

נספחים:

נספח א' – רשימת רגשות:

שמחה	מלא-	רך	מרוצה	חצוי
מרוצה	אנרגיה	סומך	מלא-נחת	לא בנוח
נרגש	חי	מעריך	מסופק	אובד- עצות
נהנה	תוסס	ידידותי	לבי מלא	אבוד
מלא-	דלוק	בוטח	מלא-	קרוע (לגזרים)
תקוה	נרגש	מלא-	נעימות	סקפטי
מעודד	מועצם	אהדה	חש הקלה	משתומם
מלא-	קונדסי	שופע	שוויון-נפש	חסר-נחת
השראה	רענן	אהבה	רחב-דעת	נדהם
מכיר-	הרפתקני	רגיש	מפויס	מהורהר
תודה	חדור-רצון	מאוהב	שקט	לא בטוח
מוקיר	עליז	אהוב	נוכח	מבויש
חש הקלה	שובב	נמשך	מפוקס	חסר- סבלנות
זה נוגע לי ללב	ערני	נפעם	מרוכז	תקוע
בוטח	כיף	קרבה	סבלני	עייפות
גאה	אהבה	חש ערגה	בטוח	סחוט
מאושר	חם	מתגעגע	בלבול	מובס
מופתע	חמים	נוסטלגיה	מתוסכל	חסר- סבלנות
נדהם	מלא-	שלווה	אדיש	תשוש
מתלהב	חמלה	רגוע	נבוך	לאה
מחוייך	אמפתי	נינוח	מהסס	חסר-חיים
מתפעל	אסיר- תודה	מלא-עונג	מסובר (בזה)	כבד
ברוח טובה	מלא- חיבה	אפוי	פגוע	
מלא- עליצות	מטופח	אוהב	לא שקט	
		ביישוב- דעת		



בס"ד

אתר תנועת אריאל – מאגר הפעולות והצ'ופרים

סגור	צער	רותח	בפאניקה	רדום
לא מבינים אותי	מוטרד	נגעל	מזועזע	יגע
לא מקשיבים לי	מובס	מלא-חימה	בודד	אדיש
מתעלמים ממני	חסר-אונים	נוטר	מתחלחל	משועמם
מזלזלים בי	מעולף	עוין	מבועת	לא קשוב
חוסר כבוד כלפי ביקורתי	מדוכדך	ממורמר	משותק	מותש
קרירות	מאוכזב	שטוף-זעם	מפחד	חסר-אונים
נרתע	מדוכא	נואש	קפוא	מרוקן
מרגיש שונה	מפוזר	פסימי	חסר-אונים	קהה-חושים
מתנשא	רפה-ידיים	עצבני	נסער	מאומץ
	חש כאב	מבואס	חש אימה	פחד
	חש געגוע	חמום	הלום	מבוהל
	מתוסכל	אשם	לחוץ	חש רתיעה
	סובל	עצב	רוגז	נדהם
	מתחרט	עגום	כועס	חרד
	ניכור	חסר-חיים	נפגע	מודאג
	בודד	מיואש	זועם	עצבני
	מרוחק	כבד	נסער	נפחד
	מנותק		מעוצבן	

נספח ב'- שרשרת מעשים:

אתה מתחיל, תקפוץ על רגל אחת מסביב לחדר
אחרי שמישהו קופץ על רגל אחת תשיר את המנון התנועה
אחרי שמישהו שר את המנון התנועה תעשה קול של אזעקה
אחרי שמישהו עושה קול של אזעקה תשכה על הרצפה עם ידיים על הראש
אחרי שמישהו שוכב על הרצפה תספר סיפור ילדים
אחרי שמישהו מספר סיפור ילדים תעשה מוראל
אחרי שמישהו עושה מוראל תעמיד את כולם למפקד
אחרי שמישהו מעמיד למפקד תעבור על כל הח' ותתן לכולם כיף
אחרי שמישהו נותן כיף לכולם תעשה גילגול
אחרי שמישהו עושה גילגול תרקוד ריקוד
אחרי שמישהו רוקד ריקוד תשיר שיר במנגינה של שיר אחר
אחרי שמישהו שר שיר במנגינה אחרת תוריד את הנעליים
אחרי שמישהו מוריד את הנעליים תנעל לו אותם
אחרי שמישהו נועל נעליים תקפוץ 3 קפיצות וסיבוב
אחרי שמישהו קופץ ומסתובב תמחא כפיים

נספח ג' - שיר הקמת המדינה:

לפני הרבה הרבה שנים
היו בארץ חיים אחרים.
חיו כאן יהודים וערבים
והשלטון היה של האנגלים

היהודים רצו להיות עצמאים
ורצו במדינה כמו לכל העמים
כי היהודים היו מפזרים
בהרבה ארצות בין הרבה עמים.

וכך, לאט לאט הגיעו לארץ יהודים
שהבינו כי בחוץ לארץ לגור הם לא יכולים.
האנגלים ששלטו - היו בבקעה
כי גם הערבים רצו כאן מדינה.

לאחר שנים של מאבקים,
החליטו באו"ם על מדינה ליהודים.
את הארץ רצו לחלק לשני העמים
אבל לזאת לא הסכימו הערבים.

ואז- ביום הכרזת המדינה
החלה בארץ ישראל מלחמה.
היהודים היו מעטים אך חזקים
נלחמו בגבורה נגד הערבים.

לספור שלנו סוף נפלא
כי כך לבסוף קמה לנו מדינה.
המלחמה שנקראה מלחמת העצמאות
הביאה לכלנו כאן חפש וחרות.