



להתפלל להודות לייחל

מסמך יסוד על התפילה

צו פיוס

החינוך המשותף לחילונים, דתיים ומסורתיים
גנים וכיתות יסוד



צילום: Lotus Carroll

ייעוץ: יהודית לקיצביץ', אסף הירשפלד, יעל ברגר, שרית זוסמן, שרית עזרא, מירב הנקין
עריכת תוכן: מיכל ברגמן
כתיבה: חגית דותן ומיכל ברגמן



צו פיוס - סיפור הצלחה ישראלי

עמותת צו פיוס מקימה ומלווה מסגרות חינוך המשלבות ילדים חילונים, דתיים ומסורתיים ללימוד וחיים משותפים – מסגרות חינוכיות של גנים ובתי ספר.

עמותת צו פיוס פועלת בשיתוף פעולה מלא עם משרד החינוך והרשויות המקומיות להפצת המידע אודות החינוך המשותף, לעידוד חשיבה חדשנית והובלת שינוי בתוך מערכת החינוך ולהקמת מסגרות חדשות ברוח זו.

צו פיוס פועל לקידום החינוך המשותף בתחומים הבאים:

- ייעוץ וליווי לקבוצות הורים המעוניינים בהקמת בית ספר משותף ביישוב.
- ייעוץ וליווי לרשויות המקומיות בתהליך בחינת ההיתכנות ובשלבי ההקמה.
- הנחיה, ליווי והשתלמויות למנהלים, מורים וגננות לחינוך ולהוראה בכיתה מרובת זהויות.
- פיתוח והנגשת תכניות לימודים למורים בחינוך המשותף.
- גיבוש קהילה בית ספרית פעילה ותוססת בתחום התרבות היהודית- ישראלית ביישוב.

עקרונות פדגוגיים מנחים

חינוך בין-קבוצתי: יצירת מסגרות חינוך פורמאלי למפגש קבוע ומתמשך בין חילונים, דתיים ומסורתיים. **מפגש בין שווים:** שמירה על הזהות הייחודית של כל תלמיד/ה מתוך כבוד לאורחות חיים שונים. **מפגש בין שונים אך שווים:** מפגש בין זהויות מגוונות השומר על ייחודה של כל אחת מהן. **שפה תרבותית ישראלית-יהודית משותפת:** תוך שמירה וכבוד לזהותו של הפרט ושל משפחתו. **פלורליזם - ריבוי קולות:** דגש על תרבות ומסורת יהודית תוך התייחסות לקולות השונים בתרבות היהודית. **לימוד מגוון:** לימוד תרבות ומסורת יהודית במגוון אמצעים – שיר, מדרש, סיפור, יצירה פלסטית, דרמה, פעילות קהילתית, לימוד הורים-ילדים ועוד. **שתי עגלות מלאות:** עגלה חילונית ועגלה דתית. **מעטפת פדגוגית:** ליווי והנחיה הוליסטית הדואגת לשיפור דרכי ההוראה והאווירה החינוכית.

לפרטים נוספים ולהתקשרות:

02-6215353

mail@tzavpius.org.il

כל הזכויות שמורות לצו פיוס

תכני הלימוד המופיעים בחוברת זו נועדו לשימוש חינוכי של צוותי הגנים ובתי הספר

חורף תשע"ה - 2015



צילום: @Schub

חלק ראשון ♦ על האתגר החינוכי שבחינוך לתפילה

חלק זה מהווה נדבך חשוב בחינוך לתפילה – הוא כולל תרגול שלנו, נשות ואנשי החינוך, בהתחברות אישית ומשמעותית לתפילה הקרובה ללבנו: נשאל את עצמנו מדוע אנו מתפללים ומה חשוב לנו בתפילה. אנו מאמינים כי החיבור האישי יביא אותנו להוביל את תפילת הילדים באופן משמעותי יותר, כעבודה שבלב.

מדוע האדם מתפלל?

ישנן מטרות שונות לתפילה. בחוברת זו נשים את הדגש על **התפילה כאמצעי ליצירת יחסים משמעותיים בין האדם לאלוהיו**. יחסים אלה יש להם נגיעה לחיי האדם במישורים שונים: כיחיד/ה, כבן או בת לעם היהודי, וכחלק מהאנושות.

שכן, **התפילה מלווה אותנו בזמנים ובתקופות שונות של חיינו**: בספר קהלת נכתב –

'עַת לְלֶדֶת וְעַת לָמוֹת, עַת לְטַעַת וְעַת לְעִקּוֹר נְטוּעַ... עַת לְבָכוֹת וְעַת לְשִׂחוֹק... עַת מְלַחְמָה וְעַת שְׁלוֹם' [קהלת ג'].

התפילה שייכת לכל הזמנים הללו: זמנים קשים וטובים, שמחים ועצובים. היא נוגעת לאירועים במישור הפרטי, המקומי, הלאומי והעולמי: האדם פונה לתפילה כשהוא חולה, לרגל שמחה משפחתית, כשמדינת ישראל נתונה במלחמה, וכד': בתפילה אנו חשים כי אלוהים נמצא אתנו. מטרת התפילה אינה משתנה אצל אדם בן שש או בן שמונים, אך הביטויים והמשמעות של התפילה ישתנו בקבוצות הגיל השונות.²

2 מ', סטולוביטסקי, 'תפילה משמעותית: להתמקד במטרה', ידיעון רבס"ק תפילה. –

המחנכת/ת כאדם מתפלל - תהליך ותרגול

ככלל, אנו מאמינים ששינוי משמעותי כרוך **בעבודה עצמית של הצוות החינוכי** בינו לבין עצמו, כהכנה לעבודה עם התלמידים; הדבר תקף במיוחד במקרה של הוראת התפילה. **על המורים האחראים על התפילה להיות בעצמם מתפללים**; שכן, הכרה בחשיבות התפילה בחיינו, תסייע לנו להעביר תחושה זו לילדים..

על מנת ליצור תפילה רלבנטית הבאה מן הלב, נפנה תחילה אלינו, נשות ואנשי הצוות החינוכי: שכן, העמקה בתפילה דורשת לטפח במחנכים עצמם מנהגי תפילה עמוקים ובעלי יכולת שינוי עצמי³.

האתגר החינוכי של התפילה

כיצד הופכים את התפילה למוקד רוחני חשוב? – האתגר גדול ומורכב. שכן, התפילה דורשת כוונה אך היא מורכבת ממילים החוזרות על עצמן מידי יום. ידועה המחלוקת בין חז"ל, וקביעתו של רבי אליעזר:

רבי אליעזר אומר:

העושה תפילתו קבע – אין תפילתו תחנונים

[מסכת ברכות פרק ד משנה ג]

בעוד חז"ל התקינו בשלב מסוים תפילה קבועה. כל אלה מעלים שאלות בפני המתפלל/ת:

- כיצד מגשרים על הפער בין התחושה האישית לתפילה הקבועה?
- האם ניתן ליצור תפילה שהיא תפילת קבע משמעותית יחד עם תפילת תחנונים אישית?
- ואם כן, כיצד לעשות זאת?

תפילה, בעיקר בגיל הרך, דורשת הובלה חינוכית של התפילה ע"י נשות ואנשי הצוות: כדי להתחיל במהלך, אנו מציעים **רגע של ריכוז אישי ופנימי, שבו נשאל את עצמנו, המחנכות והמחנכים, מהי התפילה עבורנו.** אנו סבורים שמהלך אישי שכזה הוא הפתח ליצירת תפילה שהיא 'עבודה שבלב' עבור הצוות החינוכי והילדים, יסייע בידינו ביצירת מרחב ל-'עבודה שבלב' עבור הילדים ובליווי משמעותי של האתגרים עימם יתמודדו בתפילתם.

נקודה למחשבה – למה אני מתפלל/ת?

כאמור, חווית התפילה, הינה **חוויה שונה** משאר המצוות והחוויות היהודיות שאנו מכירים. התבוננות באתגר האישי שלנו אל מול התפילה הוא חשוב, על מנת שנזכה, **מתוך ניסיוננו**, את האתגרים והקושי העולים בתפילה היומיומית, ואת היתרונות שתפילה זו מביאה לחיינו: ביטוי למגוון רגשות וחוויות, חיזוק האמונה, הקשבה ברמות שונות - לעצמי, לחזן לקהל-המתפללים, יכולת התמדה, אחריות, כנות ותחושה של אמת פנימית.

חוסר המודעות המלווה לא-פעם את תפילת המבוגרים; אורי אורבך ז"ל היטיב לבטא זאת, כשכתב מנקודת המבט של ילד די, תמים וביקורתי כאחד:

יש איש אחד בבית הכנסת שלנו

שכל הזמן אומר "שה-שה-שה!" –

אפילו אם זה רק לחישה.

אבל לפחות פעמיים, אולי יותר,

ראיתי שהוא בעצמו מדבר.

[אורי אורבך, בגלל ילד אחד, ספריית בית אל, עמ' 40]

התמקדות בחוויה שלנו כבוגרים, תעזור לנו להוביל תפילה משמעותית עבור הילדים - לשם כך, אנו מבקשים ממך להקדיש כמה דקות של לריכוז פנימי ולענות על השאלות הבאות. אנו ממליצים על כתיבה של התשובות כדי לדייק את התחושה וביטוייה:

- איזו חוויית תפילה זכורה לי מהילדות – כילדה מתפללת?
- איזו תפילה משמעותית עבורי ומדוע [תפילה מסוימת או תפילה קבועה מסידור התפילה]?
- האם אני מתפללת/ת בציבור? לבד? תפילה מסידור? או תפילה אישית?
- מדוע אני מתפללת/ת?
- מתי אני חשה צורך להתפלל?
- אלו מילים בתפילה [הקבועה, תפילת חגים וכד'] הן משמעותיות ביותר עבורי, ומדוע?
- מה למדתי על התפילה שלי בעקבות התרגיל הזה?

צילום: Bust it Away Photography



הזמנה לתפילה - איך נתכונן לתפילה

אין עומדין להתפלל לא מתוך עצבות, ולא מתוך עצלות, ולא מתוך שחוק,

ולא מתוך שיחה, ולא מתוך קלות ראש,

ולא מתוך דברים בטלים אלא מתוך שמחה של מצוה.

[תלמוד בבלי מסכת ברכות דף לא עמוד א]

• **חשיבות ההכנה לתפילה:** על מנת לחוש ולחזק את חווית התפילה כ-"עבודה שבלב", שלב ההכנה לתפילה הוא חשוב. כאמור, אנו רוצים ליצור אווירה שונה בזמן התפילה, התכוונות, התבוננות, התכנסות פנימה וריכוז.

• **צלילי פתיחה:** נאפיין את זמן ההתארגנות לתפילה בצלילים מיוחדים, ר' פירוט בהמשך.

• **הירגעות והתכוונות -** נבקש מהילדים לעצום עיניים ולהתכונן לתפילה: בשלב ראשון להרגיש את גופם, לחוש את ההרגעות באמצעות הרפיה, נשימות עמוקות, דמיון מודרך המעלה רגעים נעימים וטובים שהיו או שהיינו רוצים שיביא אתו היום החדש. בשלב מאורח יותר ניתן להתכונן לקראת שיחה עם אלוהים במרחב של התפילה, לחוש שאנחנו פונים אל אלוהים, להתמקד ברגשות שלנו לקראת התפילה [התרגשות, שמחה ואף קושי להתרכז או עצבות]. . אולי לחוש את התפילה המתקרבת, לחוש את אלוהים. להיות דקה אחת בשקט, לנשום בנחת, או להאזין בדממה לצלילים מרגיעים.

צילום: adam_moralee



לגיטימציה רגשית ואפשרויות בחירה

- **מתן לגיטימציה רגשית** – בכל אלה עלינו לזכור כי הילדים שונים וחוויותיהם ביום הספציפי – שונות. ישנם ילדים שיגיעו לתפילת הבוקר מלאי שמחה והתלהבות, יש מהילדים שיקשו לעצור ולהתרכז, יש שיחושו עצבות ויש שיהיו שמחים. לקראת התפילה ראוי כי נשות הצוות **יתווכו את האפשרויות הללו לילדים ויתנו להם לגיטימציה**: 'ישנן ימים שאנחנו שמחים וימים שבהם אנחנו פחות שמחים ואפילו עצובים, יש ימים שקל לנו להתרכז ולהתפלל וימים שקשה לנו. בואו נחשוב מה מצב הרוח שלנו כרגע, ניקח נשימה עמוקה ונעצור'.
- **מתן לגיטימציה לקושי**: ראוי שיקבע כלל שיאפשר לילדים לספר על יום שונה, בהם הם שמחים במיוחד או מתקשים במיוחד להתפלל. אין להניח כי הדברים יגיעו מצד הילדים ללא תיווך של הצוות, ואין להניח שהילדים תמיד יגיעו לתפילה נלהבים ומסוגלים להתרכז.
- **מתן אלטרנטיבות**: אם ילד/ה בוחר/ת שלא להתפלל יש ללוות ולשאול שאלות שיעזרו למקד בקושי וליצור אלטרנטיבה מתאימה.

שאלות לדוגמה:

- מה קורה לי כשאני מתפלל/ת?
- האם יש לי קושי לפעמים? מה הקושי שלי?
- האם אני יכול/ה למצוא משהו בתפילה שאני מתחבר/ת אליו?

איך מלווים את הילד/ה בתהליך הבחירה?

- אפשרות אחת היא שאלון שבו הילד/ה כותב/ת: איזה שאלות את/ה שואל/ת את עצמך? מי שותף לבחירה שלך?
- כלומר- **מגוון הבחירה צריך להיות רחב יותר מ- "כן להתפלל" / "לא להתפלל". יש עוד אלטרנטיבות.**
- **יצירת כמה סגנונות תפילה**: בבי"ס שבו יש מספר שכבות שמתפללות, ניתן ליצור כמה סגנונות תפילה ולאפשר לילדים לבחור. משל – תפילה אישית, תפילה מתכתבת המלווה ביומן אישי, תפילה מוזיקלית, תפילה עם תרגילי התכוונות פנימית, ועוד.
- הילדים מתבקשים לבחור תפילה מבין האופציות הללו.
- המוקד הוא **לבחור איך להתפלל ולא רק האם להתפלל**. זה פותח **מניפה מאוד גדולה של איך מתפללים**.
- אפשר להחליט על סגנונות תפילה שונים בשיתוף הילדים.
- הערה: הצעות אלה מבוססות על הרצאתו של מר תמיר גבאי מהמכון לחינוך דמוקרטי.



ציילום: 2.

מילים...מנגינה...רוח...רגש...

לתפילה משמעות מילולית, רוחנית ורגשית – אנו ממליצים להביא את כל אלה בחשבון ולתת להם ביטוי בפעילויות השונות.

- לימוד המילים של התפילה ומשמעותם וקירובה לעולמם של הילדים.
- **הפן הרוחני** - חווית הקשר לאלוהים ולנשמה.
- **הפן הרגשי** - שימת לב לרגשות המתעוררים - מה אני מרגיש/ה היום, מה אני מרגיש/ה כשאני אומר/ת מילים מסוימות, כשאני שר/ה...
- **דרכי לימוד** - הלימוד המילולי והפניית תשומת הלב לרוח ולרגש נחזק באמצעות מוסיקה, יצירה, נשימות, תרגילי הרפיה, שיחה כנה והקשבה, דמיון מודרך וכד'

שירה ונגינה

שירה ומוסיקה הם אמצעים ישירים ליצירת חיבור רגשי, משותף, היוצא מהלב ונכנס אל הלב.

ילדים, מתחברים למוזיקה ולשירה ואוהבים ללוות שירים בתנועות ידיים ובכלי נגינה. הם אוהבים לשיר גם אם אינם מבינים את כל המילים ומשמעויותיהם. כדאי להתחיל ללמוד לשיר את התפילה או לומר אותה בקול יחד. **שיר פתיחה:** התכנסות לקראת תפילה שמלווה בשיר היא הזמנה נעימה ושונה לזמן ההליכה למקום בו נתפלל, הוצאת/לקיחת סידורים, הכנסת הבימה או קירוב ארון הקודש, התארגנות במעגל לקראת התפילה.

הצעות לגיוון מוזיקלי:

- **נגינה בכלי נגינה מיוחדים:** פעמוני רוח עם צליל נעים במיוחד, משולש, סביב תחילת השנה שופר, (בגן – עדיף להשתמש בכלי שהגננת אינה משתמשת בו באופן רגיל)
- **השמעת נעימה קבועה** וכך הילדים ידעו שהיא הנעימה המסמנת להם לקחת סידור ולהתיישב לקראת תפילה.
- **הצעות לשיר פתיחה** שיושר על-ידי הילדים והצוות כגון:
- **הריני מקבל עלי** - "הריני מקבל עליי את מצוות הבורא ואהבת לרעך כמוך" **ביצוע שקט** - "מעגל שירה מקודשת", **ביצוע שמח** "ואהבת לרעך כמוך" מתוך יוטוב
- **הנה מה טובו** - " הנה מה טוב ומה נעים שבת אחים גם יחד:" [תהלים פרק קלג א]
- **קטע אינסטרומנטאלי שקט - גיטרה**, **הביצוע המוכר** מתוך יוטוב.
- **אלוהים שלי רציתי שתדע** - מילים ולחן עוזי חיטמן, **ביצוע עוזי חיטמן אנימציה מבית ילדות ישראלית** מתוך יוטוב
- **אמן למילים** - מילים ולחן: בצלאל אלוני. **עפרה חזה** מתוך יוטוב.
- **אילו פינו מלא שירה כים...** - מילים: נשמת כל חי (תפילת שחרית של שבת) לחן שלמה גרוניך **שלמה גרוניך** מתוך יוטוב. מילים בנספחים: **אילו פינו** - נספח 15.
- **"מי האיש החפץ חיים, אוהב ימים לראות טוב, נצור לשונך מרע ושפתיך מדבר מרמה"** [תהלים לד יג] **ביצוע חוה אלברשטיין** מתוך יוטוב.

• **הכנת כלי נגינה** - בפגישות הראשונות של השנה מומלץ לייחד זמן להכנת כלי נגינה ולהוסיף עליהם במהלך השנה: ניתן להכין **כלי נגינה מפריטים ממוחזרים** מאתר www.yeshla.co.il, מעלים, תרמילי צמחים וגרעינים לקראת ט"ו בשבט וכן במכלים למוצרי חלב לקראת שבועות.

• **הצעות לשירה:**

- ליווי של התפילה בתנועות ידיים מתאימות או בתנועות גוף.
- ליווי בכלי נגינה מוכנים או מאולתרים [קליפות עצים, מקלות, קופסאות וכד'].
- יצירת תנועות ומקצבים במחיאות כפיים ועל הברכיים.
- לימוד של תפילות קצרות בשפת הסימנים.
- לימוד מספר לחנים לאותה תפילה.