

חוברת תרגול – מנווטים נכון: חוסן, בטיחות וקבלת החלטות בנובמבר

מהדורה למורה חנ"מ

מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להבין את הקשר בין גאוגרפיה פיזית, הנדסת דרכים והתנהגות אנושית בנושא בטיחות
- לנתח לשון הוראה (ציווי) בשלטים ולהשתמש בה נכון
- לזהות דפוסי מצוקה רגשית ולהבחין בין שמירת סוד לבין אחריות כלפי חבר/ה
- ליישם חשיבה על דילמות וקבלת החלטות במצבי סיכון בדרך ובמערכות יחסים

גרסת חנ"מ – פחות פריטים, עד 3 אפשרויות בחירה, בנק מילים, גופן מוגדל ושורות כתיבה רחבות. מומלץ להקריא את ההוראות בקול ולעבוד חלק אחר חלק, בלי הגבלת זמן.

חלק א' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – הכרת המסלול והכבישים

1. א – עפולה
2. א – כביש 65

חלק ב' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – מיזוג הנתיבים וקריאת מפה

1. לא נכון – מחיפה נוסעים בכביש 75 עד צומת ישי, ורק משם עוברים לכביש 77
2. נכון – כך מוסבר בטקסט על בקע הכנרת

חלק ג' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – השלמות והתאמות

1. 77
2. התנועה

חלק ד' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – התאמת מקומות לכבישים

1. ג – 1 (כביש 65)
2. ד – 2 (כביש 75)
3. ב – 3 (כביש 77)
4. א – 4 (כביש 90)

חלק ה' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – הבנה בסיסית

1. א – 1. דרך, רכב ואדם
2. א – 2. להוציא את המבט מהכביש לשניות

חלק ו' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – נכון או לא נכון

1. נכון – 1. הטקסט מציין שזמן התגובה מושפע מעייפות, לחץ, סנוור והסחות דעת.
2. לא נכון – 2. הטקסט מתאר שנוסע/ת יכול/ה גם להיות גורם מגן, למשל לענות להודעות או לשמור על שקט.

חלק ז' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – יישום והבנה מעמיקה

1. 1. השפעה

חלק ח' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – התאמת מושגים

1. ד – 1 (הזמן שלוקח לנהג/ת להגיב לאירוע בדרך)
2. א – 2 (כמות המשימות המחשביות שהמוח מתמודד איתן בו-זמנית)
3. ב – 3 (נוכחות נוסעים שמשפיעה על סגנון הנהיגה)
4. ג – 4 (מערכות שמתריעות, מזהות ולעיתים אף בולמות)

חלק ט' – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – זיהוי פעלי ציווי בשלטי דרך

- 1. א – עצור
- 2. א – לתת הוראה ברורה ומיידית לנהג

חלק י' – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – שימוש ולשון

- 1. נכון – ציווי הוא גוף שני, פנייה ישירה למאזין/ת, ולכן מתאים לשלטים שפונים לכל נהג העובר.
- 2. לא נכון – זהו שם עצם/תיאור מצב הדרך, לא פועל ציווי – הוא מתריע, לא מצווה.

חלק י"א – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – השלמות

- 1. אט

חלק י"ב – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – התאמת שלטים למשמעותם

- 1 – ב (עצירה מלאה ובדיקת כל הכיוונים)
- 2 – א (הורדת מהירות לפני סכנה)
- 3 – ד (מתן מעבר לרכב בדרך הראשית)
- 4 – ג (עיקולים רבים ברצף)

חלק י"ג – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – הבנת הטקסט

- 1. ב – שמי ששומר הוא נאמן ומי שמספר בוגד, בלי קשר לתוכן הסוד
- 2. ב – היעלמות ממפגשים חברתיים ותשובות קצרות בהודעות

חלק י"ד – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – נכון או לא נכון והשלמות

- 1. לא נכון – הטקסט מדגיש שהמצוקה לרוב שקטה ומצטברת לאורך זמן
- 2. לא נכון – הטקסט מסביר שסימן בודד יכול להיות מצב רוח חולף; חשובה הצטברות הסימנים

חלק ט"ו – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – השלמות והתאמות

- 1. רחוק
- 2. מחויבות

חלק ט"ז – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – התאמה

- 1 – ג (בפרטיות, בטון רגוע, בלי חקירה)
- 2 – א (שומר על פרטיות ואינו מסכן את בעליו)
- 3 – ד (נושא עליו עומס שמחמיר ללא עזרה)
- 4 – ב (דרך לוודא שהחבר לא נשאר לבד)

חלק י"ז – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – הבנת המושג דילמה

- 1. ב – מצב שבו הבחירה הטובה לטווח הקצר עלולה להזיק לטווח הארוך
- 2. ג – בדיוק בירידה התלולה אל טבריה
- 3. ג – להציע לקרוא ולענות על ההודעות במקומו/ה

חלק י"ח – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – יישום והשוואה

- 1 – ג (נוסע/ת מציע/ה לענות במקום הנהג/ת)
- 2 – א (משתפים מבוגר/ת מתוך דאגה אמיתית)
- 3 – ד (הגדרת דילמה)
- 4 – ב (מחויבות לטובתו של האחר, לא שתיקה)

חלק י"ט – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – יישום נוסף

- 1. מזיקה
- 2. מחויבות

חלק כ' – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – חשיבה משווה

כרטיס יציאה – מה לחפש

- התשובה מתייחסת לשיפוע, עיקולים ושדה ראייה מוגבל כתוצאה מהבקע העמוק של הכנרת
- התלמיד/ה מזהה נכון צורת ציווי (עצור/האט/סע) ומנסח הוראה חדשה בהתאמה דקדוקית
- התשובה מבוססת על ההבחנה מהטקסט בין נאמנות כשתיקה לנאמנות כמחויבות לטובת האחר, כולל דוגמה

טיפים להפעלה:

- ניתן לחלק את החוברת לשלושה מפגשים: פרקים 1-2 (בטיחות ומערכת), פרק 3 (לשון), פרקים 4-6 (חוסן ודילמות)
- בפרקים הרגשיים יש להדגיש כי כל שיתוף הוא רשות, ולאפשר מענה בכתב אנונימי למי שמעדיף/ה
- לתלמידים מתקדמים אפשר להוסיף משימת השוואה בין טקסט תיכון לטקסט מסלול 'חוקרי העתיד' על אותו נושא
- מומלץ לסיים כל מפגש בדיון קצר המחבר בין בטיחות בדרכים לבין אחריות הדדית בין חברים

חוברת תרגול – מנווטים נכון: חוסן, בטיחות וקבלת החלטות בנובמבר

מנווטים נכון: חוסן, בטיחות וקבלת החלטות בנובמבר

תיכון · חנ״מ

תוכן החוברת

1. פרק 1 – גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה
2. פרק 2 – בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם
3. פרק 3 – לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי
4. פרק 4 – ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט
5. פרק 5 – קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות
6. פרק 6 – סיכום ויישום: מהניתוח לפעולה

שם: _____ כיתה: _____

יצרה: רוית ראש בן ישי



חוברת תרגול – מנווטים נכון: חוסן, בטיחות וקבלת החלטות בנובמבר

חוברת התלמיד/ה חנ"מ

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

בחוברת זו תנתחו טקסטים עיוניים וסיפוריים העוסקים בבטיחות בדרכים ובחוסן רגשי, ותתרגלו מיומנויות קריאה, ניתוח לשוני וקבלת החלטות. עבדו לפי סדר הפרקים, וענו במשפטים מלאים תוך הפניה לדוגמאות מהטקסט.

בנק מילים: 77 | מזיקה | השפעה | רחוק | מחויבות | מחויבות | התנועה | אט

1 חלק א' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – הכרת המסלול והכבישים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מאיזו עיר יוצא המסלול המתואר בטקסט לכיוון טבריה?

א) עפולה ב) חיפה ג) נצרת

2. באיזה כביש יוצאים מעפולה בתחילת הנסיעה צפונה-מזרחה?

א) כביש 65 ב) כביש 75 ג) כביש 77

2 חלק ב' – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – מיזוג הנתיבים וקריאת מפה

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	נוסעים מחיפה משתמשים בכביש 77 לאורך כל הדרך לטבריה.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	הכנרת נמצאת הרבה מתחת לפני הים, ולכן הכביש אליה חייב לרדת בהפרש גובה גדול.	☐	☐

3 חלק ג׳ – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – השלמות והתאמות

השלימו את המילה החסרה.

1. במחלך גולני המסלול שיצא מעפולה עובר מכביש 65 לכביש _____ .

2. מחלך גולני הוא הנקודה שבה כל _____ מתנקזת לנתיב אחד היורד אל בקע הכנרת.

4 חלק ד׳ – פרק 1 • גאוגרפיה והנדסת הדרך: המסלול מעפולה לטבריה – התאמת מקומות לכבישים

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. היציאה מעפולה	___	**א.** כביש 90
2. יציאה מחיפה עד צומת ישי	___	**ב.** כביש 77
3. מעבר מזרחה ממחלך גולני	___	**ג.** כביש 65
4. הדרך לאורך הכנרת בטבריה	___	**ד.** כביש 75

5 חלק ה׳ – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – הבנה בסיסית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. לפי הטקסט, שלושת הרכיבים של מערכת הבטיחות בדרכים הם:

(א) דרך, רכב ואדם (ב) נהג, משטרה וחוק (ג) כביש, רמזור ותמרור

2. לפי הטקסט, הודעה בטלפון גורמת לנהג/ת ל...

(א) להוציא את המבט מהכביש לשניות (ב) לשפר את הריכוז בנהיגה

(ג) להאיץ את מהירות הנסיעה

6 חלק ו' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	עייפות ולחץ משפיעים על זמן התגובה של הנהג/ת.	☐	☐
2	לפי הטקסט, נוסע/ת ברכב יכול/ה רק להסיח את דעת הנהג/ת ואין דרך שבה הוא/היא יכול/ה לעזור.	☐	☐

7 חלק ז' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – יישום והבנה מעמיקה

השלימו את המילה החסרה.

1. הטקסט מתאר שמחקרים בתחום ההתנהגות בדרכים מכנים את ההשפעה של נוסעים על סגנון הנהיגה בשם _____ חברתית.

8 חלק ח' – פרק 2 • בטיחות כמערכת: הדרך, הרכב והאדם – התאמת מושגים

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. זמן תגובה	___	**א.** כמות המשימות המחשביות שהמוח מתמודד איתן בו-זמנית
2. עומס קוגניטיבי	___	**ב.** נוכחות נוסעים שמשפיעה על סגנון הנהיגה

3. השפעה חברתית	___	**ג.** מערכות שמתריעות, מזהות ולעיתים אף בולמות
4. מערכות ממוחשבות ברכב	___	**ד.** הזמן שלוקח לנהג/ת להגיב לאירוע בדרך

9 חלק ט' – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – זיהוי פעלי ציווי בשלטי דרך

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. איזו מהמילים הבאה היא פועל ציווי כפי שמופיע בשלטי דרך?

(א) עצור (ב) עצירה (ג) נעצר

2. מהי המטרה התפקודית העיקרית של שימוש בפועל ציווי בשלט כמו "האט"?

(א) לתת הוראה ברורה ומיידית לנהג (ב) לתאר את מצב הכביש בעבר

(ג) לספר סיפור על הדרך

10 חלק י' – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – שימוש ולשון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	פועל ציווי פונה תמיד לנוכח (אתה/את), בלי תלות בזמן הדיבור.	☐	☐
2	השלט "דרך מפותלת" כתוב בלשון ציווי.	☐	☐

11 חלק י"א – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – השלמות

השלימו את המילה החסרה.

1. ה_____ לפני עיקול חד בדרך היורדת לכנרת.

12 חלק י"ב – פרק 3 • לשון ההוראה: שלטים, ציוויים וניסוח בטיחותי – התאמת שלטים למשמעותם

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. עצור	___	**א.** הורדת מהירות לפני סכנה
2. האט	___	**ב.** עצירה מלאה ובדיקת כל הכיוונים
3. תן זכות קדימה	___	**ג.** עיקולים רבים ברצף
4. דרך מפותלת	___	**ד.** מתן מעבר לרכב בדרך הראשית

13 חלק י"ג – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – הבנת הטקסט

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. לפי הטקסט, מה התפיסה המוטעית שרבים מחזיקים בה לגבי המשפט 'אל תספר לאף אחד'?

(א) שהוא תמיד מבטא אהבה אמיתית

(ב) שמי ששומר הוא נאמן ומי שמספר בוגד, בלי קשר לתוכן הסוד

(ג) שהוא מתאים רק למבוגרים

2. איזה מהבאים מופיע בטקסט כסימן שקט אפשרי למצוקה?

(א) צעקות והתפרצויות זעם תכופות

(ב) היעלמות ממפגשים חברתיים ותשובות קצרות בהודעות

(ג) הצטיינות פתאומית בלימודים

14 חלק י"ד – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – נכון או לא נכון והשלמות

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	לפי הטקסט, מצוקה רגשית אצל בני נוער תמיד באה לידי ביטוי בצורה דרמטית וברורה	☐	☐
2	סימן בודד אחד, כמו סטורי עצוב פעם אחת, מספיק כדי להסיק שלחבר יש מצוקה אמיתית	☐	☐

15 חלק ט"ו – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – השלמות והתאמות

השלימו את המילה החסרה.

1. לפי הטקסט, המשפט הראשוני שמוצע לפנייה לחבר הוא: 'שמתי לב שאתה קצת _____ לאחרונה'

2. הטקסט קובע כי נאמנות איננה שתיקה, אלא _____ לטובתו של האחר

16 חלק ט"ז – פרק 4 • ניווט רגשי: נאמנות, סודות וזיהוי מצוקה בשקט – התאמה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. פנייה נכונה לחבר	___	**א.** שומר על פרטיות ואינו מסכן את בעליו
2. סוד שמגן	___	**ב.** דרך לוודא שהחבר לא נשאר לבד
3. סוד שמבודד	___	**ג.** בפרטיות, בטון רגוע, בלי חקירה
4. שיתוף מבוגר במצוקה מתמשכת	___	**ד.** נושא עליו עומס שמחמיר ללא עזרה

17 חלק י"ז – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – הבנת המושג דילמה

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. איך מגדירים בטקסט את המושג "דילמה"?

א) מצב שבו אין שום פתרון אפשרי

ב) מצב שבו הבחירה הטובה לטווח הקצר עלולה להזיק לטווח הארוך

ג) מצב שבו שני הצדדים תמיד צודקים

2. בתרחיש הנסיעה לטבריה, מתי בדיוק מקבלת הנהגת הודעות בטלפון?

א) לפני היציאה מעפולה ב) בקטע ישר וארוך

ג) בדיוק בירידה התלולה אל טבריה

3. מה ההצעה הנכונה שמציע נוסע/ת כשהנהג/ת מוסח/ת מהטלפון?

א) להתעלם ולשתוק ב) לצעוק עליו/ה להתרכז

ג) להציע לקרוא ולענות על ההודעות במקומו/ה

18 חלק י"ח – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – יישום והשוואה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. טלפון מצלצל בירידה התלולה	___	**א.** משתפים מבוגר/ת מתוך דאגה אמיתית
2. חבר/ה מבקש/ת לשמור סוד על מצוקה מתמשכת	___	**ב.** מחויבות לטובתו של האחר, לא שתיקה
3. בחירה טובה לטווח קצר שמזיקה בטווח ארוך	___	**ג.** נוסע/ת מציע/ה לענות במקום הנהג/ת
4. נאמנות אמיתית	___	**ד.** הגדרת דילמה

19 חלק י"ט – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – יישום נוסף

השלימו את המילה החסרה.

1. בתורת המשחקים, דילמה היא מצב שבו הבחירה הטובה לטווח הקצר _____ לטווח הארוך

2. נאמנות איננה שתיקה; היא _____ לטובתו של האחר

20 חלק כ' – פרק 5 • קבלת החלטות ודילמות: מהכביש לחברות – חשיבה משווה

הקיפו את התשובה הנכונה.

כרטיס יציאה

האם אני יכול/ה להסביר מדוע הירידה לטבריה דורשת תכנון הנדסי מיוחד, בהתבסס על הטופוגרפיה?

האם אני מזהה פועל ציווי בשלט ויודע/ת לנסח הוראת בטיחות דומה בעצמי?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀