👩‍🏫 מהדורה למורה – "אפשר לדבר על זה": נוער שובר את השתיקה

כתבה · כיתה ט' · נפש ורגש · מסלול עולים – עברית פשוטה ומילון

💡 נוסח לעולים: טקסט בעברית פשוטה, מילון בטבלה (עם עמודה למילה בשפת הבית), שאלות קצרות, שאלות בחירה ושאלת עמדה עם פתיחי משפטים.

חלק א' – שאלות קצרות

1. מה כתוב על הפוסטר? · לא חייבים להיות בסדר כל הזמן, אבל כדאי לא להיות לבד.

2. מי תלו את הפוסטר? · נאמני החוסן, תלמידי ט'.

3. למה קשה לדבר? · בגלל בושה.

4. מה עוזר ביום־יום? (דבר אחד) · הליכה / מוזיקה / שינה / שיחה.

5. מה עושים אם חבר בסכנה? · מספרים למבוגר.

חלק ב' – שאלות בחירה

6. מה היה כתוב על הפוסטר? · ב. "לא חייבים להיות בסדר כל הזמן. אבל כדאי לא להיות לבד"

7. מה הסיבה העיקרית לשתיקה לפי היועצת? · ב. הבושה

8. למה משווה היועצת את בריאות הנפש? · א. לבריאות הגוף, כמו יד שבורה

9. מתי, לפי היועצת, לא שומרים סוד? · ב. כשמישהו בסכנה

חלק ג' – העמדה שלי

10. יש הטוענים שבכל בית ספר צריך לקיים שיעור קבוע על רגשות ובריאות הנפש, ויש הטוענים שאלה נושאים פרטיים שמקומם בבית. באיזו עמדה אתם תומכים? נמקו, והסתמכו על פרט אחד לפחות מן הכתבה או מניסיונכם. · תשובה פתוחה: עמדה + נימוק + ראיה (הבושה, קיר הפתקים, ההשוואה לבריאות הגוף, הקשבה לחבר).

הערכה · מעריכים בעיקר את התוכן: עמדה + נימוק + דוגמה. לא מורידים על שגיאות כתיב.

✏️ דף עבודה – 💚 "אפשר לדבר על זה": נוער שובר את השתיקה

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

כתבה · כיתה ט' · מסלול עולים – עברית פשוטה ומילון

💡 קראו את הטקסט. אפשר להיעזר במילים החשובות. אחר כך ענו על השאלות.

📖 **מילון לטקסט – מילים חשובות בעברית פשוטה**

המילה	מה זה אומר?	מילה בשפה שלי ✏️
יוזמה	רעיון שמישהו מתחיל ומוביל	
הכשרה	לימוד שמכין לתפקיד	
בושה	תחושה לא נעימה של מבוכה, רצון להסתתר	
להטריד	להפריע למישהו, להעמיס עליו	
מחלימה	חוזרת להיות בריאה	
הלשנה	סיפור על מישהו כדי שייענש	
מחצית	חצי משנת הלימודים	

כתבה · נוסח מותאם

💚 "אפשר לדבר על זה": נוער שובר את השתיקה

א בבית הספר תלו פוסטר: "לא חייבים להיות בסדר כל הזמן. אבל כדאי לא להיות לבד." תלמידים הדביקו פתקים על מה שהם מרגישים.

ב את הפוסטר תלו תלמידים מקבוצת "נאמני חוסן". הם עוזרים לדבר על רגשות, ויודעים להפנות למבוגר.

ג קשה לדבר כי מתביישים, וחושבים שכולם בסדר חוץ מאיתנו.

ד היועצת אומרת: גם לנפש יש מצבים שצריך עזרה, כמו לגוף. מה עוזר? הליכה, מוזיקה, שינה, שיחה.

ה כשחבר מספר משהו קשה – מקשיבים. ואם הוא בסכנה, מספרים למבוגר. זו לא הלשנה, זו חברות.

💛 אם משהו בטקסט נגע בכם – אפשר לפנות ליועצת, למחנכ/ת או למבוגר שאתם סומכים עליו. לא צריך להתמודד לבד.

חלק א': שאלות קצרות

1. מה כתוב על הפוסטר?

2. מי תלו את הפוסטר?

3. למה קשה לדבר?

4. מה עוזר ביום־יום? (דבר אחד)

5. מה עושים אם חבר בסכנה?

חלק ב': שאלות בחירה

6. מה היה כתוב על הפוסטר? (הקיפו)

◯ א. "תהיו תמיד שמחים"

◯ ב. "לא חייבים להיות בסדר כל הזמן. אבל כדאי לא להיות לבד"

◯ ג. "אסור לבכות"

◯ ד. "תעבדו קשה"

7. מה הסיבה העיקרית לשתיקה לפי היועצת? (הקיפו)

◯ א. חוסר זמן

◯ ב. הבושה

◯ ג. פחד ממבחנים

◯ ד. חוסר עניין

8. למה משווה היועצת את בריאות הנפש? (הקיפו)

◯ א. לבריאות הגוף, כמו יד שבורה

◯ ב. למזג האוויר

◯ ג. למבחן

◯ ד. למשחק

9. מתי, לפי היועצת, לא שומרים סוד? (הקיפו)

◯ א. אף פעם

◯ ב. כשמישהו בסכנה

◯ ג. כשזה מצחיק

◯ ד. כשהמורה שואלת

חלק ג': העמדה שלי

10. יש הטוענים שבכל בית ספר צריך לקיים שיעור קבוע על רגשות ובריאות הנפש, ויש הטוענים שאלה נושאים פרטיים שמקומם בבית. באיזו עמדה אתם תומכים? נמקו, והסתמכו על פרט אחד לפחות מן הכתבה או מניסיונכם.

💡 (תזכורת לכתיבת תשובה מלאה: הצהרת עמדה ברורה + נימוק הגיוני + הוכחה או דוגמה)

אני חושב/ת ש _____

הסיבה היא _____

למשל, בטקסט כתוב _____

_____

_____

🎟️ כרטיס יציאה

1. מילה חדשה שלמדתי: _____

2. מילה שעדיין קשה לי: _____

איך הרגשתי בתרגול? ☐ 😀 ☐ 🙂 ☐ 😐 ☐ 😟