



א. התקשרות לרבי (3 שיעורים)

ב. שמחה פורצת גדר (3 שיעורים)

אמצעים / שמחה פורצת גדר

המיקוד לכיתה ג': אני שמח כאשר הוא שמח

בשיעורים הקודמים בחנו התלמידים את הכוח שלהם ושל מעשיהם לשנות את העולם ולהשפיע על הנעשה בו. בנושא משנה זה יתבוננו התלמידים באחריות שלהם כלפי הזולת גם מבחינה רגשית. בדרך כלל אנחנו קשובים לרגשותינו השונים אולם רגשות הזולת אינם מעניינים אותנו ולעתים אף מעוררים בנו רגשות שליליים. אהבת ישראל חסידיית אמיתית מתבטאת בין השאר ביכולת להרגיש את הזולת - להצטרף בצער, לשמוח בשמחתו, לכאוב את כאבו. כדי להגיע לדרגה זו עלינו ללמוד כיצד להכיר ברגשות הזולת תחילה, להבין את מעלתה של תכונה זו ולהתאמץ להשיגה. היהדות מחדירה את החשיבות בלקיחת אחריות ביחס לזולת: יש לשמח את הנזקקים בכל חג ומועד. הדבר בא לידי ביטוי בהלכות מפורשות. במסגרת השיעורים הבאים התלמידים יבינו כי השמחה הנעלית והאמתית היא השמחה שבאה בעקבות יכולתנו לשמח את האחר.

● פריסה לכיתות א'-ו'

● טבלת נושאי השיעורים ומטרות

● מערכים ונספחים:

שיעור 17: מרגישים

שיעור 18: שמחתך - שמחתי!

שיעור 19: משמחים!



תשת אהלי חסד יצחק ליוסאנוויטש

אגף חינוך חברתי חסידי

הכיתה	כיתה א'	כיתה ב'	כיתה ג'	כיתה ד'	כיתה ה'	כיתה ו'
המיקוד השנתי	מי שטוב לו הוא שמח	תמיד בשמחה	אני שמח, כאשר הוא שמח.	ההוללות היא ביטוי חיצוני, שלא מבטא רגש פנימי. המניע הוא הצורך בפורקן, והדרכים להגיע להוללות הן לעתים קרובות שליליות, וכן התוצאות.	ההוללות היא ביטוי חיצוני, שלא מבטא רגש פנימי. המניע הוא הצורך בפורקן, והדרכים להגיע להוללות הן לעתים קרובות שליליות, וכן התוצאות.	ככל שהמניע של השמחה רוחני יותר, כן היא תהיה גדולה יותר ומשמעותית. "פיקודי ה' ישרים" משמחי לב" - עשיית מצוות יוצרת שמחה. כמו כן, יש מחויבות לעשות מצוות מתוך שמחה.
פירוט	רגש פנימי חיובי שבא לידי ביטוי באופן חיצוני. יש שמחה טבעית, שבאה ממניעים חיוביים ורחניים או נשמיים. ככל שהמניע יהיה פנימי ורוחני יותר, כך לשמחה יהיה תוקף רב יותר.	יש חיוב לשמוח - שמחה היא רגש שצריך לללו את האדם תמיד, גם אם אין לה סיבות גלויות. חובה לעבוד כדי לגלות את רגש השמחה. פעולות חיצוניות יכולות לעורר את השמחה.	חשוב לפתח יכולת לשמוח בשמחתו של השני ולרצות לגרום לו שמחה מתוך אהבה אליו. באמצעות הנתינה והשתתפות בשמחת השני נגרמת לאדם שמחה אמיתית טהורה.	היא רגש פנימי הנבא לידי ביטוי באופן חיצוני באמצעות פעולות רוחניות. השמחה היא פנימית וקוצמצמית.	האמונה בהשגחה פרטית מביאה להכרה שהכול מאתו יתברך, וה' אוהב ודואג לכל אחד. היא מעוררת את האדם לביטחון בה'. חשיבה חיובית זו מציפה את רגש השמחה. יש אופנים שונים לבחינת חיזקה בין הרע לבין הטוב. אין רע יורד מלמעלה: א. מהרע יוצא טוב. ב. שהרע עצמו הוא טוב. ג. בכל רע מעורב טוב. ההתייחסות הנכונה לדברים שליליים מסייעת לעורר את רגש השמחה בכל מצב.	ככל שהמניע של השמחה רוחני יותר, כן היא תהיה גדולה יותר ומשמעותית. "פיקודי ה' ישרים" משמחי לב" - עשיית מצוות יוצרת שמחה. כמו כן, יש מחויבות לעשות מצוות מתוך שמחה.
	הכוח של נתינה לשמח את הזולת.	זיהוי פעולות המעוררות את רגש השמחה במצבים שאינם שמחים.	גרימת שמחה לזולת מבטלת רגשות שליליים של קנאה ושל תחרות. פיתוח יכולת לשמוח ולרצות בטובת האחר במעגלים השונים: המשפחתי, הכיתתי והקהילתי.	פיתוח יכולת אבחנה בין שמחה ראויה לבין הוללות. שמירה על גבולות הראוי במסובות. איזון בין נשמיות לבין רוחניות בשמחה יהודית.	פיתוח יכולת של חשיבה חיובית בכל מצב. פיתוח דרכי התמודדות עם מצבים שליליים.	לקיחת אחריות כבוגר לקיום מצוות. עריכת חגיגות ראויים לרגל קבלת עול מצוות.
היבטים חברתיים-חסידיים						



האמצעים - שמחה פורצת גדר - שמחה או הוללות?

השיעור	הסוגה בחב"ד	מטרות
שיעור 17 מרגישים	חכמה - פותחים	- התלמידים יסבירו כי רגשותינו כלפי אירוע מסוים שקרה לנו משתנים כאשר הוא קורה לזולת. - התלמידים יסבירו מה הם מרגישים כשמבינים את רגשותיהם. - התלמידים יבינו את המעלה שבהזדהות עם רגשות הזולת.
שיעור 18 שמחתך - שמחתי!	בינה - מתבוננים	- התלמידים יבחינו במצבים הגורמים להם שמחה. - התלמידים יבדילו בין שמחה רגעית וחולפת ובין שמחה נצחית. - התלמידים יסיקו כי מי שמשמח אחרים גורם שמחה לעצמו.
שיעור 19 משמחים!	דעת - מתחברים ומיישמים	- התלמידים יבינו כי נתינה אמיתית נובעת ממחשבה על הזולת ולא על עצמי. - התלמידים יכירו דרכים רבות לשמח אנשים אחרים. - התלמידים ישאפו לתת לאחרים מתוך רצון.



נושא השיעור

מרגישים

בדרך כלל אנחנו קשובים לרגשותינו השונים אולם רגשות הזולת אינם מעניינים אותנו ולעתים אף מעוררים בנו רגשות שליליים. אהבת ישראל חסידיית אמיתית היא היכולת להרגיש את הזולת - להצטער בצערן, לשמוח בשמחתן, לכאוב את כאבו. כדי להגיע לדרגה זו עלינו ללמוד כיצד להכיר ברגשות הזולת תחילה, להבין את מעלתה של תכונה זו ולהתאמץ להשיגה.

1

רציונאל

- א. התלמידים יסבירו כי רגשותינו כלפי אירוע מסוים שקרה לנו משתנים כאשר הוא קורה לזולת.
- ב. התלמידים יסבירו מה הם מרגישים כשמבינים את רגשותיהם.
- ג. התלמידים יבינו את המעלה שבהזדהות עם רגשות הזולת.

2

מטרות

פתחה	עולם של רגשות	5 דקות; מליאה
פעילות 1	להרגיש את השני?	5 דקות; מליאה
פעילות 2	גדולים מרגישים	20 דקות; קבוצות, מליאה
פעילות 3	מרגישים!	10 דקות; מליאה
סיום	וממשיכים להרגיש...	5 דקות; יחידי

3

מבנה השיעור

1. 6 פרצופי רגשות לתליה על הלוח (נספח 1 ☒)
2. סיפורים (נספח 3 ☒)
3. משפטים להדבקה (נספח 2 ☒)
4. דפים לבנים כמספר התלמידים בכיתה

4

הכנה ואביזרים



מהלך השיעור

מרגישים

פתיחה: עולם של רגשות



5

המורה יפתח את השיעור בפעילות ריענון בנושא הרגשות. הוא יתלה על הלוח את תמונות הפרצופים המרגישים (נספח 1). כל תלמיד יקבל משפט אחד מן המשפטים בנספח 2. התלמידים יצטרכו להחליט היכן למקם את המשפט שבידם בהתאם להבעת הפנים של הפרצופים. המורה יקריא את המשפטים יחד עם כותרת התמונה. לדוגמא: אם מודיעים על טיול שנתי - אני מתלהבת.

הערה: מכיוון שהמשפטים חוזרים על עצמם יתכן שיהיו משפטים שיופיעו כל פעם ב"פרצוף" אחר. המורה יסביר שיכול להיות שביחס למקרה אחד כל ילד מרגיש אחרת.

פעילות 1: להרגיש את השני?



5

המורה יקריא כל משפט מהמשפטים (נספח 2) בהקשר למישהו אחר. לדוגמא: "אם אני מגלה שנגעו לנחום בקלמר בלי רשות - אני כועס?" "אם יש לנחום טיול שנתי - אני מתלהב?" "אם נחום צריך לבחור לאיזה חוג להירשם - אני מתלבט?" בתום הפעילות המורה ישאל: מה ההבדל בין שתי הפעילויות? מדוע הרגשות שלכם היו שונים?

מסקנה: אנחנו מתלהבים, שמחים, עצובים וכואבים כשמאורעות הקשורים לרגשות אלה קורים לנו, אך מתקשים לחוש את רגשותיהם של האחרים מסביבנו.

המורה יספר לתלמידים שחסידיים וצדיקים בעלי אהבת ישראל מיוחדת מגיעים לדרגה כזו שהם מסוגלים להרגיש את הזולת ולדעת מה הוא חש, כמו שהם מרגישים את עצמם.

פעילות 2: גדולים מרגישים



20

הכיתה תתחלק ל-3 קבוצות. כל קבוצה תקבל סיפור (נספח 3) להצגה במליאה בכל דרך שתבחר: הצגה, ציור, פנטומימה או כל דבר אחר. הקבוצות יתכוננו להצגת הסיפור כמה דקות ואז יחזרו למליאה וכל קבוצה תציג את הסיפור שלה.

סיכום ביניים: ראינו כמה דוגמאות של צדיקים וקדושים שזכו להרגיש את השני כמו שחשו את עצמם. הם הצליחו לכאוב את כאבו של הזולת והצטערו בצערו. כלומר - אפשר לחוש את הזולת!



מהלך השיעור

מרגישים



10

פעילות 3: מרגישים!

ראינו כמה סיפורים מרגשים על חסידים שזכו להרגיש את הכאב ואת הצער של זולתם משל היה כאבם ממש. ננסה ללכת בעקבותיהם ולחוש, מעט, את זולתנו.

המורה יבחר שני תלמידים. אחד מהם יבחר אחד מן המשפטים שעל הלוח ויקריא אותו על עצמו.

לדוגמא: "אם זכיתי בחידון - אני שמח" והחבר יענה לו: "אתה שמח - אני שמח בשמחתך". (מצטער בצערך, מתלהב בהתלהבותך וכו' בהתאם לשאר הרגשות). אפשר לבחור מספר זוגות ככל שיאפשר הזמן.

המורה ישאל את התלמידים ששיתפו את חבריהם בהרגשתם איך הרגישו ולאחר מכן את התלמידים שהיו צריכים להביע הזדהות עם תחושתם. המורה ישאל איזו אווירה יצרה ההזדהות עם רגשות הזולת. (קצת משונה, לא רגילה, אבל יותר נעימה...)



5

סיום: וממשיכים להרגיש...

כל תלמיד יקבל דף חלק וינסה לתאר בכתיבה, בציור או בשיר מה הוא מרגיש כשאחרים מזדהים עם רגשותיו ומבינים ללבו.



נושא השיעור

שמחתך - שמחתי!

1

רציונאל

השמחה מתעוררת בנו כאשר אנחנו מרוצים ומסופקים ממה שקורה לנו, כשטוב לנו. ישנה שמחה הנובעת מסיפוק הצרכים וההנאות הטבעיות שלנו; וישנה שמחה גבוהה יותר הנובעת מהתקדמות רוחנית, מנתינה או מקיום מצוות. השמחה הפשוטה, השטחית, נמשכת זמן קצר ותלויה בגורמים חיצוניים. לעומתה, השמחה הפנימית נמשכת תמיד כי היא נובעת מדברים נצחיים כמו התורה והמצוות. אחד הגורמים לשמחה נצחית שכזו הוא הנתינה לזולת. כאשר אנו משמחים אחרים ומעניקים מעצמנו אנו שמחים שמחה נצחית, שמחת אמת.

2

מטרות

- א. התלמידים יבחינו במצבים הגורמים להם שמחה.
 ב. התלמידים יבדילו בין שמחה רגעית וחולפת ובין שמחה נצחית.
 ג. התלמידים יסיקו כי מי שמשמח אחרים גורם שמחה לעצמו.

3

מבנה השיעור

- | | | |
|----------|---------------|--------------------------|
| פתיחה | רגש שכזה | 5 דקות; יחידני ובמליאה. |
| פעילות 1 | עצוב - שמח | 5 דקות; יחידני ובמליאה |
| פעילות 2 | רק בשמחות! | 20 דקות; במליאה, יחידני |
| פעילות 3 | זו השמחה שלי! | 5 דקות; במליאה |
| סיום | משמחים! | 10 דקות; יחידני ובמליאה. |

4

הכנה ואביזרים

1. כתב חידה (נספח 1 ✕)
 2. דף עבודה (נספח 2 ✕)
 3. פתקי ממו וסוכריות כמספר התלמידים
 4. פתקים עם שמות תלמידי הכיתה



מהלך השיעור

שמחתך - שמחתי!



פתיחה : רגש שכזה

המורה יחלק לילדים את כתב החידה (נספח 1) שיגלה להם את נושא השיעור. כל תלמיד יפתור את החידה בכוחות עצמו ולאחר מכן יבחר המורה תלמיד שיגלה את נושא השיעור לכולם - השמחה. המורה יעודד את התלמידים לספר מה משמח אותם.



פעילות 1: עצוב - שמח

המורה יסביר: 'היום נדבר על השמחה. מתי אנחנו שמחים?' התלמידים יענו תשובות מתוך כתב החידה ויוסיפו מניסיונם האישי. המורה יחלק את דף העבודה (נספח 2) ויעבור בין התלמידים. כל תלמיד ייקח צבע שחור או אפור ויצבע את כל המשבצות שבהן כתובים דברים עצובים. במרכז הדף נותרת צורת עיגול שאינה צבועה. המורה יסביר: הכדור שלא צבוע בדף הוא כדור השמחה שלנו. בכדור הזה יש רק דברים שמחים. (אין לצבוע את הכדור!) המורה ישאל: ראינו דברים רבים שגורמים לנו צער ועצבות ודברים רבים שגורמים לנו לשמחה. מה זו השמחה? מתי אנחנו שמחים? המורה ירשום את תשובות התלמידים על הלוח.



פעילות 2: רק בשמחות

המורה יסביר לתלמידים: בתוך העיגול שנשאר לנו בדף כתובים דברים רבים שמשמחים אותנו. אם נסתכל היטב נוכל לחלק את הדברים המשמחים אותנו לשני סוגים. המורה ייתן לתלמידים לנסות לחלק את הדברים המשמחים לשתי קבוצות בכוחות עצמם. מן הסתם הם יבחינו בהבדל בין שמחה של מצווה לבין שמחה מדברים פשוטים. המורה יגדיר את ההבדלים: יש דברים רוחניים שמשמחים אותנו כמו מצוות, שבת וחגים, ויש דברים גשמיים שמשמחים אותנו כמו ארטיק או פרס. כל תלמיד יצבע בדף שלו את השמחה הרוחנית באדום ואת השמחה הגשמית בצהוב. התמונה שאמורה להתקבל היא סמיילי מחייך.

המורה יפתח דיון עם התלמידים: כמה זמן אנו שמחים מדבר גשמי? (הוא יכול לתת דוגמאות מהדף): טיול שנתי - שבוע לפני הטיול ועוד יום אחריו. ארטיק - עד שהוא נגמר. טושים חדשים - עד שהם מתקלקלים. כמה זמן אנו שמחים מדברים רוחניים? ממצווה? משמחת החג? זו שמחה נצחית!



מהלך השיעור

שמחתך - שמחתי!

פעילות 3: זו השמחה שלי!



המורה ישאל את התלמידים: כאשר ילד נותן לחברו סוכריה, באיזו שמחה מדובר? הילדים יענו מן הסתם: שמחה גשמית.

המורה יסביר: נכון שלחבר ישנה שמחה גשמית כי הסוכרייה גשמית אבל איזו שמחה יש לילד שנתן לחבר את הסוכרייה? שמחה רוחנית. כי הוא קיים מצווה! שמחת המצווה תישאר לו גם אחרי שהסוכרייה תיגמר! כשאנחנו משמחים את החבר מי הכי שמח? אנחנו בעצמנו! השמחה של החבר זו השמחה שלנו!



סיום: משמחים!

כל תלמיד יקבל פתק ממו צבעוני וסוכריה. המורה יערוך הגרלה בין התלמידים: הוא יעבור ביניהם עם שקית ובה שמותיהם של ילדי הכיתה וכל ילד ישלוף פתק עם שם של חבר מהכיתה ויצטרך להכין לו פתק משמח.

לאחר כמה דקות של הכנת הפתקים והדבקת הסוכריות הכיתה תתישב במעגל. הילד הראשון שייבחר יקום וייתן את הפתק לחבר שעלה לו בגורל. החבר שקיבל - ייתן לזה שלידו וכן הלאה. בסיום הפעילות ישאל המורה: איך הרגשתם כשקבלתם סוכריה? איך הרגשתם כשנתתם את הפתק עם הסוכרייה? האם הרגשות היו מנוגדים, זהים, שונים... המורה יבקש מהתלמידים שהביעו רגשות של שמחה להסביר מה שימח אותם כשנתנו וכשקיבלו.

המורה יסכם שוב את ההבחנה בין שמחה גשמית - אישית (מה שגורם לי טוב)/לשמחה רוחנית - של הזולת (מה שעושה טוב לשני).

הצעה: מורה שחושש ממצב שבו תלמיד יקבל פתק עם שם של ילד שאינו מחבב ואז יעליב אותו יכול לתת לילדים להכין פתקים משמחים אנונימיים, להכניס את כולם לקופסא ואז להרים פתק משמח ופתק הגרלה ולתת לילד שעלה בגורל.



נושא השיעור

משמחים!

לשמח את הזולת זו מעלה גדולה. כאשר התבקש אליהו הנביא להצביע על אנשים שיש להם חלק לעולם הבא הוא הצביע על שני בדחנים שהיו משמחים אנשים. ישנן דרכים רבות לשמח אנשים: על ידי מתן כסף, מתנה או אוכל, בחיך, במילה טובה, במשחק יחדיו או בשיחה, בעצה טובה או אפילו בהקשבה. צריך לחשוב מה חסר לשני, מה האחר צריך ולא לחשוב רק על עצמנו. אם אנחנו נותנים אבל חושבים על הכבוד ועל ההערכה שנקבל או על הרווח שיצמח לנו מכך - הנתינה לא נעשית בלב שלם ולכן לא תמיד היא תהיה משמחת.

1

רציונאל

2

מטרות

- א. התלמידים יבינו כי נתינה אמיתית נובעת ממחשבה על הזולת ולא על עצמי.
 ב. התלמידים יכירו דרכים רבות לשמח אנשים אחרים.
 ג. התלמידים ישאפו לתת לאחרים מתוך רצון.

3

מבנה השיעור

פתיחה	לו הייתי רוטשילד...	5 דקות; מליאה.
פעילות 1	לשמח בכל דרך	20 דקות; קבוצות, מליאה
פעילות 2	לשמח בשלט רחוק	5 דקות; מליאה.
פעילות 3	את מי אני משמח?	10 דקות; מליאה
סיום:	גמ"ח המשמחים	5 דקות; יחידני

4

הכנה ואביזרים

1. סיפורים (נספח 3 + נספח 4)
 2. סיפורים (נספח 1) ☒
 3. כרטיסי מילים (נספח 2) ☒
 4. טופס גמ"ח החיוכים (נספח 5) ☒
 5. שק ובו כעשרים אביזרים שונים מחיי היומיום: כדור, פנקס, חבל, מסמר, וכד'



מהלך השיעור

משמחים!

פתיחה: לו הייתי רוטשילד...



המורה יפתח את השיעור בתזכורת קצרה: בשיעורים האחרונים למדנו על השמחה וראינו כמה חשוב לשמוח בשמחת הזולת. כאשר אנחנו משמחים את הזולת אנחנו גורמים הרגשה טובה לעצמנו. היום נכיר בשיעור את שמחה, הילד החמוד המנסה לשמח את כולם. המורה יקריא את הסיפור מנספח 1 ולאחר מכן יעלה את שאלתו של שמחה: איך באמת אפשר לשמח את הזולת אם אנחנו רק ילדים קטנים, לא עשירים, לא רופאים, ולא שוטרים?

פעילות 1: לשמח בכל דרך



הכיתה תתחלק לשלוש קבוצות. המורה יפרוס על שולחן או על הרצפה את האביזרים שבשקית ואת כרטיסי המילים מנספח 2. כל קבוצה תקבל מקרה אחד מתוך המקרים של שמחה (נספח 1) ותנסה לחשוב על כמה שיותר רעיונות איך לשמח אנשים על אף שאיננו רופאים, עשירים או שוטרים. אפשר להשתמש במילים או באביזרים במובנם הפשוט - (חיוך - לחייך לאדם עצוב ולעודד אותו) או ברמז (שדכן - לשדך חבר שיכול לעזור לילד שמתקשה ללמוד בכיתה וכד'...).

כל קבוצה תשתף את המליאה ברעיונות שהעלתה. המורה ידגיש בפני הילדים כי יש אפשרויות רבות כדי לשמח יהודי אחר. אם יש זמן אפשר למיין עם הילדים את הרעיונות שהועלו לפי מעשים או דיבורים שבהם משמחים את השני.

פעילות 2: לשמח בשלט רחוק



המורה יקריא את המשך סיפורו של שמחה (נספח 3). כאשר יגיע אל שאלתו של הילד כיצד אפשר לשמח מי שנמצא רחוק יעצור ויפנה את השאלה לילדים. אחרי שישמע את תשובותיהם ימשיך בסיפור.



מהלך השיעור

משמחים!

פעילות 3: את מי אני משמח?



המורה יקריא את המשך סיפורו של שמחה (נספח 4). בסיום הסיפור יפתח המורה דיון עם הכיתה.

שאלות לדיון

- מה עשה שמחה?
- האם מעשים אלו משמחים או אינם משמחים? מדוע?
- האם האנשים שמחו? מדוע?

הערה

בשאלה זו יתקשו הילדים למצוא רעיון מכליל. הם יענו תשובות כגון: זה לא התאים, לא היה להם נעים. המורה יכוון את התלמידים: על מי חשב שמחה כאשר עשה מעשה שהיה אמור לשמח אחרים? על עצמו. אם הוא היה חושב על השני, האם היה עושה את המעשה הזה?

מסקנה

אם אנחנו מעוניינים לשמח מישהו אחר חייבים לחשוב עליו, על הצרכים שלו ועל הדברים שייתנו לו תחושה טובה. ולא על עצמנו.



סיום: גמ"ח המשמחים

כל תלמיד יקבל טופס של 'גמ"ח החיוכים' (נספח 5). המורה יסכם: למדנו היום על דרכים רבות דרכים לשמח יהודים: במעשים ובדיבורים, גם אם אנחנו לא עשירים או חזקים במיוחד.

למדנו גם שאפשר לשמח אנשים מרחוק. העיקר לחשוב על מי שאנחנו רוצים לשמח ולא על עצמנו. גם חיוך יכול לשמח מאוד! היום כל אחד מכם יבחר חמישה אנשים ויחייך אליהם כדי לשמח אותם. זה יכול להיות מישהו מהמשפחה, חברים או שכנים.

הילדים יכתבו שמות של אנשים שהם מעוניינים לשמח במהלך השבוע. אחרי ביצוע המשימה הם ימלאו בטבלה המצורפת את מי שימחו, כיצד שימחו ומה הייתה תגובתו של מי ששימחו.