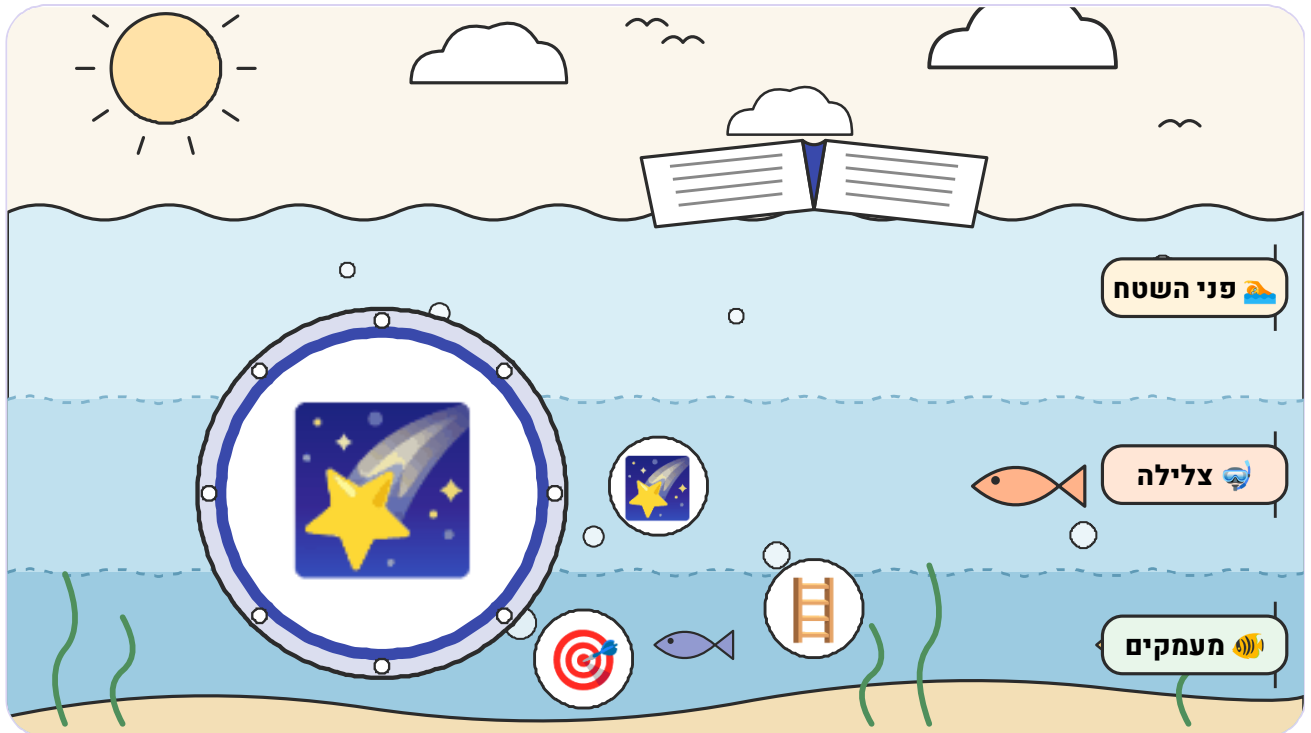




חוברת תלמיד • קריאה והבנה • חנ"מ (אותיות גדולות ותמונות)

# חולמים קדימה: חלומות, מטרות וצעדים קטנים

מחלום לתוכנית – אופטימיות ריאלית, תקווה והתמדה – צוללים בשלבים: מתחילים על פני המים ויורדים לעומק.



תאריך:

כיתה:

שם:

## טקסט ושאלות

- 9 ..... הטקסט: נוי והאופניים
- 10 ..... חלק א' – שחייה על פני השטח
- 11 ..... חלק ב' – צלילה
- 13 ..... חלק ג' – מעמקים
- 15 ..... בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה
- 2 ..... מהדורה למורה ומפתח תשובות

## כלים לקריאה

- 5 ..... דף האסטרטגיות
- 6 ..... מפת הצלילה
- 7 ..... סימניות לגזירה
- 8 ..... 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.

חנ"מ

עובד גם בשחורלבן

ניסוח לבנים ולבנות

להדפסה





מהדורה למורה

## מהדורה למורה – מערך ומפתח תשובות

מהדורה למורה – חנ"מ. 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

- התלמידים והתלמידות יבחינו בין חלום, מטרה ותוכנית, ויתרגמו חלום למטרה ממוקדת, לצעדים קטנים, למסגרת זמן ולאנשים שיכולים לעזור.
- התלמידים והתלמידות יאתרו מידע, יסיקו מסקנות ויזהו מבנה טקסט, קשרים לוגיים, שורשים ומשלב לשון בטקסט סיפורי, מידעי וטיעוני.
- התלמידים והתלמידות יכירו אופטימיות ריאלית, תקווה (רצון + דרכים) ואת הכוח של המילה "עוד", ויבטאו עמדה מנומקת וחיבור אישי לחלום שלהם.

### גרסה קצרה – 10 דקות

מציגים בשתי דקות את ההבדל בין חלום, מטרה ותוכנית, וקוראים יחד את הטקסט ברמה המתאימה. משחקים צעד אחד מתוך משחק המסלול. מסיימים בכרטיס יציאה: "אני עוד לא...", אבל הצעד הקטן הבא שלי הוא "...".

### שאלת פתיחה לכיתה

חשבו על משהו שפעם לא ידעתם לעשות ועכשיו אתם יודעים, למשל לרכוב על אופניים, לשחות או להכין חביתה. מה היה הצעד הראשון? ומי עזר לכם בדרך?





מהדורה למורה

## מהדורה למורה – מערך ומפתח תשובות (המשך)

### חוסן בדרך לחלום: גש"ר מאח"ד • עש"ן ד"ק • מעש"ה

עש"ן ד"ק עוזר ברגע של אכזבה, כשהבמה נופלת או כשהסרטון לא מצליח: עוצרים, מכווצים ומשחררים שרירים, נושמים לאט, אומרים לעצמנו "אני עוד לא שם, אבל אני בדרך" – ורק אז בוחרים צעד קדימה. גש"ר מאח"ד מציג שישה ערוצים להמשיך לעבר החלום: גוף (תרגול), שכל (תוכנית), רגש (לקרוא לפחד בשם), אמונה ("אני יכול/ה להשיג"), חברה (אנשים שעוזרים) ודמיון (לדמיין את הצעד הבא). מעש"ה מכוון אותנו כשחבר או חברה מספרים שהתוכנית שלהם התפרקה: מחויבות ("אני כאן איתך"), עידוד לפעולה (צעד קטן אחד), שאלות ("מה קרה? מה עוזר לך?") והבניית רצף (מה קרה, מה עכשיו ומה הלאה). החלום נתקע או שמשהו לא הצליח? עצרו עם עש"ן ד"ק: עוצרים, מכווצים ומשחררים אגרופים, נושמים לאט, אומרים לעצמנו "אני עוד לא שם, אבל אני בדרך" – וקדימה, לצעד קטן אחד לקראת החלום.

### מערך שיעור – 45 דקות

| דקות | שלב               | מה קורה                                                                                                                                       |
|------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5    | פתיחה וחימום      | שאלת הפתיחה: משהו שפעם לא ידעתם לעשות ועכשיו אתם יודעים. מה היה הצעד הראשון ומי עזר? מציגים את שקופית הפתיחה ואת שלושת עומקי הצלילה.          |
| 8    | מושגי יסוד        | שקופיות חלום-מטרה-תוכנית, שתי רגליים של תקווה (רצון + דרכים) ושלושה זוגות משקפיים: אופטימיות נאיבית, פסימיות ואופטימיות ריאלית.               |
| 12   | קריאה וצלילה      | כל קבוצה קוראת את הטקסט ברמה המתאימה לה ועונה על שאלות פני המים והצלילה: איתור, סימון משפט, מיון ואוצר מילים. ברמת חט"ב עוצרים בתחנת העצירה.  |
| 8    | משחק מסלול        | משחקים בזוגות את משחק "בחרו מסלול" ומשווים בחירות. מדגישים את עש"ן ד"ק ברגע האכזבה: עצור, שרירים, נשימה, דיבור עצמי ("אני עוד לא שם") וקדימה. |
| 7    | המעמקים ומעגל שיח | כתיבה קצרה (השאלה הפתוחה), ואחריה שתיים מארבע שאלות הדיון. מקשרים לערוצי גש"ר מאח"ד שעוזרים להמשיך לעבר חלום.                                 |
| 5    | כרטיס יציאה       | כל תלמיד ותלמידה ממלאים כרטיס יציאה אחד: חלום, מטרה וצעד קטן, או משפט עם המילה "עוד".                                                         |





מהדורה למורה

## מהדורה למורה – מערך ומפתח תשובות (המשך)

### טיפים להנחיה 💡

- אל תבקשו לשתף חלומות בקול רם. מי שרוצה משתף/ת, ומי שלא רוצה כותב/ת לעצמו/ה. חלום הוא דבר אישי, וחשוב לכבד גם חלומות "קטנים" או לא שגורתיים.
- כשתלמיד/ה מספר/ת על כישלון, החזירו את השיחה לשפת ה"עוד" ולצעד הבא: "מה למדת מזה?", "מי יכול לעזור?". הימנעו משיפוט ומהשוואות בין תלמידים.
- זהו מרחב בטוח של תמיכה ולא טיפול. אם עולה מצוקה, ייאוש מתמשך או דאגה לשלומה/ה של תלמיד/ה, פנו ליועצת. אפשר גם להזכיר לתלמידים שהם יכולים לפנות ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

### הכוונה לשאלה הפתוחה – חנ"מ 📝

מקבלים כל תשובה שמתארת חלום קטן וצעד קטן, בעזרת ציפ, ציור או הצבעה. מחזקים את התלמיד/ה על הבחירה ושואלים: "מי יכול לעזור לך?"

🔑 מפתח תשובות למורה – 🧩 חנ"מ. שאלות פתוחות: תשובות אישיות. מחפשים תשובה שנשענת על הטקסט, מנומקת ומנוסחת במשפטים שלמים.

| שאלה | תשובה                                                                          |
|------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | אופניים 🚲                                                                      |
| 2    | אבא 🧑                                                                          |
| 3    | שמחה 😊                                                                         |
| 4    | 1. נכון   2. לא נכון   3. נכון                                                 |
| 7    | להתאמן 🦶 ← עוזר; לבקש עזרה 🙋 ← עוזר; לווטר 🍷 ← לא עוזר; לא עוזר 🙅 ← לא לנסות 🙄 |
| 8    | 1-ב, 2-ד, 3-א, 4-ג                                                             |





כלים לקריאה

## דף האסטרטגיות: איך קוראים לעומק?

| לפני                                                                                                                      | בזמן                                                                                                                      | אחרי                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><b>מסתכלים</b><br>מה רואים בתמונה? | <br><b>קוראים לאט</b><br>שורה ועוד שורה. | <br><b>מספרים</b><br>מה קרה?          |
| <br><b>חושבים</b><br>על מה הסיפור?     | <br><b>מסמנים</b><br>מילה קשה – עיגול.   | <br><b>מרגישים</b><br>מה אני מרגיש/ה? |

**מקרא סימונים בעיפרון**

|                                                                                                 |                                                                                                 |                                                                                               |                                                                                                  |                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>מתחבר אליי | <br>מפתיע אותי | <br>לא הבנתי | <br>משפט חשוב | <br>מילה לא מוכרת |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**רשימת בדיקה לקורא/ת** 

|                                            |                          |
|--------------------------------------------|--------------------------|
| קראתי את הכותרת ושאלתי את עצמי על מה הטקסט | <input type="checkbox"/> |
| קראתי את כל הטקסט עד הסוף                  | <input type="checkbox"/> |
| סימנתי מילה שלא הבנתי                      | <input type="checkbox"/> |
| קראתי שוב את מה שלא היה ברור               | <input type="checkbox"/> |

**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 קצר עם תמונות

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 |
|------|------------------------|-----------|
|      | חלום: משהו שרוצים מאוד |           |
|      | צעד קטן: עושים קצת     |           |
|      | מתאמנת: עושה שוב ושוב  |           |
|      | עוד: עוד לא, אבל בקרוב |           |





כלים לקריאה

## סימניות לגזירה

גזרו לאורך הקו המקווקו ✂

### המעמקים

אני

- מה אני חושב/ת? 🧡 •
- מה אני מצייר/ת? 🎨 •

השאלה שלי: 🗣

---

---

---

---

---

---

---

---

חולמים קדימה: חלומות, מטרות  
וצעדים קטנים  
חנ"מ 🌱

### צלילה

חושבים

- למה? 🤔 •
- מה מרגישים? 😊 •

השאלה שלי: 🗣

---

---

---

---

---

---

---

---

חולמים קדימה: חלומות, מטרות  
וצעדים קטנים  
חנ"מ 🌱

### פני המים

מוצאים

- מי? 👤 •
- מה קרה? ❓ •

השאלה שלי: 🗣

---

---

---

---

---

---

---

---

חולמים קדימה: חלומות, מטרות  
וצעדים קטנים  
חנ"מ 🌱





כלים לקריאה

## כרטיסי מילים לקיפול

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

|                        |                                                                                       |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| חלום: משהו שרוצים מאוד |    |
| צעד קטן: עושים קצת     |    |
| מתאמנת: עושה שוב ושוב  |  |
| עוד: עוד לא, אבל בקרוב |  |
| אופניים                |  |
| אבא                    |  |





הטקסט • טקסט קצר עם תמונות

## נוי והאופניים

### לפני הקריאה

סוג הטקסט: טקסט קצר עם תמונות. ✨ מה את/ה רוצה ללמוד לעשות? ספרו לחבר/ה.

### הניחוש שלי:

#### מילון קטן



חלום: משהו שרוצים

מאוד



צעד קטן: עושים קצת



מתאמנת: עושה שוב

ושוב



עוד: עוד לא, אבל בקרוב

#### הערות שלי

1 ✨ לנוי יש חלום: לרכוב על אופניים.

2 🚲 נוי עוד לא רוכבת לבד.

תחנת עצירה: עצרו רגע: מה קרה עד כאן?

מה לדעתכם יקרה עכשיו?

3 🚶 צעד קטן: נוי מתאמנת עם אבא חמש

דקות.

4 😊 נוי אומרת: אני עוד לומדת!





שאלות לפי עומק • חנ"מ

## נוי והאופניים

שם:

### חלק א' - שחייה על פני השטח

מוצאים בטקסט: מה קרה לנוי?



תמונה ומילה

פני המים • כתוב בטקסט

1

מה החלום של נוי? (הקיפו את התמונה הנכונה)



ציור



כדור



אופניים

תמונה ומילה

פני המים • כתוב בטקסט

2

עם מי נוי מתאמנת? (הקיפו את התמונה הנכונה)



סבתא



אבא



כלב

תמונה ומילה

פני המים • כתוב בטקסט

3

איך נוי מרגישה בסוף? (הקיפו את התמונה הנכונה)



שמחה



כועסת



עצובה





שאלות לפי עומק • חנ"מ

## נוי והאופניים (המשך)

בדיקת פרטים

פני המים • כתוב בטקסט

4

נכון או לא נכון? סמנו ✓ בטבלה

| המשפט                        | נכון ✓                   | לא נכון ✗                |
|------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| נוי רוצה לרכוב על אופניים. 🚲 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| נוי מתאמנת עם סבתא. 👵        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| נוי אומרת: אני עוד לומדת! 😊  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

אוצר מילים בהקשר

פני המים • כתוב בטקסט

5

השלימו את המשפטים בעזרת מחסן המילים

כדור

עוד

אבא

מחסן מילים:

1. נוי מתאמנת עם \_\_\_\_\_.

2. נוי אומרת: אני \_\_\_\_\_ לומדת!

חלק ב' - צלילה

חושבים: למה נוי אומרת "עוד"? 🤔

סימון בטקסט

צלילה • בין השורות

6

מסמנים בטקסט

• הקיפו את המילה "עוד" בטקסט.





שאלות לפי עומק • חנ"מ

## נוי והאופניים (המשך)

מיון וארגון

צלילה • בין השורות

7

מיינו: מה עוזר לחלום, ומה לא עוזר? – גזרו והדביקו במקום הנכון

לא עוזר 🙅

עוזר 👍

לוותר 🚪 ✂️

לבקש עזרה 🙋 ✂️

להתאמן 🦶 ✂️

לא לנסות 😞 ✂️

קישור מושגים

צלילה • בין השורות

8

## מתחו קו בין הציור למילה

א. חלום



1. 🚲



ב. אופניים



2. 🧑



ג. שמחה



3. ☀️



ד. אבא



4. 😊





שאלות לפי עומק • חנ"מ

## נוי והאופניים (המשך)

מארגן גרפי

צלילה • בין השורות

9

כתבו או ציירו: החלום שלי והצעד הקטן שלי

| חלום 🌟 | צעד קטן 🦶 |
|--------|-----------|
|        |           |
|        |           |

### חלק ג' - מעמקים

ועכשיו: מה החלום שלך?



העברה למקרה חדש

המעמקים • מעבר לשורות

10

מה דן יכול לעשות? 🦶 לנסות שוב? 🧑 לבקש עזרה?

### מקרה לבחינה: דן והציור 🔍

דן רוצה לצייר כלב. הציור לא יוצא יפה. דן עצוב 😞.

כתיבה ונימוק

המעמקים • מעבר לשורות

11

מה החלום הקטן שלך? מה הצעד הקטן הראשון?

לצייר 🎨

לשחות 🏊

לרכוב 🚲

לבקש עזרה 🧑

לקרוא 📖





שאלות לפי עומק • חנ"מ

## נוי והאופניים (המשך)

שם:

כלי חוסן

המעמקים • מעבר לשורות

12

נוי נופלת 😞. מה עושים? 🙌 עוצרים. 💪 מכווצים ומשחררים ידיים. 🧘 נושמים לאט. 💬 אומרים משפט טוב. 🚲 ממשיכים. כתבו משפט טוב לנוי: \_\_\_\_

ייצוג חזותי

המעמקים • מעבר לשורות

13

ציירו את נוי רוכבת על אופניים 🚲 ואת מי שעוזר לה.





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 לספר מה החלום של נוי.  |
|        |      |        | אני יודע/ת להגיד צעד קטן אחד.     |
|        |      |        | אני יכול/ה להגיד: אני עוד לומד/ת. |



### כרטיס יציאה

חולמים קדימה: חלומות, מטרות וצעדים קטנים • חנ"מ

שם: \_\_\_\_\_

כיתה: \_\_\_\_\_

תאריך: \_\_\_\_\_

1. החלום שלי: \_\_\_\_\_

2. צעד קטן אחד: \_\_\_\_\_

3. מי יכול לעזור לי? \_\_\_\_\_

כמה נהניתי מהטקסט? 1 2 3 4 5





בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה

## בודקים את עצמנו + כרטיס יציאה (המשך)

יצרה: רזית ראש בן ישי

לצלול פנימה • חולמים קדימה: חלומות, מטרות וצעדים קטנים • חוברת תלמיד לחנ"מ

