



## הקדמה

שיעור זה יעסוק בנושא התפילה ויבחן את מקומה בחיי התלמידים.

## מהלך השיעור

שיעור זה מורכב משלושה חלקים שונים: מצגת, שאלון ושיח שיתופי.

## תפילה

### מהי תפילה?

תפילה - היא בקשה מאלוקים, דברי תחנונים, תחינה. (מילון אבן שושן)  
תפילה היא היכולת של האדם להביע את רגשותיו ורצונותיו במילים, ולבקש בקשות מאלוקים.

## דוגמאות לתפילות בתנ"ך

בתנ"ך אנחנו רואים שאנשים התפללו במצבים שונים:  
כאב, פחד ומצוקה, והודיה.  
כל אחד מהם פנה לאלוקים בדרך שמתאימה למצבו.

### יעקב

ברח לחרן מפני עשו אחיו שרצה להרוג אותו.  
לאחר שנים רבות חזר לארץ כנען עם משפחתו.  
לקראת פגישתו עם עשו יעקב מבקש מאלוקים "הצילני נא"

### משה

לאחר חטא העגל, משה התפלל לאלוקים שיסלח לעם על החטא:  
"שוב מחרון אַפְּךָ וְהַנַּחם עַל הָרָעָה לְעַמְּךָ"  
תפילה זו אנו מזכירים בכל יום, ובמיוחד ביום הכיפורים.

### חנה

התפללה במשכן שילה, מתוך כאב וצער על כך שלא נולדו לה ילדים.  
היא התפללה מעומק ליבה לפני אלוקים שיעניק לה בן. "וַתִּתְפַּלֵּל עַל ה' וּבָכָה תְּבַכֶּה"

### יונה

ברח באוניה משליחותו כנביא להציל את אנשי נינוה.  
בהפלגה התחילה סערה שעמדה להטביע את כולם.  
יונה הושלך לים, דג גדול בלע אותו, והסערה נרגעה.  
מבטן הדג הוא התפלל לאלוקים שיושיע אותו: "וַיִּתְפַּלֵּל יוֹנָה אֶל ה' אֱלֹהָיו מִמְעֵי הַדָּג"



## כוחה של התפילה

מסיפורים אלה אנחנו רואים את כוחה של התפילה, לשנות את המציאות. מי שהתפלל גרם לשינוי משמעותי במציאות שלו או של הסביבה שלו.

## שאלון

בשלב זה של השיעור מחלקים לתלמידים שאלון אישי שבוחן את העמדות שלהם בנוגע לתפילה. התלמידים מקבלים זמן שקט לענות על השאלון, ולאחר מכן יתקיים שיח שיתופי במליאה. השאלון מצורף כנספח למערך השיעור.

## מדברים על זה

בחלק זה של השיעור יוצגו שאלות שונות על הלוח שמטרתן לעורר שיח שיתופי. השאלות לשיח הן:

- האם היית פעם בתפילה מרגשת במיוחד? מתי זה היה?
  - האם יש תפילה מסוימת שהיא המועדפת עליך? מהי?
  - האם יש במשפחה שלכם סיפור על תפילה מיוחדת שנענתה? מה הסיפור?
- טיפ** - כדי לעודד שיחה על הנושא, כדאי לפתוח בדוגמא או במקרה אישי.



אין תשובות נכונות או לא נכונות - עליך לענות בכנות כדי לגלות על עצמך דברים חדשים.

## עליך להקיף את התשובה הנכונה ביותר עבורך:

### תפילה בשבילי היא:

1. זמן של שקט והתבוננות
2. דרך לבקש עזרה
3. מסורת שצריך לשמור
4. לא משהו שיש לי אליו חיבור כרגע

### הכי מרגש אותי בתפילה:

1. התחושה שאלוקים מקשיב
2. זה בכלל לא מרגש
3. המנגינות והשירים
4. האווירה שכולם יחד

### כשאני חושב/ת על תפילה, אני:

1. מרגישה/ה שזה דבר חשוב
2. נראה לי שזה מתאים בעיקר לסבא וסבתא
3. לא מבין/ה למה מתפללים בכלל
4. מרגישה/ה שזה אישי ולא לכולם

### אם ביקשו מכולם להתפלל על משהו:

1. אני מתפלל/ת במילים שלי
2. אני אומר/ת תהילים
3. אני פשוט חושב/ת בלב מה אני רוצה
4. אני לא מתפלל/ת אף פעם

## עד כמה המשפטים הבאים נכונים לגביך? (5 = נכון מאוד, 1 = לא נכון)

1	2	3	4	5	כיף ללכת לבית הכנסת בערב שבת או חג
1	2	3	4	5	בזמן אזעקה אני מתפלל/ת בלב
1	2	3	4	5	לפעמים לפני השינה אני מבקש/ת בקשות מאלוקים
1	2	3	4	5	כשמישהו חולה או נמצא בסכנה אני פונה לאלוקים בלב שלי
1	2	3	4	5	לפני מבחן חשוב אני מבקש/ת מאלוקים עזרה
1	2	3	4	5	כשקורה לי משהו משמח אני אומר/ת לאלוקים תודה
1	2	3	4	5	כשיש סליחות וכל החברה הולכים אני תמיד שם