



ספירת העומר

מקבץ תרגילים. שאלות. הפעלות <<

7 בום <<

האתגר – להגיע ל497 בלי להגיד את הספרה 7 או כפולות של 7
המשתתף הראשון מתחיל לספור "1" המשתתף שלאחריו ממשיך 2,3, וכן הלאה... כשמגיעים
למספר 7 (17,27 וכו..) או לכפולות של 7 (14,21,28 וכו') - המשתתף יגיד – בום ויענה

על שאלה לדוגמא:
מידה שהייתי רוצה לעבוד עליה
מחשבה שיש לי כשאני שומע את הביטוי "עבודת המידות"
שאלה שיש לי על מידות
עצה שהייתי רוצה לחלוק אתכם בנושא... וכו'
כמובן שאם משתמשים בתרגיל כפתיחה והמושג עבודת המידות איננו מבורר אפשר לנסות
לשאול שאלות פותחות לדוגמא:
תחום בחיי שהייתי רוצה להיות בו טוב יותר? // במה הייתי רוצה להיות יותר טוב?
דמות שאני לומד ממנה ערך כלשהו
התקדמות – משהו שהייתי שמחה לצעוד בו קדימה...

למדני את כל התורה על רגל אחת <<

נציג את תחילתו של המדרש :
מעשה בנכרי אחד שבא לפני שמאי, אמר לו: גירני על מנת שתלמדני כל התורה כולה כשאני
עומד על רגל אחת.

- ← לו הייתם שמאי – איך הייתם עונים לו על הבקשה הזו?
- ← מה אפשר כבר לומר לו על התורה כשעומדים על רגל אחת?

נעמיד את כל המשתתפים על רגל אחת – ונתבונן
מה מאפיין עמידה כזו?
איזה סוג תשוב מבקש הנוכרי?

פסלם פגא < ננסה ללמד את המשתתפים שיר/תנועות לשיר/לפתור תרגיל מתמטי/לנהל שיחה
בזוגות על...

איזו למידה מאפשרת כך?
האם זו למידה ארוכה/קצרה?
נתבונן בתשובתו של שמאי וננסה להבין מדוע היא התשובה שבחר לענות לנוכרי כשהוא
עומד על רגל אחת....



מד. מידה. מדידה.

מהי מידה?

מידה מתוקה « נכין כוסות מיץ (סיידר תפוחים או כל משקה צבעוני ומפנק) ברמות מתיקות שונות. רגע לפני שכל משתתף יבחר את הכוס שלו – נשאל - למה בחר דווקא את הכוס הזו? מה שונה מכוס לכוס? מידה. כמות. משנה. משתנה מאחד לאחד. מדבר לדבר.

כוסות בכל מיני צורות – ניתן להביא מלא סוגים של כוסות. חד"פ. וספלים. וזכוכית וכמה שיש לכם במרכז או שיש לכם כח להביא.. כל אחד מהמשתתפים מוזמן לבחור לו את כוס הקפה שלו ולשתף מה הכוס הזו עבורו.. אפשר גם להזמין אותם להביא איתם מהבית את כוס הקפה שלהם... ולהזמין דרך זה התבוננות במידות שלי...

שאלה בהזמנה

נשלח למשתתפים מראש הזמנה לכתוב שאלה שמעסיקה אותם בעולם עבודת המידות: תחום שהייתי רוצה להשתפר בו. מידה שהייתי רוצה להתקדם בה. מרחב שאני טוב והייתי רוצה להיות טוב יותר.. שאלה שיש לי בתחום וכו... נכין מראש על כוסות נייר חד"פ שאלות ונחלק אותם לזוגות. כל אחד מהמשתתפים יחפש את השאלה שלו בכוס שנמצאת אצל משתתף אחר – יכינו יחד כוס קפה/תה וישבו לשיח על השאלות שכתבו מראש...

מד מצב

כל אחד מהמשתתפים יקבל דף ריק 21 צבעים נצייר על גבי דף 5 עיגולים מתחת לכל עיגול נכתוב תחום שמעסיק אותנו בחיים « עבודה. לימודים. זוגיות. משפחה. מימוש כוחות. וכו... בשלב הבא נזמין אותם לצבוע בצבע ראשון את החלק שהם מרגישים שהם מונחים בו במקום ובצבע נוסף את החלק שעוד יש בו מרחב להתקדמות ועבודה.... בסופו של התרגיל נקבל מפה. מעין גרף אישי להתבוננות על המרחבים בחיים. איפה אני מונח ביחס למקום שהייתי רוצה להיות.. נתבונן במידה. בכמות. בסימון שמאפשר לי לזהות את המקום בו אני מונח...

רבי עקיבא - לימוד מדרש <<

נשמיע למשתתפים את השיר הבא (שירת נשים)
<https://www.youtube.com/watch?v=MjNEc9-Z1Hg>
מה אנחנו יודעים על רבי עקיבא? מה השיר מספר לנו עליו? על דמותו? על מידותיו?
נתבונן במדרשת

כיצד התחיל. כיצד התקדם. כיצד המשיך
את המדרשים ניתן ללמוד <<

← באמצעות מרקר! לסמן משפטי מפתח. צבע אחד תובנה ובצבע שני שאלה... וכו.
← נקרא את המדרש ובסופו – בסבב כל משתתף צריך לכתוב על פתק "שאלה" או לשתף בע"פ. בשלב הבא נתבונן יחד במדרש לאחר שפתחנו מרחב לשאלות...

יש לנו אורח!

"אני רוצה להזמין לפה היום אורח חשוב מאוד – רבי עקיבא! אם מישהו רוצה להגיד לו משהו. לספר לו משהו שלמדנו. לשאול אותו שאלות, לבקש ממנו עצות – הוא מוזמן!"

מה המידה למידה?

תרגיל לסיכום ויציאה לעבודה

כל אחד מהמשתתפים מקבל 10 פתקים

על כל פתק כותב תחום/מידה/הרגל/מחשבה שהייתי רוצה לעבוד עליה

בשלב הראשון המשתתפים ימלאו את 10 הפתקים. חשוב להגיד שזה תרגיל אישי. אין צורך לשתף והוא נשאר לגמרי שלהם.

בשלב הבא. נבקש מהם לוותר על אחד מהם. ולהעביר אותו לערימה השנייה

בשלב הבא – נבקש מהם לוותר על 3 פתקים

לאחר מכן נבקש שישארו עם 4 פתקים בלבד

נבקש שיוותרו על פתק נוסף

כעת הם נמצאים עם שלושה פתקים

נשאל – לו היינו מבקשים מכם להשאיר עם פתק אחד – עם איזה פתק זה היה?

לאחר מכן נתבונן

← מה התחושה בזיהוי המרחבים לעבודה?

← מה התחושה שצריך לבחור?

← מה המידה הנכונה לי לעבודה?

