

| שיעור | כותרת | תמיכה | תוצאות הסטודנטים תלמידים יכלו.... |
|-------|---|------------------------|---|
| 1 | מבוא לשמיטה ולקיימות: "המתח" הנתפס בין ערכים דתיים לחילוניים מבוא לכלי י-צ"ע-ל | 2 סרטים לוח י-צ"ע-ל | <ol style="list-style-type: none"> להסביר את המתח הנתפס בין רעיון דתי לערך חילוני. לדוגמא שמירת שמיטה ותעשיית המזון לאוכלוסיה עולמית גדילה. להסביר מושגים של "הפקר" ו"קדושה" לתאר חלק מהאתגרים של יצירת מזון לאוכלוסייה גודלת |
| 2 | המצווה לשמור על הבריאות שלך, חלק 1: מבוא לתזונה/הצלחת שלי (דגש על תחלופי חלבון צמחוניים) יומן האוכל שלי. קשרות, פחממיות, שומנים, וסיבים | יומני אוכל אישיים | <ol style="list-style-type: none"> ליצור תוכנית אכילה שבועית מותאם למידע של תזונה המומלצת להשוות בין התוכנית האידיאלית שלהם מול מה שהם אוכלים בפועל. |
| 3 | המצווה לשמור על הבריאות שלך, חלק 2: | הנבטות | <ol style="list-style-type: none"> להסביר את הקשר בין התנהגויות בטיחות מזון למצוות הנוגעות בבריאות ובזבז מזון. (בל תשחית) ליישם את השיטה המדעית לבצע חקירה לקבוע נוכחות/היעדרות מיקרואורגניזמים. זיהוי בניסוי מדעי את המשתנים התלויים והבלתי תלויים, והבקרה. לכתוב לפחות 5 התנהגויות בטיחות מזון שיכולות לסייע במניעת הרעלת מזון הקשורה לחיידקים. |
| 4 | חשיבותה של שנת השמיטה: למה זה רק בארץ (קדושת הארץ) | | <ol style="list-style-type: none"> לעודד שמירת מצוות שמיטה להציג הבנת האתגרים המעשיים, הכלכליים והרגשיים העומדים בפני החקלאים היום. להתעסק עם פסולת שיש בה קדושת שביעית. (מתחבר לשיעור 8) זיהוי ניסים גלויים בארץ ישראל, במיוחד בימינו. |

| | | | |
|---|--|---|----------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. להסביר לפחות 5 מתוך הקטגוריות של הגבלות השמיטה לפי הרמב"ם. 2. למנות 3 אפשרויות לייצור מזון התואמות להלכות שמיטה, ולהסביר יתרון אחד וחסרון אחד שכל האחת מהן. 3. זהה את חלקי המערכת ההידרופונית ואת מטרתו של כל אחד מהם. 4. להנביט זרעים במצע גידול מלאכותי. 5. לשמור דו"ח מעבדה הכולל: תיעודי צילום, תרשימי גידול ותיאורים כתובים של צמחים משלב הזריעה ועד הקציר, באמצעות פורמט דו"ח מעבדה שניתן. 6. לבדוק את הדרישות התזונתיות של צמחים הגדלים בשיטה הידרופונית, וליישם בהתאם לצורך. | <p>הרכבת SAM ודליים הולנדיים</p> | <p>מבוא לחוקי שמיטה. מה האופציות בשביל חקלאים בשנת שמיטה? חלק א' - זריעה: העמקת אמונה חלק ב' - שלבי גידול: עוד הגבלות של הרמב"ם</p> | <p>5</p> |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. לתאר בכמה משפטים את מטרת תרומה ומעשר בשנים רגילות, ומדוע ירקות שגדלו באדמה אינם חייבים בתרומה ומעשר בשנת שמיטה. 2. להביע לפחות 2 דעות שונות לגבי החובה להפריש תרומות ומעשרות מתוצרת הידרופונית. 3. לדון האם זה חל גם בשנת שמיטה, תוך ציון מקורות. 4. הסבר את פסיקתו של רב בית הספר לגבי ה"חווה" שלנו. 5. להבחין בין נבטים למיקרו-עלים. 6. להסביר את השלבים והתהליך של גידול מיקרו-עלים באמצעות מערכת PAMM. 7. לקבוע ולבצע את ההלכות השייכים (תרומות, מעשרות, הפקר וכו') החלים על מערכת PAMM. 8. להסביר עוד 5 (או יותר) מתוך הקטגוריות של הגבלות השמיטה לפי הרמב"ם. | <p>דף מקורות על תרומות ומעשרות דיון לגבי תרומה ומעשר ועל תוצרת הידרופונית בשנת שמיטה vs שאר השנים הקמת PAMM-</p> | <p>חוקי שמיטה חלק ג': אופציות לגבי טיפוח וקצירה בשנת שמיטה</p> | <p>6</p> |
| | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. התלמידים יבצעו סקר של חנויות מזון מקומיות, וחיפוש באינטרנט בארגונים המקדמים שמירת שמיטה בנוגע להשפעת השמיטה על זמינות, עלות המזון, אתגרים והמוטיבציה לשמור על שמיטה וכו'. 2. התלמידים יציעו דרכים לקדם את מטרות השמיטה תוך הפחתת קשיים של שמיטה | <p>סקירת כשרונות: שיווק, יחסי ציבור, עיצוב גרפי</p> | <p>סקירת יומני האוכל והשפעתה של שמירת שמיטה : כלכלית, תעסוקה, זמינות, איך לעודד שמירתה.</p> | <p>7</p> |

| | | | |
|--|--|---|-----------|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. לזהות אפשרויות לחטיפים בריאים ולהסביר כיצד הן מקדמות בריאות. 2. להוסיף צריכת חטיפים ביומני האוכל השבועית שלהם. | <p>קומפוסטינג: חטיפים בריאים(מבוססים על גידולים של התלמידים): טורטיות מיקרו-עלים, שייק ירוק, סנדוויץ' בריאות, אורח: שף דף מקורות על ערכים תזונתיים ב מיקרו-עלים/אוכל מעובד</p> | <p>מצווה לשמור על הבריאות שלך 3: קדושת שביעית ונשנושים בריאים</p> | <p>8</p> |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. להסביר את הקשר בין זריקה ראויה לפסולת מזון שיש בו קדושת שביעית לבין האופן שבו שמירת השמיטה מגבירה את ההערכה לארץ ישראל. (ראה שיעור 4) 2. להתחיל קומפוסט מזון. 3. זהה לפחות 2 מקורות מהתורה (חומש) שנועדו לקדם את הנושא "הגנת הסביבה". 4. ליצור קמפיין פרסום להתנהגויות סביב פסולת שהם בר קיימא וגם לפי ההלכה, לכל שנה. | <p>המשך קומפוסטינג: בדיקת הSAM לחרקים</p> | <p>פסולת מזון - קומפוסט והמצווה מהתורה לשמור על הסביבה "בל תשחית"</p> | <p>9</p> |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. התלמידים יזהו לפחות 7 הטבות חברתיות הקשורות לשמירה על חוקי התורה התלויים בארץ ישראל בלבד. 2. תלמידים יעצבו ציור שמראה את ה 8 דרגות הצדקה של הרמב"ם. (ביד או במחשב) 3. בקבוצות קטנות של 3-4 תלמידים יחקורו את עמותת "לקט" ויציגו את הסיכום לפני הכיתה | <p>סרט קרן השביעית</p> | <p>תורה וצדק תזונתי: תרומות, ומעשרות, לקט, שכחה, פאה, ושמיטה</p> | <p>10</p> |
| <p>להשוות את ערכי היסוד של התרבות היהודית והתרבות היוונית.</p> | <p>סרט</p> | <p>תורה ותרבות המודרני: האם היוונים עדיין ביננו?</p> | <p>11</p> |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. לבדוק ירקות עליים לחרקים 2. לתאר את הקשר בין שמירת כשרות והשימוש בחומרי הדברה בישראל. 3. לזהות לפחות 3 בעיות בריאותיות הקשורות לשימוש בחומרי הדברה. | <p>קצירת הSAM אורח כבוד: משגיח כשרות</p> | <p>כשרות וחרקים: בריאות וחומרי הדברה</p> | <p>12</p> |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. להתחיל תוכנית שיעזור לחקלאים ישראלים לעבור לחקלאות הידרופונית אפילו אחרי שנת השמיטה כדי להפוך את ישראל למוביל עולמי בתחומים: הגנת הסביבה, ובהפחתת פליטת גזי חממה בתעשיית החקלאות 2. השוואה תזונתית והשפעה הסביבתית בין גידול בשר לגידול ירקות. | <p>מה השפעתה של חקלאות מודרנית על האקלים ב-50 השנים האחרונות?</p> | <p>מצווה שמירת הסביבה הרחבת "בל תשחית":</p> | <p>13</p> |

| | | | |
|----|---|---|--|
| 14 | קפיטליזם, סוציאליזם והתורה: שמיטת כספים, פרוזבול, יובל וחוקי הלוואה | סרט | <ol style="list-style-type: none"> 1. דיבייט: התורה נותנת את המערכת הכלכלית האידיאלית. גם להיום. 2. בקבוצות קטנות, לחשוב על 3 או יותר דרכים שבהן יהודים יכולים להיות נציגים מובילים בייצור וצריכת מזון בריא המבוסס על ערכים ומסורת יהודית. כל רעיון יוצג לפני הכיתה. |
| 15 | שבת ושמיטה | אפיית חלות: מאיפה מגיע הלחם וסיבות להיררכיה של הברכות | <ol style="list-style-type: none"> 1. להגדיר 3 הבדלים ו 3 קווים דומים בין שמירת שבת ושמירת שמיטה. 2. להסביר את התגמול והעונש האלוקי על שמירת שמיטה ועל חללו. |
| 16 | טו' בשבט ושבעת המינים | קדושת ארץ ישראל | <ol style="list-style-type: none"> 1. ללמוד בעל פה את הפסוק בפרשת "עקב" שרשום שמה את שבעת המינים. 2. להשוות את הערך התזונתי של כל שבעת המינים מול הדיאטה המומלצת (שיעור 2) |
| 17 | פורים (משלוח מנות בריאים) | מדברי אוכל, חוסר תזונתי בריאות שיניים כחלק משמירה כללית על בריאות, קינוחים בריאים | תלמידים יכינו לפחות 2 סוגי משלוח מנות בריאים לחלק. |
| 18 | פסח | היסטוריה ומדע שמאחורי לחם ומצות | להציג 2 דעות מנוגדות על למה קוראים למצות "לחם עוני" |
| 19 | שבועות | אורח כבוד: שף | <ol style="list-style-type: none"> 1. יסבירו למה אוכלים אוכל חלבי בשבועות 2. חג הקציר: שייקים ירוקים 3. סנדוויצ'ים עם מיקרו-עלים, סלט נבטים, מרקים |
| 20 | תורה, המשיח וצמחונות | סרט | תלמידים יחזרו ליומן האוכל שלהם מתחילת התוכנית, ויכינו תפריט צמחוני שמענה על כל דרישות התזונה (שיעור 2) ליום אחד |
| 21 | שיעור מסכם | סיכום של כל החומרים הכתובים ומודפסים על ידי התלמידים במשך השנה וכל תרשימי י-צ"ע-ל | תלמידים ייצרו משחק בסגנון "Jeopardy" על כל הנושאים שהתוכנית נגע בהם, המשתתפים יהיו מצוות המורים |