

שם ביה"ס: בית חינוך "עמיטל" מחוז תל אביב

מנהלת חגית קליפר

מובילת היוזמה עירית רוזנפלד

### היוזמה חמ"ד בימי הקורונה "מתבגרים מרחוק"

שכבת ו' השנה

בהתמודדות מיוחדת בה התלמידים עוברים תהליך מרתק של התבגרות, זוהי שנה שבה מכינים אותם לקראת החטיבה. כיוון שהשנה בעקבות הקורונה הילדים בבתים והם חשים החמצה החלטנו להביא להם את התכנית הביתה... בכל שבוע הילדים מקבלים שקופית הפעלה בעיצובה של המעצבת הגרפית דבורי בראון שמתייחס לתכנים של גיל ההתבגרות לצד ההתמודדות היומיומית. הילדים משתפים וכותבים דברים מרגשים ובסוף נאגד אותם יחד למעין ספר זכרונות אישי לכל תלמיד ותלמידה.



# מתבגרים מרחוקתש"פ

## יום הזיכרון ויום העצמאות

### הילכו שניהם יחדיו?

כמעבר ת? אנתנו עובריק לעסוק ביוק העצמאות.

החיבור בין יום הזיכרון ליום העצמאות הוא דבר מאוד ייחודי למדינת ישראל.

אין עוד מדינה בעולם שהצמידה את הימים האלו יחד. ובכל שנה מתעורר דיון בנושא:

האם להצמיד את יום הזיכרון ליום העצמאות?

**משימה מספר 3**  
מה דעתכם?  
מדוע מדינת ישראל בחרה לחבר בין יום הזיכרון ויום העצמאות ולהצמיד אותם אחד לשני?



# מתבגרים מרחוקתש"פ

## עוד מעט נהפוך לשיר

בתקופות מאתגרות ומורכבות בחיים אחת הדרכים שמסייעות לנו להתמודד ולהתבטא היא באמצעות **שירים**.

שירים שיוצאים מן הלב ומבטאים **תחושות**... גם בתקופה זו של הקורונה אנחנו יכולים לראות כמה שירים חדשים יצאו על המצב: חנן בן ארי, ישי ריבו ואחרים כתבו שירים חדשים, והיו שלקחו שירים ישנים ו"הלבישו" עליהם מילים חדשות המתארות את המצב... **שיר** הוא בהחלט דרך טובה להתמודד.

גם ליום הזיכרון היו מאז ומתמיד שירים - כי המוזיקה היא מקור של כח. שירים רבים נכתבו ליום הזיכרון ובדרך כלל יש פס קול קבוע שמלווה אותנו בימי הזיכרון מדי שנה. בואו נתמקד באחד השירים שנשמעים כמעט בכל טקס ליום הזיכרון: **"נשהלב בוכה"** מאמינה שלא לכולם יצא להתעמק במילים שלהם.

**משימה מספר 2**  
הקשיבו לשיר ואולי לשיריק נוספיק ליוק הזיכרון ונסו לחבר שיר או חמסיר קצר שיבטא את תחושותיכם ליוק הזה.

**שמע ישראל אלוקי אתה הכל יכול נתת לי את חיי נתת לי הכל בעיני דמעה הלב בוכה בשקט וכשהלב שותק הנשמה זועקת**

**שמע ישראל אלוקי עכשיו אני לבד חזק אותי אלוקי עשה שלא אפחד הכאב גדול ואין לאן לברוח עשה שיגמר כי לא נותר בי כוח**

כשהלב בוכה הזמן עומד מלכת האדם רואה את כל חייו פתאום אל הלא נודע הוא לא רוצה ללכת לאלוקיו קורא על סף תהום

שהלב בוכה רק אלוקים שומע הכאב עולה מתוך הנשמה. אדם נופל לפני שהוא שוקע בתפילה קטנה חותך את הדממה.

הפעילות היא ברוח ה"ליווי הרוחני" - ליווי רוחני מדבר על נוכחות ומשמעות בחיים על ידי נשימה, כתיבה, קריאת שיר, מתן ברכה ויצירת תפילה אישית. אנשים רבים נעזרים בליווי הרוחני בתקופות מאתגרות.



# חתבגריים מרחוקתש"פ



## בחלל לעתיף

הי לכולכם!

אני חושבת שאחד הדברים החיוביים שיכולים לסייע לנו בימים אלו היא הידיעה שבסופו של דבר מדובר בתקופה זמנית. הבידוד בסופו של דבר ייגמר וכולנו נחזור לשגרה מוכרת יותר... (גם אם יהיו קצת שינויים... ויהיו...)

לכן אני רוצה לכמה דקות... לזרוק אותנו לעתיד - קדימה לעוד 50 שנה... אתם כבר תהיו "קשישים" ויהיו לכם נכדים ויהיה לכם לא מעט מה לספר להם... אז קדימה עצמו לרגע עיניים, דמיינו את עצמיכם יושבים על הספה עם שיער לבן... ומסביבכם הנכדים שלכם... כן שלכם - הייתם מאמינים... מה תספרו להם? עירית היועצת

### משימה מספר 1

המשימה שלכם להיום היא: לכתוב קטע קצר על מה שתספרו לנכדיכם שלכם על התקופה הזו בעוד 50 שנה? נסו לספר את הסיפור כך שיצניין את הנכדיכם שלכם... בהצלחה



# חתבגריים מרחוקתש"פ

## יום הזיכרון

לחללי מערכות ישראל ולנפגעי פעולות האיבה

תלמידים ותלמידות יקרים ואהובים,

אנחנו מתקרבים ליום הזיכרון ויום העצמאות. יומיים מכוננים ומשמעותיים למדינת ישראל.

בדרך כלל בתקופה הזו מזג האוויר בחוץ עדיין הפכפך לפעמים חמסין לפעמים עוד קריר... הארץ כולה מתכסה ומתקשטת בדגלי ישראל, וריח חגיגי עומד באוויר (גם של מנגלים...)



ביום הזיכרון בכל שנה אנו נפגשים בבית הספר כולנו לבושים בחולצות לבנות, מתכנסים יחד כאיש אחד בלב אחד לטקס מרגש ומחבר שמאפשר להוקיר, להודות ולכבד את זכר הנופלים.

והשנה... בבידוד ובריחוק... הכל בשלט רחוק... לא פשוט לחוות יום כזה מרחוק... אבל אפשר לנסות...

### משימה מספר 1

תשבו על מילית שעולות לכם בראש כשאתם חושבים על יום הזיכרון מה היו הגה בעולמכם? מה הוא מייצג עבורכם?

איך אתם מרגישים היום כלה?

העלו את המילית שלכם למנטיםאר באופן הבא:

1. פתחו חלון GOOGLE וכתבו בו: mentiimeter join a presentation
2. הכניסו קוד 101824
3. כתבו את המילה שלכם (אפשר 5 פעמים)

אני בטוחה שכל המילית שתכתבו יצרו פסיפס אנושי ומרגש וייתן מקום של כבוד לזיכרון ולשאה של כולנו עם הנופלים.



עירית היועצת





# מתבגרים מרחוק

## הי חברים וחברות,

מקווה שכולכם בטוב. מי היה מאמין שנתגעגע...

לשגרה, למפגש קרוב פנים מול פנים, לקרבה ולביחד.

לרבים מאיתנו התקופה מאתגרת ולא פשוטה, אבל מהיכרותי אתכם אני יודעת

שיש לכם חוסן ויש בכם את הכח להתמודד עם המצב כל אחד בדרכו שלו.

לכם תלמידי ו' היקרים השנה הזו היא שנה של התבגרות,

הרבה אירועים אישיים (בנות מצווה) וכיתתיים משמעותיים מקבלים תפנית

ומצוינים באופן שונה ממה שאנו מכירים ורגילים.

אני בטוחה שחלקכם מאוד לא מרוצים מהסיטואציה בלשון המעטה

אך את תהליך ההתבגרות שלכם הקורונה לא תיקח מכם!

את התהליך אתם עוברים עכשו בלי אירועים רבי משתתפים, בלי ריקודים באולמות

וגם בלי חגיגות גדולות. אנחנו עוברים תהליך שמחזיר לבסיס המשפחתי -

למקום קצת יותר טבעי וצנוע, וכולנו נצא בע"ה מחוזקים יותר ובוגרים יותר.

כדי לא לוותר על התהליך שהתחלתם...

אני מזמינה אתכם להצטרף אלי ביחד

## למסע "מתבגרים מרחוק"

וביחד נברר ונסלול את הדרך לקראת העתיד.

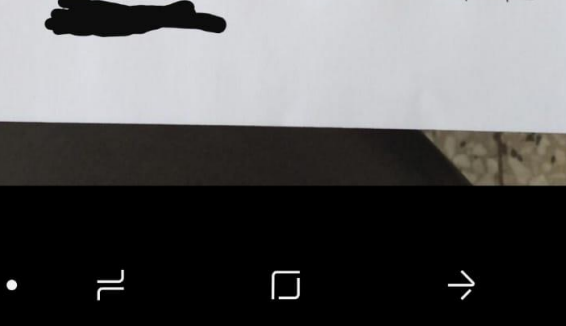
### מתעצצת אלייכם מאוד

### עיריית היועצת



סיפור שאספר בע"ה לנכדי בעוד כ- 50 שנה...  
 בואו נכדי אספר לכם סיפור אמיתי שקרה לפני שנים, כאשר הייתי בת... 12.  
 זה היה בשנת תש"ף 2020, הייתי אמורה לחגוג בת מצווה עם חברתי לכיתה  
 ונבי המשפחה. בדיוק התחלנו בהכנות לקראת בת המצווה תורני החלו לחפש  
 מקום לאירוע.  
 בכלי התקשורת החלו לדווח על מגיפה עולמית בשם "הקורונה". מגיפה זו  
 פשטה בעולם, היה נגיף-וירוס שגרם למגיפה במערכת הנשימה. אלפים חלו  
 וגם נפטרו.  
 קיוויתי שהמגיפה לא תגיע לישראל, חששתי מאוד שאנשים לא ימותו, במיוחד  
 אנשים שאני מאוד אוהבת...  
 לצערי שמענו שישנם גם חולים בישראל. ראש הממשלה ומשרד הבריאות רצו  
 למנוע הדבקה והתפשטות המגיפה ולכן בוסלו אירועים והתקהלויות, נסגרו  
 תנויות רבות ולחמיות מזון נכנסו אנשים מעטים כדי להצטייד באוכל.  
 התהלכנו עם מסכות ודאגנו לשמור על ידיים נקיות.  
 באותה שנה, התאכזבתי מאוד שלא אחגוג בת מצווה כמו שרציתי. גם לבית  
 הספר לא הלכנו ומאוד התגעגענו... למדנו עם המורים בעזרת שיחות וידאו  
 ותכנן שנשלח לנו. הלמידה הייתה עצמאית, בהתחלה זה היה קשה לי, אך בכל  
 יום שעבר התרגלנו ללמידה החדשה.  
 היה עצוב שבתי הכנסת נסגרו, אך זכור לי שאהבתי מאוד את תפילות יום  
 שישי שנשמעו מחצרות ומרפסות הבתים.  
 חג הפסח באותה שנה היה שונה, כדי למנוע הדבקה היה סגור במדינה, חגגנו  
 רק המשפחה הגרעינית, אפילו אחי הסטודנט לא יכל לחזור הביתה, כיון שגרנו  
 עם סבתא שלי, שהיתה כבר מבוגרת רוצינו לשמור עליה.  
 בערב החג סבתא שלי הייתה עצובה, כיון שלא כל המשפחה המורחבת יכלה  
 להגיע ולחגוג יחד, לכן אימי הציעה רעיון, שנבקש מכל הנכדים להצטלם עם  
 בני המשפחה ולהוסיף ברכה. כל בני המשפחה שיטפו פעולה, אחותי ואני  
 ערכנו את הסרטון ולפני כניסת החג... הפתענו את סבתו והראנו לה את  
 הסרטון. סבתו כל כך התרגשה ומעיפה זלגו דמעות של אושר, את זה לא  
 אשכח אף פעם... גם ביום העצמאות היינם בסגר.

באותה שנה הבנתי, כמה חשוב לשמח אנשים בודדים, שבימי הקורונה היו  
 לבד. שמחתי לראות שבעם ישראל היו כל כך הרבה אנשים טובים שעזרו זה  
 לזה. ב"ה לאחר תפילות המגיפה פסקה וחדרנו לשגרה.  
 נכדי היקרים, תזכרו שתמיד צריך לנסות לעזור ולשמח אחרים, במיוחד  
 בתקופות קשות... זה מה שמייחד אותנו כעם.



# מתבגרים מרחוק



**במותם ציון לנו את החיים**

זיכרון הנפלים הוא המרכיב החשוב ביותר של יום הזיכרון.  
 כמעט כל אחד מכיר מישהו שנפל במהלך שירותו, או במהלך אירוע חבלה וטרור.  
 המעבר המידי מיום הזיכרון ליום העצמאות רק מדגיש את ההערכה העצומה של אזרחי  
 ישראל לכל החיילים שהקריבו את חייהם ונפלו למען הגנת העם והמדינה, שנהרגו  
 במלחמה או אתאונה בצבא, או מתו במהלך השירות הצבאי.  
 בלעדיהם - לא היה לנו בכלל את יום העצמאות. בציון זכרם של הנפלים יום לפני יום  
 העצמאות, אנחנו מדגישים כי "במותם ציון לנו את החיים",  
 ומוכיחים שאנחנו לא לוקחים את קיום המדינה כדבר מובן מאליה.



אבינו שבשמים, עזר ישראל ויגאולו,  
 בך את-מדינת-ישראל, ראשית צמיחת גאולתנו. הגן עליה באבדת  
 חסדך ופרש עליה סבת שלומך ושלח אורך ואמתך לראשית, שרית ויועציה, ותקנם  
 בעצה טובה מלפניך. חזק את ידי מגני ארץ קדשנו, ותנחילם אלהינו ישועה ועשרת  
 נצחון תעשרם, ונתת שלום בארץ ושמחת עולם ליושביה. ואת אחינו כל בית ישראל,  
 פקד-נא בכל ארצות פוריותם, ותולידם מנהיגים קוממיות לציון ערך וליירושלים  
 משכן שמה, כפתוב בתורת משה עבדך: אם יהיה נדחף בקצה השמים, משם יקבצך  
 ה' אלהיך ומשם יקחך: והביאך ה' אלהיך אל הארץ אשר-רשנו אבותיך וירשתה,  
 ותישבך ותרבך מאבותיך: ויחד לבבנו לאהבה וליראה את שמה, ולשמר את כל  
 דברי תורתך, ושלח לנו מנהיג בן-דוד משיח צדקך, לפדות מחבי קץ וישועתך.  
 הופע בחדר גאון ענק על כל יושבי תבל ארצך, ויאמר כל אשר נשמעו באפוק:  
 ה' אלהי ישראל מלך ומלכותו בכל משלה, אמן סלה.

**משימה מספר 4**  
 אחרי שסיימו בתפילה לשלום המדינה  
 נסו לחשוב ולהתכוון מה אתם מוכיכים את המדינה  
 בתקופה זו.  
 אני בטוחה שאתם יתפילה המשותפת של כלנו  
 לתחור לשארה ושקורעת תילתם מהחלום ים לכך  
 תפילות אסירת מולדתם אכתוב ולשלוח אלי.

לחו אחביהם...  
 כל ששאר לי זה  
 לאחתי לכך באהבה גדולה  
 שכל תפילותינו יתאספו  
 כמה שיותר מהר  
 וכך שתבקשו לו יח...  
 עיריית היועצת