

אל תדחה

מערך שיעור לאור דמותו של ליאור לוי ז"ל

כתיבת מערך השיעור: תמר זרמי - רשת אורט

רציונל

השיעור עוסק בהתמודדות עם תופעת הדחיינות בחיינו ומשמעויותיה, תוך בחינת הגבול הדק שבין ניצול מיטבי של הזמן וההווה ("חיה את הרגע") לבין דחיית משימות ועשייה ל"מחר". דחיינות אינה נובעת בהכרח מעצלנות, אלא לעיתים קרובות מקושי פנימי להכריע בין משימות נדרשות, ראויות ומועילות לבין פיתויים מיידיים המסיחים את דעתנו.

דרך סיפור גבורתה של ליאור לוי ז"ל – אשר חיה חיים של 'עכשיו' ובחרה לקחת אחריות מיידיית ולפעול ללא דיחוי למען חבריה גם תחת אש – התלמידים נפגשים עם מודל לחיים נחושים וערכיים. השיעור משלב לימוד מקורות טקסטואליים המדגישים את הערך שבחירה נכונה בכל רגע ורגע, את החשיבות של התמודדות מול פיתויים מיידיים, ואת היכולת להכיר תודה ולהבחין ביופי ובאנשים שסביבנו בהווה.

מתוך למידה זו, התלמידים מונעים לפעולה אישית וקבוצתית מעשית באמצעות הקמת "חמ"ל ערבות הדדית כיתתי". פעילות זו מתרגמת את האמירה של ליאור, "אל תדחה", למשימות ממשיות של עזרה הדדית ואחריות חברתית בטווח זמן מיידי, ומלמדת אותם לא לחכות למחר אלא לפעול כדי להביא אור כאן ועכשיו.

מטרות

- תלמידים ידונו במשמעות דחיינות וכיצד זה משפיע על חיינו.
- התלמידים יבחנו את בין ניצול מיטבי של הזמן (תחיו כאילו אין מחר) לבין דחיינות (לדחות למחר).
- התלמידים יגדירו לעצמם כיצד הם יכולים להימנע מדחיינות.

מהלך השיעור

פתיחה

"מכירה פומבית של זמן" (10 דקות)

המורה מציג על הלוח רשימה של 5 משימות/רצונות (למשל: ללמוד למבחן קשה, להגיד לחבר/ה שאני אוהב אותם, להתחיל להתאמן, להתנדב, לסדר את החדר. המורה מחלק לכל תלמיד 3 "אסימוני זמן". המשימה של התלמידים היא "לקנות" את הפעולות שהם רוצים לעשות. **הטוויסט:** חלק מהפעולות ניתנות לקנייה "רק עכשיו" (בסבב הראשון), וחלק נשמרות לסבבים הבאים – אך אז מחירן עולה או שהן נעלמות מהלוח לחלוטין.

דיון קצר בעקבות ההפעלה:

- אילו הזדמנויות הפסדנו משום שחיכינו לסבב הבא?

מדוע קל לנו יותר להגיד "אעשה זאת מחר" מאשר לפעול ברגע זה ממש?

טבעת הרגש – היכרות עם דמותה של ליאור: (10 דקות)

היכרות מעמיקה עם ליאור לוי. הנחיה למורה: מומלץ להקרין תמונה של ליאור מחייכת או תמונה שלה בצבא/בטיול/ עם משפחה כדי לייצר חיבור ויזואלי.

ליאור בת לרחל ואופיר, אחות לעדן, גלעד ועמרי, נולדה בבאר שבע. ליאור גדלה והתחנכה בדימונה. בצעירותה התנדבה בסניף מד"א המקומי, חלומה הגדול היה להיות רופאה מנתחת. בלימודיה בתיכון דרכא זינמן בעירה, הצטיינה בלימודי הכימיה והביולוגיה.

עם גיוסה לצה"ל שובצה כסמלת מבצעים בבסיס אורים שליד אופקים. מפקדיה וחבריה סיפרו שמהרגע שהגיעה לחמ"ל, הביאה עמה אור עצום, מקצועיות, מסירות יוצאת דופן ואהבה לחבריה לשירות. גם בזמן שירותה המשיכה בהתנדבות במד"א.

בימים שקדמו למתקפת החמאס שהתה ליאור בביתה עקב חופשת מחלה, אולם היא החליטה לחזור לבסיס, "איך אני יכולה להשאיר את החברים שלי לבד ולתת להם לעשות משמרות ארוכות יותר בגלל שאני לא שם?" אמרה לאימה. בשש וחצי בבוקר התעוררה לקול האזעקות ורצה לחמ"ל. כשהבסיס הותקף, היא התנדבה לעזור לחייל אחר שהיה לכוד לבדו במיגונית, בדרכה אליו נורתה על ידי מחבלים. הובאה למנוחות בבית העלמין הצבאי בדימונה.

נקודה לחיבור – "כאילו אין מחר"

דיון: (7 דקות) הנחיה למורה: פתח את הדיון לכיתה. המטרה היא לגרום להם להרגיש שליאור היא אחת משלנו "שהחליטה לקחת את הערכים שלה צעד אחד קדימה".

שאלות מוצעות לדיון:

- ליאור יכלה להישאר בבית בבטחה תחת החסות הרפואית שלה. מה הניע אותה לקום ולחזור לבסיס באותו בוקר?
- כיצד ההחלטה של ליאור שלא לדחות את העזרה לחבריה, משקפת את האמירה שלה "אל תדחה"?
- במצבי חירום או ברגעי הכרעה ערכיים, היסוס של שניות בודדות יכול לשנות חיים. האם קרה לכם פעם שהיססתם או דחיתם החלטה לרגע אחד קטן, ופספסתם הזדמנות לעשות טוב או לעזור למישהו? מה אפשר ללמוד מהנחישות המיידית של ליאור למצבים כאלה בחיי היום-יום שלנו?
- מקובל לחשוב שלחיות "כאילו אין מחר" עלול להוביל לחיים נהנתניים חסרי אחריות (לאכול ולשתות כי מחר נמות). כיצד הבחירה של ליאור לרוץ אל החמ"ל ואל המיגונית תחת אש מראה לנו דרך אחרת, עמוקה ואצילית יותר, לחיות את ה"עכשיו"?

טבעת הערך והלימוד – על הכרת תודה ויעילות.

לימוד טקסטואלי מתוך פרקי בנים.

כל זוג יקבל דף עם שלושה מקורות וידון בו:

1

בעולם שבו הזמן רץ, מוטלים ערכי החיים על כף מאזניים. בכל רגע מוטלת עלינו החובה לבחור כיצד לנצל. השניות, הדקות, השעות והימים הופכים לרגעי הכרעה, "יפה שעה אחת בתשובה ומעשים טובים בעולם הזה מכל חיי העולם הבא". אנחנו לא נחיה לנצח, אבל יש בכוחנו לנצח את הרגע, ללכוד אותו ולהעניק לו ערך שלא יסולא בפז.

2

הלל הזקן הזהיר אותנו מפני דחיינות, "ואל תאמר לכשאפנה אשנה, שמא לא תפנה". פסיכולוגים הגדירו את תופעת הדחיינות כעיכוב מרצון של דרך פעולה מתוכננת, גם במקרים שבהם האדם מודע להשלכות העיכוב והדחיינה. דחיינות אינה נובעת בהכרח מעצלות או פגם אישי. לפעמים היא תוצאה של חוסר יכולת להכריע בין הנדרש, הראוי, המועיל לבין פיתויים מיידיים.

3

חיים הממוקדים בהווה מאפשרים חיים של הודיה, של הוקרה, של הכרה. ישנם רגעים שבהם אנו לא נדרשים לתקן את העולם, ישנם רגעים שבהם אנו נדרשים להוקיר ריחו של פרי, שמיים תכולים, אוהב ואהוב. לחיות את הרגע, מאפשר להישיר מבט אל מול יופיים של החיים ולהעריך אותם.

שאלות למקורות:

- כיצד הבנה זו משנה את הדרך שבה אנו מסתכלים על השעות הפשוטות והיומיומיות שלנו?
- באילו רגעים ביום אתם מרגישים שהצלחתם "ללכוד" את הרגע ולהעניק לו ערך?
- אילו "פיתויים מיידיים" (כמו מסכים, רשתות חברתיות או סתם נוחות) מונעים מכם הכי הרבה לבצע את הדברים החשובים לכם באמת?
- אילו כלים יש לנו להתמודד מול פיתויים אלו?
- כיצד לחיות בהווה מאפשר לנו להבחין ביופי ובאנשים שסביבנו כאן ועכשיו?

במליאה:

- איזה מקור היה הכי מובן מאליו עבורכם? מה בכל זאת למדתם ממנו?
- איך היתה העבודה בזוגות? האם הסכמתם על הכל? ביניכם? מול המקורות?
- מה התובנה המרכזית שאתם לוקחים מהחברות הקטנות שלכם?

פעילות אישית וקבוצתית: (כ-10 דקות)

זהות – עבודה אישית ("משהו בלתי נשכח"):

חלק לכל תלמיד דף קטן או פתק מעוצב. קרא את מילותיו של אהוד בנאי: "היום נעשה משהו בלתי נשכח / שישאיר זיכרון של שמחה מבורך / היום".

- **משימה:** כל תלמיד יכתוב לעצמו דבר אחד קטן, קונקרטי ופשוט, שהוא נמנע מלעשות או דוחה אותו לאחרונה, והוא מתחייב לבצע אותו היום.
 - **דוגמאות:** להרים טלפון לסבא או סבתא; לבקש סליחה מחבר/ה; לסדר פינה בחדר שרציתי לסדר כבר חודש; להודות למישהו שעזר לי.
- התלמידים יקפלו את הפתק וישמרו אותו אצלם בכיס או בקלמר כתזכורת אישית.

אחריות – מקימים חמ"ל ערבות הדדית כיתתי (10 דקות)

הנחיה למורה: ליאור שירתה כסמלת מבצעים בחמ"ל. חמ"ל הוא לב הפעילות – המקום שבו מנטרים צרכים, מקבלים החלטות בזמן אמת ומכוננים כוחות לעזרה מיידית, ללא שום דיחוי. בפעילות זו נהפוך את הכיתה לחמ"ל אזרחי-חברתי שלוקח אחריות כאן ועכשיו.

שלב א': מיפוי "גזרות" (3 דקות)

המורה מצייר על הלוח "מסך חמ"ל" המחולק לשלוש גזרות של ערבות הדדית בכיתה ובבית הספר:

1. הגזרה החברתית: מי בכיתה או בשכבה צריך כרגע אוזן קשבת, חבר, או סיוע להשתלב?
2. הגזרה הלימודית: מי מתקשה בחומר הלימודי, פספס שיעורים עקב מחלה/ מילואים של הורים, או צריך עזרה להתכונן למבחן קרוב?
3. גזרת סביבה וקהילה: מה בבית הספר או בסביבה הקרובה שלנו דורש תיקון, שיפור או מילת תודה מיידית (למשל: צוות הניקיון, השומר בשער, חצר בית הספר)?

שלב ב': חלוקה ל"צוותי משימה" (5 דקות)

התלמידים מתחלקים ל-3 או 4 קבוצות ("צוותי כוננות"). כל קבוצה בוחרת גזרה אחת מהלוח ומנסחת "פקודת מבצע" קצרה וממוקדת למשימה שהיא לוקחת עליה אחריות מלאה. על הפקודה לענות על שלושה כללים קשוחים ברוח ה"אל תדחה" של ליאור:

- מה עושים? פעולה ברורה ופשוטה.
- מי עושה מה? חלוקת תפקידים מדויקת בין חברי הקבוצה כדי שאף אחד לא יישאר לבד.
- מתי? לוח זמנים קרוב – עד 48 השעות הקרובות בלבד!

לדוגמה: "צוות גזרה לימודית לוקח אחריות לעזור לרועי להשלים את החומר במתמטיקה. היום אחה"צ נועם שולח לו סיכומים, ומחר בהפסקת עשר שירה ואלון יושבים איתו להסביר את התרגילים."

שלב ג': אישור תוכניות (2 דקות)

נציג מכל צוות מקריא בקול את "פקודת המבצע" שלו בפני המליאה ("אישור תוכניות" חמ"ל). הכיתה כולה מתחייבת לעמוד מאחורי הצוותים ולסייע להם להצליח במשימות ללא דחיינות.

סכמו במילותיכם:

הדחיינות גורמת לנו להאמין שיש לנו אינסוף זמן, ושאת הדברים החשובים באמת – אהבה, נתינה, למידה, התנדבות וקרבה – נוכל תמיד לעשות מחר. ליאור חיה חיים של 'עכשיו'. היא לא דחתה את ההתנדבות במד"א, היא לא דחתה את החזרה לחברים שלה בחמ"ל למרות שהייתה חולה, והיא לא דחתה את הריצה תחת אש כדי לעזור לחייל לכוד. בשבילה, הזמן היה יקר מדי מכדי לבזבזו על היסוסים. משנתה של ליאור, 'אל תדחה', היא הזמנה פשוטה אך תובענית לכולנו: אל תחכו לרגע המושלם כדי לעשות את הדבר הנכון. אל תחכו למחר כדי להגיד מילה טובה או להושיט יד. אתמול הוא היסטוריה, המחר אינו ידוע – היום הוא המתנה שלנו, ובכל רגע מחדש יש לנו את הבחירה להשתמש בו כדי להביא אור, בדיוק כפי שליאור עשתה."