מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את עולמות התוכן המרכזיים של קלפי השיח ולתרגל שיח כיתתי מכבד סביבם
- לתרגל ניסוח תשובות אישיות לדילמות ולשאלות פתוחות בצורה בוגרת ומנומקת
- לחזק מיומנות הקשבה, כבוד לדעה אחרת והזכות לומר 'עובר'
- לחבר בין נושאי הקלפים לחיים האישיים והחברתיים של התלמידים

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 • היכרות, רגשות וחברות – מה כוללות החפיסות

1. נכון – זו אכן מטרת החפיסה - פתיחה והיכרות הדדית
2. נכון – זהו הנושא המרכזי שסביבו בנויה החפיסה
3. לא נכון – החפיסה עוסקת גם בשייכות לקבוצה, לחץ חברתי ובמה עושים כשמישהו נשאר בחוץ

חלק ב' – פרק 1 • היכרות, רגשות וחברות – זיהוי רגשות במצבים יומיומיים

1 – ג (שמחה וגאווה)
2 – א (דאגה ופגיעה)
3 – ב (התרגשות וחשש)

חלק ג' – פרק 1 • היכרות, רגשות וחברות – חשיבה אישית על שייכות וחברות

1. תשובה אישית המתארת מצב קונקרטי וגורם לתחושת השייכות, כגון הזמנה להשתתף או תמיכה מחברים

חלק ד' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – הבנה בסיסית

1. א – לתרגל זיהוי גבולות אישיים ואמירת/קבלת "לא" בכבוד
2. א – השני/ה עוצר/ת ביד מורמת כשמרגיש/ה שזה מספיק
3. א – לייקים והשפעתם על מצב הרוח

חלק ה' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – תרגול והבנה

1. לא נכון – התרגיל מראה שלכל אחד/ת גבול אישי שונה, ולכן המרחק יכול להיות שונה אצל כל אחד.
2. נכון – כך מתואר התרגיל: מסכים מאוד עד לא מסכים בכלל.
3. נכון – החפיסה מתייחסת גם לגבולות ברשת, לא רק פנים אל פנים.

חלק ו' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – השלמות והתאמות

1. מספיק
2. מושלמת

חלק ז' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – התאמת מושגים

1 – ג (המרחק או ההתנהגות שאדם מרגיש בנוח איתם)
2 – א (אישור ברור מהצד השני לפני פעולה כמו צילום)
3 – ב (שמירה על מידע אישי מפני חשיפה מיותרת)

חלק ח' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – היכרות והבנה

1. א – כסף שנמצא, העתקה והדרה
2. א – עומדים על קו דמיוני לפי מידת ההסכמה עם דילמה
3. א – יושר, אחריות ונדיבות

חלק ט' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – השלמת משפטים

1. 100
2. 100

חלק י' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – חשיבה ויישום

1. למשל: תכנון זמן, הפסקות קצרות, שינה מספקת

חלק י"א – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – זיהוי והיכרות עם הנושאים

1. ב – 34
2. ג – בחירת מגמה לתיכון

חלק י"ב – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – עובדות והבנה

1. נכון – כך מצוין במטרת השימוש בחפיסה
2. לא נכון – בכל חפיסה יש תמיד זכות לומר 'עובר'

חלק י"ג – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – השלמות

1. דחיינות

חלק י"ד – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – התאמת מושגים

1. ג – 1 (דחיית משימה למועד מאוחר יותר)
2. ד – 2 (החלטה מה חשוב לעשות קודם)
3. ב – 3 (זמן להתאוששות ולהטענת כוחות)
4. א – 4 (הפקת לקח מכישלון כדי להשתפר)

חלק ט"ו – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – מה יש בחפיסות?

1. א – עבודה, לימודים ושירות צבאי או אזרחי
2. ג – זהות ועתיד
3. ג – שלוש מילים

חלק ט"ז – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – התאמת נושאים

1. ג – 1 (בחירת מגמה)
2. ד – 2 (מקצוע עתידי)
3. ב – 3 (צבאי או אזרחי-לאומי)
4. א – 4 (חוזקות שרוצים לפתח)

חלק י"ז – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – חשיבה אישית

1. תשובה אישית המתייחסת לתכנון, שיחה עם מבוגר/ת, או קבלה שאי-ודאות היא טבעית

חלק י"ח – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – הכרות עם החפיסות

1. א – זיכרון, גבורה יומיומית, ערכים ותודה
2. א – נר במעגל

חלק י"ט – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – הבנה והתאמה

1. נכון – בשני העמודים מודגש שמזכירים את חוקי השיח והזכות לומר 'עובר'
2. לא נכון – החפיסה מלווה את התלמידים לפני המסע, במהלכו ואחריו, כולל מפגש הסיכום

חלק כ' – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – תרגול ממוקד

1. זיכרון
2. תמיכה

כרטיס יציאה – מה לחפש

- תשובה שמזכירה דילמה קונקרטית מהתכנים וערך מנחה ברור, עם הסבר קצר לבחירה
- הגדרה ברורה של גבול אישי ונוסח מכבד ולא תוקפני לתקשורת שלו
- רפלקציה אישית אמיתית המראה חיבור בין הנושא לחוויה או מחשבה של התלמיד/ה

טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח כל שיעור בפרק אחד מהחוברת ולסיים בדיון קצר במליאה, כפי שמוצע במערכי השיעור המקוריים
- תמיד להזכיר את הזכות לומר 'עובר' ולשמור על מרחב בטוח, במיוחד בפרקים הרגישים כמו זיכרון וגבולות
- ניתן להתאים את העומק: בכיתות צעירות יותר לקצר שאלות, ובכיתות בוגרות להוסיף דיון ערכי מעמיק יותר
- מומלץ לשלב עבודה בזוגות ובמליאה לסירוגין כדי לאפשר גם שיתוף אישי וגם למידה מהקבוצה

חוברת תרגול – קלפי שיח לבני נוער

💬 קלפי שיח לבני נוער

תיכון · חנ״מ

תוכן החוברת

1. פרק 1 – היכרות, רגשות וחברות
2. פרק 2 – גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי
3. פרק 3 – דילמות, ערכים וחוסן
4. פרק 4 – ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים
5. פרק 5 – זהות, חלומות והעתיד
6. פרק 6 – זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע

שם: _____ כיתה: _____

יצרה: רוית ראש בן ישי

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

בחוברת הזו תמצאו משימות כתיבה ושיח שמבוססות על נושאי קלפי השיח השונים. אפשר לעבוד לבד, בזוגות או כהכנה לדיון בכיתה. זכרו: אין תשובה אחת נכונה, והמטרה היא לחשוב ולהיות כנים עם עצמכם.

בנק מילים: 100 · תמיכה · מושלמת · 100 · זיכרון · דחיינות · מספיק

1 חלק א' – פרק 1 • היכרות, רגשות וחברות – מה כוללות החפיסות

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	חפיסת 'מי אני' מיועדת בעיקר להיכרות ראשונית ולשבירת קרח בין בני נוער	☐	☐
2	קלפי 'רגשות' מבוססים על שאלות בסגנון 'מה אני מרגיש/ה כש...'	☐	☐
3	חפיסת 'חברות ושייכות' עוסקת רק בחברות קרובה ולא בהדרה או בלחץ חברתי	☐	☐

2 חלק ב' – פרק 1 • היכרות, רגשות וחברות – זיהוי רגשות במצבים יומיומיים

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

1. קיבלתי ציון טוב במבחן שלמדתי עליו קשה	___	**א.** דאגה ופגיעה
2. חבר טוב לא ענה להודעות שלי כל היום	___	**ב.** התרגשות וחשש

3. עמדתי לדבר מול כל הכיתה בפתאומיות	___	**ג.** שמחה וגאווה

3 חלק ג' – פרק 1 • היכרות, רגשות וחברות – חשיבה אישית על שייכות וחברות

ענו בקצרה.

1. תארו מצב שבו הרגשתם שייכים לקבוצה. מה גרם לתחושה הזו?

4 חלק ד' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – הבנה בסיסית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה המטרה המרכזית של חפיסת "גבולות, כבוד והסכמה"?

(א) לתרגל זיהוי גבולות אישיים ואמירת/קבלת "לא" בכבוד

(ב) ללמד כללי תנועה בטוחים (ג) לתרגל פתרון תרגילים במתמטיקה

2. בתרגיל "קרוב-רחוק", מה קורה כש אחד/ת מהזוג מתקרב/ת לשני/ה?

(א) השני/ה עוצר/ת ביד מורמת כשמרגיש/ה שזה מספיק (ב) שניהם רצים במקביל

(ג) מחליפים תפקידים מיד בלי לעצור

3. מה אחד הנושאים המרכזיים שעולים בחפיסה הדיגיטלית?

(א) לייקים והשפעתם על מצב הרוח (ב) מבחני בגרות בהיסטוריה

(ג) כללי משחק כדורסל

5 חלק ה' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – תרגול והבנה

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	בתרגיל קרוב-רחוק, שני בני הזוג תמיד מרגישים בנוח באותו מרחק בדיוק.	☐	☐
2	בתרגיל "מתחו קו" בחפיסה הדיגיטלית, התלמידים נעמדים על קו דמיוני לפי מידת ההסכמה שלהם עם היגדים על הרגלי מסך.	☐	☐
3	חפיסת גבולות, כבוד והסכמה עוסקת גם בהסכמה סביב צילום ושיתוף ברשת.	☐	☐

6 חלק ו' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – השלמות והתאמות

השלימו את המילה החסרה.

1. בתרגיל קרוב-רחוק, בן/בת הזוג עוצר/ת ביד מורמת ברגע שמרגיש/ה שזה _____.

2. בחפיסה הדיגיטלית נשאלת השאלה כמה מופיע מי שאנחנו באמת, וכמה זו הגרסה ה _____.

7 חלק ז' – פרק 2 • גבולות, הסכמה והעולם הדיגיטלי – התאמת מושגים

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

1. גבול אישי	___	**א.** אישור ברור מהצד השני לפני פעולה כמו צילום

2. הסכמה	___	**ב.** שמירה על מידע אישי מפני חשיפה מיותרת
3. פרטיות ברשת	___	**ג.** המרחק או ההתנהגות שאדם מרגיש בנוח איתם

8 חלק ח' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – היכרות והבנה

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. החפיסה "דילמות" מציגה מצבים כמו...

א) כסף שנמצא, העתקה והדרה ב) מתכוני בישול ג) כללי כדורסל

2. בפעילות הפתיחה "קו הדעות", התלמידים...

א) עומדים על קו דמיוני לפי מידת ההסכמה עם דילמה ב) משחקים כדורגל

ג) כותבים שיר

3. בחפיסת "ערכים ומה חשוב לי", דוגמאות לערכים הן...

א) יושר, אחריות ונדיבות ב) מתכונים וכללי משחק ג) תאריכים היסטוריים

9 חלק ט' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – השלמת משפטים

השלימו את המילה החסרה.

1. בדילמה שפותח בה המורה, השאלה היא מה היית עושה אם מצאת _____ שקלים במסדרון ריק.

2. בפעילות "מכירת ערכים" כל תלמיד/ה מקבל _____ נקודות דמיוניות לקנייה.

10 חלק י' – פרק 3 • דילמות, ערכים וחוסן – חשיבה ויישום

ענו בקצרה.

1. כתבו דוגמה אחת לצעד קטן שיכול לעזור להתמודד עם לחץ לפני מבחן.

_____

_____

_____

11 חלק י״א – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – זיהוי והיכרות עם הנושאים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. כמה קלפים כוללת חפיסת 'ניהול זמן ולחץ לימודים' בגרסת חט״ע?

א) 28 ב) 34 ג) 36

2. איזה נושא אינו מופיע בחפיסת ניהול זמן ולחץ לימודים?

א) דחיינות ב) סדרי עדיפויות ג) בחירת מגמה לתיכון

12 חלק י״ב – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – עובדות והבנה

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	החפיסה מתאימה לשימוש בתחילת תקופת מבחנים או לפני הגשות גדולות	☐	☐
2	בכל חפיסות הקלפים אין אפשרות לדלג על שאלה שלא נעים לענות עליה	☐	☐

13 חלק י״ג – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – השלמות

השלימו את המילה החסרה.

1. דחיית ביצוע משימה למועד מאוחר יותר למרות הידיעה שצריך לעשות אותה נקראת _____

14 חלק י"ד – פרק 4 • ניהול זמן, כישלון ולחץ לימודים – התאמת מושגים

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

1. דחיינות	___	**א.** הפקת לקח מכישלון כדי להשתפר
2. סדרי עדיפויות	___	**ב.** זמן להתאוששות ולהטענת כוחות
3. מנוחה	___	**ג.** דחיית משימה למועד מאוחר יותר
4. למידה מטעויות	___	**ד.** החלטה מה חשוב לעשות קודם

15 חלק ט"ו – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – מה יש בחפיסות?

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. באיזה נושא עוסקת חפיסת 'העתיד'?

(א) עבודה, לימודים ושירות צבאי או אזרחי (ב) מתכוני בישול

(ג) כללי משחק כדורגל

2. לאיזו קבוצת חפיסות משתייכת חפיסת 'חלומות ומטרות'?

(א) דיגיטלי ומסכים (ב) חברות וקשרים (ג) זהות ועתיד

3. כמה מילים כותב כל תלמיד/ה בתרגיל 'מכונת הזמן' כדי לתאר את עצמו/ה בעוד עשר שנים?

(א) מילה אחת (ב) שתי מילים (ג) שלוש מילים

16 חלק ט"ז – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – התאמת נושאים

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

1. לימודים	___	**א.** חוזקות שרוצים לפתח
2. עבודה	___	**ב.** צבאי או אזרחי-לאומי

3. שירות	___	**ג.** בחירת מגמה
4. כישורים	___	**ד.** מקצוע עתידי

17 חלק י"ז – פרק 5 • זהות, חלומות והעתיד – חשיבה אישית

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. מה לדעתכם יכול לעזור להתמודד עם אי-ודאות לגבי העתיד בלי להילחץ?

18 חלק י"ח – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – הכרות עם החפיסות

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. חפיסת 'זיכרון, גבורה ותודה' עוסקת בעיקר ב...

(א) זיכרון, גבורה יומיומית, ערכים ותודה (ב) תחרויות ספורט בין כיתות

(ג) מתכוני בישול למסיבת כיתה

2. פעילות הפתיחה בשיעור על חפיסת הזיכרון והגבורה נקראת...

(א) נר במעגל (ב) קו הדעות (ג) מזוודה רגשית

19 חלק י"ט – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – הבנה והתאמה

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	בשתי החפיסות, לכל תלמיד ותלמידה יש זכות מלאה לומר 'עובר' ולא לענות על קלף	☐	☐
2	חפיסת 'הכנה רגשית למסע' מיועדת רק למפגש שלפני היציאה למסע, ולא למהלכו או לאחריו	☐	☐

20 חלק כ' – פרק 6 • זיכרון, גבורה והכנה רגשית למסע – תרגול ממוקד

השלימו את המילה החסרה.

1. בפעילות 'נר במעגל', כל תלמיד או תלמידה אומרים מילה אחת שעולה להם כששומעים את המילה _____

2. במערך השיעור על הכנה למסע, התלמידים בונים יחד 'ערכת _____' – כלים ואנשים שאפשר לפנות אליהם כשקשה

כרטיס יציאה

תן/י דוגמה לדילמה שדיברנו עליה והסבר/י איזה ערך הדריך את ההחלטה שלך

_____

_____

איזה גבול אישי חשוב לך, ואיך היית מתקשר/ת אותו למישהו בכבוד?

_____

_____

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀