



כ"ב שבט | שכבה בוגרת - תחנה ראשונה

מבנה הפעילות:

תחנות בהן התלמידות עוברות (או תחנות שמגיעות אליהן לכיתה) ובהן הן לומדות על כל אחת מההתנהגויות הנדרשת בצניעות.

המוטיב העיקרי של הפעילות הינו האחריות לשמור ולשים לב למה שאנחנו מראים כלפי חוץ - להתנהגות, לדיבור, ולמה שאנחנו קולטים כלפי פנים - הראיה והשמיעה.

בסיום כל תחנה התלמידות מקבלות פריט אחר שיוכל לשמש אותן בסיום להכנת יצירה - בובה על עיפרון. בסיום כל התחנות ניתן לאסוף את החומרים, להשלים את שאר החלקים ולהדריך את הבנות בשלבי היצירה.

תחנה ראשונה: עין - צניעות העין - פעילות

הכנה ואביזרים:

- < דפים חלקים + עפרונות + דבק סלוטייפ
- < פריטים שונים (תמונות של הרבי, פריטים סתמיים, נר, פמוט, גביע, ועוד פריטים נוספים שקשורים לקדושה)
- < כרטיסי החידות
- < תמונה של הרבי.

שלב 1: כח הראיה הפיזי – אינה דומה שמיעה לראיה

התלמידות נחלקות לזוגות. כל בת מקבלת דף לבן, מתבקשת לצייר עליו ציור אחד ולהדביק את הדף על הגב של חברתה. לאחר מכן הזוגות מתערבבים, וכל בת מקבלת בת זוג אחרת. בכל זוג, כל אחת מתארת לחברתה מה מצויר על הגב וכל אחת מנסה לצייר על דף חדש את הציור שמצויר לה על הגב, בעזרת התיאורים שקיבלה בעל פה מבת הזוג שלה.

בסיום הפעילות התלמידות יכולות להוריד את הציור שיש להן על הגב ולראות האם הציור שציירו יצא דומה... כעת הן יכולות לצייר את אותו ציור לאחר שראו אותו בעצמן.

המורה תקיים דיון קצר עם הבנות: מה ההבדל בין המשימה הראשונה-בה הן לא ראו את הציור ונתבקשו לצייר אותו רק בעזרת הוראות בעל פה, לבין השלב השני בו ראו את הציור שלהן בעצמן. המורה תסביר את העניין של "אינה דומה שמיעה לראיה" - לפעמים כמה שאדם יהיה בעל כושר הסברה טוב, ויסביר המון זמן, לא נוכל לתפוס את התמונה. ואילו אם נראה אותה אפילו לשניה בודדת. כבר יהיה לנו קל לחקוק אותה בזכרוננו.

זאת אומרת, לראיה יש כח עצום היא בעצם הכלי היחיד שיש לבן אדם שמאפשר לו לתפוס ולהכיר את העולם במוחש. בלעדי הראיה לעולם לא היינו יכולים לתפוס ולהבין את כל מה שקורה סביבנו באמת.

שלב 2: השפעת הראיה על הנפש

אחרי שהבנות הבינו עד כמה כח הראיה חשוב מבחינה פיזית, המורה תסביר שכוחה של הראיה מתבטא עוד יותר מבחינה פסיכולוגית.

המורה תבקש מבת לעצום עיניים ואח"כ תבקש ממנה להגיד ארבע פרטים שהיא ראתה בילדה מסוימת מתחילת התוכנית. (צבע הגרביים שהיא לובשת, איפה היא יושבת כרגע, וכו') הילדה כמובן תצליח, אפשר לחזור על זה עם בת נוספת ולבקש ממנה ארבע פרטים על החדר בו הם נמצאות כרגע וכו'.

מתברר שהראיה היא כח כל כך חזק, שהמון פעמים מבלי משים בת מודע אנחנו רואים דברים והם נקלטים אצלנו ואנחנו אפילו יכולים לחזור עליהם ולהזכר בהם, וזה בזמן שלא השקענו שום מאמץ על מנת לקלוט את אותם

דברים. בשונה מאוכל שצריך לאכול, חומר לימודי שצריך לשנן, בראיה לא צריך לעשות כלום. על הדרך אנחנו פשוט רואים וקולטים דברים וזה נשמר בזכרוננו הרבה פעמים לנצח.

הרבי לימד אותנו שכבר לילדים קטנים ממש עלינו להיזהר מלהראות להם חיות לא טהורות, משום שהמראה הזה נחרת במח וחוֹדֵר לנפש וכשמראה לא טהור חודר לנשמה הוא מלכלך אותה, מכתים אותה ופוגע ביהודי לפעמים ח"ו בצורה בלתי הפיכה. ואפשר לראות במוחש שלפעמים גם כשאנחנו מאד רוצים לשכוח מראה מסוים שראינו התמונה קופצת לנו מול העיניים. כי זה חדר לתוכינו ונהיה חלק מאיתנו. החכמה היא להיות מודעות לכח הראיה שלנו ולדעת לסנן את מה שאנחנו מכניסות לתוך גופינו דרך הכלי הנפלא הזה-ראיה.

פעילות: המורה תבקש מכל הבנות לעצום עיניים. בזמן זה היא תניח על גבי השולחן המון חפצים גדולים וקטנים- חלקם הם דברים קדושים וטובים וחלקם סתם פריטים. (לדוג': פמוט, קופת צדקה, ספר קודש וכו' יחד עם בובת משחק, מטבע, עיפרון וכו'. אפשר להביא גם כל מיני תמונות שונות של הרבי- מחיך, רציני, מחלק דולרים וכו'). המורה תיתן את האות ואז כל הבנות יפתחו עיניים ויכללו להסתכל על החפצים במשך זמן מסוים- שהמורה תקציב מראש. לאחר מכן כולן תתבקשנה לעצום עיניים שוב. המורה תאסוף את החפצים ואז תבקש מהבנות לכתוב כמה שיותר חפצים שהן זוכרות שהן ראו, אבל הבנות צריכות לסנן! רק את החפצים שיש להם משמעות קדושה. חפץ ללא תוכן לא ייחשב. המנצחת היא הבת שזכרה הכי הרבה חפצים או פריטים קדושים.

שלב 3 – רואים דברים חיוביים!

כשם שאנחנו רואים כמה צריך להזהר מראיית דברים שליליים, אפשר להבין עד כמה חשוב להתבונן ולהסתכל בדברים טהורים וקדושים

התלמידות מקבלות כרטיסי חידה ועליהן לפתור אותם ולגלות על איזה דברים רצוי להסתכל. ניתן לחלק את התלמידות לקבוצות, ולתלות בכיתה חוט. כל קבוצה מקבלת חידה, ואת הפתרון עליה לתלות על החוט בעזרת אטב כביסה.

פתרונות החידות: *בעל חיים טהור *להסתכל בספר תורה (לאחר שהתלמידות פתרו חידה זו ניתן לספר על רבי יוחנן כהן גדול, שמסופר בגמרא שהיו מסתכלים עליו כדי להתפלל שהילדים יצאו כמותו) * להסתכל בפני נשיא הדור (גם זה כמובן משפיע ישירות על נשמתנו ומטהר אותה) פתרון זה מתקבל בעזרת סיפור:

"היה פעם יהודי חסידי שנפל למשכב. אחד מהחסידים ניגש לרבי מליובאוויטש על מנת לבקש עבור אותו יהודי ברכה לרפואה שלימה. הרבי שאל אותו אם בזמן שהרבי הריי"ץ היה בארץ, אותו יהודי היה בין האנשים שבאו לקבל את פניו. ענה לו החסיד שכן. "אם כך" ענה הרבי "אין מה לדאוג, המראה של הרבי שראה אותו יהודי, יחזק אותו ויתן לו רפואה שלימה!"

המורה תבקש מהבנות להביא דוגמאות, מאילו דברים שליליים אנו נדרשים להיזהר בראיה? עד כמה אנו מקפידים על הזהירות בראיה בדברים הללו בהשוואה להקפדה שלנו על חיות טמאות לתינוקות? בסיום התחנה יגבשו יחד רשימה של התנהגויות מצופות מבת שהיא בבחינת "נר מאיר" בהתאם למה שלמדנו בתחנה.

לסיום תחלק המורה תמונה של הרבי- ותספר שהיתה ילדה אחת שכתבה לרבי על כל מיני קשיים שהיו לה ואז הרבי כתב לה כך: תסתכל בתמונתו של כ"ק מו"ח אדמו"ר בעת שמרגישה חלישות רצונה הטוב ותזכור אשר גם הוא בהיותו רועה אמת של ישראל, מסתכל בה בשעה זו. ויועיל להנ"ל.

בסיום התחנה התלמידות תקבלנה פרצוף יחד עם עיניים זזות להשלמת הבובה.

יש להדביק את העיניים על הפרצוף ולהשלים את השערות מחומרים מתאימים כרצונכם.

חידה מס' 1

פתרו את החידה לפי ההוראות וגלו מהו הדבר עליו כדאי להסתכל ולהתבונן,
כהר מגיל צעיר ביותר!

1. השלימו את המילה החסרה בציטוט מפרקי אבות:

"היום קצר והמלאכה מרובה, והפועלים עצלים, והשיכר הרבה,
ו_____ הבית דוחק"

2. השלימו את המושג המתאים, מפרקי אבות פרק ה':

"מרבה תורה, מרבה _____"

3. מצאו את המילה העניה בפרק נ"א בתהילים, פסוק י"ה: _____

חידה מס' 2

השחירו רק את התאים בהם כתובות האותיות ה, ז.

א	כ	נ	ז	א	כ	מ	צ	מ	נ	ז	נ	נ	נ	נ
ו	כ	ב	ה	ס	ס	כ	כ	כ	ל	ב	ה	ק	ק	ק
כ	ב	ב	ז	ב	ה	ה	ה	ב	ה	ז	ב	ה	ה	ו
ק	ה	ה	ב	ה	ב	ה	ז	ה	ה	ה	ה	ז	ז	ו
נ	ב	ה	ז	ב	ב	ז	ז	ב	ב	ז	ז	ב	ז	א
ק	ה	ב	ב	ה	ה	ב	ב	ב	ז	ז	ז	ב	ב	א
כ	ב	ז	ב	כ	נ	נ	נ	כ	כ	ן	ב	ב	ב	ק
ו	ג	ז	ב	ק	א	ק	ק	צ	ר	ן	ז	ז	ו	ו

מה יצא? _____

מה יצא? _____

חידה מס' 3

קראו את הסיפור:

פעם היה איזה יהודי חסדי שחלה ונפל למשכב.
אחד החסידים ניגש לרבי מליובאוויטש על מנת לבקש עבור אותו יהודי ברכה לרפואה שלימה.

שאל הרבי: לפני כמה שנים היה חמי, האדמו"ר הריי"צ בארץ ישראל, האם באותו זמן היהודי שכעת חולה הגיע לקבל את פני האדמו"ר הריי"צ ולראות את פניו?

החסיד ענה שכן.

"אם כך", השיב הרבי, "אין מה לדאוג."

כדי לגלות את המשך המשפט שאמר הרבי, מחקו את כל האותיות ג' וע' וקראו את המשפט שנשארו. המילים המודגשות הן התשובה של המראה שכדאי לראות!

"הגעגעגממעערגגאעעגעגע שגעגעל הערגגבעעגעעי, געגעעעעשגעגעיאעג
עהעגעגגגדוגגגר, שגגעערעעעגאעעעגגהגעגע אעעגוגגעגת געגעו חגעגעעסיעגעגעעד,
יגעגעעגחגגזעעעקעע אעעגגגותגעגעוע עועעגייתגעגעען גלעגעו
גרגעעעפגגואאעעע שלגעעעמוגעגעעהגעגע"

גרעענע פאגאנאע שולגעעמגעגעעהגעגע

א	כ	נ	ז	א	כ	מ	צ	מ	נ	נ	ז	נ	נ	נ
ו	כ	ב	ה	ס	ס	כ	כ	כ	ל	ב	ה	ק	ק	ק
כ	ב	ב	ז	ב	ה	ה	ה	ה	ז	ב	ה	ה	ה	ו
ק	ה	ה	ב	ה	ב	ה	ז	ה	ה	ה	ה	ז	ו	ו
נ	ב	ה	ז	ב	ב	ז	ז	ב	ב	ז	ז	ז	א	א
ק	ה	ב	ב	ה	ה	ב	ב	ב	ז	ז	ז	ב	א	א
כ	ב	ז	ב	כ	נ	נ	נ	נ	כ	כ	ו	ב	ק	ק
ו	ג	ז	ב	ק	א	ק	ק	צ	ר	ו	ז	ז	ו	ו



כיב שבט | שכבה בוגרת - תחנה שניה

מבנה הפעילות:

תחנות בהן התלמידות עוברות (או תחנות שמגיעות אליהן לכיתה) ובהן הן לומדות על כל אחת מההתנהגויות הנדרשת בצניעות. המוטיב העיקרי של הפעילות הינו האחריות לשמור ולשים לב למה שאנחנו מראים כלפי חוץ - להתנהגות, לדיבור, ולמה שאנחנו קולטים כלפי פנים - הראיה והשמיעה. בסיום כל תחנה התלמידות מקבלות פריט אחר שיוכל לשמש אותן בסיום להכנת יצירה - בובה על עיפרון. בסיום כל התחנות ניתן לאסוף את החומרים, להשלים את שאר החלקים ולהדריך את הבנות בשלבי היצירה.

תחנה שניה: אוזן - צניעות הדיבור והאווירה ששומעים - יצירה

הכנה ואביזרים:

- < כרטיסי המילים למשחק השירים
- < אמצעי להשמעת הניגונים + קטעי הניגונים
- < כרטיסי אותיות גזורים
- < דיסקים פגומים/משומשים
- < צבע גואש שחור

שלב 1: כח השמיעה

המורה מחלקת את הכיתה לשתי קבוצות. המורה מציגה בפני כל קבוצה בתורה כרטיס עם מילה (נספח 1), על הקבוצה למצוא בזמן קצוב (30 שניות, או יותר בהתאם לרמת הקבוצה) שיר שיש בו את המילה הזו, ולשיר אותו. קבוצה שהצליחה מקבלת נקודה, במידה והקבוצה לא הצליחה המשימה עוברת לקבוצה השניה.

המילים לכרטיסים: שלום, יחד, בית המקדש, אור, ירושלים, תורה, טוב, אמונה,

לאחר הפעילות המורה תדון עם התלמידות כיצד הן נזכרו במנגינות ובשירים? האם כולן נזכרו באותם שירים? האם קשה לנו להיזכר בשיר או לזכור אותו? האם כשאנו שומעים שיר קל לנו לאמץ אותו?

המורה תגיע למסקנה יחד עם התלמידות כי יש לנו יכולת קליטה גבוהה מאד. חוש השמיעה הוא מפותח מאד. גם כאשר האוזן שומעת משהו קל הוא נקלט הרבה פעמים מהר מאד. ניתן להדגים בעזרת כל מיני פרסומות או מנגינות מוכרות שנקלטו בצורה חזקה. כך גם לגבי מילים ששמענו אותן ובלי לשים לב אנו מתחילים להשתמש בהן בשפה שלנו.

המורה תשאל את הבנות האם אנחנו צריכות להתאמץ כדי לשמוע? האם מה ששמענו נכנס אלינו או 'נשאר בחוץ'...? - כמובן שזה נקלט ונכנס. המורה תספר על דברי הרבי הרש"ב לחסיד, שאמר לו כי: "העבודה הראשונה היא לגדור את כוחות הנפש. לא זו בלבד שישלוט על הדיבור והמעשה, אלא גם כוחות כמו הראייה והשמיעה צריך האדם להיות בעל-בית עליהם. משל לאדם שרוצה להתרכז במשהו, נכנס לבית וסוגר את הדלת. כך גם על הנפש שלנו, כדי לשמור עליה ולהימנע מהפרעות, עלינו לשים 'מנעול' ולעצור בפני מה שלא מתאים. חשוב לשים לב באמת למה שאנו שומעים, מה אנחנו רוצות שהאוזן שלנו תקלוט.

שלב 2: השפעת הניגון על הנפש

בהמשך לחלוקה לקבוצות, המורה תשמיע לכל קבוצה קטע קצר מניגון, והתלמידות תצטרכנה לזהות את הניגון ולהמשיך אותו. התלמידות צוברות ניקוד על הניגונים אותם הצליחו לזהות ולהמשיך נכון.

לאחר מכן המורה תספר לתלמידות את הסיפור הבא:

פעם אחת התלוננו מספר אברכים בפני אדמו"ר הזקן כי הם אינם מבינים את ספרו - ספר ה"תניא". אדמו"ר הזקן השיב להם, כי בכדי להבין את ספר התניא - הם זקוקים לנגינה חסידית...

המורה תדון עם התלמידות על הכח של ניגון חסידי, שמקורו בקדושה. על ההשפעה החיובית שלו ועל הצורך שלנו לבחור בהשפעות מן הסוג הזה על הנפש שלנו. המורה תשאל את הבנות איך אפשר להימנע (כמו שלמדנו בשלב הקודם) משמיעה של דברים שלא מתאימים לנו? על ידי כך שנוסיף בשמיעה של מה שכן מתאים לנו, ונוסיף יותר בקדושה לדוגמא בשמיעת ניגון חסידי וכדו'.

ניתן לנגן יחד ניגון בהתאם לרמת הכיתה.

המורה תבקש מהבנות למצוא את המשנה במסכת אבות פרק ב', משנה י' (ניתן לעשות תחרות בין הקבוצות מי שמוצאת ראשונה). המורה תקרא יחד עם הבנות את המילים: "רבי יהושע בן חנניה - אשרי יולדתו" ותבקש מהן לחשוב/ להיזכר מה עשתה אמו של רבי יהושע שלכן משבחים אותה במשנה. המורה תספר כי עוד בהיותו ילד קטן, הייתה אמו מוליכה את עריסתו לבית הכנסת "בשביל שיתדבקו אזניו בדברי תורה", מכאן לומדים על ההשפעה הרבה שיש לאוירה של קדושה מסביבנו, להאזנה לדברי קדושה, להאזנה לדברים חיוביים, שמשפיעים על הנפש והופכים אותה לעדינה וקדושה, מתאימה ל'נר להאיר'.

שלב 3: השפעת המילים - דיבור

המורה תקריא לבנות קטע (נספח 2). בקטע התחלפו המילים. המורה תזמין תלמידות שתצטרכנה לחשוב מה פירוש המילים שאינן ברורות, ולהציג בעזרת הבעות פנים ותנועות גוף את משמעותן של המילים האלו (אם מדובר בחיך, כעס, רצון, התנגדות וכו').

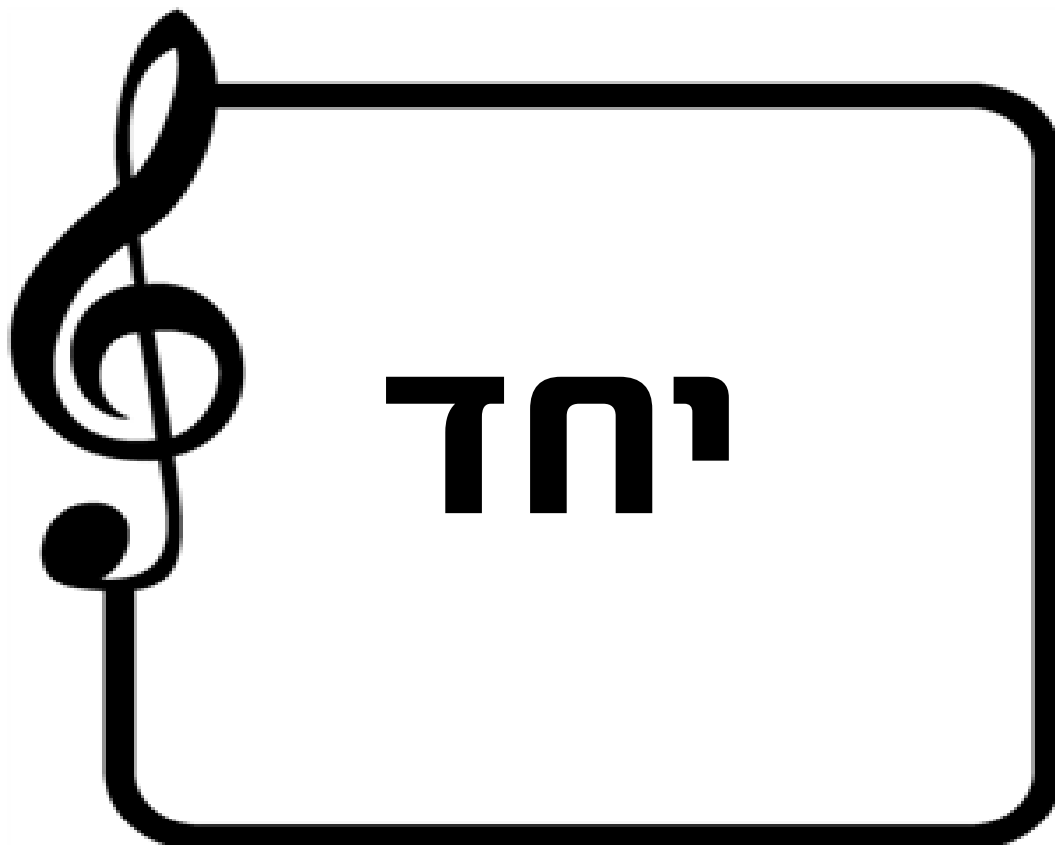
המורה תשאל את התלמידות כיצד הן ידעו לזהות את הרגשות ואת האוירה שבסיפור, למרות המילים המקושקות. התלמידות יסבירו כי בעזרת ההקשר, הן שמעו מילים נעימות, תיאורים נעימים - וכך ידעו שמדובר באוירה נעימה. לעומת תיאורים על התנגדות, שימוש במילה דווקא וכו' - שמראים על אוירה אחרת. כך יגיעו למסקנה כי למילים שלנו ולמשפטים בהם אנו משתמשים יש משמעות רבה. עלינו לבחור במילים בעלות אוירה נעימה, במילים שהסגנון שלהן והאוירה שבהן מתאימות לסביבה שלנו.

המורה תחלק לכל קבוצה ערימה של אותיות מאותיות הא"ב (נספח 3). בתוך זמן קצוב התלמידות צריכות ליצור מילה או יותר מהאותיות שקיבלו. בכל סבב - הקבוצה שהצליחה ליצור יותר מילים היא המנצחת, אך המילים שניתן לבחור הן רק מילים שיוצרות אוירה חיובית, שיש להן משמעות חיובית, שמשפיעות לטובה על הסביבה. לא חלילה להיפך.

שלב 4: יוצרים אקלים חיובי

כל תלמידה מקבלת דיסק משומש/פגום. התלמידות צובעות את הדיסק בצבע גואש שחור ונותנות לו מעט להתייבש. לאחר מכן בעזרת קיסם/עט חורטות ויוצרות מילים, המילים האלו הן מילים שמתאימות ליצירת אוירה מתאימה. את כל המילים תולים יחד כקישוט לקיר.

בסיום התחנה התלמידות תקבלנה את החלקים להכנת הגוף (הסבר ההכנה בנספח 4)









קטע עם מילים מבולבלות

זה היה ביום אביבי, שטוף שמש. הרפרופים
התעוררו ב**פללור** והתחילו להתארגן. **רפרוף**
אחד ביקש **פלור** גדול, וה**רפרוף** הגדול
הסכים ב**פרור**. **רפרוף** אחר רצה דווקא
פורלל אחר, **הרפרופים** אמרו לו שהוא
לא חייב דווקא **רפרוף** כזה, וחבל שהוא
מתפרר, וה**רפרוף** הסכים לוותר. אחרי כל
הפרפורים והפללורים, **הרפרופים** יצאו
מהבית ב**פללור** והתחילו לשיר את שיר
הפללורים.

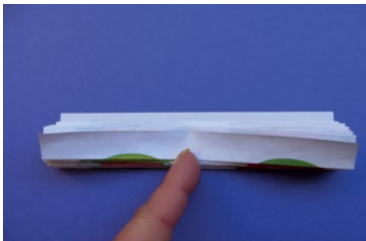
א	א	א	א	א	א	א
ב	ב	ב	ב	ב	ב	ב
ג	ג	ג	ג	ג	ג	ג
ד	ד	ד	ד	ד	ד	ד
ה	ה	ה	ה	ה	ה	ה
ו	ו	ו	ו	ו	ו	ו
ז	ז	ז	ז	ז	ז	ז
ח	ח	ח	ח	ח	ח	ח
ט	ט	ט	ט	ט	ט	ט
י	י	י	י	י	י	י
כ	כ	כ	כ	כ	כ	כ

ל	ל	ל	ל	ל	ל	ל
מ	מ	מ	מ	מ	מ	מ
נ	נ	נ	נ	נ	נ	נ
ס	ס	ס	ס	ס	ס	ס
ע	ע	ע	ע	ע	ע	ע
פ	פ	פ	פ	פ	פ	פ
צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ
ק	ק	ק	ק	ק	ק	ק
ר	ר	ר	ר	ר	ר	ר
ש	ש	ש	ש	ש	ש	ש
ת	ת	ת	ת	ת	ת	ת

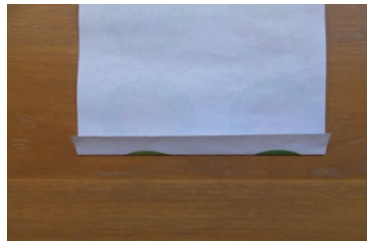
הכנת המניפה

אביזרים:

1. נייר בגודל 59 ס"מ על 14 ס"מ, חלק או נייר עטיפה.
2. נייר בגודל 3 ס"מ על 17 ס"מ.
3. דבק נייר.
4. צבעים אם רוצים לקשט את הנייר החלק.



3. המשיכו לקפל את הנייר בצורת אקורדיון עד שתגיעו לקצה העליון.



2. סובבו את הנייר כך שהקצוות הקצרים שלו נמצאים למטה ולמעלה. עשו קפל 1.5 ס"מ מלמטה.



1. נייר עטיפה בגודל 59 ס"מ על 14 ס"מ. אם משתמשים בנייר חלק, תוכלו לקשט אותו בצבעי גואש או בעפרונות צבעוניים.



6. משכו את הקצוות של הנייר המקופל.



5. עטפו את הרצועה סביב החלק התחתון של הנייר המקופל והדביקו את הקצה כך שישגר.



4. ישרו את הנייר בגודל 3 ס"מ על 17 ס"מ עם ההקצה התחתון והקצה הצידי של הנייר המקופל (כמו בתמונה) הדביקו במקום.



יב שבט | שכבה בוגרת - תחנה שלישית

מבנה הפעילות:

תחנות בהן התלמידות עוברות (או תחנות שמגיעות אליהן לכיתה) ובהן הן לומדות על כל אחת מההתנהגויות הנדרשת בצניעות.

המוטיב העיקרי של הפעילות הינו האחריות לשמור ולשים לב למה שאנחנו מראים כלפי חוץ - להתנהגות, לדיבור, ולמה שאנחנו קולטים כלפי פנים - הראיה והשמיעה.

בסיום כל תחנה התלמידות מקבלות פריט אחר שיוכל לשמש אותן בסיום להכנת יצירה - בובה על עיפרון. בסיום כל התחנות ניתן לאסוף את החומרים, להשלים את שאר החלקים ולהדריך את הבנות בשלבי היצירה.

תחנה שלישית: צניעות הלבוש - פעילות וצילום

הכנה ואביזרים:

- < בלוני (2*, כמס' התלמידות) + טושי ארטליין+ חוט לקשירה
- < חמרן, גריות
- < דף הציונים - מצולם כמס' התלמידות + צבעים
- < בקבוקי שתיה במס' טעמים + כוסות או כוסות + סוכריות/עדשים לתלמידות
- < קיר עם תמונה של הרבי לעמדת הצילום.

שלב 1: מה חשוב לי?

כל תלמידה מקבלת שני בלוני. עליה לרשום עליהם שתי תכונות חשובות לה (כדאי לכוון את התלמידות לחשוב על התכונות בשאלה מהן שתי התכונות החשובות לך, עליהן את לא מוכנה לוותר?). המורה מפעילה מוזיקה וסטופר למס' דקות קצוב מראש. בזמן זה על כל התלמידות להקפיץ את הבלונים באויר ולשמור היטב על הבלונים שלהן, שלא יפלו על הרצפה. (תלמידה שהבלון שלה נפל על הרצפה 'יוצאת' מהמשחק).

לאחר שלב זה התלמידות יושבות במעגל. כל תלמידה מחברת חוט קצר לבלונים שלה (כדי שיהיה נוח לשחק). כל תלמידה נדרשת 'לבדוק' את שני הבלונים שלה, ולהחליט על בלון אחד מהבלונים שלה שעליו היא מוכנה 'לוותר'. את הבלון הזה עליה להעביר לחברה שלידה. התלמידה שלידה - נדרשת אף היא 'לוותר' על אחד מהבלונים שבידיה, כיוון שעליה להישאר רק עם שני בלוני בלבד. לאחר הסבב הראשון, מעבירים שוב את הבלונים והפעם על כל בת להישאר עם בלון אחד בלבד (ואת הבלון המיותר להוריד לערימה באמצע) התלמידות מעבירות זו לזו עד שנשארו הבלונים עליהם כולן ויתרו, וכל אחת נשארה עם הבלון החשוב לה ביותר עליו לא הייתה מוכנה לוותר.

בסיום המשימה, המורה תדון עם התלמידות: אלו תכונות מופיעות? מה משותף לכל התכונות הללו? האם מופיעות תכונות 'חיצוניות' המתייחסות לגוף/למראה/לבגד, או שמא התכונות שלבסוף 'שרדו' את כל ההחלפות הן התכונות הפנימיות יותר? התלמידות יגיעו יחד למסקנה כי אכן האישיות שלנו והתכונות החזקות שלנו הן דווקא הפנימיות, ובהן כדאי לנו להשקיע.

כמובן שהחיצוניות חשובה ועלינו להיראות כמו שצריך, נקיות, מסודרות מתאמות וכו', אך כשאנו רוצות ליצור לעצמנו 'דמות', משהו שמייחד אותנו, כדאי שזה יהיה דווקא משהו פנימי, אמיתי, ולא משהו חיצוני בלבד.

שלב 2: פנימיות מקרינה על החיצוניות

נחלק לכל קבוצת תלמידות חמרן, ובעזרת סיכה / מחט עבה עליהן לדקור את החמרן וליצור בו חורים. את החורים כדאי ליצור בצורה מסוימת (לדוג' בצורת עיגול / כוכב / פס / קישוט כלשהו וכו'). לאחר מכן נעטוף גרית קטנה ברצועת החמרן, ונדליק את הנר. נבחין ביופי של האהיל ובדוג' שנוצרת למרות האהיל שמכסה את הנר. נדגיש לתלמידות כי כך גם אצלנו, הפנימיות מקרינה על החיצוניות, וכאשר הפנימיות טובה ויפה, ניתן לראות גם יופי חיצוני.

שלב 3: למה צריך מסגרת?

המורה מחלקת לבנות דף מקופל (נספח 1) שמשני צידיו יש ציור כמעט זהה, אך בצד אחד הציור מטושטש יותר, ובצד השני קוי המתאר ברורים יותר ועבים יותר. המורה מבקשת מהתלמידות לבחור קודם כל בצד המטושטש ולצבוע את הציור.

לאחר 2-3 דקות המורה עוצרת את הבנות ומבקשת מהן להפוך את הדף וכעת לצבוע את הציור השני.

בסיום המשימה, המורה תשאל את הבנות: איזה דף היה קל יותר לצבוע? באיזה דף היה קל יותר להישאר בתחום ולצבוע בצורה מדויקת? - כמובן שתשובתן תהיה בציור שבו היו הקוים המודגשים והברורים.

המורה תגיע עם הבנות להשוואה בין הציור - לחיים שלנו: כדי שנדע איך להיראות כמו שצריך, ולהיות באמת דוגמא לגרות להאיר - יש לנו כללים ברורים שמסייעים לנו להצליח ולנהוג כמו שאנו צריכות להיות.

שלב 4: כל אחת מוסיפה בצניעות

התלמידות יושבות במעגל, ובמרכז כוסות שתיה שעליהן מודבקות משפטים שונים (נספח 2). כל בת מקבלת סוכריות. הבנות עוברות בין הכוסות וממלאות סוכריות מהסוכריות שבידיהן בהתאם למידת ההזדהות שלהן עם הכיתוב על הכוס.

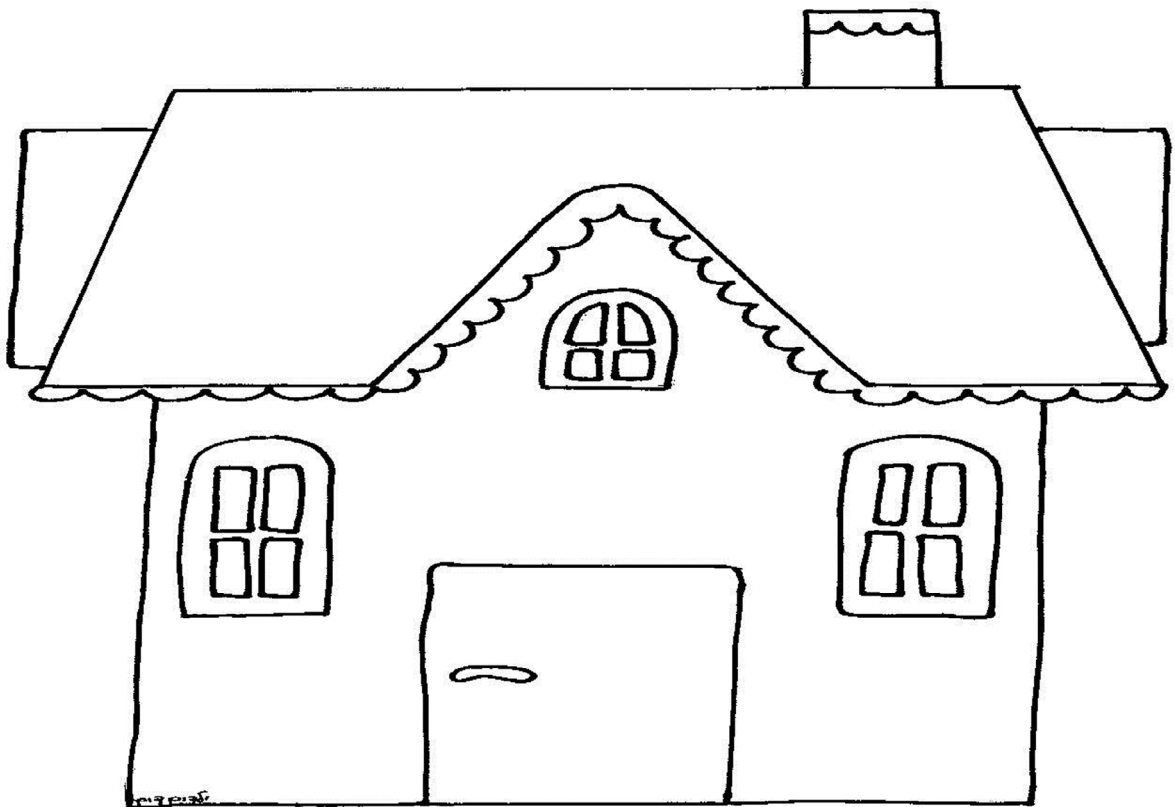
לחילופין ניתן להעמיד בקבוקי שתיה (מלאים) במגוון טעמים, כך שעל כל בקבוק יהיה ההיגד. כל בת מקבלת כוס, וכל בת בתורה מוזגת מבקבוק אחד או קוקטייל טעמים, בהתאם להיגדים עמם היא מזדהה.

בהתאם לזמן, ייפתח דיון על ההיגדים העיקריים שנבחרו על ידי רוב הבנות. הדיון יכוון להעצמת המעלות של לבוש צנוע ומכובד, יחד עם דיון על הקשיים שעולים מצד הבנות ואפשרויות להתמודד עמם בהצלחה.

שלב 5: פינת צילום

בכיתה תועמד פינת צילום - התלמידות יצולמו על יד קיר שבו תלויה תמונה של הרבי. המורה תסביר לתלמידות בעל פה כי אנחנו רוצות שהמראה שלנו יהיה מראה מתאים, מראה מכובד, צנוע, שבו נרגיש בנוח לעמוד מול הרבי. התמונה תזכיר לבנות שעליהן לבחור במראה שבו ראוי לעמוד בפני הרבי.

בסיום התחנה - התלמידות יקבלו רצועות נייר להכנת ידי ורגלי הבובה (הסבר בנספח 3).



היגדים: יש לבחור רק חלק מההיגדים המתאימים, בהתאם לרמת ולהרכב הכיתה

**כשאני הולכת ברחוב,
אני משמשת דוגמא אישית במראה שלי**

**אני יודעת שעלי להתלבש יותר בצניעות, זה קצת
קשה לי**

**לפעמים אני רוצה להתלבש יותר בצניעות, אבל
מתביישת מה יחשבו עלי**

**כשאני מתלבשת בצניעות אני מדגישה את
הפנימיות שבי**

**אני משתדלת להתלבש בצניעות, ובכך להיות כלי
לברכות של הקב"ה.**

**אני לא מרגישה בנוח כשאני לא לבושה מספיק
צנוע**

**כשאני בוחרת בגדים, אני בודקת האם הם מספיק
צנועים**

**לפני שאני יוצאת מהבית אני מסתכלת במראה
ובודקת האם הלבוש שלי יפה וגם צנוע**

הסבר להכנת ידי ורגלי הבובה

חומרים נדרשים:

- < 2 רצועות נייר מאורכות, שוות בגודלן, לכל רגל.
- < 2 רצועות נייר קצרות יותר, שוות בגודלן, לכל יד.

אופן ההכנה לכל יד/רגל:

- < מניחים את 2 רצועות הנייר מאונכות זו לזו (אחת במאונך ואחת במאוזן) ומצמידים אותן זו לזו בפינה. כדאי להדק את הפינה המשותפת.
- < מתחילים לקפל את הרצועות אחת מעל השניה, בהצלבה, כך שיתקבל ריבוע מכל חלקי הרצועה.
- < מושכים בעדינות את חלקי הריבוע עד שמתקבל 'אקורדיון'. מהדקים גם בקצה השני.



כיב שבט | שכבה צעירה - תחנה רביעית

מבנה הפעילות:

תחנות בהן התלמידות עוברות (או תחנות שמגיעות אליהן לכיתה) ובהן הן לומדות על כל אחת מההתנהגויות הנדרשת בצניעות.

המוטיב העיקרי של הפעילות הינו האחריות לשמור ולשים לב למה שאנחנו מראים כלפי חוץ - להתנהגות, לדיבור, ולמה שאנחנו קולטים כלפי פנים - הראיה והשמיעה.

בסיום כל תחנה התלמידות מקבלות פריט אחר שיוכל לשמש אותן בסיום להכנת יצירה - בובה על עיפרון. בסיום כל התחנות ניתן לאסוף את החומרים, להשלים את שאר החלקים ולהדריך את הבנות בשלבי היצירה.

תחנה רביעית - צניעות והצטנעות לומדים מהרבנית - סרטון

הכנה ואביזרים:

- < מקרן
- < 2 בקבוקים + פתקים
- < דפי המשחק + צבע לכל בת

שלב 1: סרטון על הרבנית - היכרות

החדר יעוצב בהתאם בצורה מתאימה שמכניסה לאווירה רצינית. סרטון קצר עם סיפור על הרבנית. לאחר הסיפור יוקרנו מספר עדויות של נשים על הרבנית, ו'יקטעו' מילים בהן הן מתארות את הרבנית. התלמידות תצטרכנה לזהות מהן המילים החסרות, מהן התכונות אותן תיארו הנשים בהקשר להמשך התיאור שלהן.

התלמידות מחולקות לשתי קבוצות. במהלך הסרטון כל קבוצה ממלאת תעודת זהות על הרבנית - בהתאם לפרטים אותן הן שומעות. את הפרטים אותן הן מגלות הן כותבות ומכניסות לתוך בקבוק. בסיום הקרנת הסרטון - מחליפים את הבקבוקים בין הקבוצות, וכל קבוצה בודקת את הפרטים שמילאה הקבוצה השניה האם הם נכונים והאם היו פרטים שחסרו לה או שהקבוצה הזו עשתה יותר/פחות - וככה משלימים את כל המידע על הרבנית.

הסיפור על הרבנית: הרבנית הייתה אישה בעלת מעלות רבות, כל זה מלבד הזכות הגדולה להיות עזר לרבי, ענק שבענקים, מי שעניי מאות-אלפים היו נשואות אליו ואל מוצא פיו. עם כל זה, ניחנה הרבנית במידת ענווה בלתי מצויה. פעם, בעת שיחה, אמרה כבדרך-אגב: "יש לנו מגש מסבי, הרבי ה'צמח צדק', שדודי-זקני הורנשטיין העניק לנו במתנה. אלא שמעולם לא השתמשתי בו להניחו מתחת לפמוטים. שכן, כיצד ראוי אני, אישה פשוטה, להשתמש בדברים שכאלו? אני רק מסתכלת על זה ואז אני מרגישה קשורה למשפחה..."

המורה תסכם כי בכל הנהגותיה - הרבנית התנהגה בפשטות, בעדינות, בענווה ובהצטנעות. לא בלטה וכמעט לא נראתה.

לאחר שהתלמידות יצפו בסרטון ידונו בעזרת פעילות על היכולת שלנו לנהוג בצניעות, לא בהתבלטות, וללכת בדרכה של הרבנית.

המורה תשאל את הבנות ותעלה לדיון: מה אנו מרוויחות כשאנו נוהגות בצניעות? מה זה אומר לנהוג בצניעות - מה זה כולל? צניעות בלבוש, צניעות לנפש (במראה ובשמיעה) ו-צניעות במעשה, בהתנהגות. לא להתבלט, לא להיות צעקנית ומוחצנת. במהלך המשחק ידונו הבנות והמורה על הנושאים הללו בעזרת שאלות מייצגות, וכן ילמדו על מקורות המלמדים על מידת הצניעות.

שלב 2: משחק

המשחק: כל תלמידה מקבלת דף משבצות ממוספרות. המורה מקריאה שאלות (בעזרת מצגת) ולכל שאלה יש שתי תשובות אפשריות. הבנות צריכות לבחור את התשובה הנכונה. לצד כל תשובה אפשרית - יש הנחיה איזה משבצות מתאימות יש לצבוע מהדף. בהתאם לתשובה אותה בחרו התלמידות, הן צובעות בדף המשבצות שלהן, עד שהן משלימות את הצביעה, ומתקבלת מילה.

חלק מהשאלות הן שאלות שיש להן תשובה אחת נכונה, וחלק מהשאלות מוצגות סיטואציות, בהן התלמידות בוחרות את ההתנהגות המתאימה יותר ל'נר' להאיר'.

המילה המתקבלת בדף המשבצות היא "פנימה" הבנות תתבקשנה לגלות מדוע נבחרה המילה הזו, מה היא מסמלת. המורה תקשר את המילה לפסוק "כל כבודה בת מלך פנימה".

על בת מלך, שמתאימה להיות נר להאיר להיות פנימית, צנועה ועדינה, לא בולטת ורעשנית. יחד עם זה המהות האמיתית שלה היא הפנימיות שבה. עליה להשקיע ולפתח בעצמה את המידות הטובות, את האישיות המתאימה כך שתהיה ראויה ותשמש דוגמא ל'נר' להאיר' שמשפיע על סביבתו.

להלן הטבלה מושלמת. המילה המתקבלת: **פנימה** נשארת בלבן:

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
40	39	38	37	36	35	34	33	32	31
50	49	48	47	46	45	44	43	42	41
60	59	58	57	56	55	54	53	52	51
70	69	68	67	66	65	64	63	62	61
80	79	78	77	76	75	74	73	72	71
90	89	88	87	86	85	84	83	82	81
100	99	98	97	96	95	94	93	92	91
110	109	108	107	106	105	104	103	102	101

בסיום התחנה התלמידות יקבלו עיפרון וחוט, להשלמת היצירה.

צבעו את המשבצות לפי ההוראות, וגלו את המילה שמתקבלת!

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
30	29	28	27	26	25	24	23	22	21
40	39	38	37	36	35	34	33	32	31
50	49	48	47	46	45	44	43	42	41
60	59	58	57	56	55	54	53	52	51
70	69	68	67	66	65	64	63	62	61
80	79	78	77	76	75	74	73	72	71
90	89	88	87	86	85	84	83	82	81
100	99	98	97	96	95	94	93	92	91
110	109	108	107	106	105	104	103	102	101

בסיום כל התחנות יכנסו התלמידות לחדר בו יהיו על הקיר שלטים עם כותרות. מכל שלט יוצאות לשוניות, ובכל לשונית יש היגד שמתאר התנהגות ראויה ומצופה בהתאם לתחנות השונות. הבנות נדרשות לתלוש מס' מוגבל מראש של היגדים, וההיגדים שהן בחרו הן ההיגדים שהן בוחרות להתחזק בהן.

ניתן לבחור את התקופה שמכ"ב שבט עד י"א ניסן להמשיך בביצוע המשימות והתחזקות בתחום הצניעות. הבנות יוכלו לדווח על ההקפדה שלהן בתחומים השונים, או שהמורות תקבלנה ערימת כרטיסים בצבעים שונים בהתאם לתחנות, והן תחלקנה לתלמידות במהלך תקופת המבצע.

בסיום המבצע תיערך מעין מכירה סינית - מי תוכל לזכות ב"כתר" הצניעות בכל אחד מהתחומים.

כל בת תבחר לאיזה מן התחומים היא תרצה להיבחר, ובין כל הבנות שהתמידו והשתתפו במבצע תיערך הגרלה.

הכנת היצירה

בסיום כל התחנות התלמידות ישלימו את הרכבת הבובה, ויחברו אותה לחוט:

- < מצמידים את הידיים והרגליים לראש ולבטן (בעזרת מהדק)
- < מחברים חוט גמיש מהקצה של כל יד (בעזרת הידוק, או שמחוררים חור קטן ומשחילים את החוט, ויוצרים קשר עבה בקצהו שלא ישתחרר)
- < משחילים את הקצה השני של כל חוט על עיפרון שמונח בצורה מאוזנת.
- < מלפפים את החוט סביב העיפרון מספר פעמים ומהדקים בדבק סלוטייפ מסביב / גומיה חזקה שתעצור את החוט מלהשתחרר.
- < לבובה מחברים מדבקה/כרטיס עם לוגו המבצע

תמונה להמחשה



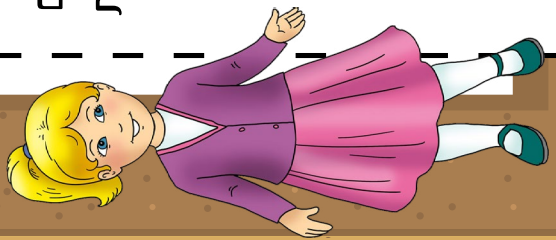
צניעות בהקשבה



אמנע	אקפיד	אבחר	אלמד	אקפיד
משימוש	להגיד	להוריד	ניגונים	להקשיב
בכינויים	שלו, תודה,	מאוצר	חסידים	רק
לא יפים	בבקשה	המילים	ואשנן	לשירים
על	וסליחה	שלי את	אותם	חסידים
אנשים		המילה		
		שאינה		
		מתאימה		
		לי		

צניעות בלבוש

אקפיד במיוחד על גרביים ארוכות	אקפיד במיוחד על צבעים עדינים ולא בולטים	אקפיד במיוחד על החצאית ארוכה	אקפיד במיוחד על צניעות, גם בבית	אקפיד במיוחד על לבישת גרביים	חשוב לי לשמור על האורך של השרוול שיכסה את המרפק
---	---	--	---	--	--



היגד ברציה טוענות טוענות

[illegible]



מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה




מזכרת מפעילות כ"ב שבט
לזכר הרבנית הצדקנית
מרת חיה מושקא ע"ה

