

שותפות ושותפים יקרים,

תוכנית 'בארי' מבקשת לחזק את ידיכם בימים קשים אלו ולתרום למאמצים שלכם לקיים שגרת לימודים וקשר הדוק ומיטיב עם התלמידים/ות.

לפניכם "מילה טובה" - מערכי הוראה קצרים לשימוש יומיומי. המערכים נבנו מתוך מחשבה שעיסוק קבוע במילה יומית נבחרת, באמצעות טקסט משמעותי, יאפשר לפתוח את הלב והראש לחיבור משותף ושיח מעמיק דרך אוצרות התרבות שלנו. אנו מבקשים להציע לימוד אינטלקטואלי לצד ממד רגשי שנותן תוקף ולגיטימציה למגוון התחושות והרגשות של התלמידים/ות ומנסה להאיר נקודות אופטימיות ומחזקות.

יחידות הלימוד הקצרות יכולות להתאים לפתיחת יום קצרה, לשעת מחנך, לשיחה מסכמת או כל שימוש אחר שתראו לנכון במהלך יום הלימודים, בלמידה מקוונת או בכיתה. בכל יחידה תוכלו למצוא טקסטים מארון הספרים היהודי-ישראלי ושאלות מנחות לדין.

בזמנים קשים אלו אנו מציעים, כפי שכתב יעקב גלעד: "רק מילה טובה או שתיים, לא יותר מזה", כדי להזכיר את אחריותנו להשבת האמון באדם ובחברה.

היחידות זמינות עבורכם באתר [תוכנית בארי](#) ונשלחות בקבוצת ווטסאפ ייעודית [להצטרפות](#)

אתם/ן מוזמנים/ות להציע לנו מילים נוספות, לשלוח משוב ורשמים, שאלות ומחשבות ולבחור את המילה המתאימה לכל עת.

ליצירת קשר: Yael.krue@shi.org.il

**מאחלים שנשמע בשורות טובות
ושישובו ימים של שגרה מבורכת**

צוות בארי, מכון הרטמן

בְּטָחוֹן

בְּטָחוֹן שֵׁם עֵצָם - זְכָר

1. הִרְגֵּשׁת וְדִאוֹת בְּקִיּוּם דְּבָר
2. אֶמּוֹנָה חֲזָקָה
3. שְׁלוֹם הַמְּדִינָה

בזוגות/שלשות הסתכלו בהגדרה המילונית של המילה "ביטחון" ומצאו דוגמאות להיבטים שונים של ביטחון בכל אחד משלושת מהסעיפים בהגדרה. כיצד הוא בא לידי ביטוי בחיים שלכם? תנו דוגמה אחת גם לחוסר ביטחון.

1. קראו את הפסוק מספר בראשית - איזה קשר אתם/ן מוצאים/ות בין הפסוק לבין המושג "ביטחון"?
2. איזה רגש מבטא הדובר בשיר "מבוקש"? אילו דברים הוא מבקש? מדוע דווקא דברים אלו?
3. אילו דברים עוזרים לכם/ן לחוש ביטחון? האם יש לכם/ן "מקום שישמש מדרך לך הרגל"?

.....

אם המפגש מתקיים באופן פיזי אפשר לשלב את התרגיל הבא:

התחלקו שוב לזוגות. אחד מבני הזוג עוצם עיניים והשני מוליך אותו ל"מסלול" קצר רק בעזרת הנחיות קוליות בלבד. לאחר דקה התחלפו בתפקידים - השני עוצם עיניים והראשון מוליך, למשך דקה נוספת.

שתפו אחד את השני - מה גרם לכם/ן לתחושת ביטחון ומה פגע בה? האם פתחתם/ן עיניים או סמכתם/ן לגמרי על המוביל/ה? איזו התנהגות של המוביל/ה העניקה ביטחון - מה נוכל ללמוד ולקחת מכך לחיינו?

**"וְלֹא מִצָּאָה הַיּוֹנָה מְנוּחַ לְכַף רַגְלָהּ
וְתִשָּׁב אֵלָיו אֶל הַתְּבָה כִּי מִיָּם עַל פְּנֵי כָל הָאָרֶץ
וַיִּשְׁלַח יְדוֹ וַיִּקְחֶהּ וַיָּבֵא אֹתָהּ אֵלָיו אֶל הַתְּבָה."
(בראשית ה, ט)**

מבוקש אדמיאל קוסמן

מְבַקֵּשׁ מְקוֹם שֶׁקֵּט עָלָיו תּוֹנַח הַנֶּפֶשׁ.
לְכֶמָּה רִגְעִים בְּלִבְד.
מְבַקֵּשׁ מְקוֹם שֶׁיִּשְׁמַשׁ מְדָרְךָ לְכַף הָרַגֶּל.
לְכֶמָּה רִגְעִים בְּלִבְד.

מְבַקֵּשׁ עֵצִיץ, עֵלָה, גִּבְעוּל, אוֹ שֵׁיחַ, שֶׁלֹּא יִקְוּם
וַיִּתְקַפֵּל כִּשְׁהִיא תְּבוּאָה. לְכֶמָּה רִגְעִים בְּלִבְד.
מְבַקֵּשׁ דְּבוּר אֶחָד, נְקִי, נְעִים וְחָם שֶׁיִּשְׁמַשׁ סִפְסָל
מְקוּלָט, לְמִישֵׁהוּ, קְרוּבָה שְׁלִי, יְלִדָה-יוֹנָה, נִפְשֵׁי שְׁלִי
אֲשֶׁר יִצָּאָה מִן הַתְּיָבָה, לְכֶמָּה רִגְעִים, בְּשַׁעוֹת הַבִּקּוּר,
וְלֹא מִצָּאָה מְאֹז מְנוּחַ לְרַגְלָהּ.

