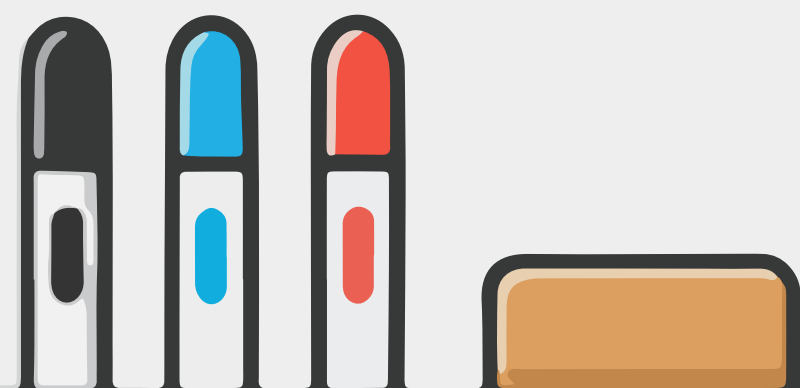


"הנאות" - פעילות חדשה בהדצה

מבית מהותי



ממה אנחנו נהנים?
מה אנחנו אוהבים לעשות?



*אפשר לכתוב את מה שהתלמידים אומרים על הלוח

ליהנות - זה בכלל חשוב?

למה?



כִּיף והנאה – זה לא סתם פִּינוּק!

מחקרים מראים: 

כשנהנים ממה שעושים בדרך כלל מצליחים יותר! 

קל יותר להתאמץ 

קל יותר להתמיד 


יש יותר שמחת חיים 

יש יותר אנרגיה 

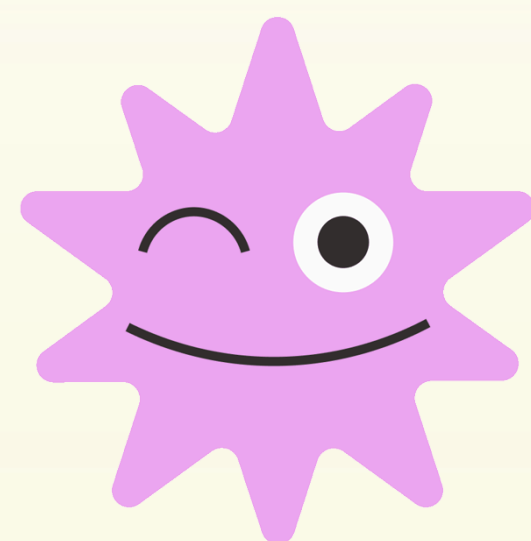
יש יותר חשק לעשות דברים 

יש יותר רוגע ושקט 

יש יותר אופטימיות 

הגוף חזק ובריא יותר 

כשאנחנו יודעים כמה אנחנו נהנים
אנחנו מבינים טוב יותר מה נותן לנו
כוח, עניין, רצון ושמחה



לא כולם נהנים מאותם הדברים...
בהנאה אין תשובה אחת נכונה,
אלא חקירה אישית



בתוך הדברים שאנחנו אוהבים לעשות מסתתרים אוצרות

אלו הם גורמי ההנאה שלנו

בואו נגלה אותם!



כדי להתחבר לפעילות סרקו את הקוד



או היכנסו בלינק הבא:

[HTTPS://BIT.LY/MAHUTI](https://bit.ly/MAHUTI)

*שימו לב, לא נכנסים למרחב מהותי! פעילות זו היא ללא קוד פעילות וללא לוח תוצרים.

זמן לשיתופים!

איך היה לחקור את ההנאות שלי?

אז מה הם הדברים שגורמים לי ליהנות? ★

איזה דבר חדש גיליתי על עצמי? ★

זמן לשיתופים!

אולי יש עוד מישהו או מישהי בכיתה שיש להם גורמי הנאה כמו שלי? ★

האם יש פעילויות נוספות שתוכלו לעשות עם גורמי הנאה זהים? ★



שאלת בונוס למתקדמים ולמתקדמות

האם אפשר להכניס משהו מגורמי ההנאה האישיים שלנו

לתוך פעילות שאנחנו דווקא לא אוהבים לעשות?

(לדוגמה: שיעורי בית, לסדר את החדר ועוד...)

איך עושים את זה?

שיהיה בהנאה!

