פותחים שבוע • נפרדים משבוע – חט״ב (ז׳–ט׳) • ממלכתי־דתי • חלק ב: מ־31.1 עד 2.7.2027

חוברת שנתית למורה: לכל שבוע ערך, סיפור, שאלות, חידה, מטרות ומעגל סיכום – עם רגע של פרשה ומילים מהפרשה לחיים

איך משתמשים: ביום ראשון פותחים את מצגת "פותחים שבוע", וביום שישי את "נפרדים משבוע". החוברת מרכזת את כל התוכן כדי שאפשר יהיה להתכונן מראש או לעבוד בלי מסך.

התאריכים העבריים והפרשות חושבו אוטומטית – לוודא מול לוח השנה של בית הספר.

ענווה – שבוע 31.1 עד 5.2.2027 • כ״ג שבט תשפ״ז

להכיר בכוחות שלנו בלי להתנשא, ולהשאיר מקום גם לאחרים • המשפט של השבוע: "מי שיודע הרבה יודע גם כמה עוד אפשר ללמוד"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מיכאל הוא הכי טוב בכיתה במחשבים, ולפעמים זה נשמע בקול שלו. כשליה שאלה אותו שאלה פשוטה, הוא ענה: את לא יודעת את זה? ליה השתתקה ולא שאלה יותר. בערב מיכאל חשב על הרגע הזה, ובבוקר ניגש אליה.

- מה מיכאל יכול להגיד לליה בבוקר?
- איך אפשר לעזור לאחרים בלי לגרום להם להרגיש קטנים?

פרשת משפטים

"ואתם ידעתם את נפש הגר כי גרים הייתם בארץ מצרים" (שמות כג, ט) – לוודא

הפסוק לא מסתפק בציווי – הוא פונה לזיכרון ולרגש: אתם יודעים מה מרגיש מי שזר. החוויה שלנו כחדשים, בכיתה או בשכונה, יכולה להפוך לרגישות כלפי מי שמגיע אחרינו.

שאלה: איך הרגשתם כשהייתם חדשים במקום כלשהו, ומה עזר לכם?

מילים מהפרשה לחיים: "נעשה ונשמע" (שמות כד, ז)

בני ישראל אמרו "נעשה ונשמע" – מוכנים להתחיל לפני שהבינו הכול. לפעמים מתוך העשייה עצמה, בתפילה, במצווה קטנה או במעשה טוב, אנחנו מבינים יותר. השבוע נתחיל משהו טוב גם אם עוד לא ברור לנו הכול.

שאלה: מה למדתם רק אחרי שהתחלתם לעשות אותו?

חידה: אני אף פעם לא עוצר, אי אפשר לראות אותי, ואף אחד לא יכול להחזיר אותי אחורה. מה אני? (תשובה: הזמן)

מטרות: לשאול שאלה גם כשאני חושב או חושבת שאני יודע • להזכיר מישהו שעזר לי כשמשבחים אותי • להקשיב עד הסוף לפני שאני מתקן או מתקנת

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מי שרוצה – ספרו על הצלחה של השבוע ועל מי שעזר לכם להגיע אליה

- 🙏 למי אתם רוצים להודות על עזרה שקטה שאולי אף אחד לא ראה?
- 🤍 העבירו מחמאה למישהו שעזר בשקט, בלי לבקש תשומת לב
- 💡 מה למדתי השבוע ממישהו אחר בכיתה?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 חשבו בשקט על דבר אחד שאתם טובים בו ועל דבר אחד שאתם עוד לומדים – שניהם בסדר גמור

🌤️ אופטימיות – שבוע 7.2 עד 12.2.2027 • ל׳ שבט תשפ״ז

להאמין שדברים יכולים להשתפר, ולחפש את הטוב גם ביום קשה • המשפט של השבוע: "גם ביום אפור מסתתרת קרן שמש קטנה – רק צריך לחפש"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: נועה עברה דירה באמצע השנה ולא הכירה אף אחד בכיתה החדשה. בשבוע הראשון היא אכלה לבד בהפסקה. היא החליטה שכל יום תגיד שלום למישהו אחד חדש. ביום הרביעי, אדל הזמינה אותה לשבת איתה.

- מה היה קורה אילו נועה הייתה מוותרת אחרי יום אחד?
- מה עוזר לכם לראות את הטוב ביום קשה?

📜 פרשת תרומה

"מאת כל איש אשר ידבנו לבו תקחו את תרומתי" (שמות כה, ב) – לוודא

המשכן נבנה מתרומות של מי שלבו רצה לתת. יש כאן רעיון יפה: מקום משותף נבנה הכי טוב כשכל אחד מביא משהו מעצמו, בחופש ובשמחה, ולא מתוך חובה.

שאלה: מה אתם יכולים להביא מעצמכם כדי לבנות כיתה טובה?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "ושכנתי בתוכם" (שמות כה, ח)

המשכן נבנה כדי שה' ישכון בתוך העם – בתוך האנשים, לא רק בתוך הבניין. גם הכיתה שלנו יכולה להיות מקום שבו מרגישים טוב ושייכים, כשכל אחד מביא משהו מעצמו.

שאלה: מה אתם מביאים מעצמכם כדי שהכיתה תהיה מקום טוב?

🧩 חידה: בכוס יש חצי מים. מוסיפים לה עוד רבע כוס, ואז שותים שליש כוס. כמה מים נשארו בכוס? (תשובה: 5/12 כוס (חמש חלקי שתים־עשרה): חצי ועוד רבע זה 9/12, פחות שליש (4/12) נשארים 5/12)

🎯 מטרות: לכתוב שלושה דברים טובים בכל ערב • להחליף משפט שלילי על עצמי במשפט מעודד • לעודד חבר או חברה לפני מבחן או משימה

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מי שרוצה – שתפו ברגע השבוע שהתחיל לא טוב והסתיים טוב יותר
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על כך שהרים לכם את מצב הרוח?
- 💗 העבירו מחמאה על חיוך, על עידוד או על מילה טובה שקיבלתם השבוע
- 💡 מה למדתי השבוע על הדרך שבה אני מסתכל או מסתכלת על דברים?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נשמו פנימה תקווה, נשפו החוצה דאגה, ותנו לשבוע הבא להגיע בנחת

🌱 שמירה על הסביבה – שבוע 14.2 עד 19.2.2027 • ז׳ אדר א׳ תשפ״ז

לדאוג לטבע, לאוויר, למים ולמקום שבו אנחנו חיים, היום ולמען הדורות הבאים • המשפט של השבוע: "כדור הארץ הוא הבית היחיד שלנו – בואו נשמור עליו יחד"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: הכיתה תכננה מסיבת סוף שנה עם הרבה כלים חד־פעמיים. ליה הציעה שכל אחד יביא צלחת וכוס מהבית. חלק אמרו שזה מסובך מדי. בסוף מצאו פתרון: כוסות רב־פעמיות של הכיתה, עם שם של כל תלמיד ותלמידה.

- איך אפשר לשכנע אחרים בלי להטיף?
- איזה שינוי ירוק הייתם רוצים לראות בכיתה?

📜 פרשת תצוה

"ויקחו אליך שמן זית זך כתית למאור להעלת נר תמיד" (שמות כז, כ) – לוודא

נר תמיד לא דולק מעצמו – צריך להכין שמן זך, לדאוג ולהדליק שוב ושוב. אולי כך גם באור שלנו: חברות, למידה או תקווה נשמרים בזכות טיפול קטן ויומיומי.

שאלה: איזה אור קטן אתם רוצים לשמור דולק בחיים שלכם?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "להעלת נר תמיד" (שמות כז, כ)

במשכן דלק נר תמיד, בכל יום מחדש. גם האמונה והתקווה צריכות שמן קטן כל יום – מילה טובה, רגע של שקט, תודה. השבוע נחשוב מה שומר את האור שלנו דולק גם בימים רגילים.

שאלה: מה ה"שמן" שעוזר לכם להמשיך כל יום?

🧩 חידה: אני עץ, אבל אין לי ענפים ולא עלים. מכינים אותי מנייר ומניחים עליי מילים. מה אני? (תשובה: עץ משפחה)

🎯 מטרות: להביא בקבוק רב־פעמי לבית הספר כל יום • להפריד פסולת בבית לפחים הנכונים • לאסוף חמישה פריטי פסולת בחצר או בשכונה

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מי שרוצה – ספרו על מעשה ירוק אחד שעשיתם או ראיתם השבוע
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לשמור על הכיתה או על החצר נקיים?
- 💗 העבירו מחמאה למי שראיתם דואג לסביבה – גם בדבר קטן
- 💡 מה למדתי השבוע על הטבע ועל ההשפעה שלי עליו?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 דמיינו עץ גדול ושקט, הקשיבו לרוח בעלים, ונשמו עמוק כמוהו

🤲 ערבות הדדית – שבוע 21.2 עד 26.2.2027 • י״ד אדר א׳ תשפ״ז

התחושה שכולנו קשורים זה לזה, ושכל אחד ואחת אחראים גם לטובת האחרים • המשפט של השבוע: "כשאחד נופל, כולנו מושיטים יד – ככה בונים כיתה חזקה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בעבודה קבוצתית, מאיה מתקשה ומרגישה שהיא מעכבת את כולם. שני חברים בקבוצה מתלוננים, אבל איתי אומר: אנחנו קבוצה – ההצלחה של כל אחד היא ההצלחה של כולנו. הם מחלקים מחדש את המשימות כך שכל אחד יתרום ממה שהוא טוב בו.

- מה הייתם אומרים לחברים שמתלוננים בקבוצה?
- איך מחלקים עבודה כך שכולם ירגישו שהם תורמים?

פרשת כי תשא

"העשיר לא ירבה והדל לא ימעיט ממחצית השקל" (שמות ל, טו) – לוודא

במחצית השקל אין הבדל בין עשיר לעני: כולם נותנים אותו סכום וכולם נספרים באותה מידה. כל אחד הוא רק חצי, ורק יחד נוצר משהו שלם.

שאלה: למה חשוב שבכיתה כל אחד ואחת ייספרו באותה מידה?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "ארך אפים ורב חסד" (שמות לד, ו)

אחרי חטא העגל ה' מתגלה כסבלני ומלא חסד ונותן הזדמנות נוספת. גם אנחנו יכולים ללמוד להאט את הכעס ולתת לאחרים, ולעצמנו, הזדמנות לתקן. השבוע ננסה לנשום עמוק לפני תגובה.

שאלה: מתי מישהו נתן לכם הזדמנות נוספת, ואיך הרגשתם?

חידה: חמישה חברים נפגשו, וכל אחד לחץ יד לכל אחד מהאחרים פעם אחת. כמה לחיצות ידיים היו? (תשובה: 10)

מטרות: להתקשר או לכתוב לחבר או חברה שלא היו בבית הספר • לעזור למישהו בשיעורי בית פעם אחת השבוע • לשים לב למי שיושב לבד ולהזמין להצטרף

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו מישהו דאג לכם או שאתם דאגתם למישהו
- למי אתם רוצים להודות על כך שהיה שם בשבילכם השבוע?
- העבירו מחמאה על רגע שבו מישהו חשב על האחר ולא רק על עצמו
- מה למדתי השבוע על הכוח של כיתה שדואגת לכל אחד ואחת?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- הסתכלו סביב המעגל וחשבו: כל מי שיושב כאן הוא חלק מאיתנו, ואנחנו חלק ממנו

קבלת השונה – שבוע 28.2 עד 5.3.2027 • כ״א אדר א׳ תשפ״ז

לכבד ולקבל אנשים שונים מאיתנו במראה, במנהגים, ביכולות ובדעות • המשפט של השבוע: "כמו בפאזל – דווקא החלקים השונים יוצרים תמונה שלמה"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בשיעור, מישהו צחק על המבטא של מיכאל כשקרא בקול. מיכאל השתתק והוריד את הראש. טל לא צחק, אבל גם לא אמר כלום. בהפסקה טל מתלבט: האם השתיקה שלו היא בעצם בחירה?

- מה טל יכול לעשות עכשיו, אחרי שהרגע עבר?
- למה לפעמים שותקים כשמישהו נפגע?

פרשת ויקהל

"וכל חכם לב בכם יבאו ויעשו" (שמות לה, י) – לוודא

התורה קוראת לחכמי ולחכמות הלב – אנשים שהכישרון שלהם מגיע גם מהלב. כל כישרון, גדול או קטן, מוצא מקום כשבונים משהו משותף.

שאלה: איזה כישרון שלכם הייתם רוצים לתרום לכיתה?

מילים מהפרשה לחיים: "שבת שבתון" (שמות לה, ב)

אחרי ששה ימים של עבודה ובנייה מגיעה השבת – יום של מנוחה וקדושה. השבת מזכירה לנו לעצור, להיות עם המשפחה, להודות ולהתחדש. גם מי שמציינים אותה בדרכים שונות יכולים למצוא בה רגע של שקט.

שאלה: מה הדבר שהכי מחכה לכם במנוחה של סוף השבוע?

חידה: איזה מספר יוצא דופן ולמה: 3, 5, 7, 9, 11? (תשובה: 9 – כי הוא היחיד שאינו מספר ראשוני (מתחלק ב־3))

מטרות: להכיר מנהג אחד של משפחה אחרת בכיתה • לעצור צחוק או עקיצה על מישהו • לעבוד בקבוצה עם מישהו שעוד לא עבדתי איתו

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – שתפו בדבר חדש שגיליתם השבוע על מישהו שונה מכם
- למי אתם רוצים להודות על כך שקיבל אתכם בדיוק כמו שאתם?
- העבירו מחמאה על משהו מיוחד ושונה שאתם אוהבים אצל חבר או חברה
- מה למדתי השבוע מאדם שחושב או חי אחרת ממני?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- חשבו בשקט: מה מיוחד בי? ואיזה כיף שכל אחד כאן מיוחד בדרך משלו

נדיבות – שבוע 7.3 עד 12.3.2027 • כ"ח אדר א' תשפ"ז

לתת מכל הלב – זמן, עזרה, מילה טובה או חפץ – בלי לצפות לתמורה • המשפט של השבוע: "מה שנותנים באהבה – חוזר אלינו כחיוך"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: נדיבות היא לא רק כסף או מתנות. איתי מצטיין בשרטוט, והוא שם לב שאלמז מתקשה במשימת האמנות. במקום לעשות בשבילה, הוא יושב איתה רבע שעה ומראה לה טריק פשוט. למחרת היא מלמדת את הטריק לעוד שני תלמידים.

- מה ההבדל בין לעשות בשביל מישהו לבין ללמד אותו?
- מה אתם יכולים לתת לאחרים מהכישרון שלכם?

פרשת פקודי

"וירא משה את כל המלאכה והנה עשו אתה" (שמות לט, מג) – לוודא

לפני הברכה באה ההתבוננות: משה רואה את כל המלאכה ומכיר בעבודה של כל אחד. לפעמים הדבר החשוב ביותר בסוף מאמץ משותף הוא לעצור, לראות ולהגיד תודה.

שאלה: על איזו עבודה של מישהו אחר הייתם רוצים לומר תודה השבוע?

מילים מהפרשה לחיים: "מלא את המשכן" (שמות מ, לד)

כשסיימו לבנות, כבוד ה' מילא את המשכן. אחרי מאמץ גדול מגיע רגע של שלמות ושמחה. השבוע נשים לב לרגעים שבהם הרגשנו שמה שעשינו יחד מלא במשמעות ובברכה.

שאלה: איזה מאמץ שלכם הרגיש השבוע הכי משמעותי?

חידה: לאמא של מאיה יש 12 עוגיות. היא נותנת חצי לשכנים, ומהשאר שליש לסבתא. כמה עוגיות נשארו? (תשובה: 4 (חצי מ־12 זה 6, שליש מ־6 זה 2, ונשארו 4))

מטרות: ללמד מישהו משהו שאני טוב או טובה בו • לתת מזמני לעזרה בבית או בשכונה • לכתוב פתק תודה למישהו שלא מצפה לו

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – ספרו על מתנה קטנה, מעשה או מילה שנתתם או קיבלתם השבוע
- למי אתם רוצים להודות על משהו שנתן לכם השבוע בלב רחב?
- העבירו מחמאה על רגע של נתינה שראיתם בכיתה
- מה למדתי השבוע על התחושה של לתת?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נשמו עמוק ודמיינו שאתם שולחים חיוך שקט לכל מי שיושב כאן במעגל

שליטה עצמית – שבוע 14.3 עד 19.3.2027 • ה׳ אדר ב׳ תשפ״ז

לעצור רגע לפני שמגיבים, ולבחור איך לפעול גם כשהרגשות חזקים • המשפט של השבוע: "בין מה שקרה לבין מה שאעשה – יש נשימה אחת שלי"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: איתי מקבל הודעה עוקצנית בקבוצת השכבה בזמן שיעורי הבית. האצבעות שלו כבר מקלידות תשובה חריפה. הוא שם את הטלפון בצד לעשר דקות, הולך לשתות מים, וחוזר. עכשיו הוא בוחר אם לענות, איך, ואם בכלל.

- למה כדאי לחכות לפני שעונים להודעה שמכעיסה?
- מה הייתם עונים במקום איתי – אם בכלל?

פרשת ויקרא

"או את האבדה אשר מצא" (ויקרא ה, כג) – לוודא

הפסוק מזכיר את האבדה בין דברים שיש להשיב. גם מה שמצאנו במקרה, בלי לעשות שום דבר רע, עדיין שייך למישהו אחר. יושר נבחן דווקא כשאף אחד לא יודע.

שאלה: מה אתם עושים כשאתם מוצאים משהו שאבד?

מילים מהפרשה לחיים: "אדם כי יקריב מכם" (ויקרא א, ב)

המילה קרבן קשורה למילה קרוב. מה שמקרב אותנו לה׳ הוא גם מה שאנחנו מוכנים לתת מעצמנו באהבה. השבוע נחשוב מה אנחנו יכולים לתת כדי להתקרב – למשפחה, לחברים ולמה שחשוב לנו.

שאלה: מה מקרב אתכם לאנשים שאתם אוהבים?

חידה: בשקית 3 סוכריות אדומות ו־3 ירוקות, ואסור להציץ. כמה סוכריות לפחות צריך להוציא כדי להיות בטוחים שיש לנו שתיים באותו צבע? (תשובה: 3)

מטרות: לחכות עשר דקות לפני שאני עונה להודעה מעצבנת • לשים את הטלפון בצד בזמן שיעורי הבית • לזהות את הסימן הראשון של כעס בגוף שלי

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו עצרתם לפני שהגבתם
- למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לכם להירגע ברגע קשה?

- העבירו מחמאה למי שראיתם מגיב ברוגע ובסבלנות השבוע
- מה למדתי השבוע על הרגשות שלי ועל מה שעוזר לי להירגע?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נשמו פנימה בארבע, החזיקו בארבע, נשפו בארבע – והרגישו את הגוף נרגע

גמישות מחשבתית – שבוע 21.3 עד 26.3.2027 • י״ב אדר ב׳ תשפ״ז

היכולת לשנות תוכנית, לראות דברים מכמה צדדים ולמצוא פתרון חדש • המשפט של השבוע:
"כשהדרך נחסמת – מחפשים שביל אחר, לא מוותרים על היעד"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מיכאל בטוח שהדרך היחידה לפתור את התרגיל היא זו שהמורה הראתה, ונתקע. נועה פותרת אותו בדרך אחרת לגמרי, עם ציור. בהתחלה מיכאל אומר: זה לא נכון, ככה לא עושים. ואז הוא בודק, ומגלה שהתשובה זהה.

- למה קשה לנו לקבל דרך שונה משלנו?
- מה אפשר ללמוד מהדרך של מישהו אחר?

פרשת צו

"אש תמיד תוקד על המזבח לא תכבה" (ויקרא ו, ו) – לוודא

אש תמיד לא נשמרת בזכות רגע אחד של התלהבות, אלא בזכות התמדה – להוסיף עצים כל בוקר. כך גם עם דברים שחשובים לנו: הם צריכים טיפול קבוע ולא רק התחלה נלהבת.

שאלה: איזה דבר חשוב לכם הייתם רוצים להמשיך לעשות בהתמדה?

מילים מהפרשה לחיים: "אש תמיד תוקד" (ויקרא ו, ו)

על המזבח דלקה אש תמיד ולא כבתה. גם בתוכנו יש אש של רצון, אמונה והתלהבות, וצריך לשמור עליה גם כשקשה או משעמם. השבוע נחשוב מה מצית בנו את האש ומה עוזר לה להמשיך לבעור.

שאלה: מה גורם לכם להתלהב ולרצות להשקיע?

חידה: איך אפשר לקבל 4 מהמספרים 2, 2 בשלוש דרכים שונות? (תשובה: 2+2, 2×2, ו־2 בחזקת 2)

מטרות: לפתור תרגיל אחד בשתי דרכים שונות • להקשיב לדעה אחרת עד הסוף לפני שאני עונה • להכין תוכנית ב׳ למשימה חשובה

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו שיניתם תוכנית או דעה
- למי אתם רוצים להודות על רעיון שעזר לכם לראות משהו אחרת?
- העבירו מחמאה על פתרון יצירתי או על גמישות שראיתם אצל מישהו
- מה למדתי השבוע מדרך חשיבה שונה משלי?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- דמיינו עץ שמתכופף ברוח ולא נשבר, ונשמו לאט כמו הענפים שלו

עזרה לזולת – שבוע 28.3 עד 2.4.2027 • י״ט אדר ב׳ תשפ״ז

לשים לב למי שצריך, להושיט יד ולעזור – בבית, בכיתה ובקהילה • המשפט של השבוע: "יד אחת שמושטת יכולה לשנות למישהו את כל היום"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מאיה רואה בהפסקה ילד מכיתה ז׳ שהתיק שלו נפל והמחברות התפזרו, וכמה ילדים צוחקים. היא מתלבטת: אם תעזור, אולי יצחקו גם עליה. היא בכל זאת מתכופפת ואוספת איתו את המחברות, ועוד שתי בנות מצטרפות.

- מה עזר למאיה להחליט לעזור למרות החשש?
- מה קורה כשאדם אחד מתחיל לעזור?

פרשת שמיני

"ולהבדיל בין הקדש ובין החל ובין הטמא ובין הטהור" (ויקרא י׳, י) – לוודא

הפסוק מדגיש את היכולת "להבדיל": לעצור, להתבונן ולהבחין. בעולם מהיר, שבו הכול מתערבב, היכולת לשים לב להבדלים דקים, בין עיקר לטפל ובין חשוב לדחוף, היא מיומנות של חוכמה.

שאלה: באילו מצבים השבוע הייתם צריכים לעצור ולהבחין לפני שבחרתם?

מילים מהפרשה לחיים: "והתקדשתם והייתם קדשים" (ויקרא יא, מד)

קדושה לא נמצאת רק בבית הכנסת או בחג. היא מתחילה בדברים קטנים של יום רגיל: מילה טובה, אכילה בכבוד, שמירה על הגוף. השבוע אפשר להזמין קצת קדושה לתוך הרגעים הפשוטים שלנו.

שאלה: באיזה רגע קטן ורגיל אפשר להכניס השבוע משהו מיוחד וטוב?

חידה: שלושה ילדים מנקים את הכיתה ב־6 דקות. כמה זמן ייקח לשישה ילדים לנקות את אותה כיתה, אם כולם עובדים באותו קצב? (תשובה: 3 דקות)

מטרות: להציע עזרה בלימודים למישהו שמתקשה • לעזור לשכן או לשכנה בדבר קטן • לשים לב למי שנשאר לבד ולהזמין אותו להצטרף

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מי שרוצה – ספרו על עזרה שנתתם או קיבלתם השבוע
- למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לכם השבוע?
- העבירו מחמאה למי שראיתם עוזר לאחר – גם בדבר קטן
- מה למדתי השבוע על לעזור ועל לקבל עזרה?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- פתחו את כפות הידיים על הברכיים, ודמיינו שהן מחזיקות עוד רגע של טוב לשבוע הבא

אמון – שבוע 4.4 עד 9.4.2027 • כ״ו אדר ב׳ תשפ״ז

להאמין שאפשר לסמוך על מישהו, ולהיות בעצמנו אנשים שאפשר לסמוך עליהם • המשפט של השבוע: "אמון נבנה לאט, טיפה אחרי טיפה"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בעבודה בקבוצה, דניאל הבטיח להכין את השקפים עד יום רביעי. ביום רביעי בלילה עוד לא היה כלום, והקבוצה התחילה לדאוג. בבוקר התברר שדניאל עבד עד מאוחר וסיים, אבל שכח לעדכן. האם אמון הוא רק לעשות את המשימה, או גם לתקשר?

- מה גורם לכם להרגיש שאפשר לסמוך על מישהו?
- האם הבטחה קטנה שלא קוימה פוגעת באמון? למה?

פרשת תזריע

"והסגיר הכהן את הנגע שבעת ימים" (ויקרא יג, ד) – לוודא

בתורה הכהן לא קובע מיד, אלא ממתין שבוע ובודק שוב. יש כאן רעיון חשוב גם עבורנו: לפני שאנחנו שופטים אדם או מצב, כדאי לתת זמן, לבדוק שוב ולא למהר למסקנות.

שאלה: מתי קרה לכם ששפטתם משהו מהר, ואחר כך גיליתם שטעיתם?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "בדד ישב" (ויקרא יג, מו)

יש רגעים שבהם מישהו מרגיש לבד, גם כשהוא בתוך כיתה מלאה. אנחנו מאמינים שאף אחד אינו שקוף באמת, וכל אחד ואחת חשובים. השבוע נפקח עיניים: אולי מישהו לידנו יושב לבד ומחכה למילה חמה.

שאלה: מה אפשר לעשות כדי שאף אחד בכיתה לא ירגיש לבד?

🧩 חידה: נועה אמרה: "שלשום היה יום חמישי". איזה יום יהיה מחרתיים? (תשובה: יום שני (היום שבת, מחרתיים יום שני))

🎯 מטרות: לעמוד בכל מועד שקבעתי השבוע • לעדכן את הקבוצה אם משהו משתבש • לשמור סוד של חבר או חברה

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מתי השבוע מישהו סמך עליכם, או אתם סמכתם על מישהו?
- 🙏 למי תרצו להודות על שהיה אמין ושמר על המילה שלו?
- 💗 מחמאה על אמינות: "ראיתי שאפשר לסמוך עליך כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על בניית אמון?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נשימה עמוקה, ונזכור: כל הבטחה קטנה שקיימנו היא לבנה בבית של אמון

😄 שמחה – שבוע עד 11.4 עד 16.4.2027 • ד׳ ניסן תשפ״ז

תחושה טובה מבפנים שאפשר לגלות, לשמור עליה ולשתף בה אחרים • המשפט של השבוע: "שמחה שמתחלקת לא נגמרת, היא רק גדלה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בטיול השנתי ירד גשם, והתוכנית השתנתה. חצי מהקבוצה כעסה, וחצי התחילה לשיר באוטובוס. בסוף כולם זכרו דווקא את השירה. האם שמחה תלויה במה שקורה לנו, או במה שאנחנו בוחרים לעשות עם זה?

- האם אפשר לבחור לשמוח? מתי זה עבד לכם?
- מה ההבדל בין לצחוק עם מישהו לבין לצחוק על מישהו?

פרשת מצורע

"ויצא הכהן אל מחוץ למחנה" (ויקרא יד, ג) – לוודא

הכהן לא מחכה שהאדם יחזור לבד; הוא יוצא אליו, אל מחוץ למחנה. זה רעיון של הכלה: לפעמים התפקיד שלנו הוא ללכת לעבר מי שנמצא בשוליים ולעזור לו לחזור פנימה.

שאלה: מי בסביבה שלנו עשוי להרגיש "מחוץ למחנה", ואיך אפשר לצאת אליו?

מילים מהפרשה לחיים: "וכפר עליו הכהן" (ויקרא יד, יח)

תמיד אפשר להתחיל מחדש. גם אחרי טעות, גם אחרי ריב, הדלת לתיקון נשארת פתוחה. מי שמאמין יודע שגם בשמיים מחכים לנו באהבה. השבוע נזכור שאפשר לבקש סליחה, לסלוח, ולפתוח דף חדש.

שאלה: מה עוזר לכם להתחיל מחדש אחרי יום לא פשוט?

חידה: בשקית יש 3 סוכריות אדומות ו-3 ירוקות. בחושך, כמה סוכריות צריך להוציא לפחות כדי להיות בטוחים שיש שתיים באותו צבע? (תשובה: 3)

מטרות: לרשום כל ערב רגע אחד טוב • לשמח מישהו בלי שיבקש • לפרגן לחבר או חברה על הצלחה

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מה היה הרגע הכי שמח שלכם השבוע?
- למי תרצו להודות על ששימח אתכם השבוע?
- מחמאה של שמחה: "החיוך שלך עשה לי טוב כש..."
- מה למדתי השבוע על מה ששמח אותי?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נעצום עיניים לרגע ונחייך חיוך קטן לעצמנו, כי מגיע לנו

מנהיגות – שבוע 25.4 עד 30.4.2027 • י״ח ניסן תשפ״ז

היכולת להוביל אחרים בדוגמה אישית, בהקשבה ובאחריות למטרה משותפת • המשפט של השבוע: "מנהיג אמיתי הולך ראשון ודואג שאף אחד לא יישאר מאחור"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בטיול, הקבוצה של נועה הלכה לאיבוד בשביל. כולם התחילו לצעוק ולהאשים. נועה עצרה, ביקשה מכולם לשתות מים ולנשום, ואז שאלה מי זוכר את השלט האחרון. מנהיגות היא לא תמיד להיות הכי חזק, אלא להיות הכי רגוע כשקשה.

- תארו מנהיג או מנהיגה מהחיים שלכם, מה הם עושים אחרת?
- האם אפשר להוביל בלי תפקיד רשמי? איך?

📜 פרשת אחרי מות

"ושמרתם את חקתי ואת משפטי אשר יעשה אתם האדם וחי בהם" (ויקרא יח, ה) – לוודא

המילים "וחי בהם" מדגישות שהכללים והערכים נועדו לחיים, לא כנטל. אפשר לשאול איך כללים בחיים שלנו, בבית ובכיתה, עוזרים לנו לחיות טוב יותר ולא רק מגבילים.

שאלה: איזה כלל בחיים שלכם עוזר לכם לחיות טוב יותר?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "לפני ה' תטהרו" (ויקרא טז, ל)

כמו שגוף צריך מקלחת, גם הלב צריך לפעמים ניקוי. אפשר לעמוד לפני הקדוש ברוך הוא בכנות, לספר מה הכביד עלינו ולהשאיר את זה מאחור. השבוע נתחיל נקיים: בלי טינה ישנה ועם הרבה תקווה.

שאלה: איזו מחשבה או הרגשה הייתם רוצים להשאיר מאחור ולהתחיל נקי?

🧩 חידה: בתור לקולנוע עומדים ילדים. ליה עומדת חמישית מההתחלה וגם חמישית מהסוף. כמה ילדים בתור? (תשובה: 9)

🎯 מטרות: להוביל משימה קטנה בכיתה • לשאול את דעת מי ששותק • להתנדב לתפקיד אחד השבוע

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מתי השבוע ראיתם מישהו מוביל בדרך טובה?
- 🙏 למי תרצו להודות על שהוביל, ארגן או עזר לכולם?
- 💗 מחמאת מנהיגות: "ראיתי איך דאגת לכולם כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על להוביל ועל להקשיב?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נשב רגע בשקט ונזכור: כל אחד ואחת מאיתנו יכולים להאיר דרך למישהו

🙌 התנדבות – שבוע 2.5 עד 7.5.2027 • כ״ה ניסן תשפ״ז

לתת מזמננו ומכוחנו לאחרים מרצון, בלי לצפות לתמורה • המשפט של השבוע: "הידיים שלנו קטנות, אבל ביחד הן עושות דברים גדולים"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בכיתה הציעו לבקר בבית אבות פעם בחודש. חלק מהתלמידים התלהבו, וחלק אמרו שזה מביך ולא יודעים על מה לדבר. אחרי הביקור הראשון התברר שהדיירים פשוט רצו לשמוע על החיים שלהם ולשחק שש-בש. מה עוזר לנו לעבור את המבוכה הראשונה?

- מה עוצר אותנו לפעמים מלהתנדב?
- איזו בעיה בשכונה או בבית הספר הייתם רוצים לפתור בהתנדבות?

פרשת קדושים

"ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח) – לוודא

שלוש מילים קצרות שהפכו לאחד הרעיונות המוכרים ביותר. יש בהן גם הנחה מעניינת: כדי לאהוב את האחר "כמוך", צריך קודם ללמוד לכבד ולאהוב את עצמנו.

שאלה: מה פירוש בעיניכם לאהוב את האחר "כמוך"?

מילים מהפרשה לחיים: "קדשים תהיו" (ויקרא יט, ב)

להיות קדוש לא אומר להיות מושלם. זה אומר לבחור שוב ושוב בטוב: לדבר יפה, לעזור, לשמור על ההבטחות שלנו. בכל אחד ואחת מאיתנו יש ניצוץ של קדושה, והשבוע נוכל לתת לו להאיר.

שאלה: מה זה בשבילכם להיות אדם טוב במעשים קטנים?

חידה: שלושה מתנדבים צובעים גדר בשלוש שעות. כמה זמן ייקח לשישה מתנדבים לצבוע את אותה גדר, אם כולם עובדים באותו קצב? (תשובה: שעה וחצי)

מטרות: למצוא מקום התנדבות שמעניין אותי • להקדיש שעה אחת לעזרה לאחרים • לעזור לתלמיד צעיר בשיעורי בית

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- במה עזרתם השבוע בלי שביקשו מכם?
- למי תרצו להודות על שנתן מזמנו בשבילכם?
- מחמאת נתינה: "ראיתי שהתנדבת ל... וזה היה מקסים"
- מה למדתי השבוע על לתת מעצמי?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נניח יד על הלב ונרגיש כמה טוב שיש לנו ידיים שיכולות לעזור

משפחה – שבוע 9.5 עד 14.5.2027 • ב׳ אייר תשפ״ז

האנשים הקרובים שדואגים לנו ושאנחנו דואגים להם, בכל צורה ובכל גודל • המשפט של השבוע: "משפחה היא לא איך היא נראית, אלא איך מרגישים בה"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: ליה מרגישה שבבית לא מבינים אותה. כל שיחה עם ההורים נגמרת בוויכוח על זמן מסך ושיעורים. יום אחד היא הציעה לאמא ללכת יחד לקנות גלידה, בלי לדבר על בית הספר. השיחה שהייתה שם הפתיעה את שתיהן. איך יוצרים רגעים טובים גם כשיש מתחים?

- מה עוזר לכם להרגיש שמבינים אתכם בבית?
- איך אפשר לפתור ויכוח בבית בדרך מכבדת?

פרשת אמור

"ולקט קצירך לא תלקט לעני ולגר תעזב אתם" (ויקרא כג, כב) – לוודא

התורה מלמדת להשאיר מקום לאחרים כבר בתוך העבודה שלנו, לא רק אחרי שסיימנו. הנתינה כאן שקטה ומכבדת: מי שצריך אוסף בעצמו, בלי להרגיש מבוכה.

שאלה: איך אפשר "להשאיר בשדה" משהו לאחרים בחיים שלנו היום?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "ונקדשתי בתוך בני ישראל" (ויקרא כב, לב)

השם הטוב של האמונה נבנה בתוכנו, דרך האופן שבו אנחנו מתנהגים. כשאנחנו הגונים, אדיבים ואמינים, אנשים רואים כמה יופי יש בדרך הזאת. השבוע כל מעשה טוב שלנו יכול להיות קידוש השם קטן.

שאלה: איזה מעשה קטן שלכם יכול לגרום למישהו לחייך השבוע?

חידה: לכל בן במשפחה יש שני אחים ושלוש אחיות. כמה ילדים וילדות יש במשפחה? (תשובה: 6 (שלושה בנים ושלוש בנות))

מטרות: לשאול מישהו במשפחה על הילדות שלו • לבלות זמן משפחתי בלי מסכים • לעזור לאח, אחות או בן משפחה

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מה היה רגע משפחתי טוב השבוע?

- 🙏 למי מהבית תרצו להודות, ועל מה?
- 💗 מחמאה למישהו מהבית: "אני אוהב/ת כשאת/ה..."
- 💡 מה למדתי השבוע על המשפחה שלי או על משפחות אחרות?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נעצום עיניים ונשלח מחשבה טובה לכל מי שמחכה לנו בבית

🕊️ שלום ופתרון מחלוקות – שבוע 16.5 עד 21.5.2027 • ט׳ אייר תשפ״ז

לפתור ויכוחים במילים, בהקשבה ובחיפוש פתרון שטוב לכולם • המשפט של השבוע: "בוויכוח טוב לא מנצחים את השני, מנצחים את הבעיה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: שתי חברות טובות, נועה ומאיה, רבו בקבוצת ההודעות של הכיתה. כל אחת כתבה משהו פוגע, ועוד תלמידים הצטרפו. נועה הבינה שבכתב הכול נשמע חריף יותר, ושלחה הודעה אישית: "אפשר לדבר מחר בהפסקה?". למה לפעמים קל יותר לפתור מחלוקת פנים מול פנים?

- למה ויכוח בהודעות מתלקח מהר יותר?
- מה אפשר לומר כדי לפתוח שיחת פיוס?

📜 פרשת בהר

"וכי ימוך אחיך ומטה ידו עמך והחזקת בו" (ויקרא כה, לה) – לוודא

המילה "והחזקת" מתארת עזרה שמונעת נפילה, לא רק עזרה אחרי שכבר נפלו. לשים לב מוקדם ולתמוך ברגע הנכון זו דרך לשמור על כבודו של האחר.

שאלה: איך אפשר לעזור למישהו לפני שהוא "נופל"?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "כי לי הארץ" (ויקרא כה, כג)

הארץ והעולם אינם רק שלנו, הם פיקדון שקיבלנו לשמור עליו. מי שמאמין רואה בכל עץ, טיפת מים ופינה ירוקה מתנה. השבוע נשמור על הסביבה שלנו, בכיתה, בחצר ובבית, כמו על משהו יקר שהופקד בידינו.

שאלה: איך אפשר לשמור השבוע על המקום שבו אנחנו לומדים?

🧩 חידה: שני חברים רוצים לחלק עוגה בצורה הוגנת, בלי ויכוח. איזו שיטה מבטיחה ששניהם יהיו מרוצים? (תשובה: אחד חותך, והשני בוחר ראשון)

🎯 מטרות: להקשיב עד הסוף לפני שעונים • לא להמשיך ויכוח בהודעות • להציע פתרון שטוב לשני הצדדים

🏘️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ⭐ מתי השבוע הצלחתם לפתור מחלוקת בדרך טובה?
- 🙏 למי תרצו להודות על שעזר להשלים או הרגיע ויכוח?
- 💗 מחמאת שלום: "ראיתי איך הקשבת גם כשלא הסכמת..."
- 💡 מה למדתי השבוע על פתרון ויכוחים?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נשאף שלום, ננשוף כעס, ונשאיר בלב רק את מה שטוב

💬 מילים טובות – שבוע 23.5 עד 28.5.2027 • ט״ז אייר תשפ״ז

לבחור במילים שבונות, מעודדות ומחממות את הלב, בדיבור ובכתב • המשפט של השבוע: "למילים יש כוח: הן יכולות לבנות גשר או חומה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בקבוצת ההודעות של השכבה מישהו העלה תמונה מצחיקה של תלמידה, וההודעות התחילו לרוץ. ליה כתבה: "בואו נמחק, לא היינו רוצים שיעשו את זה לנו". כמה תלמידים כתבו מיד "צודקת", והתמונה נמחקה. כמה אומץ צריך כדי לכתוב מילה טובה ראשונים?

- למה לפעמים קל יותר לכתוב מילה פוגעת מאשר לומר אותה?
- איך מגיבים ברשת בצורה מכבדת?

📜 פרשת בחוקותי

"ונתתי שלום בארץ ושכבתם ואין מחריד" (ויקרא כו, ו) – לוודא

הברכה מתארת שלום פשוט ויומיומי: אפשר לישון בשקט. אפשר לשאול מה כל אחד מאיתנו יכול לעשות כדי ליצור תחושת ביטחון ושקט בכיתה, בבית ובין החברים.

שאלה: מה עוזר לכם להרגיש בטוחים ורגועים?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "ונתתי שלום בארץ" (ויקרא כו, ו)

שלום הוא ברכה גדולה שאנחנו מבקשים, אבל גם משהו שאנחנו יכולים לבנות בעצמנו. כל ויתור קטן, כל מילה מרגיעה וכל חיוך מוסיפים עוד אבן לשלום. השבוע נשתדל להביא קצת שלום לכיתה ולבית.

שאלה: מה אתם יכולים לעשות השבוע כדי להוסיף שלום סביבכם?

חידה: אני מילה בת שלוש אותיות שנקראת אותו דבר מימין ומשמאל. אומרים אותי לאדם שהכי דואג לנו בבית. מה אני? (תשובה: אמא)

מטרות: לכתוב תגובה מפרגנת אחת ביום • לעצור הודעה פוגעת לפני שליחה • להגן במילים על מי שנפגע

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- איזו מילה טובה שמעתם או אמרתם השבוע?
- למי תרצו להודות על מילה טובה שאמר לכם?
- שרשרת מילים טובות: כל אחד מוסר מילה אחת מחממת לבא בתור
- מה למדתי השבוע על הכוח של המילים?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נלחש לעצמנו מילה טובה אחת, ונשמור אותה בכיס לכל השבוע

בריאות ואיזון – שבוע 30.5 עד 4.6.2027 • כ״ג אייר תשפ״ז

לדאוג לגוף ולנפש: תנועה, שינה, אוכל טוב, מנוחה וזמן לעצמנו • המשפט של השבוע: "גם הסוללה שלנו צריכה טעינה, לא רק של הטלפון"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מיכאל רשום לשלושה חוגים, משחק בנבחרת ולומד לבגרות מוקדמת במתמטיקה. בהתחלה הכול היה מלהיב, אבל עכשיו הוא מרגיש שאין לו זמן לנשום. הוא מפחד לוותר על משהו ולאכזב. איך יודעים מתי "יותר" הופך ל"יותר מדי"?

- איך יודעים שלקחנו על עצמנו יותר מדי?
- מה אתם עושים כדי להירגע אחרי יום עמוס?

פרשת במדבר

"שאו את ראש כל עדת בני ישראל" (במדבר א, ב) – לוודא

הביטוי "שאו את ראש" פירושו לספור, אבל אפשר לקרוא בו גם "להרים את הראש": כל אדם נספר, וזה נותן לו כבוד. בכיתה כמו בעם, לכל אחד יש מקום משלו.

שאלה: מתי הרגשתם ש"סופרים" אתכם, שאתם חשובים?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "שאו את ראש" (במדבר א, ב)

במניין העם נספר כל אחד ואחת בנפרד, ואף אחד לא נעלם בתוך ההמון. אנחנו מאמינים שכל אדם חשוב ונראה, גם כשהוא מרגיש קטן. השבוע נרים את הראש בגאווה ונזכור שלכל אחד מאיתנו יש מקום.

שאלה: מתי הרגשתם שרואים אתכם באמת, ומה זה עשה לכם?

🧩 חידה: שרון ישנה 8 שעות כל לילה. כמה ימים שלמים היא ישנה בשבוע אחד? (תשובה: שני ימים ושמונה שעות (56 שעות))

🎯 מטרות: לכבות מסכים חצי שעה לפני השינה • לזוז או להתעמל 20 דקות ביום • לאכול ארוחת בוקר כל יום

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מה עשיתם השבוע כדי לשמור על הגוף ועל הנפש?
- 🙏 למי תרצו להודות על שדאג לכם לאוכל, לשינה או למנוחה?
- 💗 מחמאה של איזון: "ראיתי שידעת לעצור ולנוח כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על מה שמטעין אותי?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נשאף לאט דרך האף, ננשוף לאט דרך הפה, ונרגיש את הגוף נרגע

🎯 הצבת מטרות – שבוע 6.6 עד 11.6.2027 • א׳ סיון תשפ״ז

לבחור לאן רוצים להגיע, ולתכנן צעדים קטנים וברורים בדרך • המשפט של השבוע: "חלום עם תוכנית הופך למטרה, ומטרה עם צעדים הופכת להצלחה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: אדל רוצה לשפר את הציון שלה באנגלית. בהתחלה כתבה לעצמה "להשתפר", ולא קרה כלום. אחר כך כתבה: "ללמוד עשר מילים חדשות כל שבוע ולדבר עם המורה פעם בשבועיים". פתאום היה לה ברור מה לעשות. מה ההבדל בין משאלה לבין מטרה?

- מה ההבדל בין משאלה לבין מטרה?
- איך אפשר לעקוב אחרי ההתקדמות שלנו?

פרשת נשא

"יברכך ה' וישמרך" (במדבר ו, כד) – לוודא

ברכת הכהנים פותחת בשתי בקשות פשוטות: שיהיה טוב, ושנהיה שמורים. יש בה עוצמה של מילים: ברכה טובה שאומרים לאדם יכולה ללוות אותו ולחזק אותו.

שאלה: איזו ברכה הייתם רוצים לתת לחבר או לחברה השבוע?

מילים מהפרשה לחיים: "יברכך ה' וישמרך" (במדבר ו, כד)

ברכה היא מתנה שלא עולה כסף ויכולה לשנות יום שלם. אפשר לברך את עצמנו, את החברים ואת המשפחה, ולבקש שנהיה שמורים ומוגנים. השבוע נתרגל לתת ברכה קטנה ואמיתית למישהו אחר.

שאלה: איזו ברכה הייתם רוצים לתת לכיתה לשבוע הזה?

חידה: צפרדע בתחתית באר בעומק 10 מטרים. ביום היא קופצת 3 מטרים למעלה, ובלילה מחליקה 2 מטרים למטה. ביום הכמה תצא מהבאר? (תשובה: ביום השמיני)

מטרות: לכתוב מטרה ברורה ומדידה לשבוע • לחלק אותה לשלושה צעדים • לבדוק ביום חמישי איפה אני עומד/ת

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- איזה צעד קטן לקראת מטרה עשיתם השבוע?
- למי תרצו להודות על שעזר לכם להתקדם?
- מחמאת התקדמות: "ראיתי איך התאמנת והתקדמת ב..."
- מה למדתי השבוע על הדרך להגיע למטרה?
- שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- נדמיין את המטרה שלנו, ננשום עמוק, ונדע שכל צעד קטן נחשב

טעויות כהזדמנות – שבוע 13.6 עד 18.6.2027 • ח׳ סיון תשפ״ז

לראות בטעות שיעור ולא כישלון, ולנסות שוב בדרך חדשה • המשפט של השבוע: "מי שלא טועה, כנראה לא ניסה משהו חדש"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: טל שלחה בטעות הודעה לקבוצה הלא נכונה, ובה היא כתבה שהיא לחוצה מהופעה. היא התביישה מאוד. להפתעתה, שלוש בנות ענו שגם הן לחוצות, ונוצרה ביניהן שיחה מחזקת. לפעמים טעות

פותחת דלת שלא ידענו שקיימת. מתי זה קרה לכם?

- מתי טעות הובילה אתכם למשהו טוב?
- מה ההבדל בין להסתיר טעות לבין לתקן אותה?

📜 פרשת בהעלותך

"בהעלתך את הנרת אל מול פני המנורה יאירו שבעת הנרות" (במדבר ח, ב) – לוודא

שבעת הנרות פונים אל מרכז המנורה ומאירים יחד. אפשר לראות בזה דימוי לקבוצה: לכל אחד אור משלו, וכשכולם פונים למטרה משותפת, האור גדול יותר.

שאלה: איך האור המיוחד שלכם יכול להוסיף לכיתה?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "על פי ה' יחנו" (במדבר ט, יח)

במדבר לא תמיד ידעו מתי ימשיכו ומתי יעצרו, וסמכו על ההשגחה. גם אצלנו יש שבועות של שינויים ותוכניות שמתחלפות. אמונה יכולה לתת לנו כוח לזרום, להירגע ולסמוך שנמצא את הדרך גם כשהיא לא ברורה.

שאלה: מה עוזר לכם להתמודד כשתוכנית משתנה פתאום?

🧩 חידה: בדף כתוב: 7 + 7 ÷ 7 + 7 × 7 – 7. חברה פתרה ויצא לה 7. מה התוצאה הנכונה לפי סדר פעולות החשבון? (תשובה: 50)

🎯 מטרות: לבדוק טעות אחת במבחן ולהבין אותה • לא לצחוק על טעות של אחרים • לשתף טעות שלמדתי ממנה

🏙️ נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ⭐ איזו טעות לימדה אתכם משהו השבוע?
- 🙏 למי תרצו להודות על שעזר לכם לתקן טעות?
- 💗 מחמאת אומץ: "ראיתי שלא ויתרת אחרי ש..."
- 💡 מה למדתי השבוע מטעות של עצמי או של אחרים?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נגיד לעצמנו בשקט: מותר לטעות, ואני ממשיך/ה ללמוד

רגישות לזולת – שבוע 20.6 עד 25.6.2027 • ט״ו סיון תשפ״ז

לשים לב לרגשות ולצרכים של אחרים, ולהגיב בעדינות ובאכפתיות • המשפט של השבוע: "עיניים פקוחות ולב פתוח רואים יותר"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: ליה שמה לב שהחברה שלה, אדל, כבר שבוע לא צוחקת ולא אוכלת בהפסקה. כולם אמרו "זה יעבור". ליה שלחה לה הודעה קצרה: "אני פה אם בא לך לדבר". אדל ענתה רק יום אחרי, אבל כתבה: "תודה שראית אותי". מתי חשוב לשים לב, ומתי חשוב גם לספר למבוגר?

- מתי כדאי לספר למבוגר שחבר במצוקה?
- איך מראים אכפתיות בלי להביך?

פרשת שלח

"ונהי בעינינו כחגבים וכן היינו בעיניהם" (במדבר יג, לג) – לוודא

קודם כול המרגלים ראו את עצמם כחגבים, ורק אחר כך הניחו שכך רואים אותם אחרים. הפסוק מזמין לחשוב על הקשר בין הדימוי העצמי שלנו לבין האופן שבו אנחנו חושבים שאחרים רואים אותנו.

שאלה: מתי הרגשתם "קטנים", ומה עזר לכם להרגיש חזקים יותר?

מילים מהפרשה לחיים: "וה' אתנו אל תיראם" (במדבר יד, ט)

כשמשהו נראה גדול ומפחיד, קל לחשוב שאין סיכוי. אבל מי שמאמין יודע שהוא אף פעם לא לבד מול האתגר. השבוע, מול מבחן, משימה חדשה או מצב לא מוכר, נזכיר לעצמנו שיש כוח שמלווה אותנו.

שאלה: מה נותן לכם אומץ כשמשהו נראה לכם קשה או מפחיד?

חידה: בחדר 4 פינות. בכל פינה יושב חתול. מול כל חתול יושבים 3 חתולים. כמה חתולים יש בחדר? (תשובה: 4)

מטרות: לשלוח הודעה טובה למי שנראה עצוב • להתחשב במי שמתקשה בכיתה • לספר למבוגר אם משהו מדאיג אותי

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- מתי השבוע מישהו שם לב אליכם, או אתם שמתם לב למישהו?
- למי תרצו להודות על שראה אתכם והתחשב בכם?

- 💓 מחמאת רגישות: "שמתי לב שראית את... ועזרת לו/לה"
- 💡 מה למדתי השבוע על לשים לב לאחרים?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נקשיב לשקט בכיתה לרגע, ונשלח מחשבה טובה למי שצריך אותה

🌅 פרידה וסיכום – שבוע 27.6 עד 2.7.2027 • כ״ב סיון תשפ״ז

להסתכל אחורה בהכרת תודה על הדרך, ולהיפרד בלב פתוח לקראת המשך • המשפט של השבוע: "כל סוף הוא גם התחלה של משהו חדש"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בסוף השנה מיכאל קרא את מה שכתב ביום הראשון: "אני לא מכיר אף אחד ולא בטוח שאסתדר". הוא צחק, כי עכשיו יש לו קבוצת חברים קרובה. הוא הבין כמה השתנה בשנה אחת. מה השתנה אצלכם מאז תחילת השנה?

- מה השתנה אצלכם מאז תחילת השנה?
- איזה רגע מהשנה תזכרו גם בעוד עשר שנים?

📜 פרשת קרח

"ויצא פרח ויצץ ציץ ויגמל שקדים" (במדבר יז, כג) – לוודא

הפסוק מתאר צמיחה בשלבים: פרח, ציץ ושקדים בשלים. אפשר לראות בזה תזכורת לכך שגם אצלנו צמיחה קורית בשלבים, ושגם מה שנראה יבש וחסר סיכוי יכול להפתיע ולפרוח.

שאלה: באיזה תחום הייתם רוצים "לפרוח" השנה?

✨ מילים מהפרשה לחיים: "ויצץ ציץ ויגמל שקדים" (במדבר יז, כג)

ממקל יבש יצאו פרחים ושקדים, וזה הזכיר לכולם שגם במקום שנראה בלי חיים יכולה לצמוח ברכה. גם בנו יש כוחות שעוד לא פרחו. השבוע נאמין שאפשר לצמוח, להשתנות ולהפתיע את עצמנו.

שאלה: איזה כישרון או כוח הייתם רוצים שיפרח אצלכם השנה?

🧩 חידה: שנת לימודים התחילה ביום ראשון. היום ה-100 שלה (כולל היום הראשון, כולל שבתות) – באיזה יום בשבוע הוא נופל? (תשובה: יום שני (99 ימים אחרי ראשון = 14 שבועות ועוד יום אחד))

🎯 מטרות: לכתוב מכתב קצר לעצמי לשנה הבאה • לכתוב פתק תודה למורה או לחבר • לסכם שלושה דברים שלמדתי

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ מה היה הרגע הכי משמעותי שלכם השנה?
- 🙏 למי תרצו להודות על כל השנה?
- 💗 מחמאת סיכום: "השנה ראיתי אותך צומח/ת ב..."
- 💡 מה הדבר החשוב ביותר שלמדתי השנה?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נסגור עיניים, ניזכר ברגע טוב מהשנה, ונשמור אותו בלב

🥦 מסורת ושורשים – שבוע גמיש

להכיר את הסיפורים, המנהגים והמקומות שמהם באנו, ולכבד גם את של אחרים • המשפט של השבוע: "עץ עם שורשים עמוקים יכול לגדול גבוה"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בפרויקט "שורשים" דניאל לא ידע מה לכתוב, כי במשפחה שלו לא מדברים הרבה על העבר. הוא הלך לראיין את הדודה שלו, וגילה סיפור מרגש על מסע של המשפחה למדינה חדשה. פתאום הבין למה סבא שלו תמיד שומר כל פירור לחם. מה סיפורי משפחה יכולים ללמד אותנו?

- את מי במשפחה הייתם רוצים לראיין על העבר?
- איך שומרים על מסורת וגם מחדשים בה?

🧩 חידה: סבתא של אלמז נולדה בשנת 1950. היא ילדה את אמא של אלמז בגיל 25, ואמא של אלמז ילדה את אלמז בגיל 30. באיזו שנה נולדה אלמז? (תשובה: 2005)

🎯 מטרות: לראיין בן משפחה מבוגר • למצוא חפץ משפחתי ולשמוע את הסיפור שלו • להכיר מנהג מתרבות אחרת

נפרדים משבוע • קבלת שבת

- ☆ איזה סיפור או מנהג חדש שמעתם השבוע?
- 🙏 למי תרצו להודות על שסיפר לכם על העבר?
- 💗 מחמאה על שיתוף: "היה לי מעניין לשמוע על..."
- 💡 מה למדתי השבוע על השורשים שלי ושל אחרים?
- 🕯️ שבת שלום – נרות, קידוש וברכה, בבחירה ובעדינות
- 🌙 נדמיין עץ גדול עם שורשים עמוקים, ונרגיש יציבים ורגועים כמוהו