



חוברת תלמיד · קריאה והבנה · חט"ב (לכיתות ז'-ט')

בין חברים: מערכות יחסים בריאות

חברות ברשת ובכיתה, סרטים בראש, איך רבים נכון ועמודים של קשר טוב – צוללים בשלבים: מתחילים על פני המים ויורדים לעומק.



פני השטח

צלילה

מעמקים

תאריך:

כיתה:

שם:

טקסט ושאלות

- 10 הטקסט: על מה עומד קשר טוב?
- 12 חלק א' – שחייה על פני השטח
- 13 חלק ב' – צלילה
- 15 חלק ג' – מעמקים
- 17 בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה
- 2 מהדורה למורה ומפתח תשובות

כלים לקריאה

- 6 דף האסטרטגיות
- 7 מפת הצלילה
- 8 סימניות לגזירה
- 9 כרטיסי מילים לקיפול

איך משתמשים?

א. מתחילים בדף האסטרטגיות ובמפת הצלילה. ב. קוראים את הטקסט ועוצרים בתחנת העצירה. ג. עונים על השאלות לפי העומק: פני המים, צלילה והמעמקים. ד. מסיימים בבדיקה עצמית ובכרטיס יציאה.

חט"ב

עובד גם בשחורלבן

ניסוח לבנים ולבנות

להדפסה





מהדורה למורה

מהדורה למורה - מערך ומפתח תשובות

מהדורה למורה - חט"ב. כאן מרוכז כל מה שצריך לפני השיעור: מטרות, מערך ל-45 דקות, גרסה קצרה, חיבור למודלים של חוסן, טיפים ומפתח תשובות. אפשר להסיר את הדפים האלה לפני צילום החוברת לתלמידים.

מטרות השיעור

- לאתר בטקסטים את עמודי הקשר הבריא (כבוד הדדי, אמון, תקשורת פתוחה, גבולות, תמיכה ומרחב) ואת סימני האזהרה, ולהבחין ביניהם.
- להבחין בין הנחה לעובדה ("סרט בראש"), ולנסח משפט בדיקה רגוע ומשפט התנצלות שמדבר על המעשה.
- לנתח מבנה טיעון בעד חברות ברשת ונגדה (טענה, נימוקים, טענת נגד והפרכה, מילות קישור), ולכתוב עמדה מנומקת.

גרסה קצרה - 10 דקות

מציגים את שקופית "הנחה או עובדה?" ומשחקים שלושה סבבים מהירים של עובדה או סרט בראש. כל תלמיד ותלמידה קוראים את הטקסט ברמה שלהם (רמה s, y או m) ועונים על שאלת המיון בלבד. מסיימים בכרטיס יציאה: משפט בדיקה רגוע אחד לפי התבנית "ראיתי ש..., וזה כאב לי. מה קורה?"

שאלת פתיחה לכיתה

חשבו על רגע שבו ראיתם משהו קטן, כמו תמונה, קבוצה או מבט, ובניתם בראש סיפור שלם. האם הסיפור התברר בסוף כנכון? מה עזר לכם לגלות?





מהדורה למורה

מהדורה למורה - מערך ומפתח תשובות (המשך)

חוסן בתוך הקשר: גש"ר מאח"ד · עש"ן ד"ק · מעש"ה

עש"ן ד"ק הוא הכלי לרגע שלפני ההודעה הכועסת או לאמצע הריב: ע - עצור; ש - שרירים (לכווץ אגרופים ולשחרר לאט); נ - נשימה (שאיפה איטית ונשיפה ארוכה); ד - דיבור עצמי (משפט מחזק); ק - קדימה (לבחור צעד קטן אחד ולהמשיך). כך פסק זמן הופך לאחריות ולא לבריחה. מעש"ה מתאים כשעוזרים לחברה/ה שמרגיש/ה בחוץ או אחרי ריב קשה: מ - מחויבות "אני כאן איתך"; ע - עידוד לפעולה (משימה קטנה עכשיו); ש - שאלות שמפעילות חשיבה (מה עוזר לך? מה אפשר לנסות?); ה - הבניית רצף (מה קרה, מה עכשיו ומה הלאה). גש"ר מאח"ד מזכיר שאחרי פגיעה יש כמה ערוצים שעוזרים: גוף (תנועה ונשימה), שכל (להבחין בין הנחה לעובדה), רגש (לומר "נפגעת"), אמונה וערכים (כבוד ותיקון), חברה (לפנות לחברה/ה או ליועצת) ודמיון (לדמיין את השיחה המתקנת). רגע לפני הודעה כועסת או באמצע ריב? עש"ן ד"ק: עוצרים ואומרים "עצור!", מכווצים ומשחררים אגרופים, נושמים לאט, אומרים לעצמנו "אני יכול/ה להגיד את זה ברוגע" - וקדימה, למשפט אחד שקט: "ראיתי ש... וזה כאב לי. מה קורה?"

מעריך שיעור - 45 דקות

דקות	שלב	מה קורה
5	פתיחה: סרט בראש	שאלת הפתיחה: "ראיתם משהו קטן ובניתם סיפור שלם?" הצגת שקופית הפתיחה עם הדמות הצוללת ובועת הסרט שמתפוגגת. שיתוף קצר בזוגות, בלי חובה לספר פרטים אישיים.
8	חמשת העמודים והנחה מול עובדה	הצגת שקופית העמודים (כבוד הדדי, אמן, תקשורת פתוחה, גבולות, תמיכה ומרחב) וסימני האזהרה. משחק הצבעה מהיר: עובדה או סרט בראש. כתיבת התבנית על הלוח: "ראיתי ש...", וזה כאב לי. מה קורה?"
15	צלילה לטקסט לפי רמות	כל תלמיד ותלמידה קוראים את הטקסט ברמה המתאימה ועונים בשלושה עומקים: פני המים (איתור), צלילה (הסקה, מבנה, אוצר מילים ומילות קישור), המעמקים (עמדה וכתיבה אישית). בחט"ב עוצרים ב"תחנת העצירה" אחרי הפסקה השלישית.
7	איך רבים נכון: משחק המסלול	בזוגות משחקים במשחק "בחרו מסלול" ברמה שלכם. עוצרים בבחירה שבה מופיעים עש"ן ד"ק או מעש"ה, ומתרגלים בקול את שלב השרירים (לכווץ אגרופים ולשחרר לאט) ואת הנשימה (שאיפה איטית ונשיפה ארוכה). משווים בין "פגעתי בך, וסליחה" לבין "סליחה אם נפגעת".
7	מעגל שיח: חברות ברשת ובכיתה	שתיים או שלוש שאלות מתוך שאלות הדיון, בעיקר על פסק זמן אחראי מול השארה בלי תשובה, ועל כללי זהירות בחברות ברשת: אמן נבנה לאט, בודקים, לא משתפים מהר מדי ומשלבים מפגש בטוח. מזכירים שמותר לשתף רק את מה שננוח.
3	כרטיס יציאה וסגירה	כל אחד ואחת בוחרים כרטיס יציאה אחד וכותבים. בסיום מזכירים את כתובות העזרה: פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.





מהדורה למורה

מהדורה למורה – מערך ומפתח תשובות (המשך)

טיפים להנחיה

- מרחב בטוח: השיעור הוא תמיכה ולמידה, לא טיפול. מבקשים לדבר על "מישהו שאני מכיר/ה" או על דוגמאות מדומיינות, לא חושפים שמות של תלמידים מהכיתה, ואף אחד לא חייב לשתף. כל חשש, למשל לחץ לשתף תמונות, השפלה מתמשכת או בדידות קשה, מעבירים מיד ליועצת.
- מדגימים בקול את המשפטים הקשים: מבוגר/ת שאומר/ת בכיתה "פגעתי, וסליחה" או "אני צריך/ה פסק זמן, אחזור לדבר בעוד עשר דקות" נותן/ת לתלמידים ולתלמידות רשות לומר אותם. כדאי לתלות על הקיר את תבנית משפט הבדיקה ואת ההבדל בין חומה למפה.
- בדיון על חברות ברשת לא מפחידים ולא מבטלים. מכבדים את מי שיש להם חברים אמיתיים ברשת, ובמקביל מזכירים נורות אדומות: לחץ, סודיות מוגזמת ו"שזה יישאר רק בינינו". לא נוקבים בשמות של אפליקציות או רשתות. אומרים "רשת חברתית" ו"קבוצת הודעות".

הכוונה לשאלה הפתוחה – חט"ב

פסקת טיעון טובה פותחת בבחירה ברורה של עמוד, למשל: "לדעתי, האמון הוא העמוד החשוב ביותר". אחר כך מופיעים שני נימוקים, למשל: בלי אמון אי אפשר לשתף רגשות, ואמון נבנה לאט ונשבר מהר. אחריהם באה דוגמה (סוד שהופץ לכל הכיתה) ומשפט מסכם. אפשר לשלב מילות קישור (ראשית, נוסף על כך, לכן) ולהזכיר סימן אזהרה מתוך הטבלה.

מפתח תשובות למורה – חט"ב. שאלות פתוחות: תשובות אישיות. מחפשים תשובה שנשענת על הטקסט, מנומקת ומנוסחת במשפטים שלמים.





מהדורה למורה

מהדורה למורה – מערך ומפתח תשובות (המשך)

שאלה	תשובה
1	ב. אמון נבנה לאט ויכול להישבר מהר
2	א. קנאה כשנפגשים עם אחרים
3	ג. כי גבול מראה לאחרים איך להתקרב בלי לפגוע
4	ב. "פגעתי בך, וסליחה"
5	1. נכון 2. לא נכון 3. לא נכון 4. נכון
7	„פסק זמן כזה הוא אחריות, לא בריחה...”
8	חבר אומר "בסדר, הבנתי" אחרי "לא מתאים לי" ← קשר בריא; אחות מספרת לחברות שלה סוד שסיפרת לה ← סימן אזהרה; חברה אומרת "נפגעתי כש..." ומחכה לתשובה ← קשר בריא; לועגים לך "בצחוק" מול כל הקבוצה ← סימן אזהרה; חבר שותק ימים שלמים כדי להעניש ← סימן אזהרה; חברה שמחה שהצטרפת לחוג חדש ← קשר בריא
9	1-ב, 2-ד, 3-א, 4-ג
10	ב. גלויה, שאומרים בה את הדברים בכנות





כלים לקריאה

דף האסטרטגיות: איך קוראים לעומק?

אחרי הטקסט



מסכמים במשפט

מה הרעיון המרכזי – במילים שלי?



מגיבים

מסכים/ה? לא מסכים/ה? למה?



מחברים לחיים

איפה פגשתי משהו דומה? מה אקח איתי?

בזמן הטקסט



מסמנים בעיפרון

מילה לא מוכרת – עיגול. משפט חשוב – קו.



עוצרים בתחנות

מה קרה עד עכשיו? מה אני מנחש/ת שיקרה?



מחפשים קשרים

סיבה ותוצאה, לפני ואחרי, טענה ונימוק.

לפני הטקסט



מציצים בכותרת ובתמונה

על מה הטקסט? מה כבר ידוע לי על הנושא?



קובעים מטרה

למה אני קורא/ת? למידע, להנאה, כדי לגבש דעה?



מזהים סוג טקסט

סיפור? כתבה? טור אישי? כל סוג נקרא אחרת.

מקרא סימונים בעיפרון



מתחבר אליי



מפתיע אותי



לא הבנתי



משפט חשוב



מילה לא מוכרת

רשימת בדיקה לקורא/ת

- ☐ קראתי את הכותרת ושאלתי את עצמי על מה הטקסט
- ☐ קראתי את כל הטקסט עד הסוף
- ☐ סימנתי מילה שלא הבנתי
- ☐ קראתי שוב את מה שלא היה ברור

המטרה שלי בקריאה

למה אני קורא/ת את הטקסט הזה? מה הייתי רוצה לגלות?





כלים לקריאה

מפת הצלילה: סוג הטקסט ומילים חדשות

מפת הצלילה שלי



מעמקים

חושבים, מביעים דעה ויוצרים



צלילה

מסיקים, מקשרים ובודקים מילים ומבנה



שחייה על פני השטח

מוצאים מידע שכתוב בטקסט

סוג הטקסט: טקסט מידעי עם טבלה

מה מאפיין את סוג הטקסט הזה? כתבו שני סימנים שתחפשו בקריאה:

לפני שצוללים

מה אני חושב/ת שיקרה בטקסט? (לפי הכותרת)

מילים חדשות

מילה	פירוש	משפט משלי
מוערכים	מרגישים שרואים את הערך שלנו ומחשיבים אותנו	
הדדי	שני הצדדים נותנים זה לזה	
זכאים	יש להם זכות	
מוצף	מלא ברגש חזק מדי, קשה לחשוב בשקט	
השפלה	מעשה או מילים שגורמים למישהו להרגיש קטן ומבוש	





סימניות לגזירה

גזרו לאורך הקו המקווקו ✂



המעמקים

מעבר לשורות

- מה דעתי – ולמה?
- מה הייתי עושה במקום הדמות?
- מה הטקסט מלמד על החיים?
- איך הייתי ממשיך/ה את הטקסט?

השאלה שלי: 📝

בין חברים: מערכות יחסים בריאות
חט"ב



צלילה

בין השורות

- למה זה קרה?
- מה הדמות מרגישה – בלי שנאמר?
- מה פירוש הביטוי?
- איך בנוי הטקסט?

השאלה שלי: 📝

בין חברים: מערכות יחסים בריאות
חט"ב



פני המים

כתוב בטקסט

- מי? מה? איפה? מתי?
- איזה פרט מוכיח?
- מה קרה קודם ומה אחר כך?
- איפה זה כתוב?

השאלה שלי: 📝

בין חברים: מערכות יחסים בריאות
חט"ב





כלים לקריאה

כרטיסי מילים לקיפול

גזרו כל כרטיס, קפלו לאורך הקו המנוקד שבאמצע – המילה מקדימה והפירוש מאחור. תרגלו בזוגות. ✂

מרגישים שרואים את הערך שלנו ומחשיבים אותנו	מוערכים
שני הצדדים נותנים זה לזה	הדדי
יש להם זכות	זכאים
מלא ברגש חזק מדי, קשה לחשוב בשקט	מוצף
מעשה או מילים שגורמים למישהו להרגיש קטן ומבויש	השפלה
הנחה שבונים בדמיון בלי לבדוק	סרט בראש
פגיעה שמוצגת כאילו היא בדיחה	השפלה בצחוק
הפסקה קצרה כדי להירגע ולחזור לשיחה	פסק זמן





הטקסט • טקסט מידעי עם טבלה

על מה עומד קשר טוב?

לפני הקריאה

סוג הטקסט: טקסט מידעי עם טבלה. חשבו על קשר טוב שיש לכם, עם חבר/ה, אח/ות או קבוצה. מה גורם לכם להרגיש בו בטוחים? כתבו שני דברים.

הניחוש שלי:

מילון קטן

מוערכים

מרגישים שרואים את הערך שלנו ומחשיבים אותנו

הדדי

שני הצדדים נותנים זה לזה

זכאים

יש להם זכות

מוצף

מלא ברגש חזק מדי, קשה לחשוב בשקט

השפלה

מעשה או מילים שגורמים למישהו להרגיש קטן ומבוש

הערות שלי

1 קשר זה לא רק זוגיות. כשאומרים "מערכת יחסים", רבים חושבים מיד על זוגיות ראשונה. אבל מערכות יחסים נמצאות בכל מקום: בין חברים וחברות, בין אחים ואחיות, בקבוצת ספורט ובקבוצת הכיתה. בכל אחד מהקשרים האלה אפשר להרגיש בטוחים ומוערכים, ואפשר גם להרגיש קטנים ולחוצים. ההבדל תלוי בעמודים שהקשר עומד עליהם.

2 כבוד ואמון. כבוד הדדי פירושו שכל צד מתייחס לדעות, לרגשות ולזמן של הצד השני כאל דבר חשוב, גם כשהוא לא מסכים איתו. אמון הוא התחושה ש"אפשר לסמוך עליך". אמון נבנה לאט, ממעשים קטנים שחוזרים על עצמם, אבל הוא יכול להישר מהר. למשל, סוד שסופר בלחישת מגיע פתאום לכל הכיתה. כדי לבנות אמון מחדש צריך זמן.

3 תקשורת פתוחה. בקשר בריא אומרים מה מרגישים, בזמן ובשקט: "נפגעתי כש...", במקום לאסוף כעסים עד שהם מתפוצצים. גם שתיקה יכולה לפגוע. התעלמות כעונש, או השארת חבר בלי תשובה במשך ימים, אומרת לו "אתה לא שווה מילה".

חשוב גם להבחין בין הנחה לעובדה. כשרואים קבוצת הודעות שאנחנו לא חלק ממנה, קל לבנות "סרט בראש". עדיף לבדוק במשפט אחד רגוע: "ראיתי ש...", וזה כאב לי. מה קורה?"

תחנת עצירה: עצרו וחשבו: נזכרו במצב שבו הנחתם משהו על חבר/ה בלי לבדוק. איזה משפט רגוע הייתם יכולים לומר כדי לבדוק אם ההנחה היא עובדה?

4 גבולות. כל אחד ואחת זכאים לומר "לא מתאים לי": על מגע, על שיתוף תמונות, על בדיחות ועל הזמן הפרטי שלהם. גבול הוא לא חומה שמרחיקה אנשים. הוא מפה שמראה לאחרים איך להתקרב אלינו בלי לדרוך על מקום כואב. חבר טוב שומע "לא" ומכבד אותו, בלי לחץ ובלי "נו, מה קרה לך". לחץ לשלוח תמונה, או צילום מסך של שיחה פרטית שמופץ בלי רשות, הם חציית גבול.





הטקסט · טקסט מידעי עם טבלה

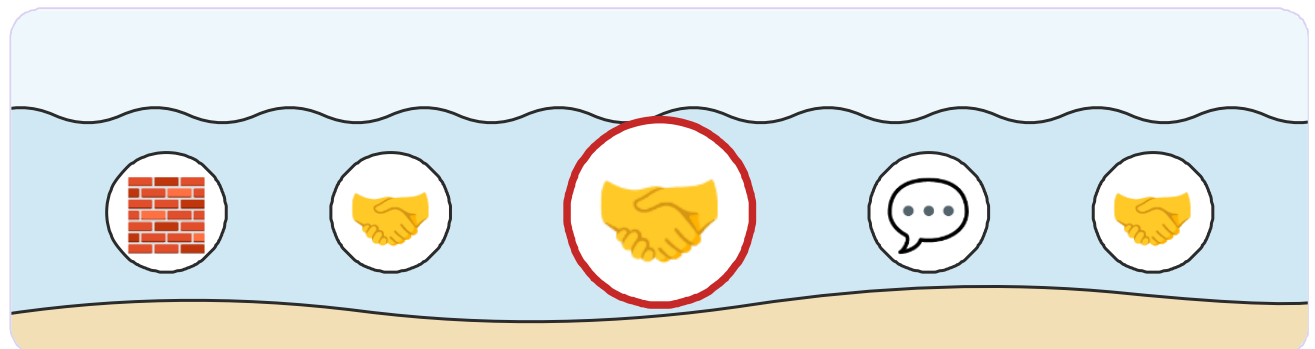
על מה עומד קשר טוב? (המשך)

5 ריב שנגמר בתיקון. גם בקשרים הכי טובים יש מריבות, והשאלה היא איך רבים. תוקפים את הבעיה ולא את האדם: "הבטחת להגיע ולא הגעת" במקום "אתה תמיד אנוכי". נשארים בהווה, בלי לשלוף עשר מריבות ישנות. כשהגוף מוצף, הלב דופק והמילים רותחות, מותר לבקש פסק זמן ולהשתמש בעש"ד"ק: עצור; שרירים – לכווץ אגרופים ולשחרר לאט; נשימה – שאיפה איטית ונשיפה ארוכה; דיבור עצמי – משפט מחזק; קדימה – לבחור צעד קטן אחד ולהמשיך. פסק זמן כזה הוא אחריות, לא בריחה. בריחה היא להשאיר מישהו בלי תשובה במשך ימים. המטרה בסוף היא תיקון ולא ניצחון. התנצלות אמיתית מדברת על המעשה, "פגעתי בך, וסליחה", ולא "סליחה אם נפגעת".

6 תמיכה ומרחב לצמוח. קשר טוב שמח בהצלחות שלך, עוזר ברגעים קשים ומשאיר לך מקום להיות מי שאתה: לפגוש חברים נוספים, לנסות תחביב חדש ואפילו לשנות דעה. אם קשר מרגיש כמו שליטה, השפלה "בצחוק" או לחץ מתמיד, אלה סימני אזהרה. אין צורך להתמודד עם זה לבד: פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

חמשת העמודים: איך זה נראה ומתי נדלקת נורה אדומה

עמוד	איך זה נראה	סימן אזהרה
כבוד הדדי	מקשיבים עד הסוף, גם כשלא מסכימים	לעג לדעות שלך או השפלה "בצחוק" מול אחרים
אמון	שומרים סודות ועומדים במילה	סוד שלך מופץ, או בדיקה מתמדת איפה את/ה ועם מי
תקשורת פתוחה	אומרים "נפגעת כש..." ושואלים "מה קורה?"	התעלמות כעונש או השארה בלי תשובה ימים שלמים
גבולות	אומרים "לא מתאים לי" ושומעים "בסדר, הבנתי"	לחץ לשתף תמונה, לגעת או להמשיך אחרי שנאמר "לא"
תמיכה ומרחב	שמחים בהצלחה שלך ומעודדים חברים ותחביבים נוספים	קנאה כשאת/ה נפגש/ת עם אחרים, ודרישה "רק אני"





שאלות לפי עומק • חט"ב

על מה עומד קשר טוב?

שם:

חלק א' - שחייה על פני השטח

בואו נתחיל על פני המים ונאתר מידע שכתוב בטקסט במפורש.



איתור מידע

פני המים • כתוב בטקסט

1

לפי הפסקה "כבוד ואמון", מה נכון לגבי אמון?

- א) אמון נבנה מהר ונשבר לאט
- ב) אמון נבנה לאט ויכול להישבר מהר
- ג) אמון אף פעם לא נשבר

איתור מידע

פני המים • כתוב בטקסט

2

לפי הטבלה, מהו סימן אזהרה בעמוד "תמיכה ומרחב"?

- א) קנאה כשנפגשים עם אחרים
- ב) שמחה בהצלחה של חבר
- ג) עידוד לנסות תחביב חדש

איתור מידע

פני המים • כתוב בטקסט

3

מדוע הטקסט משווה גבול למפה ולא לחומה?

- א) כי גבולות נועדו להרחיק אנשים
- ב) כי גבולות משתנים כל יום
- ג) כי גבול מראה לאחרים איך להתקרב בלי לפגוע

איתור מידע

פני המים • כתוב בטקסט

4

איזו התנצלות היא התנצלות אמיתית לפי הטקסט?

- א) "סליחה אם נפגעת"
- ב) "פגעתי בך, וסליחה"
- ג) "סליחה, אבל גם את אשמה"

בדיקת פרטים

פני המים • כתוב בטקסט

5

נכון או לא נכון? סמנו ✓ בטבלה

המשפט	✓ נכון	✗ לא נכון
לפי הטקסט, אמון נבנה ממעשים קטנים שחוזרים על עצמם.	☐	☐
לפי הטקסט, פסק זמן בזמן ריב הוא סוג של בריחה.	☐	☐
הטקסט טוען שמערכות יחסים קיימות רק בזוגיות.	☐	☐
לפי הטקסט, הפצת צילום מסך של שיחה פרטית בלי רשות היא חציית גבול.	☐	☐





שאלות לפי עומק • חט"ב

שם:

על מה עומד קשר טוב? (המשך)

אוצר מילים בהקשר

פני המים • כתוב בטקסט

6

השלימו את המשפטים בעזרת מחסן המילים

מחסן מילים: **ניצחון** **תיקון** **גבול** **אמון**

1. _____ נבנה לאט, אבל יכול להישבר מהר.
2. _____ הוא לא חומה שמרחיקה אנשים, אלא מפה.
3. בקשר בריא, המטרה בסוף ריב היא _____.

חלק ב' - צלילה

עכשיו צוללים: נסיק מסקנות, נחבר בין חלקי הטקסט ונבחן את השפה.

סימון בטקסט

צלילה • בין השורות

7

מסמנים בטקסט

- סמנו בצהוב את המשפט שמסביר מה ההבדל בין פסק זמן לבריחה.
- סמנו בירוק שתי דוגמאות לחציית גבול שמופיעות בטקסט.
- סמנו בקו את המשפט שמסביר שפסק זמן באמצע ריב איננו בריחה

מיון וארגון

צלילה • בין השורות

8

מיינו כל מצב: קשר בריא או סימן אזהרה? (מיינו: סמנו ✓ בעמודה המתאימה)

סימן אזהרה	קשר בריא	הפריט
☐	☐	חבר אומר "בסדר, הבנתי" אחרי "לא מתאים לי"
☐	☐	אחות מספרת לחברות שלה סוד שסיפרת לה
☐	☐	חברה אומרת "נפגעת כש..." ומחכה לתשובה
☐	☐	לועגים לך "בצחוק" מול כל הקבוצה
☐	☐	חבר שותק ימים שלמים כדי להעניש
☐	☐	חברה שמחה שהצטרפת לחוג חדש





שאלות לפי עומק • חט"ב

על מה עומד קשר טוב? (המשך)

קישור מושגים

צלילה • בין השורות

9

מתחו קו בין הביטוי לפירוש שלו

א. הפסקה קצרה כדי להירגע ולחזור לשיחה

ב. הנחה שבונים בדמיון בלי לבדוק

ג. כל צד מתייחס לדעות ולרגשות של השני כחשובים

ד. פגיעה שמוצגת כאילו היא בדיחה

1. סרט בראש

2. השפלה בצחוק

3. פסק זמן

4. כבוד הדדי

משמעות ביטוי

צלילה • בין השורות

10

בצירוף "תקשורת פתוחה", מה פירוש המילה "פתוחה"?

א. שאינה נעולה במפתח

ב. גלויה, שאומרים בה את הדברים בכנות

ג. שמתחילה עכשיו

מארגן גרפי

צלילה • בין השורות

11

בחרו שלושה מצבים מהטקסט. כתבו לכל מצב משפט שפוגע בקשר ומשפט שמתקן אותו.

המצב בקשר	משפט שפוגע	משפט שמתקן





שאלות לפי עומק · חט"ב

על מה עומד קשר טוב? (המשך)

שם:

חלק ג' - מעמקים

במעמקים תביעו דעה, תיצרו ותחברו את הנושא לחיים שלכם.



העברה למקרה חדש

המעמקים · מעבר לשורות

12

מה עומר יכול לעשות לפני שהוא כותב? כתבו בשבילו משפט פתיחה שתוקף את הבעיה ולא את האדם.

מקרה לבחינה: צילום המסך

עומר גילה שחבר קרוב העביר לקבוצה צילום מסך של שיחה פרטית ביניהם. הוא כועס מאוד, הלב שלו דופק, והוא רוצה לכתוב לחבר מיד הודעה חריפה.

כתיבה ונימוק

המעמקים · מעבר לשורות

13

כתבו פסקת טיעון (6-8 שורות): איזה עמוד מתוך חמשת העמודים חשוב בעיניכם ביותר בקשר בין חברים, ולמה? הביאו שני נימוקים ודוגמה אחת (אפשר דוגמה מדומינת), וסיימו במשפט מסכם.





שאלות לפי עומק · חט"ב

על מה עומד קשר טוב? (המשך)

שם:

כלי חוסן

המעמקים · מעבר לשורות

14

חברה/ה מספר/ת לכם שסוד שלו/ה הופך בכיתה. כתבו שיחה קצרה לפי מעש"ה: מחויבות ("אני כאן איתך"), עידוד למשימה קטנה, שאלה שמפעילה חשיבה, והבניית רצף – מה קרה, מה עכשיו, מה הלאה.

שיח בכיתה

המעמקים · מעבר לשורות

מעגל שיח

15

- מתי הייתם עדים או עדות ל"סרט בראש" שהתברר כלא נכון? מה עזר להבחין בין ההנחה לעובדה?
- איזה מחמשת העמודים הכי קשה לשמור בקשר בין אחים ואחיות, בקבוצה או בין חברים? למה?
- מה ההבדל בין פסק זמן אחראי באמצע ריב לבין השארת משהו בלי תשובה במשך ימים? איך אפשר לבקש פסק זמן בצורה מכבדת?
- האם חברה/ה שהכרתם ברשת יכול/ה להיות חברה/ה אמיתי/ת? אילו כללי זהירות חשובים בעיניכם?

ייצוג חזותי

המעמקים · מעבר לשורות

16

ציירו בניין שעומד על חמישה עמודים. כתבו על כל עמוד את שמו ומעשה קטן אחד שמחזק אותו.





בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה

בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה

בודקים את עצמנו

סמנו בכל שורה איך אתם מרגישים

עוד לא	בערך	בטוח/ה	
🤔	😊	😄	אני יודע/ת להסביר מה ההבדל בין גבול לחומה.
🤔	😊	😄	אני יכול/ה לנסח התנצלות אמיתית שמדברת על המעשה.
🤔	😊	😄	אני מזהה סימני אזהרה בקשר ויודע/ת למי לפנות.



כרטיס יציאה

בין חברים: מערכות יחסים בריאות • חט"ב

שם:

כיתה:

תאריך:

1. עמוד אחד שארצה לחזק בקשרים שלי הוא...

2. משפט אחד שאגיד במקום לבנות סרט בראש:

3. דבר אחד שהפתיע אותי בטקסט:

כמה נהניתי מהטקסט? 1 2 3 4 5

מה אני לוקח/ת איתי מהטקסט? כתבו או ציירו





בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה

בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה (המשך)

יצרה: רוית ראש בן ישי

לצלול פנימה • בין חברים: מערכות יחסים בריאות • חוברת תלמיד לחט"ב

