



קרן קימת לישראל, האגף לחינוך ולנוער המחלקה הפדגוגית אתר "חלון ירוק"

פעילות דמיון מודרך

מבקשים מהמודרכים לשכב על הגב על הרצפה, לעצום את העיניים. מדריכים אותם באמצעות הטקסט:

אתם שוכבים בנוחות על הגב, עוצמים עיניים... נושמים עמוק.
עם כל נשימה, הרפו עוד ועוד את הגוף, הרגישו את האוויר שאתם נושמים, איך הוא נכנס לגוף, ממלא את בית החזה ומתפשט בכל הגוף... עם כל נשימה נכנס לגופכם יותר אוויר. עם כל נשימה, הגוף שוכב יותר ויותר בנוחות על הקרקע...

כשעייניכם עצומות, ואתם מרגישים את מגע האדמה, דמיינו עצמכם כזרע של חרוב המונח על הקרקע. זרע השוכב בנחת מתחת לעצים, מוגן ושומר בתוך פרי החרוב, מקשקש עם חבריו הזרעים שמח וטוב לב. קרני השמש שמאירות על הפרי בקושי מגיעות אליכם, ואתם נהנים מאור עמום ונעים. פתאום יד ענקית אוספת את החרוב, ועוד חרובים המונחים לידכם על הקרקע, ומכניסה אתכם לתוך שק גדול. נוצרת המולה, ורעש קרקוש של כל הזרעים בתוך החרובים **(מרשרשים ברעשן זרעים)**. כשאתם נוחתים בשק, אתם מזהים שאתם לא לבד, יש איתכם עוד כמה חברים חרובים. אתם מרגישים את השק מועמס על ערימת שקים אחרת, שומעים רעש הנעת משאית ומרגישים את טלטול הנסיעה בדרך **(מרשרשים ברעשן זרעים)**.

הרכב עוצר, נהיה שקט מסביב, אתם מרגישים שמישהו מעמיס את השק שלכם ומניח אותו בלב חדר גדול. לפתע נשמע קול בקיעת החרוב שלכם, ומאיר עליכם אור חזק, ישר לעיניים **(מאירים בפנס על עיני הילדים)**. מוציאים אתכם מתוך החרוב, ומכניסים אתכם למים חמים לשטיפה ורינוח **(משפריצים על המודרכים מים בשפריצר)**. המים החמים מאוד מרגיעים ונעימים, אתם מרגישים את השרירים המתוחים שלכם נרפים ומתרככים, את הקליפה שלכם מתרככת. נעים וכיף, ובהלת האיסוף מהיער נשכחת לאיטה. אתם מבינים שאספו אתכם יערי קק"ל במטרה לעשות טוב, להיטיב איתכם ועם היער שממנו באתם. מייבשים אתכם בעדינות, אתם מרגישים את הרוח הנעימה על גופכם **(מנפנפים במניפה על המודרכים)**. אתם מרגישים נקיים, רעננים וחיוניים.

יחד עם עוד חברים אוספים אתכם לשק שקוף, אתם רואים שלשק שבו אתם נמצאים מוצמדת מדבקה שעליה כתוב מי אתם (זרעים של עץ חרוב), מאיפה נלקחתם ומתי. עכשיו אתם כבר מרגישים רגועים ונינוחים, יודעים שאתם בידיים טובות הרוצות את טובתכם. בזכות השק השקוף אתם גם מסתכלים החוצה ויודעים מה קורה אתכם, ומגלים, לראשונה בחיכם, איך נראה העולם שעד עתה היה מוסתר מכם בתוך פרי החרוב. אתם רואים את המכונית שאלה אתם מוכנסים יחד עם עוד שקים עם זרעים, של עצים שונים, ממקומות שונים (כך כתוב על השקים שלהם...)

המכונית נוסעת למשתלת קק"ל. אתם רואים כאן המון המון עצים קטנים המסודרים אחד ליד השני... מוציאים אתכם מהשק ומניחים אתכם בתוך קופסה המכילה חומר נעים, רך וקל שנקרא ורמיקוליט. אתם יחד עם עוד חברים בתוך מצע הורמיקוליט, מרגישים כמו בתוך שמיכת פוך מפנקת. אתם נינוחים, שוכבים, מרוצים מהלחות סביבכם.

את ארגז ההנבטה שבו אתם מצויים מכניסים לחדר שבו יש המון לחות, וטמפרטורה קבועה **(משפריצים על המודרכים מים בשפריצר)**. לא משנה אם בוקר או ערב, אם חם בחוץ או קר, שומרים עליכם ומטפלים בכם כמו בעובר קטן שצריך להתפתח... כמו עוברים קטנים בתנאים קבועים, התנאים המתאימים לכם ביותר כדי שתנבטו.

אתם שוכבים לכם בכיף בארגז ההנבטה בחדר הזה, שקוראים לו אינקובטור. הלחות מרככת לכם את הקליפה, אתם קולטים מים ומתנפחים. הרגשה נעימה להתנפח כך. כל בוקר מגיע מישהו מהמשתלה לברר מה שלומכם. אתם מרגישים נעים, ובידיים בטוחות...

פתאום אתם מרגישים שצומח מכם, כמו זנב קטן, שורשון. ברגע שהשורשון יוצא, סימן שאתם מתחילים לנבוט ומיד מוצאים את ארגז ההנבטה שלכם מהאינקובטור אל החממה. מיד אחרי השורשון מתחיל לצמוח לכם גם הנצרון, מין זרוע ארוכה שתצא, כשתגדל, מעל פני האדמה. מזל טוב, גדלתם והפכתם לנבט. גם בחממה סבבה לכם. גם כאן יש לכם תנאים נוחים, טמפרטורה מווסתת, אור ולחות **(משפריצים על המודרכים מים בשפריצר)**. גם בימים הקרים והגשומים של החורף לא קר לכם. אנשי המשתלה דואגים



קרן קימת לישראל, האגף לחינוך ולנוער המחלקה הפדגוגית אתר "חלון ירוק"

שהטמפרטורה כאן לא תרד מ-15 מעלות צלזיוס, וזה נהדר, כי ככל שטמפרטורת האוויר גבוהה יותר, קצב הצימוח שלכם מהיר יותר.

באמת אתם מתפתחים וגדלים, הנצרון והשורשון מציצים מבעד לקליפת הזרע. השורשון גדל ומתחיל לפתח יונקות אשר מתחילות לקלוט מהקרקע מים וחומרי מזון. הנצרון גדל, בוקע מעל פני הקרקע, מצמיח עלים ומתחיל בתהליך הפוטוסינתזה המאפשר לכם להיות צמח עצמאי. כשאתם גדלים ומתחזקים, העלים שלכם גדלים, אתם גם מתחילים להרגיש קצת רעבים. חומר התשמורת בתוך הזרע כבר לא מספק לכם את כל המזון שלו אתם זקוקים.

בדיוק עכשיו מוציאים אתכם מארגז ההנבטה והורמוקוליט הנעים, ומעבירים אתכם למגש גידול. פתאום, כל אחד מקבל מקום משל עצמו, בתוכו יש תערובת של חומרים שונים שמתאימה לצרכים שלכם. אתם מוכנסים למצע נעים ורך של כבול עם חומרים אחרים, דשנים, מים וכל מה שאתם צריכים כדי לגדול ולהתפתח. מרגישים נעים בפנים... עכשיו אתם כבר חזקים מספיק כדי לעזוב את החממה, ואת מגש הגידול שלכם מעבירים לשטח ההצללה. גם פה נעים... וההרגשה טובה, להגיע למה שיהיה הבית שלכם בחודשים הקרובים, עד שתחזרו ליער...

נעים וטוב לכם באדמת הכבול, אתם מקבלים כל מה שאתם צריכים, אחלה פינוק גם כאן, בהצללה. אכן אתם גדלים, מתפתחים ומתחזקים. עכשיו מעבירים אתכם, בתוך מגש הגידול שלכם, לעבור הקשחה. פתאום כל הפינוק שקיבלתם עד עכשיו נגמר. מורידים מכם את רשת הצל, קרני השמש נכנסות לעיניים והרוח נושבת בפנים (**מאירים בפנס ומנפנים במניפה על פני הילדים**). עכשיו נותנים לכם הרבה פחות מים משקיבלתם קודם. אתם צמאים, הרוח והאור בפנים זה כבר לא הפינוק שהיה לכם קודם. לא קל לכם, אבל אתם שמחים לגלות שאתם מצליחים לעמוד באתגר, להמשיך לצמוח למרות הקושי. ככל שפחות נח, אתם יודעים שאתם מתחזקים, ומפתחים יכולת להסתגל לתנאי היער הקשים שבהם תצטרכו לעמוד אחרי שתעזבו את המשתלה.

אתם מתחזקים, ממתינים בשטח ההעתקה, מחכים שתעבור עונת הגשמים כדי לחזור ליער שממנו באתם, להישתל שם, להיקלט, לגדול ולהוריק את פני הארץ. אתם מרוצים, חזקים ובטוחים, יודעים שגם ביער אנשי קק"ל ימשיכו לדאוג לכם, ישקו אתכם בקיצים החמים, יעקרו עשבים שוטים שעשויים להקשות על התאקלמותכם בשטח וימשיכו להשקיע בכם הרבה משאבים.

הערה למדריכים: חשוב להיות גמישים וקשובים לקבוצה, רמת שיתוף הפעולה ויכולת ההכלה של המודרכים. לילדים צעירים אפשר לפשט, לקצר ולהתאים את הסיפור לרמתם (אם יש צורך – לקצר את הסיפור ולתת פחות פרטים).