להבטיח לכל אחד מכם סכום מסוים שיספיק לפרנסו. יש לי במזמונים אלף דינרים. בעודי בחיים אתן לכל אחד מאה דינרי זהב. בסכום זה יוכל לעסוק במסחר ולהרוויח די צרכו. ומה שישאר מיתר הנכסים, תחלקו בשווה.

יאריך אבינו ימים רבים! - ענו הבנים. הלכו כל אחד לעסקיו והסיחו דעתם מהבטחת אביהם.

לא ארכו הימים, ועושרו של האיש הלך ופחת. שנות בצורת פגעו בשדות ובכרמים, צענו ובקרו התמעטו מאוד בגלל מחלות ופגעים שונים. ולבסוף נאלץ האיש למכור כמעט את כל רכושו כדי לשלם את חובותיו. רק על אלף הדינרים שהבטיח לבניו שמר מכל משמר. כי לא רצה לעבור על דבריו ולהפר הבטחתו. אבל לא הייתה לו ברכה, וגם מהם היה צריך להוציא איזה סכום, וכך קרה שנשארו בידו רק תשע מאות וחמישים דינרי זהב. מרוב צער חלה האיש ונטה למות.

שוב קרא לכל בניו, ובשארית כוחותיו נטל את אוצרו השמור איתו וחילק לתשעה מבניו מאה דינרים לכל אחד, כפי שהבטיח להם.

הבנים הודו לו ונפרדו ממנו, והחולה נשאר עם בנו הצעיר. הסתכל בו האב בעצב ואמר לו: -מה אעשה, בני? לא חשבתי שיהיה עלי להוציא מן הכסף שהבטחתי לכם. אבל הרי אתה יודע את כל האסונות שקרו לנו. הייתי מוכרח לעשות זאת נגד רצוני. נתתי לכל אחיך כפי שהבטחתי להם, אבל כעת נשארו בידי רק חמישים דינרים, ומהם עלי עוד להפריש שלושים להוצאות דחופות ביותר. נשארו אפוא רק עשרים בשבילך. קח אותם ואנא, מחל לי! הרי יודע אני, שלב טוב לך יותר מלאחריך.

הבן הצעיר היה עצוב מאוד. קשה היה לו לראות בצער של אביו הזקן, אבל גם קשה היה לו להתגבר על אכזבתו.

אני מוחל, אבי! לחש בכאב - אל נא תצטער! אך מה אוכל לעשות בעשרים דינרים? סכום זה לא יספיק כדי להתחיל בו איזה עסק מכניס. עד מהרה אצטרך להוציא את הכל על פרנסת ביתי, ומה יהיה אחר כך?

- אל לך לדאוג, יקירי! -ניחם אותו האב. - יש לי עשרה ידידים טובים, ואותם אתן לך בחלקך. אני בטוח שיעמדו לצידך ויעזרו לך בשעת דחקך. האמן לי, שידידים שווים אפילו יותר מאלף דינר!

האב החולה נפטר לעולמו. אחרי שבעת ימי האבלות הלכו הבנים איש לדרכו, והתשעה שקיבלו את ירושתם במלואה לא שאלו כיצד יוכל אחיהם הצעיר להתפרנס מעשרים הדינרים שנפלו בחלקו. את כספם השקיעו במסחר כעצת אביהם והתפרנסו ברווח. ואילו הבן הצעיר - כפי שחשש, כן היה לו. כספו לא הספיק כדי לפתוח איזה עסק. עבודה לא נמצאה לו, ולכן היה מוכרח להוציא את פרנסת משפחתו כמעט את כל הירושה. רק דינר זהב אחד נשאר לו.

במצבו הקשה זכר את דברי אביו שנתן לו בחלקו את עשרת ידידיו.

-מה יועילו לי אלה? אמר לעצמו במרירות.

-האלך אליהם לבקש נדבות? זאת לא אעשה ויהי מה!

אבל אחרי שהרהר מעט בדבר, החליט בכל זאת לכבד את רצון אביו ולשמור על קשרי ידידות עם אוהביו. בדינר האחרון שלו הכין סעודה טובה והזמין את עשרת ידידיו של אביו המנוח. ואמנם באו כולם ברצון ונהנו מסעודתו. אחרי שאכלו ושתו, ישבו יחדיו ושוחחו ביניהם שיחת רעים. אז נזכרו כמה פעמים התארחו בביתו של האב וכמה השתדל תמיד להיטיב עמם. נדברו הידידים ביניהם ואמרו זה לזה:

-הנה מכל בניו של ידידנו רק הבן הזה זכר את אוהבי אביו וביקש לשמור על הידידות עמנו. בוודאי היה קשה לו להוציא כסף על סעודה טעימה זו שנהנינו ממנה, כי הרי ניכר שאיננו עשיר. הלא אביו התרושש בשנים האחרונות של חייו ולא היה יכול להוריש לו הרבה. הבה, נגמול עם בן ידידנו כגמולו הטוב!

בו במקום החליטו הידידים שכל אחד מהם ייתן לבן במתנה פרה העומדת להמליט וגם סכום כסף מסוים, כדי שיוכל להתפרנס עד שיצליח לדאוג לעצמו. כך החליטו וגם עשו.

אחרי זמן מה אמנם המליטו הפרות, והבן מכר את העגלים ברווח יפה. בכל מעשיו שרתה ברכה, עד שהתעשר יותר מאחיו, ואפילו יותר מאביו בימיו הטובים. אמר הבן:

-כמה צדקו דברי אבי! באמת ידידים שווים יותר מכל הון!

ועל הידידות עם אוהבי אביו שמר כל ימי חייהם והשתדל לגמול ולעזור להם בשעת הצורך כפי שעזרו לו, ואף יותר מזה.

(על פי ספר המעשיות של רב ניסים גאון)

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - אסימונים

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

התכונה הכי חשובה
בחברות:

**בימי רבנו הזקן היה שגור
בפי החסידים הפתגם:
"חתיכת הלחם שיש לי,
הוא שלך כשלי". והיו
מקדימים מלת "שלך" -
שלך כשלי**



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 5 - טבלה

כן ☒	לא ☒	
		למה מתייחסים במציאת חברה?
		על מה צריך לחשוב בחברות?
		איך יהיו לי חברות? איך אני אהיה חברה טובה?

כן ☒	לא ☒	
		למה מתייחסים במציאת חברה?
		על מה צריך לחשוב בחברות?
		איך יהיו לי חברות? איך אני אהיה חברה טובה?

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 6 - טבלה מלאה למורה

כן ☒	לא ☒
מידות, תכונות פנימיות,	לא להימשך אחר ברק חיצוני ולא לרדוף אחר המקובלות - הכסף, הלבוש, המראה.
למה מתייחסים במציאת חברה?	מה השני רוצה וצריך לנסות להיכנס לנעליים של החברה, לחשוב למה היא זקוקה ואיך אני יכולה לסייע לה
על מה צריך לחשוב בחברות?	רק מה אני מרוויח מהחברות
איך יהיו לי חברות? איך אני אהיה חברה טובה?	לא להתחנף, לא לרדוף אחרי חברות (חברות צריכה להיות הדדית, לא לרצות יותר מהשנייה) לא לחשוב שחברות אמיתיות תבאנה בזכות ממתקים ומסיבות..
להקריין שמחה ומצב רוח טוב - נעים להיות בחברת מישהו שמח. להחמיא ולפרגן, לומר מילה טובה, להתייחס בנעימות, להתרחק מסטיגמות ולנסות לעשות משהו משותף גם עם בנות שלא מכירים. להקשיב ולא לנסות רק לומר.	

ב"ה

שאלון לאמא

האם היא תדע לענות עלייך?
כתבי ☐ או ☐ ליד כל שאלה.

- ☐ מיהי החברה הטובה של בתך?
- ☐ מהו השיעור האהוב עליה ביותר?
- ☐ כמה היא קיבלה במבחן האחרון?
- ☐ מהו הצבע המועדף עליה בבגדים?
- ☐ לאיזה מאכל סביר להניח שהיא לא תתקרב?
- ☐ מה צבע משחת השיניים שלה?
- ☐ מהו הדבר שהכי מעצבן אותה?
- ☐ כמה ספרים בתך קראה החודש האחרון?
- ☐ באיזו הקבצה היא באנגלית?
- ☐ באיזו שעה היא מסיימת את הלימודים ביום חמישי?
- ☐ מהו המסרח המועדף עליה בכריך?
- ☐ מה מידת הנעליים שלה?
- ☐ מה הסיבה לכך שהיא השתחררה מהלימודים מוקדם יותר בפעם האחרונה?
- ☐ האם היא צוחקת בקול או בשקט?
- ☐ כמה דמי כיס יש לה, בערך?
- ☐ מה היא אוהבת לעשות בשעות הפנאי?
- ☐ איזה סגנון של חברות בתך אוהבת?
- ☐ מי היא המורה המועדפת עליה?
- ☐ מהו המאכל האהוב עליה?
- ☐ באיזה מקצוע היא הכי חזקה?

ב"ה

שאלון לאמא

האם היא תדע לענות עלייך?
כתבי ☐ או ☐ ליד כל שאלה.

- ☐ מיהי החברה הטובה של בתך?
- ☐ מהו השיעור האהוב עליה ביותר?
- ☐ כמה היא קיבלה במבחן האחרון?
- ☐ מהו הצבע המועדף עליה בבגדים?
- ☐ לאיזה מאכל סביר להניח שהיא לא תתקרב?
- ☐ מה צבע משחת השיניים שלה?
- ☐ מהו הדבר שהכי מעצבן אותה?
- ☐ כמה ספרים בתך קראה החודש האחרון?
- ☐ באיזו הקבצה היא באנגלית?
- ☐ באיזו שעה היא מסיימת את הלימודים ביום חמישי?
- ☐ מהו המסרח המועדף עליה בכריך?
- ☐ מה מידת הנעליים שלה?
- ☐ מה הסיבה לכך שהיא השתחררה מהלימודים מוקדם יותר בפעם האחרונה?
- ☐ האם היא צוחקת בקול או בשקט?
- ☐ כמה דמי כיס יש לה, בערך?
- ☐ מה היא אוהבת לעשות בשעות הפנאי?
- ☐ איזה סגנון של חברות בתך אוהבת?
- ☐ מי היא המורה המועדפת עליה?
- ☐ מהו המאכל האהוב עליה?
- ☐ באיזה מקצוע היא הכי חזקה?



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 3 - סיפור

באחד מימי ראשון בשנת תשנ"ב עברה לפני הרבי בחלוקת הדולרים קבוצה מפילדלפיה. הרבי היה שמח במיוחד והרעיף על הקבוצה ברכות רבות. אשה אחת אמרה שהיא מבקשת ברכה לחיות טוב עם חמותה. הרבי ענה לה: "דבר נכון, דבר טוב, כאשר את תחיי בשלום עם חמותך, יהיה יותר שלום אצל היהודים, ויותר שלום בעולם, וזה יביא את המשיח" (מתוך הספר בית מאושר)...

סתם אני לא יכולה להיות
 כמו כולם, אני יחידה.
 אני יחידה, יש בי כוח.
 אני יחידה, יש בי כוח.
 אני יחידה, יש בי כוח.
 אני יחידה, יש בי כוח.





כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 6 - סיפור

פעם כשהרבי היה בן שלוש שנים, יצא עם אמו הרבנית חנה לטייל באחד הפארקים בעיר. הרבנית חנה ניסתה לתת לו לאכול אך הוא מיאן ולא רצה. עברה במקום אחת מנשות החסידים שפנתה אליו ואמרה לו, "תאכל, תאכל, אם לא תאכל לא תגדל".

חלפו קרוב לשישים שנה מאותו מפגש, והרבי נעשה לראש בני ישראל, מורה ומנהיג העם היהודי, והנה אותה גברת נכנסה אל הרבי ליחידות כחסידה אל הרבי. הרבי חפץ מאוד לכבדה, כיון שעזרה לאימו בשנות ילדותו, ולכן הרבי רצה לעמוד לקראתה עם כניסתה לחדרו, אך הרבי ידע שכאשר יקום לכבודה, היא כחסידה, תרגיש לא בנוח, לכן הרבי נעמד ואמר לה "נו, את רואה שגדלתי מאז..."

הסיפור הזה לא רק מלמד על הזיכרון המופלג ויוצא הדופן של הרבי - כיצד זכר אירוע שהתרחש לפני יותר מיובל שנים, אירוע פעוט שהתרחש בהיותו ילד רך בשנים - אלא בעיקר על מדת הכבוד של הרבי להוריו, עד שכיבד אפילו את מי שעזר להם לגדלו.

(מתוך האתר שטורעם)

נספח 7 - דילמות לשימוש המורה

מקרה א <<<

חני נכנסת לבית בתום יום לימודים ארוך. היא בדרכה לבדוק מה מתבשל בסירים, ואמא שואלת: "נו, איך היה היום בביה"ס?". חני רעבה, כל מה שהיא רוצה כרגע זה לאכול, ומפטירה לאמה: "היה מה שהיה"... אמא רוצה לומר משהו אך מוותרת. בערב, חני נזכרת שיש טיול שנתי ובאה לאמא כדי לבקש כסף. אמא כמעט ולא מתייחסת, ומעדיפה לספר סיפור למושקי הקטנה.

מקרה ב <<<

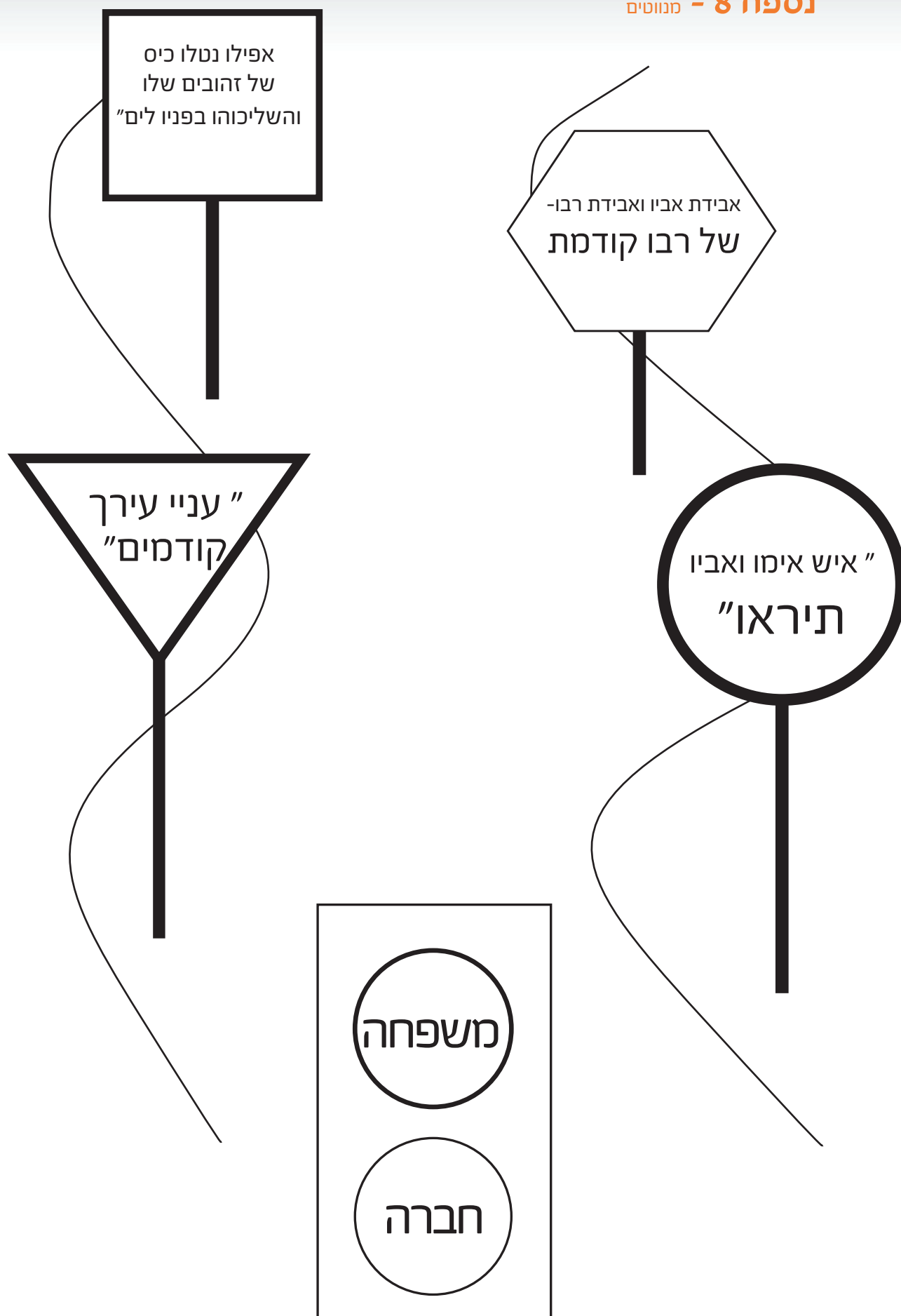
נעמי מקפידה לצאת למבצעים מידי שבוע ביום שלישי, מבלי לפספס אף פעם. הוראות הרבי מהוות נר לרגליה והיא מקפידה על קיומן. ביום שני, אמא בקשה מנעמי שתשאר מחר בערב לשמור על האחים הקטנים היות ולאמא יש אירוע חשוב המחייב את נוכחותה. נעמי נזכרת במבצעים. היא אומרת לאמא שהקפידה תמיד לא לפספס אף פעם, ומציעה שתזמין ביביסיטר. (האם כאן נכריע לפי עקרון "רבו קודם"? או לפי "עניי עירך קודמים"?)

מקרה ג <<<

חצות ליל "שישי" (יום חמישי בלילה). שלומית מקפידה מאד לומר חת"ת, ואם אינה מספיקה בשעות היום, היא משלימה בשעות הלילה. אמא עומדת במטבת, עייפה לאחר השתלמות ארוכה, וסדרת בישולים לשבת, ורוחצת כלים. שלומית יושבת ואומרת חת"ת בדבקות. היא לא רוצה להותיר "חובות" למחר. אמא מידי פעם שולחת מבט עייף לעבר בתה. היא היתה רוצה את עזרתה, כדי לסיים בזריזות...

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 8 - מנווטים



כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 9 - מנווטים, הסבר

1. "עניי עירך קודמים" - המורה תסביר מהי המשמעות. משפחה קודמת לחברה, לעזרה לאנשים אחרים זרים.

2. "אפילו נטלו כיס של זהובים שלו והשליכוהו בפניו לים" - עדיין עליו לכבד את ההורים. אף שגרמו לו נזק כספי סתם כך. אמנם אין סיבה שישא בנזק, והוא יכול ע"פ הלכה להוציא מהוריו פיצוי ע"כ, אך הכל יעשה בדרך של כבוד...

3. "אבידת אביו ואבידת רבו - של רבו קודמת" (מסכת הוריות פרק ג') - היות שאביו הביאו לחיי עוה"ז, ורבו לחיי עולם הבא... יש מקרים שבהם רבו של האדם חשוב מאביו מסיבה זו. כמובן שמדובר על רב רוחני, ולא כל מורה.

4. "איש אמו ואביו תיראו" - משמעות היראה היא לא לקרוא להורים בשמם, לדבר אליהם בכבוד ובדרך ארץ, ולא בדרך של חוצפה וזלזול, הגורמת לקונפליקטים ורגשות שליליים. בדרך כלל ניתן לפתור בעיות באמצעות שיחה מכובדת שבה הילד מנסה להסביר להוריו את הקושי שלו והם מצידם מסבירים לו את השיקולים שלהם.

נספח 1 - חסיד הוא פנסאי

המורה מקריאה/מספרת/קוראת יחד עם התלמידות:

סיפר הרבי הריי"ץ:

בהתוועדות שבה השתתף אביו הרבי מהורש"ב נ"ע, **שאל אחד החסידים: מהו חסיד? ענה לו הרבי נ"ע: חסיד הוא "לאמטערנשטשיק" - "פנסאי".**

- לאמטערנע הוא פנס, שמדליקים ברחוב בכדי להאיר בלילה, ופעם הסדר היה, שבמקומות מסויימים בעיר עמדו פנסים על עמודים גבוהים, ובערב היה מגיע אדם מיוחד עם מקל ארוך שבראשו דלקה אש, והיה מדליק את כל הפנסים. והאדם הזה היה נקרא "פנסאי".

שאל השואל: ומה אם הפנס עומד בוויספע? "וויספע" פירושו מקום שמם ומדבר.

ענה לו הרבי נ"ע: צריך גם שם להדליק את הפנס, כדי שיראו שזהו מדבר, ובכדי שהמדבר יתבייש מהפנס.

המשיך החסיד לשאול: ומה אם הפנס עומד בים? ענה לו הרבי נ"ע: צריכים להוריד את הלבושים, לקפוץ לים ולהדליק את הפנס. שאל השואל: זהו חסיד?

התבונן הרבי נ"ע וענה: כן, זהו חסיד.

המשיך החסיד ואמר: אינני רואה כלל פנסים. ענה לו על כך הרבי נ"ע: זהו משום שאינך פנסאי.

שאל החסיד: איך נעשים פנסאי? ענה לו הרבי נ"ע: צריך להתחיל מעצמו, לצאת מהגסות ולרחוץ את עצמו. כשהוא גס בעצמו, רואים גסות, וכשנעשים עדינים, רואים גם אצל השני עדינות.

החסיד לא הניח והמשיך לשאול: מותר לו לתפוס אותו בצוואר? ענה לו הרבי נ"ע: בצוואר לא, אך בצווארון של הבגד החיצון, כן.

כתה ז: אני מיוחדת - יש בי כוח!

נספח 2 - כרטיסי גירוד

	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	
	כרטיס גירוד _____ _____	

הפסקת חשמל -
קצר

מתח גבוה -
קנאה

אגו גבוה -
"אני ואפסי עוד"

סנוור - אורות
גבוהים מידי.

מתג שבור -
אי פרגון