



רמדאן-יותר מצום

חוברת דיגיטלית

הוכנה ע"י המורות לעברית
בהנחיית הרכזות רסמיה זובידאת
ושירין זובידאת

בי"ס תיכון מקיף בסמת טבעון
וחט"ב בסמת טבעון



דברי מנהלי חט"ע וחט"ב בסמת טבעון

מר' אברהים סעדי וגב' היאם זובידאת,

מורים, תלמידים והורים יקרים,
בתחילתו של חודש הרמדאן "חודש הרחמים
והסליחות" מאחלים לכולם חודש של ברכה,
אהבה, כבוד הדדי וצום קל.
הנביא מוחמד עליו השלום התאפיין במתן כבוד
לכל אדם אשר הוא.

מאחל לכלנו שכל ימי החודש יהיו ימים בעלי
משמעות, עם שפע של מעשים טובים, הרבה
בריאות, שלווה ושמחה.

לאצאן כרים

הכנה וריכוז מקורות: הרכזות לשפה עברית רסמיה ושירין זובידאת - מקיף בסמת טבעון

בסמת טבעון



עיצוב וגרפיקה: gitf.design.studio

מה אתם יוצעים על ראש חודש?

חידון מס' 1

חידון
מידע כללי
אודות רמדאן

חידון מס' 2

חידון
מידע כללי
אודות רמדאן

חידון מס' 3

חידון
מידע כללי
אודות רמדאן

חודש רמדאן

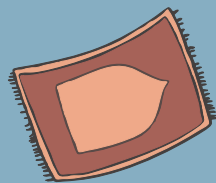
חודש רמדאן הינו אחד מחמשת עמודי התווך עליו נשענת דת האסלם. חודש זה קדוש במיוחד למאמינים המוסלמים מתוך אמונה כי בעזרת הצום הם מכפרים על חטאיהם ומתקרבים אל הדת. ההקפדה לקיימו כהלכתו חשובה להם לאין שיעור. בחודש זה מתבצע צום במהלך שעות האור ביום, ובלילה יכולים המאמינים לאכול. בעבר היו אוכלים בצנעה, תוך התחשבות בזולת ורגישות לקדושת הזמן. עם השנים, הפכו ארוחות הערב של שבירת הצום לסעודות פאר המכנסות מאמינים רבים לחפלה חגיגית, ונמשכות אל השעות המאוחרות בלילה, למרכזי הערים במסיבות ואירועי תרבות גדולים ורבי משתתפים.



על רמדאן והמצוות



במהלך הצום לא
אוכלים, לא
שותים, ולא
מעשנים.



במהלך החג

נוהגים
להרבות
בתפילה וכן
במתן צדקה

בחודש הרמדאן מציינים



המוסלמים את תחילת דרכו
של האסלאם. לפי המסורת,
זה היה הזמן שבו ירד הקוראן
מהשמיים לנביא מוחמד

המצווה העיקרית ברמדאן היא
הצום, שנמשך לתקופה של 29-30
יום - מעלות השחר ועד השקיעה.



עשה - אל תעשה

בחודש רמדאן



לא "חג שמח"
רמדאן הוא לא חג.
רמדאן הוא חודש, כ-30
יום של התבוננות
פנימית ורוחנית

כדאי לברך כמה שיותר
אנשים - רמדאן מובארק
رمضان مبارك
(רמדאן מבורך) או
רמדאן כרים
رمضان كريم



עשה - אל תעשה

בחודש רמדאן



התחשבו בצמים!
אחת המצוות היותר
מוכרות של רמדאן היא
הצום - הוא נמשך
מעלות השחר עד
שקיעת החמה



אלא אם כן זה מציל
חיים!
אל תתקשרו בערב!
בלילות רמדאן כל ערב
משפחות מתכנסות
לארוחה חגיגית שבירת
הצום - האיפטאר

כן

פעילויות חגיגיות במסגרת בית הספר

“
צעדת פאנוסי
רמדאן
”



“
פעילות צדקה
ונתינה
”

“
יצרת קישוט
הכיתה לכבוד
רמדאן
”

“
ארוחת איפטאר
בית ספרית
”

“
יוזמות חינוכיות
על סובלנות
וחמלה
”



“
התנדבות בקהילה:
פעילות חברתית בשיתוף
ועד הורים ומועצת
תלמידים
”



מי צריך לצום?



כל אדם בריא, בשכלו ובגופו, מגיל
14 ומעלה.

אנשים שמקבלים תרופות מסוימות
ונשים בהיריון מנועים מלצום.

בקוראן כתוב שאללה ציווה

על המוסלמים לצום
במטרה להדק את

הקשר עם

האדם.



מנהגים מיוחדים ברמדאן

את הצום שוברים בשקיעה בתפילה
ובארוחה שנקראת "איפטאר", אז
נוהגים כל בני המשפחה להתאסף
יחד סביב שולחן אחד. בנוסף לחמש
התפילות היומיות, ברמדאן ישנה
תפילת רשות נוספת בלילות -

"תראוויח"





כיצד מציינים את תום הרמדאן?

ותחילת עיד אל-פטר

בלילה ה-27 מציינים את

לילת אל קדר" (ליל הגורל)

שבו על פי האמונה התגלה למוחמד הקוראן

בלילה הזה ממשיכים להתפלל עד השעות

הקטנות.

סוף חודש רמדאן מסתיים בראייה בפועל של

מולד הירח.

בתום הצום חוגגים את "עיד אל פיטר", הנמשך

שלושה ימים ובו מודים המוסלמים לאלוהים על

שאפשר להם לעמוד בצום.





בואו נרשמו את אוזני האזניים שלנו



فجرية	שחרית	مسجد	מסגד
بدء الصوم	תחילת צום	الإفطار	שבירת הצום
قبل	לפני/טרם	صيام	צום
مقبولة	מקובלת	ممنوع	אסור
مجمع	חברה/קהילה	غروب	שקיעה
حارة	שכונה	شمس	חמה/שמש
يطبل	מתופף	أركان	עמודי התווך
يوقظ	מעיר	الاسلام	של האסלאם
مدفع	תותח	معتاد	נהוג
يجتمعون	מתאספים	وجبة	סעודה/ארוחה



הכנה וריכוז מקורות: המורה הרכזת רסמיה זובידאת - תיכון מקיף בסמת טבעון



בואו נרשמו את אוזני האזניים שלנו



מדינות מערב		الدول العربية	
סועדים	יאטון	מנורת לילה	פאנוס
מתפלל	יטלי	מתופף	סחראטי
יחד	מגא	דואח	דעא
פסוקים	אית	חצי ירח	הלאל
משבחים	ימדחון/ישון	סוחור	סחור
ניסא הכבוד	عرش الرحمن	תפילת התראויה	صلاة التراويح
ממתקים	חליות	קריאת הקוראן	قراءة القرآن
מחרוזת	مسبحة	צדקה	زكاة
מטיף מוסר	يعظ كيفية التعامل	לני	فقير
		מיוחד	خاص



הכנה וריכוז מקורות: המורה הרכזת רסמיה זובידאת - תיכון מקיף בסמת טבעון



חִיּוֹן אֹמֶת
חִיּוֹן בְּרִיאָה



საზნო პიზ მესკენ





בואו נחגוג אוצר מילים

חידון מס' 2

חידון אוצר מילים
רמדאן

חידון מס' 1

חידון אוצר מילים
רמדאן

חידון מס' 4

חידון אוצר מילים
רמדאן

חידון מס' 3

חידון אוצר מילים
רמדאן

חידון מס' 5

חידון אוצר מילים
רמדאן



משחק זיכרון

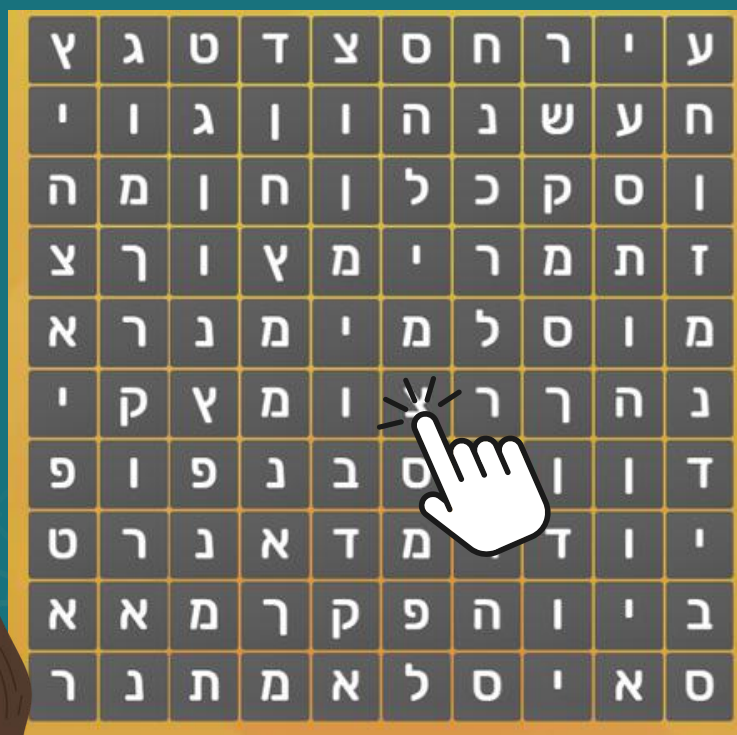




פעילות
"סליחה על השאלה"
לשיח קבוצתי



תפוזות מצא את האלים



חשיבות צום רמדאן

מבחינה דתית ובריאותית

רמדאן הוא חודש חשוב בלוח השנה המוסלמי, ובו מוסלמים ברחבי העולם מקיימים את מצוות הצום. הצום מתחיל מעלות השחר ונמשך עד שקיעת החמה, ובמהלכו נמנעים מאכילה ושתייה. לצום ברמדאן יש חשיבות דתית ובריאותית רבה.

מבחינה דתית, הצום נחשב לאחת מחמשת עמודי האסלאם המרכזיים. הוא נועד לחזק את האמונה, להזכיר למאמינים את חשיבות הענווה וההקרבה האישית, ולעודד את ההתקרבות לאל. בנוסף, הוא מהווה הזדמנות להרהור פנימי, לחשבון נפש ולהתקרבות רוחנית דרך תפילות וקריאה בקוראן.

מבחינה בריאותית, הצום מוגבל לשעות מסוימות ביום ומאפשר לגוף לנוח ממזון ולשתייה, מה שיכול לעודד תהליכי ניקוי רעלים טבעיים. עם זאת, חשוב לשמור על תזונה מאוזנת ולשתות מספיק מים בזמן שבירת הצום, כדי למנוע התייבשות ותשישות.

רמדאן

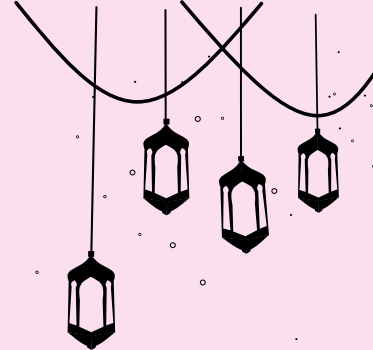
חודש של סבלנות ונתינה

חודש רמדאן הוא חודש מיוחד עבור המוסלמים ברחבי העולם. במהלך חודש זה, צמים המוסלמים מעלות השחר ועד שקיעת החמה. משמעות הצום היא לא רק הימנעות מאוכל ושתייה, אלא גם חיזוק הסבלנות, הסבלנות והכבוד לאחרים.

במהלך היום, אנשים משתדלים להיות טובים יותר, לעזור לעניים ולתרום לקהילה. בשעות הערב, לאחר שקיעת השמש, מתכנסת המשפחה סביב שולחן האיפטאר (ארוחת שבירת הצום), שנהוג לפתוח בתמרים ומים, ולאחר מכן לאכול מאכלים מסורתיים טעימים.

רמדאן הוא גם חודש של תפילות והתחזקות רוחנית. רבים מתפללים יותר מבדרך כלל, וקוראים את הקוראן. בלילות מסוימים מתקיימות תפילות מיוחדות במסגדים, אליהן מגיעים המוני אנשים כדי להתפלל יחד.

בסוף החודש חוגגים את עיד אל-פיטר, חג שבו נפגשים עם בני משפחה, לובשים בגדים חגיגיים, מעניקים מתנות לילדים ונותנים צדקה לנזקקים. זהו זמן של שמחה, אחדות ואהבה.



כיבוד ומתכונים מיוחדים



בחודש רמדאן

לחצו על התמונה לצפייה במתכון



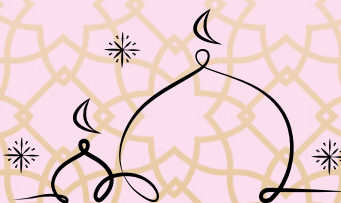
עוואמה

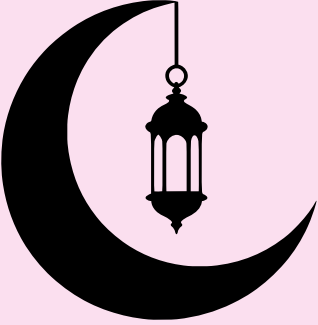


קטאיף



תמרים ממולאים





השפעת התבלינים על הצום ברמדאן



הגברת תחושת השובע: תבלינים כמו כמון, קימל וחרדל יכולים לסייע בהפחתת תחושת רעב.



שיפור העיכול: תבלינים כמו זנגוויל, קינמון ותרמיל תבלינים אחרים מסייעים בשיפור תפקוד מערכת העיכול.

הגברת האנרגיה: חלק מהתבלינים, כמו זעפרן וכורכום, עשויים להשפיע על רמות האנרגיה בגוף ולסייע בהתרעננות אחרי צום ארוך.

היתרונות הבריאותיים: תבלינים יכולים לתרום לשמירה על בריאות טובה במהלך הצום, הגנה על הלב וסיוע במניעת בעיות במערכת העיכול.

ההשפעה הרגשית והחברתית: התבלינים מהווים חלק חשוב מהמטבח המוסלמי ומסייעים לשמור על החגיגה החברתית והתרבותית במהלך הארוחות.





תכנית קריאת הקוראן בחודש רמדאן



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
185 : البقرة

1 פייק	פייק 11	פייק 21
2 פייק	פייק 12	פייק 22
3 פייק	פייק 13	פייק 23
4 פייק	פייק 14	פייק 24
5 פייק	פייק 15	פייק 25
6 פייק	פייק 16	פייק 26
7 פייק	פייק 17	פייק 27
8 פייק	פייק 18	פייק 28
9 פייק	פייק 19	פייק 29
10 פייק	פייק 20	פייק 30





التاريخ:

תוצה לאלוהים ע:

﴿قُلْ لَهُ الْخِزْيُ فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ
وَعَشْيَا وَجِبْنِ نَظْمِزْنَ﴾
الرقم 18

מתפללת לאלוהים ע:

﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي
فَأِنِّي قَرِيبٌ أَجِبْ
دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ﴾
البقرة: 186



﴿إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي
لِلنَّاسِ هِيَ أَفْهَمُ﴾
الإنساء: 9



קראתי מהקוראן:

מפרק (סורה) _____ פסוק _____
ע פרק (סורה) _____ פסוק _____

משימות שביצעתי היום

﴿مَنْ عَمِلَ خَالِحًا مِّنْ
ذَكَرَ أَنَّهُ أَلَسَ وَهَمَهُ
مَنْ مِّنْ مَّلَاحِيظَةٍ
خَبَاءَ طَبِئَةٍ وَلَاحِظَتُهُمْ
أَجْزَعُهُمْ بِأَحْسَنِ مَا
كَانُوا بِغَفْلَتِهِمْ﴾
الاحل: 96

התפללתי

מתן צדקה

לא פגעתי באחרים

צמתי

חייתי לאנשים

עזרתי לאנשים במצוקה

סלחתי לאנשים..

הזכרתי את אלוהים וביקשתי סליחה

זכרי שבה לאלוהים

מס' פעמים

الله أكبر

אלאאהו אכבר

الحمد لله

אלחמדו לאלאה

سبحان الله

סובחאן אלוה

لا إله إلا الله

לא אלאהא אלא אלוה

بسم الله

בסם אלוה

﴿فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ﴾
الحج: 98





כתבו ברכת חג שמח לרגל חג אלפטר:



חג פיטר שמח



השלימו את המחרוזת שלכם במילים הקשורות לחודש רמדאן ומעשים טובים!