משרד החינוך
המנהל הפדגוגי
אגף בכיר חינוך יסודי
המחלקה לחינוך לחיים בחברה

יסודי עכשווי

מטמון הל"ב
החינוך לחיים בחברה

מגעגוע למעשה

ערכה חינוכית לחג הסיגד: מתגעגעים ועושים יחד



יש חלומות שמתגשמים בתוך ימים, ויש חלומות העוברים מדור לדור. יש תקוות שנושאים בלב במשך שנים ואמונות שמעניקות כוח להמשיך גם כאשר הדרך אינה פשוטה.

חג הסיגד של קהילת "ביתא ישראל", יהדות אתיופיה, מזמן מפגש עם מורשת של אמונה, התחדשות, אחדות קהילתית וכמיהה לירושלים. זהו חג המאפשר להתבונן בכוחה של מסורת שנשמרה לאורך דורות ובמשמעותה של דבקות בדרך ובערכים.
הערכה "מגעגוע למעשה" עוסקת בהיכרות עם המורשת של חג הסיגד ומאפשרת לבחון כיצד ערכי הכמיהה, האמונה והדבקות במטרה יכולים לבוא לידי גם בעולמם האישי, החברתי והערכי.

הערכה כוללת שלושה מערכים:


כיתות א'-ב' - **"איפה מתחבא הגעגוע?"** - עיסוק ברגש הגעגוע, בביטוי רגשות ובהקשבה לחוויות של אחרים.


כיתות ג'-ד' - **"רגע לפני שמוותרים"** - עיסוק בהתמדה, בהתמודדות עם אתגרים ובכוחות המסייעים לנו להמשיך גם כשקשה.


כיתות ה'-ו' - **"הברית הכיתתית שלנו - הערכים שמובילים אותנו"** - בירור ערכים משותפים, גיבוש ברית כיתתית ותרגום הערכים למעשים בחיי היומיום.

באמצעות הפעילויות מוזמנים התלמידים לחבר בין מורשת חג הסיגד לבין עולמם האישי והחברתי ולבחון כיצד הערכים הנלמדים יכולים לבוא לידי ביטוי בחייהם ובחיי הכיתה.

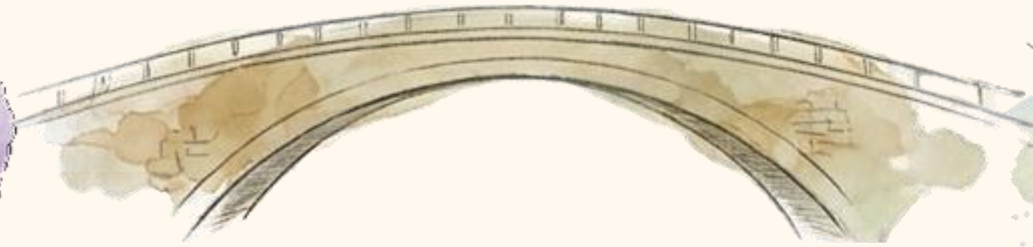
חג הסיגד: מורשת של ברית וגעגוע

חג הסיגד חל בכ"ט בחשוון, חמישים יום לאחר יום הכיפורים. במרכזו עומדים חידוש הברית בין העם לאלוהיו, צום, תפילה, חשבון נפש וכמיהה לציון.

באתיופיה נהגו בני קהילת "ביתא ישראל" להתכנס ולעלות להר גבוה בהובלת הקסים, מנהיגי הדת של הקהילה. במהלך הטקס התקיימו תפילות וקריאות בכתבי הקודש אשר נשאו תקווה לגאולה ולשיבה לירושלים. לאחר הטקס התקיימה סעודה קהילתית.

כיום ממשיכים בני הקהילה לציין את חג הסיגד בישראל בטקסים בירושלים.







איפה מתחבא הגעגוע?

כיתות א'–ב'

מטרות:

- היכרות עם רגש הגעגוע וזיהוי התחושות והמחשבות שעשויות להתלוות אליו.
- שיתוף בגעגוע אישי באמצעות מילים, ציור או חפץ בעל משמעות.
- פיתוח אמפתיה והקשבה לחוויות שונות מתוך הבנה שלכל אדם יש דברים היקרים ללבו.

ציוד:

קופסה קטנה וריקה מהבית לכל תלמיד, דפי ציור ופתקים, מדבקות וחומרי קישוט, דבק ומספריים.

דגש למורה:

יש לאפשר לכל תלמיד ותלמידה לבחור את אופן הביטוי ואת מידת השיתוף המתאימים להם. ניתן לעסוק בגעגוע לחפץ, למשחק, למקום או לחוויה נעימה. חשוב ליצור מרחב בטוח ומכיל המעניק מקום לרגש ומכבד את הבחירה האישית של כל ילד וילדה.



מהלך:

1. פתיחה במליאה:

חג הסיגד והגעגוע

לפעמים אנחנו מתגעגעים למקום שאנחנו אוהבים, לחוויות נעימות ולדברים שיקרים לליבנו. בחג הסיגד יהודי אתיופיה מבטאים את הגעגוע והכיסופים לירושלים לצד אהבה למסורת ולמורשת שלהם. היום נעסוק ברגש הגעגוע ונחשוב מה עוזר לנו לשמור בלב את הדברים החשובים לנו.

דיון:

- מהו געגוע?
- למי או למה אתם מתגעגעים?
- איך מרגישים שמתגעגעים?
- האם אפשר להתגעגע למישהו או למשהו ולהרגיש שמחה? הביאו דוגמאות.



2. "איפה מתחבא הגעגוע?"

קריאת הסיפור **"איפה מתחבא הגעגוע?"** (נספח 1)

דיון:

- אילו רגשות עלו אצל עלמה?
- האם געגוע תמיד מרגיש אותו הדבר?
- למה עלמה בחרה לשמור בקופסה ציורים ופתקים?
- אילו זיכרונות או חוויות אנחנו רוצים לשמור?

סיכום:



הגעגוע יכול להתעורר בעקבות אדם, מקום, חוויה או תקופה שאהבנו. הוא עשוי לעורר עצב, שמחה, חיוך או כמה רגשות יחד. כפי שעלמה שומרת בלבה זיכרונות וחוויות יקרים, חג הסיגד מבטא את הגעגוע של יהודי אתיופיה לירושלים.

3. עבודה אישית

כל תלמיד מקשט את הקופסה שהביא. בתוך הקופסה יוכלו התלמידים להכניס:
תמונה של אדם, מקום או ציור של חוויה שהם מתגעגעים אליהם.
פתק עם מילה או משפט שמבטאים את הגעגוע.
חפץ קטן שמזכיר להם זיכרון נעים, אם ירצו להביאו.
כיתה ב: ניתן להוסיף לקופסה את המשפט: "אני מתגעגע/ת ל... וזה יקר לי כי..."

4. שיתוף וסיכום במליאה:

התלמידים מוזמנים להציג את הקופסה שלהם ולשתף מה הכניסו לתוכה.



5. סיכום:

מה יכול לעזור לנו כשאנחנו מתגעגעים?
איך נוכל לעזור לחבר או לחברה שמתגעגעים למשהו?

רגע לפני שמוותרים

כיתות ג'-ד'

מטרות:

- היכרות עם מצבים מחיי היומיום שבהם נדרשת התמדה ושיח על החשיבות שבהתמודדות עם אתגרים.
- היכרות עם דרכי התמודדות במצבים מאתגרים באמצעות זיהוי כוחות אישיים, בחינת פתרונות והיעזרות בסביבה.
- תרגול קבלת החלטות וחשיבה משותפת במצבי אתגר, ושיח על הדרכים לעודד אחרים להתמיד ולהמשיך לנסות גם כשקשה.



ציוד:

כרטיסי דילמות, כרטיסי פתרון, לוח.

מהלך

1. רקע

דבקות במטרה

חג הסיגד הוא חג שחוגגים יהודי אתיופיה המסמל בין היתר את הכמיהה לירושלים, את החיבור למסורת ואת התקווה. במשך שנים רבות חלמו יהודי אתיופיה להגיע לארץ ישראל, וחלקם עברו מסע ארוך ומאתגר עד שהגיעו אליה. בדרך נדרשו לגלות אומץ, נחישות והתמדה, ולהמשיך לצעוד גם כאשר הדרך הייתה קשה. סיפורם מזכיר לנו שלפעמים כדי להגשים חלום או להתגבר על אתגר, צריך להאמין בעצמנו, להתמיד ולא לוותר גם כשלא קל.



2. הצגת הדילמה על הלוח (נספח 2)

דילמה: להמשיך בחוג גם כשאני מרגישה לבד

רוני אוהבת מאוד לרקוד והחליטה להצטרף לחוג חדש אחר הצוהריים. כשהגיעה לחוג, גילתה שהיא הילדה היחידה מהכיתה בקבוצה. בהתחלה היא נהנתה מהפעילות, אבל עם הזמן התחילה להרגיש קצת שונה ולא תמיד מצאה עם מי לדבר בהפסקות שבין התרגילים. היא חושבת לעזוב את החוג, אף על פי שהיא עדיין אוהבת לרקוד ורוצה להשתפר.

דיון:

- רוני אוהבת לרקוד, אך מרגישה בודדה בחוג. כיצד אפשר להתמודד עם מצב שבו הרצון להשיג מטרה מתנגש עם קושי רגשי או חברתי?
- כיצד תחושת השייכות לקבוצה יכולה להשפיע על הרצון שלנו להתמיד ולהצליח במשהו שחשוב לנו?
- כיצד התנהגות של חברי הקבוצה יכולה לחזק או להחליש את הרצון של אדם להמשיך ולהתמודד עם אתגר?
- למי רוני יכולה לפנות לקבלת עזרה או עצה, וכיצד התמיכה של אחרים יכולה לסייע לה?
- מה חשוב יותר בעיניכם: להתמיד במטרה שהצבנו לעצמנו או להרגיש טוב בדרך להשגתה? האם אפשר לשלב בין השניים?

סיכום:

התמדה היא היכולת להמשיך לפעול למען מטרה שחשובה לנו גם כשאנחנו נתקלים בקשיים. לפעמים כדי להתמיד צריך לנסות דרך אחרת, לבקש עזרה או להיעזר באנשים שסביבנו. חשוב לזכור שהתמדה אינה מחייבת אותנו להמשיך בכל מצב, אלא לבחון מה נכון לנו ואילו דרכים יכולות לעזור לנו להתקדם לעבר המטרה.



3. עבודה בקבוצות: מה עושים עכשיו?

- כל קבוצה מקבלת כרטיסיית דילמה (נספח 3):
- כל קבוצה קוראת את הדילמה ועונה על השאלות לדיון.
- הקבוצה בוחרת פתרון משותף.

הצגת תוצרים במליאה:

כל קבוצה מציגה את הדילמה והפתרון שמצאה.



דיון:

- איך ההתמדה שלנו יכולה לעזור לנו להתקדם ולהצליח גם כשאנחנו לא רואים תוצאות מייד או כשהדרך נראית ארוכה?
- אילו כוחות פנימיים יש בנו שיכולים לעזור לנו להתמודד עם אתגר?
- איך אפשר לעודד חברה שמתמודדת עם אתגר ורוצה לוותר?

4. סיכום:

חג הסיגד מזכיר לנו את המסע המאתגר שעברו יהודי אתיופיה מתוך אמונה, תקווה והתמדה בדרך להגשמת חלומם להגיע לארץ ישראל. החג מבטא את הכמיהה לירושלים ואת הדבקות במסורת ובאמונה שנשמרו לאורך דורות גם בתקופות של קושי ואתגר. גם בחיי היומיום שלנו אנו מתמודדים עם אתגרים, ולעיתים מתעורר בנו הרצון לוותר. למדנו שהתמדה היא היכולת להמשיך לנסות, למצוא דרכים חדשות להתמודד ולהאמין בכוחות שלנו. כשקשה לנו, אנחנו יכולים להיעזר גם בחברים, במשפחה ובמבוגרים שאנחנו סומכים עליהם שיחזקו אותנו ויעזרו לנו להתמיד בדרך למטרה שלנו.



הברית הכיתתית שלנו – הערכים שמובילים אותנו

כיתות ה'–ו'

מטרות:

- היכרות עם משמעות חידוש הברית בחג הסיגד ואת חשיבות המחויבות לערכים משותפים.
- זיהוי ערכים חשובים בחיי הכיתה.
- הצעת פעולות מעשיות ליישום הערכים בחיי היומיום ובניית ברית כיתתית משותפת.

ציוד:

נספח "בנק הערכים" להצגה על הלוח, דפים וכלי כתיבה לעבודה בקבוצות, בריסטול או דף גדול ליצירת הברית הכיתתית, טושים צבעוניים.



מהלך

1. פתיחה במליאה

א. חג הסיגד

חג הסיגד הוא חג של יהודי אתיופיה המסמל בין היתר את חידוש הברית, את החיבור למסורת ואת המחויבות לערכים משותפים. ביום זה מתכנסת הקהילה לתפילה, להתבוננות ולחיזוק הקשר לירושלים, למורשת ולזהות המשותפת. חידוש הברית הוא הזדמנות לעצור, להיזכר במה שמחבר בינינו ולחזק את המחויבות המשותפת שלנו לערכים ולחברה.

ב. בכיתה שלנו

בדומה לחידוש הברית בחג הסיגד, גם לנו יש הזדמנות לעצור ולחשוב על הערכים שמחברים בינינו ועל הדרך שבה אנו רוצים להתנהג זה כלפי זה ואיזו כיתה היינו רוצים להיות. המטרה היא לא רק לבחור ערכים, אלא ליצור הסכמה כיתתית מחודשת על הדרך שבה אנחנו רוצים ללמוד ולפעול יחד, ולתרגם את הערכים שבחרנו למעשים שיחזקו את תחושת השייכות והאחריות המשותפת שלנו.



דיון במליאה:

- מדוע חשוב שגם כיתה תעצור מדי פעם ותחשוב על הערכים שמובילים אותה?
- אילו ערכים חשובים לדעתכם כדי שכל תלמיד ותלמידה ירגישו שייכים לכיתה?
- מה ההבדל בין לומר שערך מסוים חשוב לנו לבין לבטא אותו במעשים?
- מה יכול לעזור לנו לשמור על הערכים המשותפים גם במצבים של קושי או מחלוקת?
- כיצד נוכל לדעת שהערכים שבחרנו אכן באים לידי ביטוי בחיי היומיום בכיתה?

סיכום:

ערך הוא עיקרון או רעיון שחשוב לנו, שמנחה את הבחירות שלנו ושמשפיע על הדרך שבה אנו מתנהגים ומתייחסים לאחרים.



2. עבודה בקבוצות:

הצגת "בנק הערכים" (נספח 4) על הלוח.

בקבוצות:

- כל קבוצה בוחרת שני ערכים מתוך "בנק הערכים" המשמעותיים עבורם בחיי היומיום בכיתה.
- לכל אחד מהערכים שנבחרו, הקבוצה מציעה פעולה מעשית אחת שניתן ליישם בכיתה. (לדוגמה: שייכות - דואגים שאף תלמיד או תלמידה לא יישארו לבד בהפסקה.)

3. הצגת התוצרים

א. כל קבוצה מציגה את הערכים שבחרה ואת הפעולות לקידום הערך בכיתה.

דיון:

- מדוע בחרתם בערך זה?
- אילו פעולות תעשו על מנת לקדם את הערך שבחרתם?
- כיצד תדעו שהערכים שבחרתם באים לידי ביטוי בחיי היומיום?

ב. המורה אוספת את תוצרי הקבוצות ומאגדת את הערכים שנבחרו למסמך כיתתי משותף שייתלה במקום בולט בכיתה.
התלמידים יחתמו על המסמך כביטוי להסכמתם ולמחויבותם לפעול על פי הערכים שבחרו.



4. סיכום

חג הסיגד מזכיר את חשיבותה של הברית המשותפת ואת המחויבות להתנהג בהתאם לערכים ולנורמות המקובלות בחברה. גם בכיתה שלנו ערכים מקבלים משמעות כשאנחנו בוחרים לפעול לפיהם. הערכים שבחרנו הם המצפן שלנו, והמעשים היומיומיים שלנו הם הדרך להפוך אותם למציאות.

הצעה להרחבת הפעילות: כדי להפוך את הערכים לחלק מחיי היומיום בכיתה, ניתן לבחור בכל כמה שבועות ערך אחד מתוך הברית הכיתתית, להתמקד בו ולעודד את התלמידים להביא אותו לידי ביטוי במעשיהם. בתום התקופה ניתן לשוחח על ההתנסויות והחוויות של התלמידים ולעבור לערך הבא.



חוגגים את הסיגד בבית הספר

רעיונות לפעילויות קצרות להיכרות עם מורשת חג הסיגד

לצד מערכי הפעילות שבערכה, מוצעים רעיונות נוספים לציון חג הסיגד בבית הספר. הפעילויות מזמנות היכרות עם מורשת יהדות אתיופיה, עם מנהגי החג ועם ערכי האמונה, התקווה, השייכות והקהילתיות.



מפגש עם בן או בת מהקהילה האתיופית

הזמנת בן או בת הקהילה לשיחה עם התלמידים על חג הסיגד, מנהגיו, המסורות המשפחתיות והמשמעות האישית של החג.
ניתן לשלב סיפורים אישיים ולאפשר לתלמידים לשאול שאלות.



טעמים ומסורות מחג הסיגד

הזמנת בן או בת הקהילה להיכרות חווייתית עם הלבוש המסורתי ועם מאכלים מהמטבח של יהודי אתיופיה. ניתן לשלב הדגמה של הכנת מאכל מסורתי, הסבר על משמעותו וטעימות בהתאם לאפשרויות.

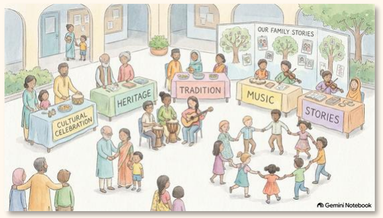


פודקאסט: מכירים את חג הסיגד

התלמידים יכינו פודקאסט קצר ובו ראיונות עם בני הקהילה, סיפורים על החג, שאלות ותשובות או מידע על מנהגיו וערכיו. ניתן להשמיע את הפודקאסט בכיתות.

בוקר או ערב של מסורות ושל עדות

קיום מפגש בית ספרי או כיתתי המוקדש להיכרות עם המסורות
והמנהגים של הקהילות השונות בישראל תוך מתן מקום מרכזי למורשת חג הסיגד.
ניתן לשלב סיפורים משפחתיים, מוזיקה, מאכלים ומנהגים.



שישי של מסורת משפחתית

הזמנת התלמידים להביא מהבית חפץ, פריט לבוש, תמונה או מאכל הקשורים
למסורת המשפחתית שלהם ולשתף בסיפור או במנהג העומד מאחוריהם.
הפעילות תאפשר היכרות עם מגוון המסורות בכיתה ותחזק את תחושת השייכות והכבוד ההדדי.



חג הסיגד בתמונות

הצגת תמונות מחגיגות הסיגד באתיופיה ובישראל וקיום שיח קצר סביבן:
מה אפשר ללמוד מהתמונות על מנהגי החג? אילו מסורות נשמרו לאורך השנים?
מה מסמל החג עבור הקהילה?



קיר של תקווה וגעגוע

יצירת קיר כיתתי או בית ספרי בהשראת הכמיהה לירושלים בחג הסיגד.
התלמידים יכתבו או יציירו דבר שהם מתגעגעים אליו,
תקווה שהם נושאים בליבם או מטרה שהיו רוצים להגשים.



אֵיפֹה מִתְחַבֵּא הַגַּעְגּוּעַ?



לְעַלְמָה הָיְתָה קֻפְסָה סְגֻלָּה. הִיא לֹא הָיְתָה גְּדוֹלָה בִּמְיֻחָד, אֲבָל בְּתוֹכָהּ הִתְחַבֵּא מַשֶּׁהוּ מְיֻחָד: רֶגֶשׁ שֶׁקּוֹרְאִים לוֹ גַּעְגּוּעַ.

יוֹם אֶחָד חָזְרָה עַלְמָה מִבִּיקוּר אֵצֶל סָבְתָא, שָׁם הֵן אָפוּ עוּגִיּוֹת בְּצוּרַת כּוֹכָבִים, שְׂחֲקוּ בְּקִלָּפִים וְסָבְתָא סִפְּרָה לָהּ סִפּוּר מַצְחִיק מִיַּלְדוּתָהּ.









כְּשֶׁהִגִּיעָה לְבֵיתָהּ וּכְשֶׁנִּכְנְסָה לַמִּטָּה, הִרְגִּישָׁה עַלְמָה שֶׁמַּשֶּׁהוּ חָסֵר לָהּ. הִיא הִתְגַּעְגְּעָה לְרֵיחַ הָעוּגִיּוֹת שֶׁל סָבְתָּא, לַקּוֹל שֶׁלָּהּ כְּשֶׁהִיא צוֹחֶקֶת, לַכְּרִסָּה הַיְרֻקָּה שֶׁעָלֶיהָ תָּמִיד יָשְׁבָה.



״מָה זֹאת הַהַרְגָּשָׁה הַזֹּאת?״ חָשְׁבָה עַלְמָה.

הִיא קָמָה, הוֹצִיאָה אֶת הַקֻּפְסָה הַסְּגֻלָּה וְכָתְבָה עַל פֶּתֶק קָטָן:

״אֲנִי מִתְגַּעְגַּעַת לְסָבְתָּא.״ אֶת הַפֶּתֶק הִכְנִיסָה לַקֻּפְסָה וְסָגְרָה אֶת הַמְּכְסֶה.



לְמָחָרת סִפְּרָה לַחֲבֶרְתָּהּ נָטַע עַל הַקֶּפְסָה.
"מָה אַתְּ שׁוֹמֶרֶת שָׁם?" שָׁאֲלָה נָטַע.
"גַּעְגּוּעַ", עָנְתָה עַלְמָה.
"וְאֵיךְ מַרְגִּישׁ גַּעְגּוּעַ?" שָׁאֲלָה נָטַע.
עַלְמָה חָשְׁבָה לְרֶגַע. "לִפְעָמִים הוּא עוֹשֶׂה לִי קְצָת עָצוּב בַּלֵּב.
לִפְעָמִים אֲנִי מְחַיֶּכֶת כְּשֶׁאֲנִי נִזְכֶּרֶת בְּמַשֶּׁהוּ כֵּיפִי.
וְלִפְעָמִים אֲנִי פָּשׁוּט רוֹצָה לִהְיוֹת שׁוּב בַּמָּקוֹם שֶׁאֲנִי אוֹהֶבֶת."

״אָז אֶפְשָׁר לִהְיוֹת גַּם שְׂמֵחִים וְגַם עֲצוּבִים כְּשֶׁמִּתְגַּעְגְּעִים?״ שָׁאֲלָה נָטַע.
״נִרְאֶה לִי שֶׁכֵּן״, אָמְרָה עַלְמָה. ״אֲנִי שְׂמֵחָה שֶׁהָיִיתִי אֵצֶל סָבְתָא, אֲבָל הָיִיתִי רוֹצָה לִהְיוֹת אֶצְלָהּ שׁוּב.״
נָטַע סִפְּרָה שֶׁגַּם הִיא מִתְגַּעְגַּעַת לִפְעָמִים: לְגַן חוֹבָה, לְאַרְגַּז הַחוֹל הַגָּדוֹל וּלְחֲבֵרָה שֶׁעָבְרָה לְכִתָּה אַחֶרֶת.







הַשְׁתַּיִם הֶחְלִיטוּ לִבְדֹּק מָה עוֹד אֶפְשָׁר לְהַכְנִיס לַקֻּפְסָה. עַלְמָה צִיְּרָה אֶת הַכְּרָסָה שֶׁל סָבְתָא, נָטַע צִיְּרָה אֶת אַרְגַּז הַחוֹל, חֻפְשָׁה מִשְׁפַּחְתִּית וְטִיּוּל לַיָּם. עַלְמָה הוֹסִיפָה אֶת הַמִּשְׂחָק הָאָהוּב שֶׁנִּשְׁבַּר בַּקִּיץ וְצִיּוּר שֶׁל מְכוֹנִית הַמֵּרוֹץ שֶׁאָהֲבָה לְשַׂחֵק בָּהּ בַּגַּן. לְאַט־לְאַט הִתְמַלְּאָה הַקֻּפְסָה בִּפְתָקִים וּבְצִיּוּרִים.





״אֲבָל מָה עוֹשִׂים עִם כָּל הַגַּעְגּוּעִים הָאֵלֶּה?״ שָׁאֲלָה נָטַע.

״אֶפְשָׁר לְדַבֵּר עַל גַּעְגּוּעַ, לְהִסְתַּכֵּל בִּתְמוּנָה, לְהִתְקַשֵּׁר לְמִישֶׁהוּ כְּשֶׁמִּתְגַּעְגְּעִים אֵלָיו אוֹ לִיצֹר מַשֶּׁהוּ שֶׁמַּזְכִּיר לָנוּ חֲוָיָה טוֹבָה. וְלִפְעָמִים, גַּם אַחֲרֵי כָּל אֵלֶּה, עֲדַיִן מִתְגַּעְגְּעִים. וְזֶה בְּסֵדֶר.״



בְּאוֹתוֹ עֶרֶב הִתְקַשְׁרָה עַלְמָה לְסָבְתָא וְאָמְרָה לָהּ: "אֲנִי מִתְגַּעְגַּעַת אֵלַיִךְ. מָתַי נֹאפֶה שׁוּב עוּגִיּוֹת?"

"בַּפַּעַם הַבָּאָה שֶׁתָּבוֹאִי!" צָחֲקָה סָבְתָא.

עַלְמָה חִיְּכָה. הַגַּעְגּוּעַ עֲדַיִן הָיָה שָׁם, אֲבָל עַכְשָׁיו הִיא הֵבִינָה אוֹתוֹ קְצָת יוֹתֵר.



לִפְנֵי הַשֵּׁנָה פָּתְחָה אֶת הַקֻּפְסָה הַסְּגֻלָּה וְאָמְרָה לְעַצְמָהּ:
"עַכְשָׁיו אֲנִי יוֹדַעַת אֵיפֹה מִתְחַבֵּא הַגַּעְגּוּעַ. לִפְעָמִים הוּא
נִמְצָא בַּזִּיכָּרוֹן, לִפְעָמִים בְּחִיּוּךְ וְלִפְעָמִים עָמֹק בַּלֵּב.
גַּעְגּוּעַ הוּא הַדֶּרֶךְ שֶׁל הַלֵּב שֶׁלָּנוּ לוֹמַר: זֶה הָיָה לִי יָקָר,
וַאֲנִי רוֹצָה לִשְׁמֹר אוֹתוֹ קָרוֹב."
עַלְמָה סָגְרָה אֶת הַקֻּפְסָה. וּמֵאוֹתוֹ הַיּוֹם, בְּכָל פַּעַם
שֶׁהִרְגִּישָׁה גַּעְגּוּעַ, הִיא כְּבָר לֹא נִסְּתָה לְהַחְבִּיא אוֹתוֹ.
הִיא פָּשׁוּט נָתְנָה לוֹ מָקוֹם.

דילמה

להמשיך בחוג גם כשאני מרגישה לבד



רוני אוהבת מאוד לרקוד והחליטה להצטרף לחוג חדש אחר הצוהריים. כשהגיעה לחוג, גילתה שהיא הילדה היחידה מהכיתה בקבוצה. בהתחלה היא נהנתה מהפעילות, אבל עם הזמן התחילה להרגיש קצת שונה ולא תמיד מצאה עם מי לדבר בהפסקות שבין התרגילים. היא חושבת לעזוב את החוג, אף על פי שהיא עדיין אוהבת לרקוד ורוצה להשתפר.

נספח 2

דיון:

1. רוני אוהבת לרקוד, אך מרגישה בודדה בחוג. כיצד אפשר להתמודד עם מצב שבו הרצון להשיג מטרה מתנגש עם קושי רגשי או חברתי?

2. כיצד תחושת השייכות לקבוצה יכולה להשפיע על הרצון שלנו להתמיד ולהצליח במשהו שחשוב לנו?

3. כיצד התנהגות של חברי הקבוצה יכולה לחזק או להחליש את הרצון של אדם להמשיך ולהתמודד עם אתגר?

4. למי רוני יכולה לפנות לקבלת עזרה או עצה, וכיצד התמיכה של אחרים יכולה לסייע לה?

5. מה חשוב יותר בעיניכם: להתמיד במטרה שהצבנו לעצמנו או להרגיש טוב בדרך להשגתה? האם אפשר לשלב בין השניים?



כרטיסיית דילמה 1

לשחק בקבוצה או לבד?



נועה עברה לכיתה חדשה. היא רוצה להצטרף לקבוצת ילדים שמשחקים יחד בהפסקות, אבל בכל פעם שהיא מתקרבת, הם כבר באמצע משחק ולא תמיד שמים לב אליה. אחרי כמה ניסיונות היא מתחילה לחשוב שאולי עדיף לה להפסיק לנסות ולשחק לבד.

דיון

1. מה יכול לעזור לנועה להתמודד עם הקושי ולהמשיך לנסות להשתלב בכיתה?

2. נועה יכולה לפנות לקבלת עזרה או עצה. כיצד הדבר יכול לעזור לה לא לוותר על הרצון להשתלב?

3. כיצד חברים לכיתה יכולים לעזור לנועה להרגיש שייכת ולהשתלב במשחק?

כרטיסיית דילמה 2

כשקשה להשלים עם חבר



אורי ורועי הם חברים טובים. לאחר ויכוח על חוקי משחק, הם כועסים זה על זה ומפסיקים לדבר. אורי מתגעגע לחברות שלהם ורוצה להשלים אבל הוא חושש שרועי עדיין כועס עליו. הוא ניסה פעם אחת לדבר איתו, ורועי לא היה מוכן לשוחח.

דיון

1. מה אורי יכול לעשות כדי לפייס את רועי?

2. איך אפשר להתמיד בניסיון להשלים, ובו בזמן לכבד את המרחב והרגשות של החבר?

3. למי אורי יכול לפנות על מנת לקבל עצה?

כרטיסיית דילמה 3

האם להמשיך להתאמן?



מיה רוצה להשתתף בתחרות הספורט הבית-ספרית. היא מתאמנת בריצה, אבל מרגישה שחברותיה מצליחות לרוץ מהר יותר ממנה. בכל פעם שהיא משווה את עצמה אליהן, היא מתאכזבת וחושבת שאולי אין טעם להמשיך להתאמן.

דיון

1. איך מיה יכולה להתמודד עם האכזבה ולהמשיך להתמיד באימונים למרות הקושי?

2. מי יכול לעזור למיה לשמור על מוטיבציה ולהאמין ביכולת שלה?

3. איך עידוד ותמיכה של חברות יכולים לחזק את אמונה שלה בעצמה?

כרטיסיית דילמה 4

האם להמשיך ללמוד למבחן?



עידו למד למבחן בחשבון והתכונן אליו במשך כמה ימים. כשהחזירו את המבחנים, הוא גילה שהציון שקיבל נמוך ממה שציפה. הוא התאכזב והרגיש שכל המאמץ שהשקיע לא השתלם. לקראת המבחן הבא הוא מתלבט אם להשקיע שוב זמן בלמידה כי הוא חושש שגם הפעם לא יצליח.

דיון

1. מה יכול לעזור לעידו למצוא את הכוח להמשיך להתכונן למבחן הבא גם אחרי שהתאכזב מהתוצאה?

2. כיצד בקשת עזרה מהמורה, מחבר או מבן משפחה יכולה לעזור לעידו להתמיד בלמידה?

3. איך אפשר לדעת שהמאמץ שלנו מקדם אותנו, גם אם עדיין לא הגענו לתוצאה שרצינו?

בנק הערכים

שייכות	אמפתיה	התמדה	כבוד הדדי	הקשבה
אחדות	קבלת השונה	אחריות אישית ומשותפת	שיתוף פעולה	יושר והגינות
פיוס וסליחה	נתינה ורוחב לב	אמונה ותקווה	הכרת תודה	סובלנות
סבלנות ואיפוק	עזרה הדדית	גמישות	אומץ לב	אכפתיות ורגישות





מגעגוע למעשה

הערכה פותחה ביחידה לחינוך חברתי ערכי שבאגף לחינוך יסודי

אורית צאירי, ממונה על החינוך החברתי ערכי
וצוות המטה: שירה ידידיה, אורטל ליבנה, איבי זך יצחקי, מרי גרבי, בתאל גואטה ממן ואבישג צור



