

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

מהדורה למורה | עולים חדשים

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 עולים חדשים – מילון מילים בראש הדף, משפטים קצרים ושפה פשוטה. אפשר לאפשר מילון אישי ועבודה בזוגות.

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

1. א – עפולה
2. א – כביש 65
3. א – הר תבור

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

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

1. א – דרך, רכב ואדם
2. א – להוציא את המבט מהכביש לשניות
3. א – שלטי אזהרה, מעקות ותאורה

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

1. נכון – הטקסט מציין שזמן התגובה מושפע מעייפות, לחץ, סנוור והסחות דעת.
2. לא נכון – 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. השפעה

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

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

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
- 2. עצור כאן

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

- 1 – ג (עצירה מלאה ובדיקת כל הכיוונים)
- 2 – ד (הורדת מהירות לפני סכנה)
- 3 – א (מתן מעבר לרכב בדרך הראשית)
- 4 – ו (עיקולים רבים ברצף)
- 5 – ב (שמירת מרחק והאטה בירידה)
- 6 – ה (חציה רק במקום המסומן)

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
- 3. לא נכון – הטקסט קובע שנאמנות היא מחויבות לטובת האחר, לא שתיקה

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 – ד (בפרטיות, בטון רגוע, בלי חקירה)
- 2 – ג (שומר על פרטיות ואינו מסכן את בעליו)
- 3 – א (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
- 4. ב – שיתוף מבוגר/ת נחשב לבחירה הנכונה ולא לבגידה

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

- 1 – ה (נוסע/ת מציע/ה לענות במקום הנהג/ת)
- 2 – ג (משתפים מבוגר/ת מתוך דאגה אמיתית)
- 3 – ד (הגדרת דילמה)
- 4 – ב (מחויבות לטובתו של האחר, לא שתיקה)
- 5 – א (עלולה להשאיר את החבר/ה לבד עם בעיה גדולה)

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

- 1. ב – בשתיהן יש פיתוי לבחור בפתרון הקל, שעלול לפגוע לטווח ארוך

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 · עולים חדשים

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 עולים חדשים

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

בחוברת הזאת לומדים על בטיחות בדרכים ועל חוסן רגשי. קוראים טקסטים ועונים על שאלות. עובדים לפי הסדר, פרק אחרי פרק.

📖 מילון קטן:

מערכת בטיחות	שילוב של דרך, רכב ואדם שמשפיעים יחד על רמת הסיכון בנסיעה
זמן תגובה	הזמן שלוקח לנהג/ת להגיב למצב בכביש, מושפע מעייפות והסחות דעת
עומס קוגניטיבי	כמות המידע והגירויים שמעסיקים את תשומת הלב בזמן נהיגה
פועל ציווי	צורת פועל המשמשת למתן הוראה, למשל: עצור, האט, סע
נאמנות	מחויבות לטובתו של האחר, לא בהכרח שתיקה מוחלטת
דילמה	מצב שבו הבחירה הטובה לטווח קצר עלולה להזיק לטווח ארוך
דפוס מתמשך	הצטברות סימנים לאורך זמן, בניגוד לאירוע חד-פעמי
גורם מגן / גורם מסיח	נוסע שמפחית סיכון בדרך לעומת נוסע שמגביר אותו
בקע הכנרת	שקע טופוגרפי עמוק שבו שוכנת הכנרת, מתחת לפני הים
נאמן/ת חוסן	גורם בבית הספר שאפשר לפנות אליו כשקשה

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 ד) טבריה

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

א) כביש 65 ב) כביש 75 ג) כביש 77 ד) כביש 90

3. איזה הר בולט לאורך כביש 65 בדרך לטבריה?

א) הר תבור ב) הר הכרמל ג) הר גלבוע ד) הר מירון

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. במחלף גולני המסלול שיצא מעפולה עובר מכביש 65 לכביש _____ .

2. מחלף 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 75
2. יציאה מחיפה עד צומת ישי	___	**ב.** כביש 90
3. מעבר מזרחה ממחלף גולני	___	**ג.** כביש 65
4. הדרך לאורך הכנרת בטבריה	___	**ד.** כביש 77

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

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מהם שלושת הרכיבים של מערכת הבטיחות?

(א) דרך, רכב ואדם (ב) נהג, משטרה וחוק (ג) כביש, רמזור ותמרור (ד) מהירות, זמן ומרחק

2. מה קורה לנהג/ת כשמגיעה הודעה לטלפון?

(א) להוציא את המבט מהכביש לשניות (ב) לשפר את הריכוז בנהיגה (ג) להאיץ את מהירות הנסיעה
(ד) לעצור את הרכב מיד

3. אילו פתרונות ברוב בונים מהנדסים בקטעים מסוכנים?

(א) שלטי אזהרה, מעקות ותאורה (ב) הגבלת מהירות בלבד (ג) סגירת הכביש לתנועה
(ד) רמזורים בלבד

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.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
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.** נוכחות נוסעים שמשפיעה על סגנון הנהיגה
2. עומס קוגניטיבי	___	**ב.** הזמן שלוקח לנהג/ת להגיב לאירוע בדרך
3. השפעה חברתית	___	**ג.** מערכות שמתריעות, מזהות ולעיתים אף בולמות
4. מערכות ממוחשבות ברכב	___	**ד.** כמות המשימות המחשביות שהמוח מתמודד איתן בו-זמנית

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

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. איזו מילה היא בלשון ציווי?

א) עצור ב) עצירה ג) נעצר ד) עוצרים

2. למה כותבים "האט" ולא משפט ארוך?

א) לתת הוראה ברורה ומיידית לנהג ב) לתאר את מצב הכביש בעבר ג) לספר סיפור על הדרך

ד) להביע רגש כלפי הנהג

3. "תן" הוא זמן עבר, הווה, עתיד או ציווי?

א) עתיד ב) ציווי ג) עבר ד) הווה

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.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
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.

2. נסחו מחדש בלשון ציווי במקום "צריך לעצור כאן": _____

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.** מתן מעבר לרכב בדרך הראשית
2. האט	___	**ב.** שמירת מרחק והאטה בירידה
3. תן זכות קדימה	___	**ג.** עצירה מלאה ובדיקת כל הכיוונים
4. דרך מפותלת	___	**ד.** הורדת מהירות לפני סכנה
5. ירידה תלולה	___	**ה.** חציה רק במקום המסומן
6. מעבר חציה	___	**ו.** עיקולים רבים ברצף

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

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה חושבים בטעות על '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 (ד) שהוא תקף רק בין בני משפחה

2. מה נחשב סימן שקט למצוקה?

(א) צעקות והתפרצויות זעם תכופות (ב) היעלמות ממפגשים חברתיים ותשובות קצרות בהודעות

(ג) הצטיינות פתאומית בלימודים (ד) בקשה גלויה לעזרה מהמורה

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	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	סימן בודד אחד, כמו סטורי עצוב פעם אחת, מספיק כדי להסיק שלחבר יש מצוקה אמיתית	☐	☐
3	לפי הטקסט, נאמנות אמיתית היא שתיקה מוחלטת בכל מצב	☐	☐

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

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

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה המשמעות של המילה דילמה כפי שהוסבר בטקסט?

(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 (ד) ויכוח בין שני חברים על דעה

2. מתי מצלצל הטלפון של הנהגת בסיפור?

(א) לפני היציאה מעפולה (ב) בקטע ישר וארוך (ג) בדיוק בירידה התלולה אל טבריה

(ד) אחרי שהגיעו ליעד

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

(ד) לקחת ממנו/ה את הטלפון בכוח

4. מה קורה כשסוד שחבר/ה ביקש לשמור הופך לסוד מדאיג על מצוקה מתמשכת?

(א) תמיד צריך לשמור עליו בכל מחיר (ב) שיתוף מבוגר/ת נחשב לבחירה הנכונה ולא לבגידה

(ג) עדיף להתעלם ולחכות שיעבור (ד) צריך לספר לכל הכיתה

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.** עלולה להשאיר את החבר/ה לבד עם בעיה גדולה
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.** משתפים מבוגר/ת מתוך דאגה אמיתית
4. נאמנות אמיתית	___	**ד.** הגדרת דילמה
5. שמירה על אמון בטווח המיידי	___	**ה.** נוסע/ת מציע/ה לענות במקום הנהג/ת

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.

1. מה משותף לדילמה בכביש (הטלפון) ולדילמה החברתית (הסוד המדאיג)?

(א) בשתיהן אין שום סיכון אמיתי (ב) בשתיהן יש פיתוי לבחור בפתרון הקל, שעלול לפגוע לטווח ארוך

(ג) בשתיהן הפתרון הוא תמיד לשתוק (ד) בשתיהן מדובר רק בילדים קטנים

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?

האם אני יודע/ת להבחין בין שמירת סוד לגיטימית לבין מצב שבו צריך לשתף מבוגר/ת, ולנמק זאת?

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀