

מערכת שעות לניהול זמן

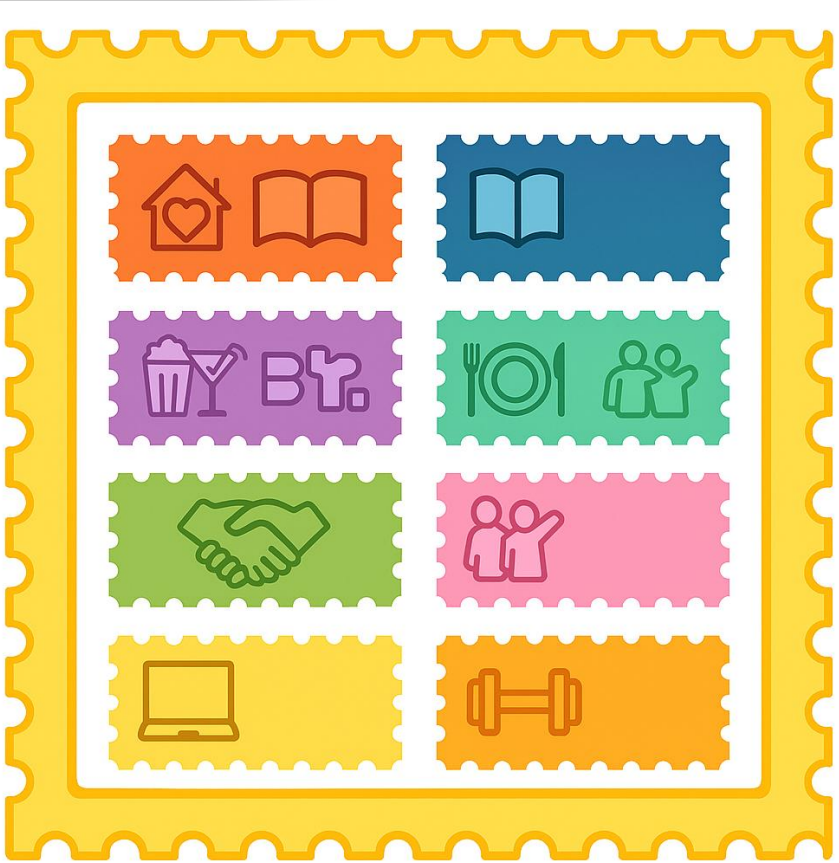


היוצרת: יעל גרינשפון
מומחית לפיתוח תוכן והדרכה בנושאי מיומנויות, הוראה והורות.
בעלת ניסיון של מעל 25 שנה בהנחיית צוותים חינוכיים, פיתוח תכניות והובלת יוזמות במשרד החינוך ובשטח. יזמית תכנים חינוכיים, לשעבר עורכת ערוץ ההורים של Ynet

ארגון ותכנון

איך?

1. רשימת משימות שוטפות
2. חלוקה לקטגוריות





המרכז להכשרה
לחיים האמיתיים

סדירויות קבועות - מערכת שעות



לזכר
אליעזר

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00							
09:00							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
19:00							
20:00							

המרכז להכשרה
לחיים האמיתיים

מלבנים מוכנים מערכת שעות



לזכר
אליעזר

משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים
משפחה	כושר	עבודה	תרומה	ארוחה	לימודים	בילויים	חברים

"מערכת שעות קבועה היא עניין של ניהול זמן נכון"

המרכז להכשרה
לחיים האמיתיים

מערכת שעות לדוגמא



לזכר
אליעזר

שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00	לימודים	לימודים	לימודים		לימודים	לימודים	משפחה
09:00	לימודים	לימודים	לימודים			לימודים	משפחה
10:00	לימודים	לימודים		לימודים	לימודים	כושר	משפחה
11:00	לימודים	לימודים		לימודים	לימודים	כושר	משפחה
12:00	לימודים	לימודים	לימודים	לימודים	לימודים		משפחה
13:00	לימודים	לימודים	לימודים	לימודים	לימודים		משפחה
14:00	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה
15:00		לימודים	לימודים	לימודים			משפחה
16:00		לימודים	לימודים	לימודים			משפחה
17:00						משפחה	משפחה
18:00	כושר	תרומה	כושר	בילויים	תרומה	משפחה	בילויים
19:00	כושר	תרומה	כושר	בילויים	תרומה	משפחה	בילויים
20:00	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה	ארוחה

המרכז להכשרה
לחיים האמיתיים

ד"ר אליעזר גרינשפון – השראה חינוכית ומשפחתית



לזכר אליעזר

מאחורי כל מיומנות עומד סיפור חיים.

זהו הסיפור שמאחורי מיומנות *ניהול הזמן* שלנו - סיפורו של ד"ר אליעזר גרינשפון, איש חינוך, מנהל, משורר ואדם שראה בזמן כלי לחיים של משמעות, עשייה ודיוק.

ד"ר אליעזר גרינשפון ז"ל הקדיש את חייו לחינוך ולקהילה בבאר שבע, כמורה, כמנהל וכמפקח בכיר במשרד החינוך.

הוא ייסד והוביל מוסדות חינוך חדשניים, ביניהם בית הספר הטכנולוגי "עתיד", שהיה בית לתלמידים נושרים שהצליחו בזכותו לסיים בגרות, ללמוד מקצוע, ולהמשיך לאקדמיה.

אליעזר היה מהוגי פרויקט "גשר" לקליטת מדענים עולים, תרם לקידום ההוראה המדעית בדרום, הקים את "המועדון הספרותי של באר שבע", ופרסם ספרי שירה בשלוש שפות.

לאורך חייו שילב מצוינות מקצועית עם צניעות, אהבת אדם וחתירה מתמדת להיטיב - עם תלמידיו, עמיתיו וקהילתו.

אליעזר נפטר ב־1 בספטמבר 2025 – יום פתיחת שנת הלימודים. תאריך סמלי לאיש חינוך שראה בסדר, באחריות ובזמן ערכים של חיים.

מאז ומתמיד, במשפחה שלנו, ה־1 בספטמבר היה יום של שאלה קבועה: "נו, יש מערכת שעות?" – שאלה ששלומי, בנו של אליעזר, שואל מדי שנה את ילדינו. והסיפור שמאחוריה נולד בילדותו – כשהיה מצטרף לאביו, בחופשת הקיץ, לתיכון שבו ניהל אליעזר, ורואה אותו בונה מערכת שעות על לוח מגנטי ענק עם מלבנים צבעוניים, עוד הרבה לפני עידן האקסל.

מהלוח ההוא נולדה השראה שהפכה לערכה משפחתית וחינוכית:

ערכת **"בולי הזמן"** – מערכת שעות עם מלבנים צבעוניים בצורת בולים, שכל אחד מהם מייצג תחום חיים:

👨‍👩‍👧משפחה | 📚 לימודים | 💼 עבודה | 🍽 ארוחות | 🎭 בילויים | 💪 כושר | 🤝 תרומה | 💬 חברים

* ערכת *בולי הזמן* מסמלת עבורנו את דרכו של אליעזר – חיים שיש בהם משמעות, סדר, הקשבה ואהבה.

© יעל צמח-גרינשפון - כל הזכויות שמורות.

המרכז להכשרה לחיים האמיתיים