



**דפי עבודה
לתלמידים
מוגנות**



משרד ראשי: רחוב גבעת שאול 27, גבעת שאול, ירושלים
טלפון: 077-40-50-813 פקס: 153-524-236-122
דוא"ל: c0774050812@gmail.com

מנכ"ל 'שלבים': הרב אילן קוסמן
מנהל 'שלבים' במוגנות: אהרן מלאך
מנהל מקצועי: מוטי זולברג
מחבר החוברת: רובי מילצקי

מורים יקרים!

בחוברת זו הינכם מוזמנים להיעזר בדפי עבודה לתלמידים בנושא 'מוגנות', של תכנית 'שלבים במוגנות'.

החוברת המוגשת בפניכם אמנם ערוכה היטב, אך היא עדיין בשלבי ליטוש, עיבוד והטעמה. החוברת מיועדת למורים אשר בתכנית שלבים במוגנות והעבירו סדנאות. לכן, אנא קראו אותה בעיון לפני חלוקת הדפים, ואם יש איזה משפט או מילה שאינם מתאימים לרמה החינוכית של תלמידים, שיקלו היטב האם לחלק זאת לתלמידים, והשתדלו לדווח לנו על כך. נשמח לקבל כל הארה או הערה, לצורך שיפור העבודות, ולתועלת התלמידים. אנא שלחו תגובות למייל mottizol@gmail.com.

מטרת דפים אלו הינם להטמיע את ערכי המוגנות. בכדי שחומר זה יוטמע, אתם המורים מעבירים כמה וכמה פעמים בשנה סדנאות מותאמות, ודפים אלו יהוו נופך כחלק מהמעטפת.

לנוחיותכם, חילקנו את סדר העבודות לפי נושאים, כאשר כל דף עבודה עוצב גם עם ניקוד וגם ללא ניקוד, ובכוונת מכוון לא רשמנו על כל דף לאיזה גיל הוא שייך, מפני שהדבר תלוי ברמת הכיתה בכלל, וברמת ההשכלה במוגנות בפרט, לכן על כל מורה לעיין בכל הדפים לראות מה הכי מתאים לתלמידיו.

בנוסף, כפי שתוכלו לראות, ישנם דפי עבודה הדומים בתוכנם אך לא בהגשתם, הדבר נעשה כדי לקלוע ככל האפשר לצורת החשיבה של כל מורה. בחרו את ההגשה הרצויה והטובה ביותר עבור תלמידים.

למותר לציין כי החוברת הינה של ארגון שלבים, וחל איסור להעביר דפים ממנה לכל גורם אחר ללא רשות מפורשת.

**בתפילה שלא תצא תקלה תחת ידינו
צוות 'שלבים במוגנות'**

טוב להודות

תודה והערכה לכל העוסקים בתחום הקדוש של מוגנות, שמדבריהם אנו למדים ותובנותיהם שולבו בחוברת זו.

חלק מהחומרים לוקטו ממאות מורים אשר עברו אצלינו הכשרה בתחום המוגנות, ואלו המציאו לנו דפי עבודה ורעיונות נוספים להטמעת ערכי המוגנות בקרב התלמידים.

אנו מכבדים זכויות יוצרים ועושים מאמץ לאתר את בעלי הזכויות בחומרים המגיעים לידנו. אם זיהיתם בפרסומנו חומר אשר יש לכם זכויות בו, אתם רשאים לפנות אלינו ולבקש לחדול מהשימוש.

בנוסף, לאחר עריכה ראשונית, עשרות בעלי מקצוע יקרים מארגונים שונים, חלקם הגדול בעילום שם, נהגו בנו טוב עין והסכימו לעבור על התלקיט ולהעיר ולהאיר לטובת פרויקט חשוב זה.

(לפי א ב)

גב' **נעה אריאל**, מחברת ומפעילת ההצגה "ציפור קטנה צייצה לי סוד"

גב' **אתי ברון**, יועצת חינוכית, מטפלת בפסיכודרמה ומפתחת שיטת "השלט הפנימי"

גב' **זהבה גליקמן**, רכזת קהילה ויו"ר ועדת מוגנות, מבוא חורון

גב' **דבי גרוס**, מנהלת מרכז תה"ל

הרב **שמואל טלר**, מפקח במשרד החינוך, יועץ חינוכי, מדריך ארצי למוגנות 'ידידות טורונטו'

גב' **אילה כי טוב**, פסיכולוגית קלינית

גב' **חני צאמר**, יועצת משפחתית M.A.

צוות שפ"ח בית שמש

גב' **שולמית שרון**, מובילת פרויקטים ויועצת בנושא מוגנות

תוכן העניינים:

כללי המוגנות

שייכות ופרטיות

סודות

רגשות

שיח

אסרטיביות

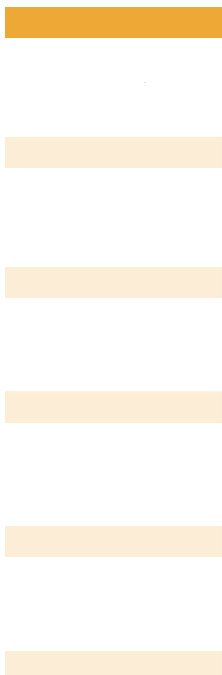
להלן אבני הדרך לשיחה נכונה בנושא מוגנות עם התלמידים:

בסיסי - לגיל הרך והיסודי:

- פתיחה: "ונשמרתם" (סיפור או הצגה).
- זריקת שאלה לתלמידים: עליהם לדעת כי הסכנה יכולה להיות אצל קרובים, (בדרך כלל לא חוטפים ילדים).
- כבדהו וחשדהו: תנו דוגמה מאבטיח/ תפוח/ תמר שיכול להיות יפה מבחוץ ומתולע מבפנים.
- סוד טוב וסוד רע: תרגלו עם הילדים בכל מיני דוגמאות. (סוד טוב = סוד שאמור להתגלות, מלווה בתחושה טובה, וגם המבוגרים ישמחו כשיתגלה. סוד רע ושאינו תקין = סוד שאסור לספר אותו לאף אחד, סוד שאסור לספר אותו אף פעם, כשאומרים לנו שאם נספר אז יהיה רע, מלווה בתחושה שאינה נעימה).
- מגע: יש מגע נעים, ישנו מגע מתאים ויש סוגי מגע שנוגדים את כללי המוגנות: לא נעים, לא מתאים או מבלבל (להדגיש מגע של רופא והורים שזה יוצא דופן).
- לשנן: "מה שמתחת לבגדים, לא נוגעים"!
- 3 ה-ל' – תרגול (לומר לא, לרוץ, לספר).
- 3 ה-F - Fight - לחימה - Frizz - קפאון - Flight – בריחה.
- שייכות. מה שייך לי? ודרך זה להגיע גם לכלל שהגוף שלי הוא רק שלי, וברשותי ולכן אף אחד לא יכול לגעת בי ללא רצוני!
- תמיד לבקש רשות מההורים! (הפוגע מעדיף ילדים שלא מעדכנים).
- צריך עזרה ברחוב? עדיף לבקש מאשה (אמא הינה דאגנית יותר).
- איתור איש אמון 'מבוגר אחראי' שעלינו לסמוך עליו.
- נלמד את מספר הטלפון של ההורים.
- אסמך על תחושות הבטן שלי ועל הרגשות שלי- מרגיש לא בנוח? אין נימוס - פשוט אגיד "לא"! ומיד להגיע ולספר למבוגר אחראי.
- מרחק אישי - תרגול (כמובן שזה תלוי תרבות, קירבה, ובסיטואציות שונות).
- מבקשים ממך עזרה? מבוגר לא מבקש מילד! (אא"כ מבקשים רשות מההורים).
- פיתוח אסרטיביות (עמידה על עקרונות, תחושות ורגשות) – תרגול.
- "מה ששנא עליך לא תעשה לחבריך", אני לא נוגע בחבר בצורה או במקום שאני לא רוצה שיגעו בי.
- פיתוח שיח רגשי, לשלב כמה שיותר מילות רגש בשיח.

למתבגרים - יש להוסיף:

- הכרת הגוף.
- לחץ חברתי - כלים להתמודדות.
- דחיית סיפוקים.
- שיח בנושא קדושה וצניעות.



כללי המוגנות

הקדמה למורה – כללי המוגנות

כדי להטמיע את כללי המוגנות בתלמידים, עלינו לשנן איתם את הכללים בצורות שונות ומעניינות. הטמעת הכללים אפקטיבית יותר כאשר היא נעשית ע"י סיפור או משחק תפקידים. לפיכך השתדלנו להביא לכם גם משחק וגם סיפור ודיון, בנוסף לדפי עבודה.

להלן הכללים:

1. אין לדבר עם אנשים ללא יוצא מן הכלל, אלא רק אחרי קבלת רשות מההורים.
2. אין לעזור גם לאנשים מוכרים - ללא רשות מההורים.
3. אסור בתכלית האיסור להיות במקום שלא רואים אותי, או מקום חשוך או מקום ריק מאנשים.
4. אין להתפשט במקום ציבורי אפילו כחלק מ"משחק", ללא ליווי של מבוגר אחראי.
5. אין לפתוח את דלת הבית ללא שאני מעדכן את ההורים.
6. אסור לאף אחד להכריח אותי לעשות משהו לא מתאים או לא נעים.
7. אין להיכנס למכונית / מעלית / בית / מחסן, עם אנשים אחרים, בלי רשות מההורים, אפילו לרגע אחד.
8. מתחת לבגדים, לא מסתכלים לי, ולא נוגעים!
9. צריך לסרב / לצעוק / לברוח בכל מקרה של חשד לפגיעה בכללי המוגנות שלי.
10. יש לדעת בעל פה את מספר הטלפון של אבא ואמא.
11. מאבא ואמא אין סודות!

השלם את החסר - מהם 'כללי המוגנות' שלי?

שמי: _____

עליך לכתוב את המילים החסרות במשפטים, בהתאם לכללי המוגנות שלמדנו. מתוך אוצר המילים הרשומות למטה במסגרת.

1. אין לדבר עם _____ ללא יוצא מן הכלל, אלא רק אחרי קבלת _____ מההורים.
2. אין לעזור גם לאנשים _____ - ללא רשות מההורים.
3. אסור בתכלית האיסור להיות במקום שלא _____, או מקום חשוך או מקום _____ מאנשים.
4. אין להתפשט במקום _____ אפילו כחלק מ _____, ללא ליווי של מבוגר אחראי.
5. אין לפתוח את _____ ללא שאני _____ את ההורים.
6. אסור לאף אחד _____ אותי לעשות משהו לא _____ או לא נעים.
7. אין להיכנס למכונית / _____ / בית / מחסן, עם _____, בלי רשות מההורים, אפילו לרגע אחד.
8. מתחת _____, לא _____ לי, ולא נוגעים!
9. צריך לסרב / _____ / לברוח בכל מקרה של _____ לפגיעה בכללי המוגנות שלי.
10. יש _____ בעל פה את מספר הטלפון של _____.
11. מאבא ואמא _____!

אין	אנשים	דלת הבית
לדעת	רואים אותי	לבגדים
לצעוק	להכריח	מעדכן
סודות	חשד	ריק
מעלית	רשות	משחק
אנשים אחרים	מוכרים	מתאים
מסתכלים	ציבורי	אבא ואמא

השלים את החסר - מהם 'כללי המוגנות' שלי?

שמי: _____

עליך לכתוב את המלים החסרות במשפטים, בהתאם לכללי המוגנות שלמדנו. מתוך אוצר המלים הרשומות למטה במסגרת.

1. אין לדבר עם _____ ללא יוצא מן הכלל, אלא רק אחרי קבלת _____ מההורים.
2. אין לעזר גם לאנשים _____ - ללא רשות מההורים.
3. אסור בתכלית האסור להיות במקום שלא _____, או מקום חשוף או מקום _____ מאנשים.
4. אין להתפשט במקום _____ אפילו כחלק מ _____, ללא ליווי של מבגר אחראי.
5. אין לפתח את _____ ללא שאני _____ את ההורים.
6. אסור לאף אחד _____ אותי לעשות משהו לא _____ או לא נעים.
7. אין להכנס למכונית / _____ / בית / מחסן, עם _____, בלי רשות מההורים, אפילו לרגע אחד.
8. מתחת _____, לא _____ לי, ולא נוגעים!
9. צריך לסרב / _____ / לברח בכל מקרה של _____ לפגיעה בכללי המוגנות שלי.
10. יש _____ בעל פה את מספר הטלפון של _____.
11. מאבא ואמא _____!

אין	אנשים	דלת הבית
לדעת	רואים אותי	לבגדים
לצעק	להכריח	מעדכן
סודות	חשד	ריק
מעלית	רשות	משחק
אנשים אחרים	מכרים	מתאים
מסתכלים	צבורי	אבא ואמא

דף עבודה 2

תרגול - שלושת ה-ל'

שמי: _____

1. מה הם שלושת ה-ל'?

ל ל ל

2. מה המטרה של כל ל'?

א. ל - המטרה היא:

ב. ל - המטרה היא:

ג. ל - המטרה היא:

3. מה ה-ל' שתמיד נוכל לקיים? _____

דף עבודה 2

תרגול - שלשת ה-ל'

שמי: _____

1. מה הם שלשת ה-ל'?

ל _____ ל _____ ל _____

2. מה המטרה של כל ל'?

א. ל _____ - המטרה היא:

ב. ל _____ - המטרה היא:

ג. ל _____ - המטרה היא:

3. מה ה-ל' שתמיד נוכל לקיים? _____

הקדמה לדף עבודה "יוסי מוגן"

נשנן בכיתה בעיקר את הנושאים הבאים:

1. מצוות "ונשמרתם".
2. תמיד לבקש רשות מההורים.
3. לשנן מספר טלפון של אחד ההורים.
4. **מבוגר לא מבקש עזרה מילד.** [יש לציין, שהמבוגר שמבקש עזרה אינו בהכרח אדם רע, כי כך נהוג בהרבה מקומות, אך אנו כילדים צריכים לדעת שיש לנו כללי התנהגות שאנו חייבים לנהוג על פיהם].

כעת נגיש לתלמידים את הדף המצורף, בו מופיע סיפור על יוסי, ילד בדרכו לתלמוד תורה, ונבדוק האם נהג לפי הכללים והיה מוגן או אולי לא.
נציע לו כיצד היה עליו לנהוג בצורה נכונה כדי להיות מוגן.

תשובות למורה:

1. יוסי נהג נכון כשסירב לעלות לטרמפ שהציע לו השכן.
2. יוסי לא ידע את מספר הטלפון של אבא וזה לא נכון.
3. יוסי טעה כשעזר לזקן, היה עליו לסרב, לעזור לזקן זו באמת מצוה חשובה **אבל מצוה גדולה יותר לשמור על עצמינו מכל נזק.** ומה עם הזקן שזקוק לעזרה? הזקן ימצא אדם גדול שיעזור לו בשמחה.
לא מבקשים עזרה מילד!
[יש לציין, שאותו זקן אינו בהכרח אדם רע, כי כך נהוג בהרבה מקומות, אך אנו כילדים צריכים לדעת שיש לנו כללי התנהגות שאנו חייבים לנהוג על פיהם].

דף עבודה 3

סיפור: יוסי מוגן?

שמי: _____

קרא את הסיפור היטב ולאחר מכן ענה על השאלות, לפי מה שלמדנו.

בכל בוקר יוסי מתארגן, נפרד מאמא ויוצא ללימודים. הוא צועד חמש דקות ברגל עד שמגיע לתלמוד תורה.

היום פגש יוסי את השכן החביב, "בוקר טוב" אמר יוסי, "בוקר טוב" ענה לו השכן, והוסיף: "אתה רוצה להצטרף אלי לרכב? אקפיץ אותך לתלמוד תורה". יוסי מיד נזכר באזהרה של אביו "אין לעלות לרכב של אף אחד ללא רשות מאבא".

"תודה" ענה יוסי, "אבל אני לא יכול להצטרף אליך ללא רשות מאבא".

"אז תתקשר אליו ותבקש רשות" אמר השכן, והגיש לו את הטלפון, "אני לא יודע את המספר שלו בעל פה אז אמשיך ברגל" אמר יוסי ויצא לדרך.

יוסי כמעט הגיע לת"ת והנה הוא רואה את ר' משה, הזקן הנחמד מבית הכנסת מתהלך בכבדות וסוחב שקיות, "בוא חמוד", פנה אליו הזקן, "תעזור לי עם השקיות עד הבית, ואתן לך משהו טעים".

שוב נזכר יוסי באזהרה של אבא "לא מצטרפים לשום אדם ללא רשות" ורצה לסרב לזקן. אבל לרגע עצר וחשב, "זו הרי מצוה גדולה לסייע לקשיש אבא בטח יסכים". הרים יוסי את השקיות וצעד לכיוון ביתו של הזקן.

היכן נהג יוסי לפי כללי המוגנות שלמדנו, והיכן טעה? ומה עשה ר' משה הזקן שלא עומד בכללים?

1. _____

2. _____

3. _____

האם אתה יודע את מספר הטלפון של אבא או אמא ? כתוב אותו כאן :

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

ספור: יוסי מוגן?

שמי: _____

קרא את הספור היטב ולאחר מכן ענה על השאלות, לפי מה שלמדנו.

בכל בוקר יוסי מתארגן, נפרד מאמא ויוצא ללמודים. הוא צועד חמש דקות ברגל עד שמגיע לתלמוד תורה.

היום פגש יוסי את השכן החביב, "בקר טוב" אמר יוסי, "בקר טוב" ענה לו השכן, והוסיף: "אתה רוצה להצטרף אלי לרכב? אקפיץ אותך לתלמוד תורה". יוסי מיד נזכר באזהרה של אביו "אין לעלות לרכב של אף אחד ללא רשות מאמא".

"תודה" ענה יוסי, "אבל אני לא יכול להצטרף אליך ללא רשות מאמא".

"אז תתקשר אליו ותבקש רשות" אמר השכן, והגיש לו את הטלפון, "אני לא יודע את המספר שלו בעל פה אז אמשיך ברגל" אמר יוסי ויצא לדרך.

יוסי כמעט הגיע לת"ת והנה הוא רואה את ר' משה, הזקן הנחמד מבית הכנסת מתהלך בכבדות וסוחר שקיות, "בוא חמוד", פנה אליו הזקן, "תעזור לי עם השקיות עד הבית, ואתן לך משהו טעים".

שוב נזכר יוסי באזהרה של אבא "לא מצטרפים לשום אדם ללא רשות" ורצה לסרב לזקן. אבל לרגע עצר וחשב, "זו הרי מצוה גדולה לסייע לקשיש אבא בטח יסכים". הרים יוסי את השקיות וצעד לכיוון ביתו של הזקן.

היכן נהג יוסי לפי כללי המוגנות שלמדנו, והיכן טעה? ומה עשה ר' משה הזקן שלא עומד בכללים?

4. _____

5. _____

6. _____

האם אתה יודע את מספר הטלפון של אבא או אמא? כתב אותו כאן:

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

משחק להטמעת כללי המוגנות

רציונל: המושג 'ביתי הוא מבצרי' מקבל משמעות גדולה יותר כשמדובר בגופי. עלינו לשנן את הקווים האדומים שלנו ולדעת להתנגד בכח לכל ניסיון חדירה לא תקין לפרטיותנו. הן בשיח, הן במגע, והן ברגשות. המשחק שלפניכם נועד להטמיע את מושג הגבולות לתלמידים.

אורך: רבע שעה.

הסבר כללי: משחק זוגות בו כל בן זוג מתקרב לבן זוגו בתורנות, ועליו לעצור מיד כשהשני מסמן לו.

חומרים נדרשים: אין.

הסבר מפורט בשלבים:

1. המורה מחלק את הקבוצה לזוגות, אם למישהו אין בן זוג המורה ישמש כבן זוג.
2. המורה יסביר: כל זוג צריך לבחור מי ראשון, ואז הבן זוג הנבחר צריך לעמוד רחוק מבן זוגו כ-6 מטרים. כשאני נותן את האות, עליו לרוץ לכיוון הבן זוג שלו ולגעת בו, כל זמן שבו זוגו לא עצר אותו.
3. בן זוג צריך **לסמן לו** לעצור עם היד מתי שהוא רוצה. אם הוא לא עצר, אפילו פסיעה אחת, על הבן זוג **לומר בפה** 'עצור' או 'סטופ' וכדומה. אם גם אז הוא לא עצר על הבן זוג **לצעוק עליו** 'עצור!' כמובן שעליו לסמן חזרה עם היד לחברו מתי להמשיך לרוץ ואז שוב לנסות לעצור אותו... ברור עד כאן?
4. המורה בודק שכולם הבינו, וממשיך: לכל אחד יש 5 נקודות בתחילת המשחק. על כל טעות יורדת נקודה ועל כל ניצחון עולה נקודה. למשל, אם חניך לא עצר **כשסימנו לו**, הוא מפסיד נקודה אחת, ואם לא עצר **כשאמרו לו** הוא מפסיד עוד נקודה. ואם לא עצר גם **כשצעקו לו** הוא מפסיד נקודה שלישית, ובן זוגו מרוויח נקודה. לעומת זאת, אם עצר מיד כשסימנו לו, הוא מקבל נקודה, ואם הצליח להגיע עד לחברו ולגעת בו מבלי להיפסל הוא מקבל נקודה נוספת.
5. בסיום סבב של 2 בני הזוג, בודקים למי יש הכי הרבה נקודות. אם יש 1 הוא המנצח. ואם יש כמה עם אותו מספר נקודות, הם משחקים זה מול זה - מתחלקים ביניהם לזוגות חדשים, ומשחקים שוב מהתחלה. עד שיש מנצח מוכרז.

הערות:

- א. אפשר לעשות זאת בתורנות, ולא כולם ביחד, ואז כשהאחד רץ כולם מסתכלים, וכולם מחליטים אם הוא עצר בזמן.
- ב. כדאי שהסימון יהיה ברור וחד שלא יהיו ויכוחים. למשל להרים את היד בצורת 'עצור' כמו ששוטר עוצר תנועה.

מה למדנו?

לכל אחד יש קווים אדומים וגבולות בגופו, וברגשותיו, ועליו לעמוד על כך ולדרוש מהשני בתוקף לעצור מחדירה לפרטיותו. גם מהחבר הכי טוב, וגם כשה לא נעים.

שמי:

טבלת כללי המונוגות

עליך למלא בטבלה את התשובות הנכונות בהתאם לכללי המונוגות והסוד

מספר	הסוד	גורם לתחושה או נעימה? לא נעימה?	הכריחו אותי? לא לגלות להורים?	עובר על כללי המונוגות?	זה סוד טוב או סוד רע?	מה יקרה אם אספר?	מה יקרה אם לא אספר?	מסקנה: לספר או לא?
1	חבר הכריח אותי להתביא את היימן של המורה, ואמר לי לא לספר.							
2	קניתי ממתנת יומולדת לאבא, ואני לא רוצה שהוא ידע.							
3	הבן של השכנים הראה לי בכח דבר לא יפה, ואני מתלבט אם לספר.							
4	אני מוצץ אצבע לפני השינה, ואני מתבייש שאחרים ידעו.							
5	אח שלי הראה לי משחק שהוא קיבל משכו, ואמר לי לא לגלות לאבא ואמא.							
6	אח שלי שחק עם חבר באוטובוס משחק אישיות וגילה לי משהוא בחר, ואמר לי לא לגלות.							
7	חבר הראה לי בכח תמונה מפחידה, ואני מבלבל אם לספר.							
8	חבר הראה לי תמונה לא יפה שלו וביקש לא לגלות.							
9	הלכתי עם אחי הקטן לדודה והיא חיבקה אותנו חזק-חזק, ואני מתבייש לומר לה להפסיק.							
10	יוסי חזר מחשיריותים לכיתה עגוב, ורק אני ראיתי את זה, ואני מתלבט אם כדאי לי לספר.							

טבלת כללי המוגנות

שמי: _____

עליך למלא בטבלה את השויות הנכונות בהתאם לכללי המוגנות והסוד

מס'	הסוד	גורם לתחושה נעימה או לא נעימה?	הכריחו אותי?	הכריחו אותי לא לעלות להורים?	עובר על כללי המוגנות?	זה סוד טוב או סוד רע?	מסקנה: לספר או לא?
1	חבר הכרים אותי להחביא את היומן שלי המורה, ואמר לי לא לספר.						
2	קניתי ממתנות וזמון לזמון, ואני לא רוצה שזה ידע.						
3	הפנ שלי השכנים הראה לי בכח דבר לא נפרה, ואני מתלבט אם לספר.						
4	אני מוצא אצבע לפני השנה, ואני מודע שאחרים ידעו.						
5	אח שלי הראה לי משחק שהוא קבל משכני, ואמר לי לא לעלות לאבא ואמא.						
6	אח שלי שחק עם חבר באוטובוס משחק אישיות וגילה לי מה הוא בחר, ואמר לי לא לעלות.						
7	חבר הראה לי בכח תמונה מפחידה, ואני מבדל אם לספר.						
8	חבר הראה לי תמונה לא נפרה שלו ובקש לא לעלות.						
9	הלכתי עם אחי השטן לחדר והיא חבקה אותנו חזק-חזק, ואני מתביש לומר לה להפסיק.						
10	יוסי חזר מהשרותים לכתה עצוב, ורק אני ראיתי את זה, ואני מתלבט אם לדא לי לספר.						

דף עזר למורה

דף עבודה 4

מספר	הסוד	גורם לתחושה נעימה או לא נעימה?	הכריתו? אותי?	הכריתו? אותי? לא כללות להוריס?	עובר על כללי המונות?	זה סוד רע או סוד טוב?	מה יקרה אם אספר?	מה יקרה אם לא אספר?	מסקנה: לספר או לא?
1	חבר הכרית אותי להבלי את חיונו של המור, ואמר לי לא לספר.	לא נעימה	כן	לא	כן, הכריתו אותי	סוד רע	ארגיש לא אחריות	ארגיש לא נעים	לספר?
2	קניתי מנת יומלדת לאבא, ואני לא רוצה שהוא ידע.	נעימה	לא	לא	לא	סוד טוב	ההפתעה האבד	תהיה הפתעה	לא לספר
3	הבן של השכנים הראה לי בכה דבר לא יפה, ואני מתלבט אם לספר.	לא נעימה	כן	לא	כן, לא נעים וגם הכריתו אותי	סוד רע	ארגיש יותר משוחך	ארגיש לא נעים	לספר?
4	אני מוצץ אצבע לפני השינה, ואני מתבייש שאחרים ידעו.	נעימה	לא	לא	לא	סוד טוב	זה פרטיות שלי	אתבייש	לא לספר
5	אח שלי הראה לי משחק שהוא קיבל משכן, ואמר לי לא כללות לאבא ואמא.	נעימה	לא	לא	כן, כי יש לקבל רשות מההורים לפני קבלת מנתה גם מאדם מוכר.	סוד רע	ארגיש יותר משוחך	ארגיש לא נעים	לספר?
6	אח שלי שיחק עם חבר באוטובוס משחק אישיות ונילה לי מה הוא בחר, ואמר לי לא כללות.	נעימה	לא	לא	לא	סוד טוב	יפרע למשחק	יהיה משחק מעניין	לא לספר
7	חבר הראה לי בכה תמונה מפחדת, ואני מבלבל אם לספר.	לא נעימה	כן	לא	כן, גם לא נעים וגם הכריתו אותי	סוד רע	ארגיש יותר משוחך, ואני עם חרור או למנוע זאת בפעם הבאה	ארגיש לא נעים	לספר?
8	חבר הראה לי תמונה לא יפה שלו וביקש לא כללות.	לא נעימה	לא	לא	לא	סוד רע	ארגיש יותר משוחך, ואני עם חרור או למנוע זאת בפעם הבאה	הוא יתבייש	לא לספר
9	הלכתי עם אחי הקטן ללדוד וחיא חיבוק אותו חזק-חזק, ואני מתבייש לומר לה להפסיק.	לא נעימה	כן	לא	לא	סוד רע	ארגיש יותר משוחך, ואני עם חרור או למנוע זאת בפעם הבאה	ארגיש לא נעים	לספר
10	יסי חזר מרשוררונים לכיתה עגור, ורק אני ראיתי את זה, ואני מתלבט אם כדאי לי לספר.	לא נעימה	לא	לא	כן, יש חשש שיהיה שבוש נד כללי חמונית, ולכן עליי לעזור לו ולספר	סוד רע	ארגיש טוב עם עצמי שזרתי לחבר במצוקה ולא עזרתי לו	לא אסלח לעצמי שראיתי חבר במצוקה ולא עזרתי לו	לספר

הקדמה למורה - רמזור המוגנות שלי

המשגה:

נקדים ונסביר לתלמידים כי:

לכל אחד מאיתנו יש רמזור פנימי, ואני צריך לשים לב מה אומר לי הרמזור.

- אם הרמזור אומר לי אדום - סימן שאני צריך להפסיק.
- אם הרמזור אומר לי ירוק - סימן שאני יכול להמשיך.
- אם אני לא יודע מה להחליט (צהוב), צריך וכדאי לשאול מבוגר אחראי כמו אבא או אמא.

דיון:

חשוב לשאול את התלמידים, לאחר שקראו את הסיטואציות, את השאלות הבאות:

- האם תמיד היה לכם ברור מה ירוק ומה אדום?
- איך נדע להחליט?
- למה בחרנו אדום בסיטואציה מסוימת?
- מה עושים כשמרגישים שצריך להדליק אור אדום?
- מי רוצה להסביר למה הוא בחר ירוק בסיטואציה אחרת?

יישום:

כל תלמיד יכתוב, או יצייר, או יספר על מקרה שבו הוא השתמש ברמזור.

חשוב לתרגל את ההצעות של התלמידים במשחקי תפקידים!

דף עבודה 5

רמזור המוגנות שלי

שמי: _____

תלמיד יקר!

א. לפניך ציור של רמזור עם שלושה צבעים. כל צבע מורה לנו על התנהגות אחרת.
ב. לאחר מכן קרא את 10 המקרים שבטבלה שמובאת בדף הבא, והקף בעיגול את הצבע המתאים.

אדום:

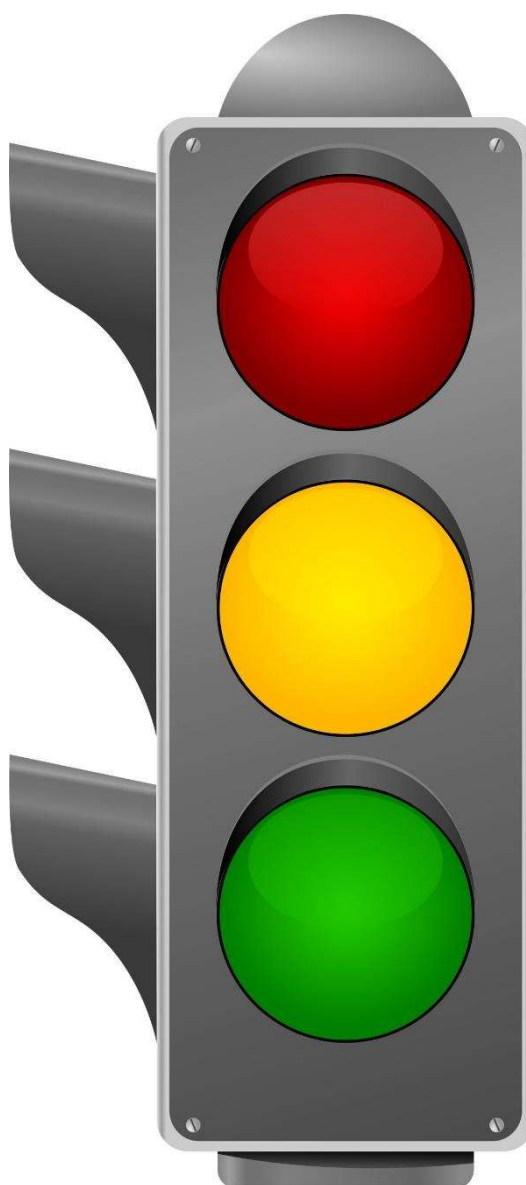
אני צריך לעצור!

צהוב:

**כשמתלבטים אם
החלטה מתאימה
לירוק או לאדום.**

ירוק:

אני יכול להמשיך.



דף עבודה 5

רמזור המוגנות - מקרים

מקרה:	צבע:
1. דוד הלך לגינה ופגש שם חבר שרצה לשחק איתו.	אדום / צהוב / ירוק
2. יוסי נסע לסבא שלו וסבא נתן לו סוכריה.	אדום / צהוב / ירוק
3. "איש זקן" - מחלק הסוכריות בבית הכנסת, נתן לי סוכריה.	אדום / צהוב / ירוק
4. חיים ירד לשחק למטה ואדם זר הציע לו לקחת אותו לביתו.	אדום / צהוב / ירוק
5. אברהם הלך למכולת ואדם מבוגר ביקש ממנו עזרה לסחוב סלים הביתה.	אדום / צהוב / ירוק
6. מנחם ירד לחצר לשחק וילד מכיתה גבוהה יותר ביקש ממנו לשחק איתו בחצר.	אדום / צהוב / ירוק
7. יצחק ירד לחצר לשחק וילד מכיתה גבוהה יותר ביקש ממנו שיתלווה אליו לשחק איתו בביתו.	אדום / צהוב / ירוק
8. אמא רוצה לחבק אותי.	אדום / צהוב / ירוק
9. בן דוד מבקש שאתן לו חיבוק.	אדום / צהוב / ירוק
10. שכן מבוגר מציע לי לבוא לביתו לראות את האפרוחים החדשים שנולדו להם.	אדום / צהוב / ירוק

דף עבודה 5

רמזור המוגנות שלי

שמי: _____

תלמיד יקר!

- א. לפניך ציור של רמזור עם שלושה צבעים. כל צבע מורה לנו על התנהגות אחרת.
ב. לאחר מכן קרא את 10 המקרים שבטבלה שמובאת בדף הבא, והקף בעגול את הצבע המתאים.

אדום:

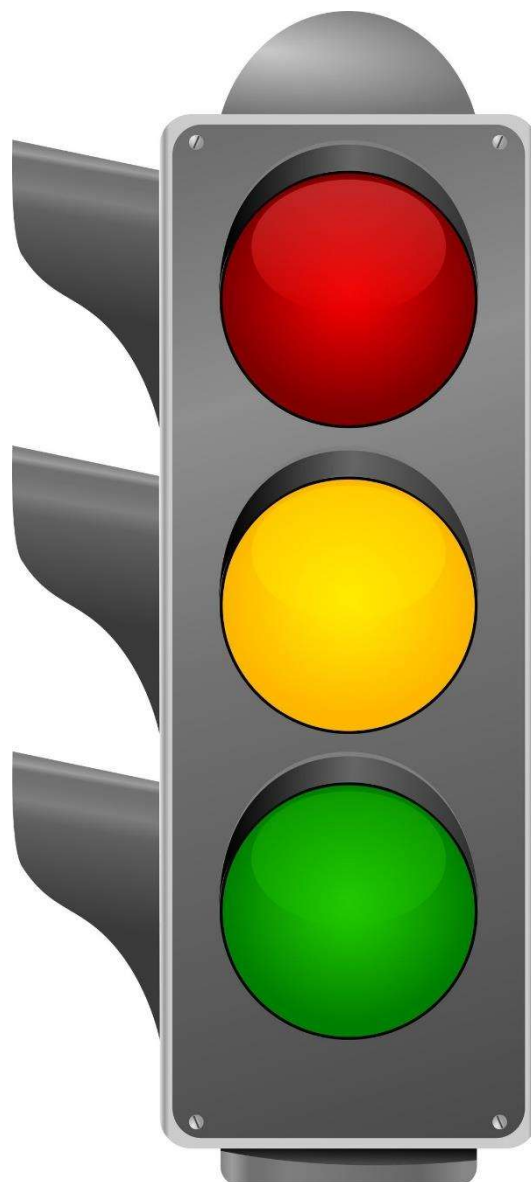
אני צריך לעצור!

צהב:

**כשמתלבטים אם
החלטה מתאימה
לירוק או לאדום.**

ירוק:

אני יכול להמשיך.



רמזור המוגנות - מקרים

מקרה:	צבע:
1. דוד הלך לגנה ופגש שם חבר שרצה לשחק איתו.	אדם / צהב / ירק
2. יוסי נסע לספא שלו וספא נתן לו ספריה.	אדם / צהב / ירק
3. "איש זקן" - מחלק הספריות בבית הכנסת, נתן לי ספריה.	אדם / צהב / ירק
4. חיים גרד לשחק למטה ואדם זר הציע לו לקחת אותו לביתו.	אדם / צהב / ירק
5. אברהם הלך למכלת ואדם מבגר בקש ממנו עזרה לסחב סלים הביתה.	אדם / צהב / ירק
6. מנחם גרד לחצר לשחק וילד מכתה גבוהה יותר בקש ממנו לשחק איתו בחצר.	אדם / צהב / ירק
7. יצחק גרד לחצר לשחק וילד מכתה גבוהה יותר בקש ממנו שיתלזה אליו לשחק איתו בביתו.	אדם / צהב / ירק
8. אמא רוצה לחבק אותי.	אדם / צהב / ירק
9. בן דוד מבקש שאיתן לו חבוק.	אדם / צהב / ירק
10. שכן מבגר מציע לי לבוא לביתו לראות את האפרוחים החדשים שנוקדו להם.	אדם / צהב / ירק

מעגלים - הקדמה למורה

לכל אחד יש מעגלים-מעגלים סביבו, המעגלים מסייעים לו כמו בסימוני הכביש ובתמרורי הדרך.

לכל מעגל יש אופי של אינטראקציה שונה, הן במגע והן בדיבור.

חילקנו את העבודות לפי הנושאים שבחוברת, כאן **כללי המוגנות** הבאנו את "מעגלי הדמויות שלי" הבסיסי, בחלק **השייכות ופרטיות** הבאנו את "מעגלי המגע שלי", ובחלק **השיח** הבאנו את "מעגלי השיחה שלי".

חשוב מאוד להדגיש כי רוב האוכלוסייה היא נורמטיבית ובריאה, וחלילה לנו מלפתח אצל התלמידים פחדים וחששות מאנשים. אם יש חשש כזה, כמובן יש לשקול את חלוקת הדפים לתלמידים.

אבל יש את עניין "כבדהו וחשדהו", ועלינו לקיים בכל הכח גם את "כבדהו" וגם את "חשדהו". כלומר, גם לכבד כראוי, אבל גם לדעת להתנהג בחשדנות מסויימת לפי כללי המוגנות.

בנוסף צריך לזכור דבר חשוב מאוד: גם כשאנחנו מתייגים את ה"זרים" ב"אדום", עלינו לדעת כי רוב המחקרים מראים שהרוב הגדול של פגיעות מיניות הוא דווקא בתוך המשפחה והחברים הקרובים, ולא מזרים, כך שגם את זה חשוב להדגיש, שצריך כבדהו וחשדהו בתוך המעגלים האחרים גם, לפי כללי המוגנות. ולשמור על פרופורציות נכונות.

שים לב:

במעגלי השיחה והמגע, הדפים נוגעים בחלק מהדברים בפרטיות של הילדים, ויש לשים לב ולהדגיש להם שדברים שהם מתביישים, אין צורך לכתוב! זה לא מבחן, זה נועד לעורר דיון ומחשבה, ובעיקר להטמיע את הנלמד. לכן גם אין צורך לכתוב את שמם בדפים אלו - לשמור על הפרטיות.

המעגל	שיחה:	מגע:
אדום – קשר עם זרים	לא מדברים, בשעת הצורך צועקים הצילו ובורחים.	לא נוגעים.
כתום – קשר עם נותן שירות	מדברים רק כשצריך עזרה, וזהו!	לא נוגעים – נפנוף לשלום או ניד ראש.
צהוב – קשר עם מכרים	לא עונים לשאלות ישירות.	לחיצת יד.
ירוק – קשר עם חברים	מדברים על חוויות.	חיבוק מהצד.
כחול – קשר עם משפחה	מדברים על חוויות ומשתפים ברגשות ושיחה אישית.	חיבוק חזק.
סגול – שטח פרטי	-	רק אני נוגע, או רופא בנוכחות ההורים.

מעגלי הדמויות שלי

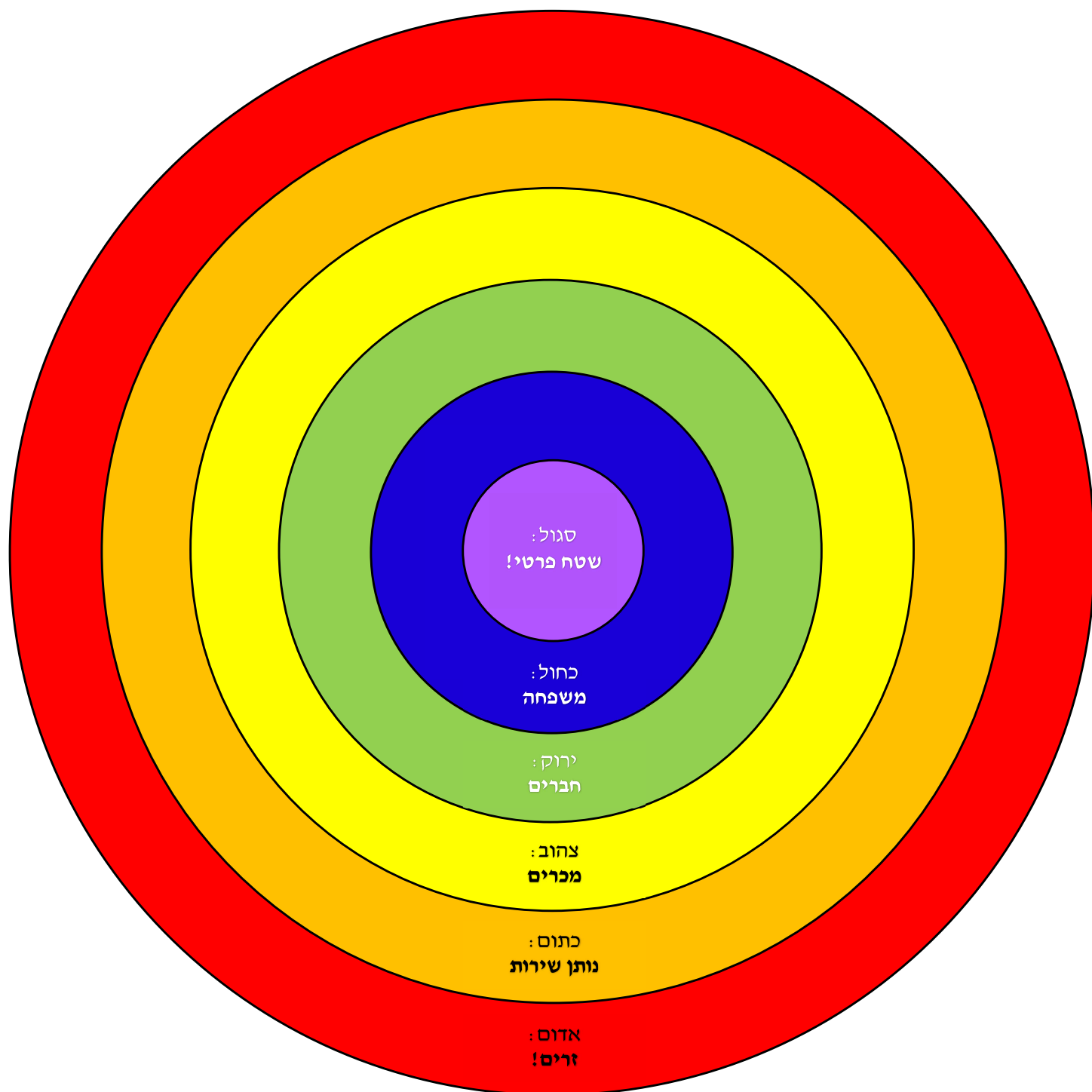
שמי: _____

תלמיד יקר!

- א. רשום בתוך המעגלים שבעמוד הבא את המספר של כל דמות מתוך הרשימה, בהתאם למעגלים שלך. לדוגמה: מנקה שייך למעגל כתום. עליך לרשום במעגל הכתום את המספר 1 שזה מנקה. וכן הלאה.
- ב. כתוב את הצבע המתאים ליד כל דמות שברשימה. לדוגמה: במספר 1, עליך לרשום: כתום, וכן הלאה.

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. מנקה _____ | 27. מורה של אחי _____ |
| 2. מורה _____ | 28. גבאי בית הכנסת _____ |
| 3. שומר בית הספר _____ | 29. אורח _____ |
| 4. סבתא _____ | 30. אדם המבקש עזרה ברחוב _____ |
| 5. אבא _____ | 31. רב בית הכנסת _____ |
| 6. עוזרת בית _____ | 32. מורה פרטי _____ |
| 7. שכן _____ | 33. נהג הסעה _____ |
| 8. מנהל _____ | 34. גבאי צדקה _____ |
| 9. בן דוד _____ | 35. רופא _____ |
| 10. מדריך _____ | 36. נוסע איתי באופן קבוע באוטובוס _____ |
| 11. חבר בכיתה _____ | 37. מלווה בהסעה _____ |
| 12. שוטר _____ | 38. אח בקופת חולים _____ |
| 13. אמא _____ | 39. אדם שמראה לי את הדרך _____ |
| 14. גיס _____ | 40. פקח תנועה _____ |
| 15. דוד _____ | 41. מזכיר _____ |
| 16. חבר של אחי _____ | 42. איש תחזוקה _____ |
| 17. אח _____ | 43. אחות _____ |
| 18. אחיין _____ | 44. מישהו שעומד לפני בתור _____ |
| 19. אדם שחוצה לידי את הכביש _____ | 45. מפקח _____ |
| 20. חבר של אבא _____ | 46. אני _____ |
| 21. סבא _____ | 47. חייל _____ |
| 22. עובד במכולת _____ | 48. חבר קרוב-קרוב שלי _____ |
| 23. דוור _____ | 49. בעלה של חברה של אמא _____ |
| 24. חבר מכיתה גבוהה _____ | 50. אחי התינוק _____ |
| 25. חבר מכיתה נמוכה _____ | 51. אחיינית _____ |
| 26. שליח של פיצה _____ | 52. דודה _____ |

דף עבודה 6



דף עבודה 6

מעגלי הדמויות שלי

שמי: _____

תלמיד יקר!

- א. רשום בתוך המעגלים שבעמוד הבא את המספר של כל דמות מתוך הרשימה, בהתאם למעגלים שלך. לדגמה: מנקה שיך למעגל כתם. עליך לרשם במעגל הכתם את המספר 1 שזה מנקה. וכן הלאה.
- ב. כתב את הצבע המתאים ליד כל דמות שברשימה. לדגמה: במספר 1, עליך לרשם: כתם, וכן הלאה.

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| 16. רב בית הכנסת _____ | 1. מנקה _____ |
| 17. מורה פרטי _____ | 2. מורה _____ |
| 18. נהג הסעה _____ | 3. שומר בית הספר _____ |
| 19. גבאי צדקה _____ | 4. שכן _____ |
| 20. נוסע אתי באפן קבוע באוטובוס _____ | 5. מנהל _____ |
| 21. מלווה בהסעה _____ | 6. מדריך _____ |
| 22. אח בקפת חולים _____ | 7. אמא _____ |
| 23. אדם שמראה לי את הדרך _____ | 8. חבר של אחי _____ |
| 24. מזכיר _____ | 9. אדם שחוצה לידי את הכביש _____ |
| 25. איש תחזוקה _____ | 10. חבר של אבא _____ |
| 26. מישהו שעומד לפני בתור _____ | 11. דור _____ |
| 27. מפקח _____ | 12. חבר מפתה גבוהה _____ |
| 28. אני _____ | 13. גבאי בית הכנסת _____ |
| 29. חבר קרוב-קרוב שלי _____ | 14. אורח _____ |
| 30. בעלה של חברה של אמא _____ | 15. אדם המבקש עזרה ברחוב _____ |



שייכות ופרטיות

הקדמה למורה

עלינו לשנן עם התלמידים את הקוים האדומים שלנו ולדעת להתנגד בכוח לכל ניסיון חדירה לא תקין לפרטיותנו.

ישנם גם מצבים בהם איננו יודעים אם זה מצב בטוח או לא. ועלינו כמורים לתת לתלמידים כלים להבין מה בטוח ומה לא בטוח אפילו שהוא נעים.

חשוב לציין שיש תרבויות ומנהגים שונים, שלפעמים משפיעים על סוג המצב והאווירה במעשה מסויים. חשוב ללמוד זאת ולדעת להיות קשוב לתלמידים בנושא הזה.

נגלגל על הלשון את המושג "בטוח": מגע בטוח, מצב בטוח, מרחק בטוח, אדם בטוח, מקום בטוח, מעשה בטוח, וכן הלאה.

דף עבודה 7

מה שייך רק לי?

שמי: _____

רשום דברים השייכים לך וציין ליד כל דבר האם תשאיל אותו למישהו אחר או לא? ובאלו תנאים? כתוב גם את הסיבה לכך!

ראה דוגמא ראשונה. בהצלחה!

הדבר השייך לי:	אתן מתנה לתמיד?	אתן לזמן קצר?	באיזה תנאים?	מדוע?
1. עיפרון	X	V	לחבר שאני סומך שיחזיר לי במצב טוב	כי העיפרון חשוב לי
2. טישו				
3. הגב שלי – לתת לי טפיחה בגב				
4. ילקוט				
5. שם שלי				
6. הגוף שלי – לגעת בי				
7. מקום שלי בכיתה				
8. ממתק מתוך השקית				
9. חגורה שלי				
10. מיטה שלי				

דף עבודה 7

מה שידך רק לי?

שמי: _____

רשם דברים השייכים לך וצין ליד כל דבר האם תשאיל אותו למישהו אחר או לא? ובאלו תנאים? כתב גם את הסכך לךך!

ראה דגמא ראשונה. בהצלחה!

הדבר השייך לי:	אתן מתנה לתמיד?	אתן לזמן קצר?	באיזה תנאים?	מדוע?
1. עפרון	X	V	לחבר שאני סומך שיחזיר לי במצב טוב	כי העפרון חשוב לי
2. טישו				
3. הגב שלי – לתת לי טפיחה בגב				
4. ילקוט				
5. שם שלי				
6. הגוף שלי – לגעת בי				
7. מקום שלי בכיתה				
8. ממתיק מתוך השקית				
9. חגורה שלי				
10. מטה שלי				

הקדמה למורה - מגע בטוח

מגע בטוח הוא : 1. מגע נעים, 2. מתאים לפי כללי המוגנות.

במילים אחרות : מגע בטוח הוא כאשר נעשה בפומבי, הוא נעים, נח, ומתאים לשנינו, הוא לא בצנעה או בסודיות, ולא במקומות מכוסים (פרט להורים, או רופא בנוכחות אחד ההורים).

חשוב להדגיש כי יש **מגע פוגעני ועדיין נעים**, כמו דגדוג מאדם זר. מגע כזה זה יוצר תחושה של בלבול, בושה ואף אשמה.

יש מגע **שאינו נעים אבל בטוח**, כמו מגע של רופא, או סטירה מההורים [מתי שצריך].

חשוב לציין שיש **תרבויות ומנהגים שונים**, שלפעמים משפיעים על סוג המגע. חשוב ללמוד זאת ולדעת להיות קשוב לתלמידים בנושא הזה.

ישנם גם הרבה ילדים שסובלים **מהפרעות ב'וויסות החושי'**, [תחושת המגע אצלו גורמת לתחושה שונה מאצל שאר הילדים, ולפעמים אף לכאב], לחלקם המגע נעים וחלקם נרתעים ממנו, ולכן לא תמיד ניתן לצייר ע"י הדוגמאות הכתובות קו ברור של נכון או לא נכון.

דף עבודה 8

מגע בטוח או לא?

שמי: _____

מגע בטוח הוא כאשר נעשה בפומבי, הוא נעים, נח, ומתאים לשנינו, הוא לא בצנעה או בסודיות, ולא במקומות מכוסים (פרט להורים, או רופא בנוכחות אחד ההורים).

בטבלה שלפניך יש כמה דוגמאות למגע, עליך לרשום V או X בטור הנכון, ולאחר מכן עליך לרשום גם את הסיבה.

לעזרתך כתבנו דוגמה, לפי הדוגמא:

המגע	האם זה נעים?	האם זה מתאים?	האם זה בטוח?	הסיבה
1. צעיף בחורף	V	V	V	כי זה מחמם בחורף
2. חיסון				
3. טפיחה בגב מחבר				
4. דגדוג מאח או אחות				
5. דגדוג מאדם זר				
6. לתת יד לאמא				
7. ללחוץ על ידית הדלת של הבית				
8. לקבל סטירה				
9. לאכול סוכריה				
10. לאכול אוכל לא טעים				
11. ללטף אפרוח בפינת חי				
12. לאכול אוכל לא טעים אבל בריא				
13. ללטף את אחי הקטן				
14. חבר מלטף אותי ואני מרגיש מוזר				
15. לכתוב עם עיפרון				

דף עבודה 8

מגע בטוח או לא?

שמי: _____

מגע בטוח הוא פאָשר נעשה בפמבי, הוא נעים, נח, ומתאים לשנינו, הוא לא בצנעה או בסודיות, ולא במקומות מכסים (פרט להורים, או רופא בנוכחות אחד ההורים).

בטבלה שלפניך יש כמה דגמאות למגע, עליך לרשם V או X בטור הנכון, מתאים / לא מתאים / נעים / לא נעים / בטוח / לא בטוח. לפי הדגמה:

המגע	האם זה מתאים?	האם זה נעים?	האם זה בטוח?
1. צעיו בחורף	V	V	V
2. חסון			
3. טפחה בגב מחבר			
4. דגדוג מחבר			
5. דגדוג ממשיכהו זר			
6. לתת יד לאמא			
7. ללחץ על גידית הדלת של הבית			
8. לקבל סטירה			
9. לאכל ספריה			
10. לאכל אכל לא טעים			
11. ללטף קלב ברחוב			
12. לאכל אכל לא בריא אכל טעים			
13. ללטף את אחי הקטן			
14. חבר מלטף אותי ואני מרגיש מוזר			
15. לכתב עם עפרון			

מגע בטוח או לא?

שמי: _____

מגע בטוח הוא כאשר נעשה בפמבי, הוא נעים, נח, ומתאים לשנינו, הוא לא בצנעה או בסודיות, ולא במקומות מכסים (פרט להורים, או רופא בנוכחות אחד ההורים).

בטבלה שלפניך יש כמה דגמאות למגע, עליך להקיף בעגול את הציור הנכון, האם המגע בטוח.

			1. צעיון בחרף
			2. חסון
			3. טפיחה בגב מחבר
			4. דגדוג מחבר
			5. דגדוג ממישהו זר
			6. לתת יד לאמא
			7. לפתח את הדלת של הבית
			8. לקבל סטירה
			9. לאכל סכריה
			10. לאכל אכל לא טעים
			11. ללטף פלב ברחוב
			12. לאכל אכל לא פריא אכל טעים
			13. ללטף את אחי הקטן
			14. חבר מלטף אותי ואני מרגיש מוזר
			15. לכתב עם עפרון

דף עבודה 9

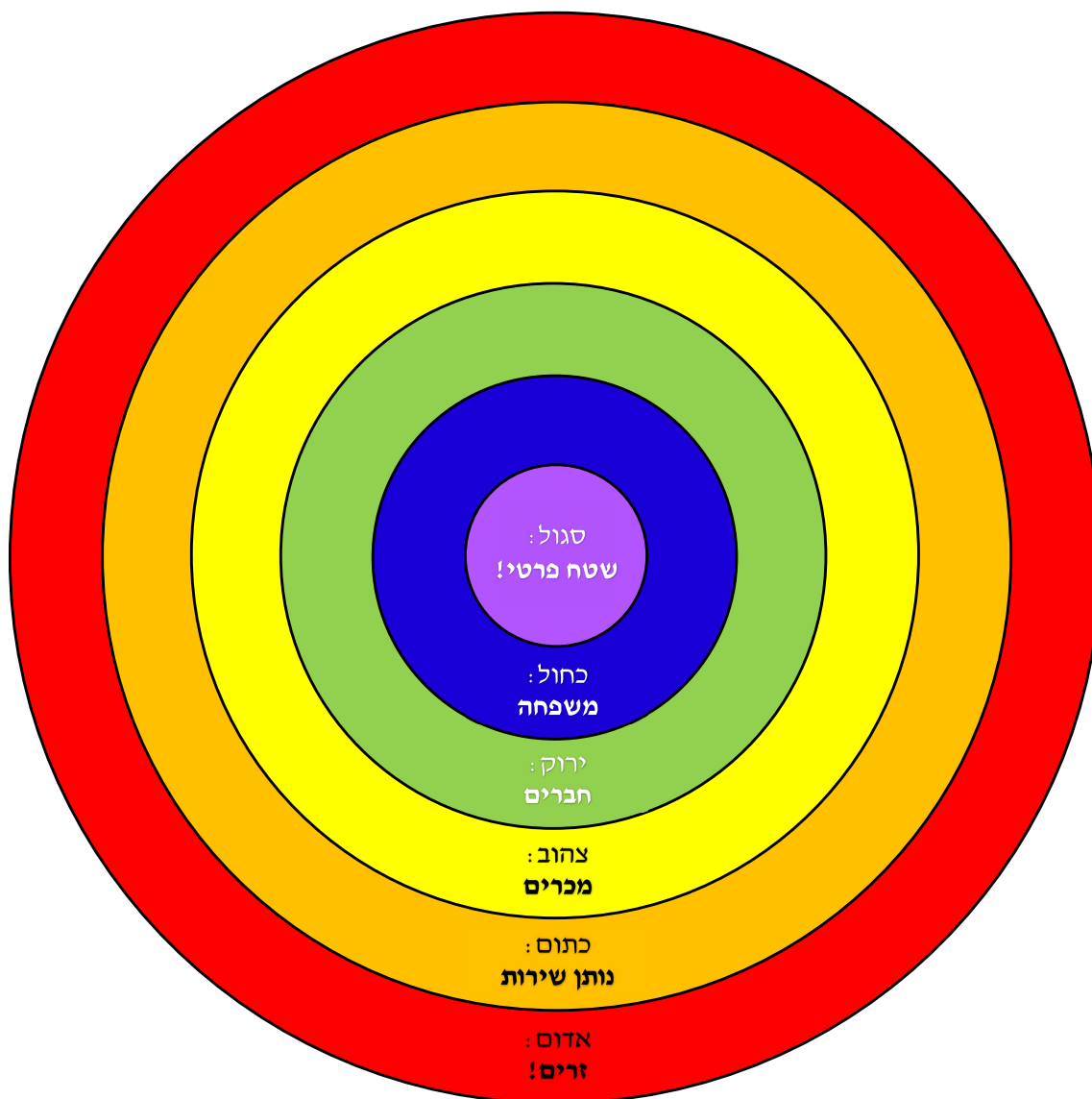
מעגלי המגע שלי

חלק א'

תלמיד יקר!

לפניך רשימת מגעים, ומתחת שרטוט של המעגלים. רשום את מספר המגע במעגל המתאים.

- | | |
|---|--|
| 1. רק אני נוגע, או רופא בנוכחות ההורים. | 5. לא נוגעים - נפנוף לשלום או ניד ראש. |
| 2. חיבוק חזק. | 6. לא נוגעים. |
| 3. חיבוק מהצד. | 7. אם נוגעים בי אני בורח מיד ומספר. |
| 4. לחיצת יד. | 8. חיבוק נימוסי. |



דף עבודה 9

חלק ב

איזה מגע מתאים לכל דמות? רשום את מספר המגע המתאים ליד כל דמות.

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. מנקה _____ | 27. מורה של אחי _____ |
| 2. מורה _____ | 28. גבאי בית הכנסת _____ |
| 3. שומר בית הספר _____ | 29. אורח _____ |
| 4. סבתא _____ | 30. אדם המבקש עזרה ברחוב _____ |
| 5. אבא _____ | 31. רב בית הכנסת _____ |
| 6. עוזרת בית _____ | 32. מורה פרטי _____ |
| 7. שכן _____ | 33. נהג הסעה _____ |
| 8. מנהל _____ | 34. גבאי צדקה _____ |
| 9. בן דוד _____ | 35. רופא _____ |
| 10. מדריך _____ | 36. נוסע איתי באופן קבוע באוטובוס _____ |
| 11. חבר בכיתה _____ | 37. מלווה בהסעה _____ |
| 12. שוטר _____ | 38. אח בקופת חולים _____ |
| 13. אמא _____ | 39. אדם שמראה לי את הדרך _____ |
| 14. גיס _____ | 40. פקח תנועה _____ |
| 15. דוד _____ | 41. מזכיר _____ |
| 16. חבר של אחי _____ | 42. איש תחזוקה _____ |
| 17. אח _____ | 43. אחות _____ |
| 18. אחיין _____ | 44. מישהו שעומד לפני בתור _____ |
| 19. אדם שחוצה לידי את הכביש _____ | 45. מפקח _____ |
| 20. חבר של אבא _____ | 46. אני _____ |
| 21. סבא _____ | 47. חייל _____ |
| 22. עובד במכולת _____ | 48. חבר קרוב-קרוב שלי _____ |
| 23. דוור _____ | 49. בעלה של חברה של אמא _____ |
| 24. חבר מכיתה גבוהה _____ | 50. אחי התינוק _____ |
| 25. חבר מכיתה נמוכה _____ | 51. אחיינית _____ |
| 26. שליח של פיצה _____ | 52. דודה _____ |

דף עבודה 9

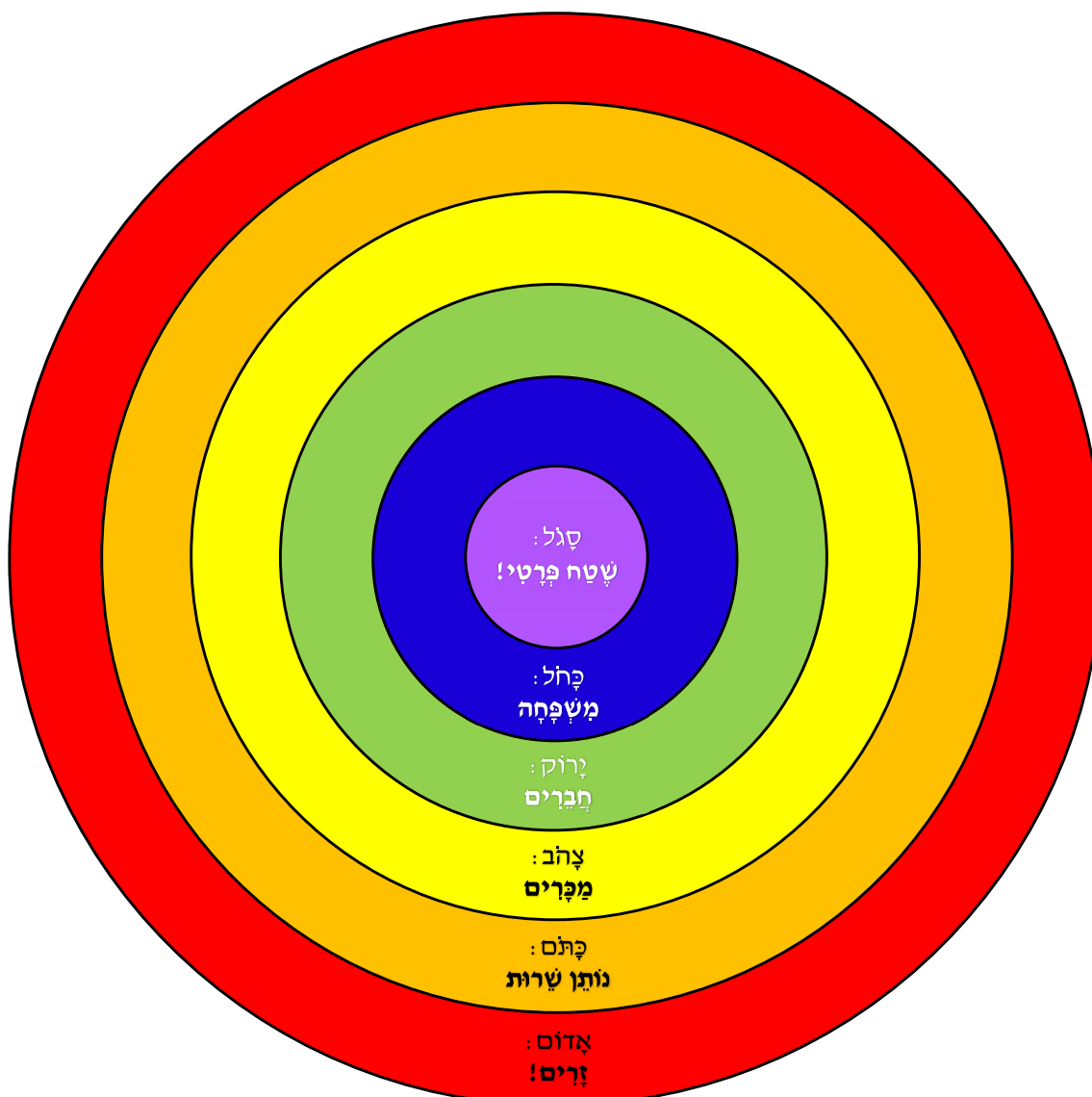
מעגלי המגע שלי

חלק א'

תלמיד יקר!

לפניך רשימת מגעים, ומתחת שרטוט של המעגלים. רשם את מספר המגע במעגל המתאים.

9. רק אני נוגע, או רופא בנזכחות ההורים.
10. חבוק חזק.
11. חבוק מהצד.
12. לחיצת יד.
13. לא נוגעים – נפנוף לשלום או ניד ראש.
14. לא נוגעים.
15. אם זר נוגע בי אני בורח מיד ומספר.
16. חבוק נימוסי.



דף עבודה 9

חלק ב'

איזה מנע מתאים לכל דמות? רשום את מספר המנע המתאים ליד כל דמות.

- | | |
|---------------------------------------|----------------------------------|
| 16. רב בית הכנסת _____ | 1. מנקה _____ |
| 17. מורה פרטי _____ | 2. מורה _____ |
| 18. נהג הסעה _____ | 3. שומר בית הספר _____ |
| 19. גבאי צדקה _____ | 4. שכן _____ |
| 20. נוסע אתי באפן קבוע באוטובוס _____ | 5. מנהל _____ |
| 21. מלוח בהסעה _____ | 6. מדריך _____ |
| 22. אח בקפת חולים _____ | 7. אמא _____ |
| 23. אדם שמראה לי את הדרך _____ | 8. חבר של אחי _____ |
| 24. מזכיר _____ | 9. אדם שחוצה לידי את הכביש _____ |
| 25. איש תחזוקה _____ | 10. חבר של אבא _____ |
| 26. מישהו שעומד לפני בתור _____ | 11. דור _____ |
| 27. מפקח _____ | 12. חבר מפתה גבוהה _____ |
| 28. אני _____ | 13. גבאי בית הכנסת _____ |
| 29. חבר קרוב-קרוב שלי _____ | 14. אורח _____ |
| 30. בעלה של חברה של אמא _____ | 15. אדם המבקש עזרה ברחוב _____ |

הקדמה למורה – מגע מבלבל (צהוב)

לא תמיד המצב ברור לנו, לא לטוב ולא למוטב.

כפי שהקדמנו, היחס והבנת האווירה של המצבים, גם תלויים במוצא התרבותי שלנו, ובוויסות החושי והרגשי.

לכן, לא תמיד המצבים הם ברורים, (כלומר, מתאימים לפי הכללים ונעימים, או לא מתאימים ולא נעימים) **לפעמים הם מבלבלים!**

כלומר: **מצב צהוב**. לא ירוק ולא אדום.

זכרו: כאשר אחד מהקריטריונים הוא חיובי ואחד מהם לא חיובי, (כלומר: נעים אבל לא מתאים, או מתאים אבל לא נעים) המצב הוא צהוב!

מה עושים כאשר המצב צהוב ומבלבל? מה שלמדנו ברמזור המוגנות:

צריך לשאול מבוגר אחראי כמו אבא או אמא או מורה!

טבלה – מצב בטוח או מבלבל?

שמי: _____

לפניך מצבים שונים ששייכים לפרטיות של כל אחד מאיתנו.

לפעמים המצבים בטוחים - כלומר: מתאימים ונעימים. ולפעמים הם לא נעימים ולא מתאימים. ולפעמים הם מבלבלים - כאשר אחד מהם חיובי, כגון: נעים אבל לא מתאים, או מתאים אבל לא נעים.

עליך לרשום V או X במשבצות המתאימות, לפי הכותרת: האם זה נעים או מתאים או מבלבל.

האם זה מבלבל?	האם זה נעים?	האם זה מתאים?	הסיטואציה
V	X	V	1. לתת ממתק לחבר שמבקש, אבל אין לי מספיק
			2. אני לבד בבית, ואדם זר דופק בדלת, אני מתפתה לפתוח
			3. לקבל לחיצת יד כשאני לא מבין למה
			4. השכן מציע לי לעלות למכוניתו לנסוע עמו
			5. לקבל טפיחה בגב מחבר קרוב
			6. אדם מבוגר מציע לי לבוא לביתו לראות מוצר חדש
			7. לקבל ליטוף בלחי ממורה של כיתה אחרת
			8. אדם שאני לא מכיר, אומר לי שלום ברחוב בחיוך
			9. לקבל סטירה מההורים
			10. אדם זר נכנס אחריי לחדר המדרגות הריק
			11. לטעום אוכל שלא אכלתי אף פעם
			12. ללבוש צעיף בחורף
			13. חבר מעתיק ממני במבחן ואני מפחד שיענישו אותי גם
			14. דגדוג פתאומי מחבר שיושב לידי
			15. שכן מתחיל פתאום לדבר איתי
			16. גבאי בית הכנסת מלטף אותי כשאבא לא רואה
			17. אדם מבוגר מחלק ממתקים בבית הכנסת
			18. ילד גדול בתלמוד תורה מחלק לי ממתקים בלי הסבר
			19. מורה מכתה אחרת משוחח אתי בצד על דברים לא נחוצים
			20. ילד גדול מחלק ממתקים בבית הכנסת

דף עבודה 10

טבלה – מצב בטוח או מבלבל?

שמי: _____

לפניך מצבים שונים ששזכים לפרטיות של כל אחד מאתנו. לפעמים הם מתאימים או נעימים ולפעמים לא, ולפעמים הם מבלבלים.

עליך לרשם V או X במשבצות המתאימות, לפי הכותרת: האם זה נעים או מתאים או מבלבל.

הסיטואציה	האם זה מתאים?	האם זה נעים?	האם זה מבלבל?
1. לתת ממתק לחבר שמבקש, אבל אין לי מספיק	V	X	V
2. אני לבד בבית, ואדם זר דופק בדלת, אני מתפתה לפתח			
3. השכן מציג לי לעלות למכוניתו לנסע עמו			
4. לקבל טפוחה בגב מחבר קרוב			
5. אדם מבגר מציג לי לבוא לביתו לראות מוצר חדש			
6. לקבל לטוף בלחי ממורה של כיתה אחרת			
7. אדם שאני לא מכיר, אומר לי שלום ברחוב בחייד			
8. לטעם אכל שלא אכלתי אף פעם			
9. ללבש צעיף בחרף			
10. חבר מעתיק ממני במבחן ואני מפחד שיענישו אותי גם			
11. דגדוג פתאומי מחבר שיושב לידי			
12. שכן מתחיל פתאום לדבר אתי			
13. אדם מבגר מחלק ממתקים בבית הקנסות			
14. ילד גדול בתלמוד תורה מחלק לי ממתקים בלי הסבר			
15. מורה מפתה אחרת משוחח אתי בצד על דברים לא נחוצים			



סודות

סודות - הקדמה למורה

נחלק זאת לשלושה קטגוריות:

"**סוד טוב / הפתעה**" = 1. סוד שאמור להתגלות, 2. מלווה בתחושה נעימה, 3. המבוגרים ישמחו כשיתגלה, 4. עצם המעשה הוא טוב.

"**סוד רע**" = 1. עצם המעשה הוא רע, 2. כשאומרים לנו שאסור לספר לאף אחד, 3. כשאומרים לנו שאסור לספר אף פעם, 4. כשאומרים לנו שאם נספר אז יהיה רע.

"**סוד פרטי**" לפעמים יש לנו דברים פרטיים שאנחנו לא רוצים שאחרים ידעו. לא מדובר בדברים שמישהו אחר ביקש מאיתנו לא לגלות אלא בדברים שאנו בעצמנו לא רוצים לגלות. לדוגמה, אנחנו מוצצים אצבע לפני השינה.

חשוב להדגיש:

אם מישהו מגלה לנו מידע פרטי שלו, שלא מזיק לאף אחד, ועומד בכללי הסוד הנ"ל, אסור לנו לגלות אותו לחברים אחרים. אבל, וזה אבל חשוב:

מותר לגלות כל סוד לאבא ואמא!! גם מידע פרטי של אחרים!!

טבלת כללי הסוד

שמי: _____

עליך לרשום V או X במשבצת המתאימה על כל מקרה לפי השאלה שיש בכותרת. ולאחר מכן להקיף בעיגול את המסקנה מה צריך לעשות, לפי הצבע המתאים: אדום (לעצור, לברוח), או צהוב (להתייעץ עם מבוגר אחראי), או ירוק (הכל בסדר).

חווית הסוד	תחושה נעימה?	עתידי להתגלות?	ישמח את המבוגרים?	הצבע המתאים
יש מסיבה בבית הספר, והמורה מבקש שלא נשיר את שירי המקהלה בבית, עד למסיבה בחודש הבא. קשה לי מאוד לא לשיר את השיר לאמא.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
אמא הביאה לי חטיף לבית הספר, חבר דרש ממני בשקט שאתן לו את החטיף, ואם לא – הוא ימנע ממני להשתתף במשחק הכיתתי בהפסקה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
חבר שלי ואני אוהבים לשחק במשחק הדגדוגים.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
הקמתי מחנה סודי עם חברים בעמק שליד השכונה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
המורה גילה לי שנשתחרר היום מוקדם מהתלמוד תורה, ואמר לי לא לגלות לכיתה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
המורה גילה לי שנשתחרר היום מוקדם מהתלמוד תורה, ואמר לי לא לגלות לאבא ואמא.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
אח של חבר הרביץ לי והזהיר אותי לשמור בסוד.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
אחותי עומדת להתארס.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
לי ולשכן הגדול מלמעלה יש סוד בינינו והחלטנו שלא מספרים אפילו להורים.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	
ילד מכיתה גבוהה אוהב לדגדג אותי בבריכה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	

טבלת פללי הסוד

שמי: _____

עליך לרשם V או X במשבצת המתאימה על כל מקרה לפי השאלה שיש בכותרת. ולאחר מכן להקיף בעגול את המסקנה מה צריך לעשות, לפי הצבע המתאים: אדם (לעצור, לברוח), או צהב (להתנעץ עם מבגר אחראי), או ירק (הכל בסדר).

חזית הסוד	תחושה נעימה?	עתידי להתגלות	ישמח את המבגרים	הצבע המתאים
יש מסכה בבית הספר, והמורה מבקש שלא לשיר את שירי המקהלה בבית, עד למסכה בחדש הבא. קשה לי מאוד לא לשיר את השיר לאמא.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
אמא הביאה לי חטיף לבית הספר, חבר דרש ממני בשקט שאפתן לו את החטיף, ואם לא – הוא ימנע ממני להשתתף במשחק הכתתי בהפסקה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
חבר שלי ואני אוהבים לשחק במשחק הדגדוגים.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
הקמתי מחנה סודי עם חברים בעמק שקיד השכונה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
המורה גלה לי שנשתתף היום מקדם מהתלמוד תורה, ואמר לי לא לגלות לכתה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
המורה גלה לי שנשתתף היום מקדם מהתלמוד תורה, ואמר לי לא לגלות לאבא ואמא.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
אח של חבר הרביץ לי והזהיר אותי לשמור בסוד.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
אחותי עומדת להתארס.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
לי ולשכן הגדול מקמעה יש סוד בינינו והחלטנו שלא מספרים אפילו להורים.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  
ילד מפתה גבוהה אוהב לדגדג אותי בברכה.	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	☐ כן ☐ לא ☐ לא יודע	  

דף עבודה 11

פתרון טבלת כללי הסוד למורה

חווית הסוד	תחושה נעימה?	עניד להתגלות?	ישמח את המבוגרים?	הצבע המתאים
יש מסיבה בבית הספר, והמורה מבקש שלא לשיר את שירי המקהלה בבית, עד למסיבה בחודש הבא. קשה לי מאוד לא לשיר את השיר לאמא.	לא	כן	כן	צהוב
אמא הביאה לי חטיף לבית הספר, חבר דרש ממני בשקט שאתן לו את החטיף, ואם לא – הוא ימנע ממני להשתתף במשחק הכיתתי בהפסקה.	לא	כן	לא	אדום
חבר שלי ואני אוהבים לשחק במשחק הדגדוגים.	כן	לא יודע	לא יודע	צהוב
הקמתי מחנה סודי עם חברים בעמק שליד השכונה.	כן	לא יודע	לא יודע	צהוב
המורה גילה לי איפה נטייל בטיול השנתי, ואמר לי לא לגלות לכיתה .	כן	כן	כן	ירוק
המורה גילה לי איפה נטייל בטיול השנתי, ואמר לי לא לגלות לאבא ואמא .	לא יודע	כן	לא	אדום
אח של חבר הרביץ לי והזהיר אותי לשמור בסוד.	לא	לא	לא	אדום
אחותי עומדת להתארס.	כן	כן	כן	ירוק
לי ולשכן הגדול מלמעלה יש סוד בינינו והחלטנו שלא מספרים אפילו להורים.	כן	לא	לא	אדום
ילד מכיתה גבוהה אוהב לדגדג אותי בבריכה.	לא יודע	לא	לא	אדום

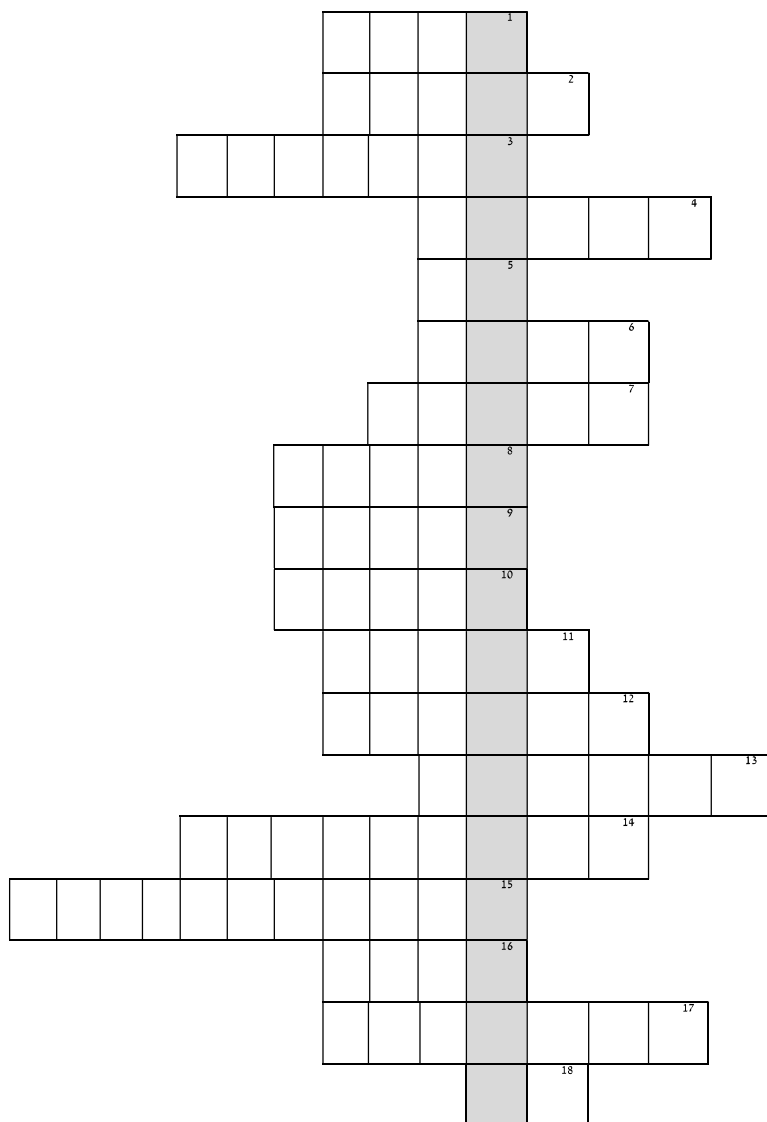
דף עבודה 12

תשבץ - סודות

שמי: _____

לפניך שאלות, עליך לענות עליהם ולרשום את התשובה בתשבץ במספר המצויין.

לאחר מכן כתוב מה יצא לך בטור המודגש.



1. האם סוד טוב אפשר לספר להורים או אסור?
2. לא לספר סוד רע זה _____ !
3. איזה מצווה עושה מי שמספר סוד רע? "מאוד לנפשותיכם"
4. יוסי חזר מהשירותים לכיתה עצוב, זה סוד טוב או סוד רע?
5. מותר לספר לחבר שהשני בכיין?
6. חברי הטוב חיבק אותי מידי חזק, כדאי לי לומר לו להפסיק עם זה?
7. מה אסור לעשות בתכלית האיסור כשיש סוד רע? בבטן.
8. השכן ביקש ממני לרדת איתו למחסן לבד, ולא לומר להורים, זהו סוד טוב או סוד רע?
9. הלכתי עם אחי הקטן לדודה והיא חיבקה אותנו חזק-חזק, האם נזרום או שנספר לאמא?
10. לספר למורה שראיתי היום את יוני מתנהג באופן מדאיג ומוזר זה סוד טוב או סוד רע?
11. לשימי גילו סוד מפתיע ומשמח אך מחשיד, זהו סוד טוב או סוד רע?
12. האנשים שקרובים אלינו ישמחו לשמוע את הסוד, סימן שזה סוד טוב או סוד רע?
13. לספר לאמא שקיבלתי 100% במבחן, היחיד מכל הכיתה, האם זה גאוה או סוד טוב?
14. אם זקן מבקש ממכם לסחוב לו שקיות לביתו, ושם יתן לכם ממתק, תעזרו לו או לא תעזרו לו?
15. איפה אסור לגעת בי, וארוץ לספר לאחד ההורים? ביד / בנעל / בכיפה / במתחת לחולצה.
16. מה שייך רק לי כל החיים שלי, ואספר מיד לאחד ההורים אם נגעו לי? בחפצים / בחדר שלי / בגוף.
17. כשאני מתלבט, ואני הולך לספר, אני _____.
18. ללכת לחבר טוב ללמוד שיעורי בית, צריך לספר לאמא?

מה יצא לך בטור המודגש:

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

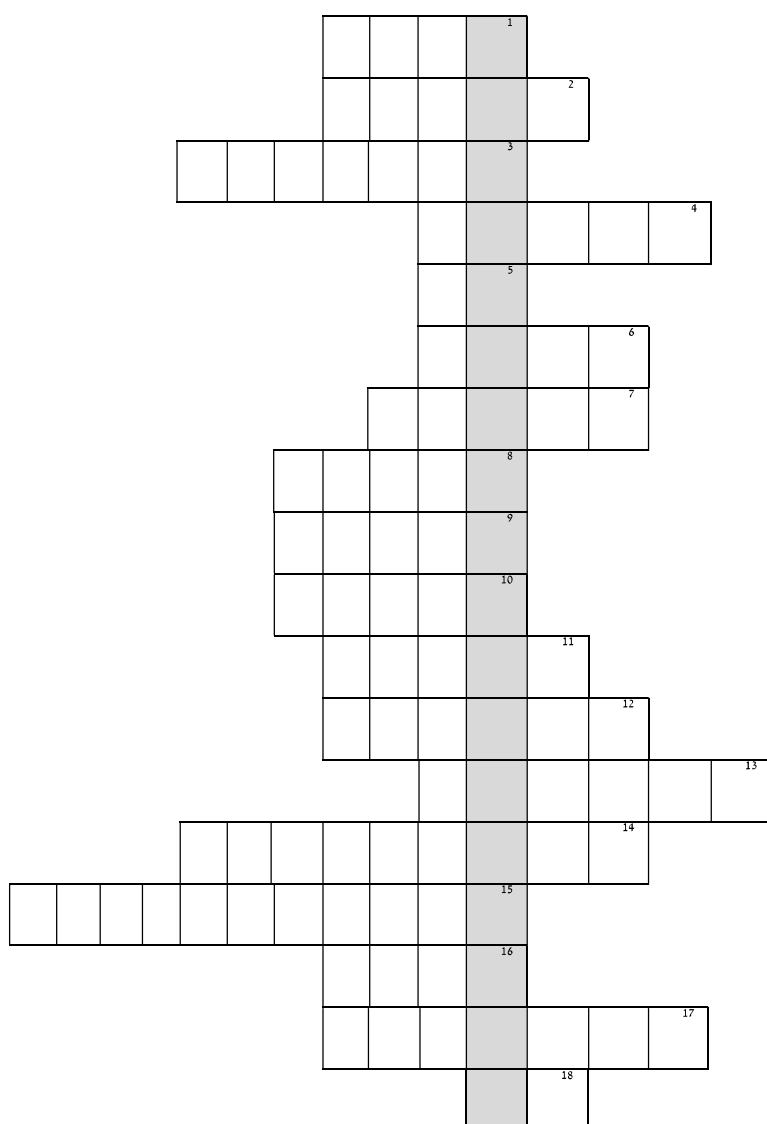
--	--	--	--	--

דף עבודה 12

תשבץ - סודות

שמי: _____

לפניך שאלות, עליך לענות עליהם ולרשם את התשובה בתשבץ במספר המצין.
לאחר מכן כתב מה יצא לך בטור המדגש.



1. האם סוד טוב אפשר או אסור לספר?
2. לא לספר סוד רע זה _____ !
3. איזה מצוה עושה מי שמספר סוד רע?
"מאוד לנפשותיכם"
4. יוסי חזר מהשרותים לפתח עצוב, זה סוד טוב או סוד רע?
5. מתר לספר לחבר שהשני בכין?
6. חברי הטוב חבק אותי מדי חזק, כדאי לי לומר לו להפסיק עם זה?
7. מה אסור לעשות בתקליט האסור כשיש סוד רע? _____ בבטן.
8. השכן בקש ממני לרדת איתו למחסן לבד, ולא לומר להורים, זהו סוד טוב או סוד רע?
9. הלכתי עם אחי הקטן לדודה נחיה חבקה אותנו חזק-חזק, האם נזרם או שנספר לאמא?
10. לספר למורה שראיתי היום את יוני מתנהג באופן מדאיג ומוזר זה סוד טוב או סוד רע?
11. לשמי גלו סוד מפתיע ומשמח אף מחשיד, זהו סוד טוב או סוד רע?
12. האנשים שקרובים אלינו ישמחו לשמע את הסוד, סימן שזה סוד טוב או סוד רע?
13. לספר לאמא שקבלתי 100% במבחן, היחיד מקל הכיתה, האם זה גאונה או סוד טוב?
14. אם זקן מבקש ממכם לסחב לו שקיות לביתו, וישם יתן לכם ממתיק, תעזרו לו או לא תעזרו לו?
15. איפה אסור לגעת בי, וארוץ לספר לאחד ההורים? ביד / בנעל / בכפה / במתחת לחצה.
16. מה שנקר רק לי כל החיים שלי, ואספר מיד לאחד ההורים אם נגעו לי? בחפצים / בחדר שלי / בגוף. אסרטיבי אסרטיבי
17. כשאני מתלבט, נאני הולך לספר, אני _____ .
18. ללכת לחבר טוב ללמוד שעורי בית, צריך לספר לאמא?

מה יצא לך בטור המדגש:

--	--	--	--	--

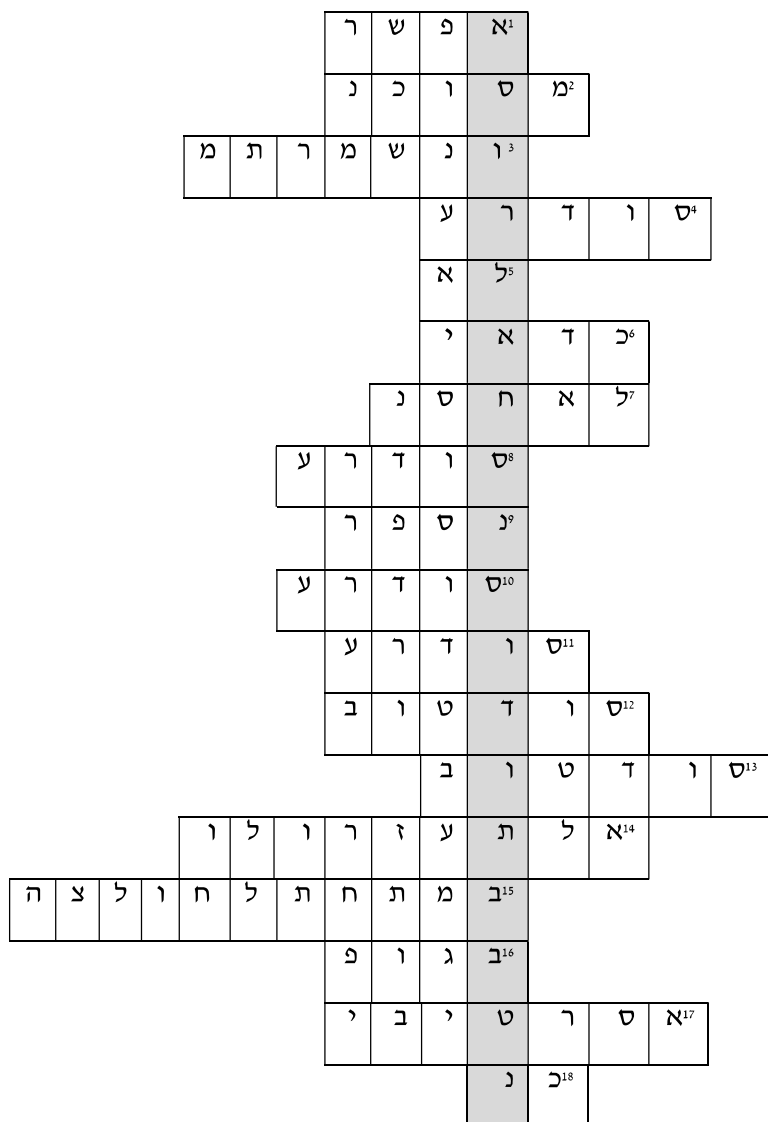
--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

--	--	--	--

דף עבודה 12

פתרון התשבץ למורה



מה יצא לך בטור המודגש:

ב ב ט ו

ס ו ד ו ת

ל א ח ס ו

א ס ו ר

דף עבודה 13

תפזורת הסודות

שמי: _____

מצא בתפזורת לפחות 15 מושגים הקשורים ל"סודות": ישר הפוך, למעלה או למטה.

ל	א	י	ו	ד	ע	ל	ש	מ	ו	ר	ס	ו	ד	ח	ז	ה	ג	א	ל
ש	ט	י	נ	ק	ר	ב	ד	ו	כ	מ	ת	ע	ה	ר	ת	ע	ה	ו	ח
ו	כ	מ	ו	ב	מ	ו	ר	ב	ש	ל	ע	ה	ב	ד	ר	י	א	ו	י
נ	מ	ו	ר	א	ד	ת	ב	ל	ו	ב	ו	ד	ו	ב	ל	ו	ע	ב	י
ה	פ	ת	ע	ה	ר	ש	ל	ע	ש	ל	ט	ר	כ	מ	ו	ב	ל	י	ב
ר	ח	ת	ק	ב	ב	ע	ה	ש	ל	ע	ד	ב	ק	ב	י	א	ש	ח	י
ע	ד	ש	ל	ע	י	ח	ק	ש	ה	ק	ו	י	ש	ל	ע	ש	מ	א	מ
ק	ל	ב	ה	ב	נ	ש	ל	ע	ע	ש	ס	ב	ד	ו	כ	מ	ו	מ	ל
ש	ס	ה	ב	ת	ו	ל	י	כ	ר	ד	ו	ד	ו	ר	א	ו	ר	ק	ס
ד	פ	ו	ר	א	ג	ב	ע	ג	פ	ק	ד	ר	ו	ב	ל	ו	ס	ו	פ
ק	ר	ש	ל	ע	ר	ת	ח	ר	ל	ש	ר	ב	ו	ר	א	ו	ו	מ	ר
ב	ד	ו	כ	מ	ש	ו	ר	א	ו	ר	ע	י	ת	ע	ה	ר	ד	ו	ל
ת	ע	ה	ר	ת	ו	ת	ל	א	מ	פ	ח	ד	ל	ס	פ	ר	ש	ת	ה
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ל	ש	נ	ד	ו	ד	י	ש	י	נ	ה	ע	ב	ו
צ	נ	י	ע	ו	ת	מ	ק	ב	ד	ו	כ	מ	ב	ח	ת	ד	ו	ג	ר
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ו	ט	ו	ר	א	ו	י	ד	ו	ס	ר	ש	ו	י
א	ס	ו	ר	ל	ש	מ	ו	ר	ב	ב	ט	נ	ע	ש	ע	ב	נ	פ	מ
א	י	נ	ס	ו	ד	ע	מ	א	י	ש	ז	ר	ח	כ	ח	י	ר	י	ס
ס	ו	כ	א	ב	י	ב	ט	נ	ת	ע	ה	ר	ת	ב	ד	ו	כ	מ	ב
כ	מ	ו	ב	כ	ר	ת	ס	ב	ו	ה	ע	ר	ה	כ	מ	ר	ו	ר	א

17. ארוך מכה רעהו בסתר
18. סוד רע
19. כאבי בטן
20. נדודי שינה
21. חייבים לספר להורים
22. אין סוד עם איש זר
23. צניעות
24. מקומות בגוף

9. לא מפחד לספר
10. הפתעה
11. חשאי
12. שטינקר
13. מלשן
14. לא יודע לשמור סוד
15. יודע לשמור סוד
16. סודי

1. לשון הרע
2. חרם דרבינו גרשום
3. רכילות
4. חושך
5. שקט
6. סוד טוב
7. אסור לשמור בבטן
8. מפחד לספר

דף עבודה 13

תפזרת הסודות

שמי: _____

מצא בתפזרת לפחות 15 משגים הקשורים ל"סודות": נשר הפוד, למעלה או למטה.

ל	א	י	ו	ד	ע	ל	ש	מ	ו	ר	ס	ו	ד	ח	ז	ה	ג	א	ל
ש	ט	י	נ	ק	ר	ב	ד	ו	כ	מ	ת	ע	ה	ר	ת	ע	ה	ו	ח
ו	כ	מ	ו	ב	מ	ו	ר	ב	ש	ל	ע	ה	ב	ד	ר	י	א	ו	ל
נ	מ	ו	ר	א	ד	ת	ב	ל	ו	ב	ו	ד	ו	ב	ל	ו	ע	ב	י
ה	פ	ת	ע	ה	ר	ש	ל	ע	ש	ל	ט	ר	כ	מ	ו	ב	ל	י	ב
ר	ח	ת	ק	ב	ב	ע	ה	ש	ל	ע	ד	ב	ק	ב	י	א	ש	ח	י
ע	ד	ש	ל	ע	י	ח	ק	ש	ה	ק	ו	י	ש	ל	ע	ש	מ	א	מ
ק	ל	ב	ה	ב	נ	ש	ל	ע	ע	ש	ס	ב	ד	ו	כ	מ	ו	מ	ל
ש	ס	ה	ב	ת	ו	ל	י	כ	ר	ד	ו	ד	ו	ר	א	ו	ר	ק	ס
ד	פ	ו	ר	א	ג	ב	ע	ג	פ	ק	ד	ר	ו	ב	ל	ו	ס	ו	פ
ק	ר	ש	ל	ע	ר	ת	ח	ר	ל	ש	ר	ב	ו	ר	א	ו	ו	מ	ר
ב	ד	ו	כ	מ	ש	ו	ר	א	ו	ר	ע	י	ת	ע	ה	ר	ד	ו	ל
ת	ע	ה	ר	ת	ו	ת	ל	א	מ	פ	ח	ד	ל	ס	פ	ר	ש	ת	ה
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ל	ש	נ	ד	ו	ד	י	ש	י	נ	ה	ע	ב	ו
צ	נ	י	ע	ו	ת	מ	ק	ב	ד	ו	כ	מ	ב	ח	ת	ד	ו	ג	ר
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ו	ט	ו	ר	א	ו	י	ד	ו	ס	ר	ש	ו	י
א	ס	ו	ר	ל	ש	מ	ו	ר	ב	ב	ט	נ	ע	ש	ע	ב	נ	פ	מ
א	י	נ	ס	ו	ד	ע	מ	א	י	ש	ז	ר	ח	כ	ח	י	ר	י	ס
ס	ו	כ	א	ב	י	ב	ט	נ	ת	ע	ה	ר	ת	ב	ד	ו	כ	מ	ב
כ	מ	ו	ב	כ	ר	ת	ס	ב	ו	ה	ע	ר	ה	כ	מ	ר	ו	ר	א

17. אור מפה רעהו בסתר
18. סוד רע
19. כאבי בטן
20. נדודי שנה
21. חבבים לספר להורים
22. אין סוד עם איש זר
23. צניעות
24. מקומות בגוף

9. לא מפחד לספר
10. הפתעה
11. חשאי
12. שטינקר
13. מלשן
14. לא יודע לשמר סוד
15. יודע לשמר סוד
16. סודי

1. לשון הרע
2. חרם דרבינו גרשם
3. רכילות
4. חשך
5. שקט
6. סוד טוב
7. אסור לשמר בבטן
8. מפחד לספר

דף עבודה 13

פתרון תפזורת הסודות למורה

ל	א	י	ו	ד	ע	ל	ש	מ	ו	ר	ס	ו	ד	ח	ז	ה	ג	א	ל
ש	ט	י	נ	ק	ר	ב	ד	ו	כ	מ	ת	ע	ה	ר	ת	ע	ו	ד	ח
ו	כ	מ	ו	ב	מ	ו	ר	א	ו	ר	ב	ש	ל	ע	ה	ב	ד	ר	י
נ	מ	ו	ר	א	ד	ת	ב	ל	ו	ב	ו	ד	ו	ב	ו	ל	ע	ב	י
ה	פ	ת	ע	ה	ר	ש	ל	ע	ש	ל	ט	ר	כ	מ	ו	ב	ל	י	ב
ר	ח	ת	ק	ב	ב	ע	ה	ש	ל	ע	ד	ב	ק	ב	י	א	ש	ח	י
ע	ד	ש	ל	ע	י	ח	ק	ש	ה	ק	ו	י	ש	ל	ע	ש	מ	א	מ
ק	ל	ב	ה	ב	נ	ש	ל	ע	ע	ש	ס	ב	ד	ו	כ	מ	ו	מ	ל
ש	ס	ה	ב	ת	ו	ל	י	כ	ר	ד	ו	ד	ו	ר	א	ו	ר	ק	ס
ד	פ	ו	ר	א	ג	ב	ע	ג	פ	ק	ד	ר	ו	ב	ל	ו	ס	ו	פ
ק	ר	ש	ל	ע	ר	ת	ח	ר	ל	ש	ר	ב	ו	ר	א	ו	מ	ר	ר
ב	ד	ו	כ	מ	ש	ו	ר	א	ו	ר	ע	י	ת	ע	ה	ר	ד	ו	ל
ת	ע	ה	ר	ת	ו	ת	ל	א	מ	פ	ח	ד	ל	ס	פ	ר	ש	ת	ה
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ל	ש	נ	ד	ו	ד	י	ש	י	נ	ה	ע	ב	ו
צ	נ	י	ע	ו	ת	מ	ק	ב	ד	ו	כ	מ	ב	ח	ת	ד	ו	ג	ר
כ	מ	ו	ב	כ	מ	ו	ט	ו	ר	א	ו	י	ד	ו	ס	ר	ש	ו	י
א	ס	ו	ר	ל	ש	מ	ו	ר	ב	ב	ט	נ	ע	ש	ע	ב	נ	פ	מ
א	י	נ	ס	ו	ד	ע	מ	א	י	ש	ז	ר	ח	כ	ח	י	ר	י	ס
ס	ו	כ	א	ב	י	ב	ט	נ	ת	ע	ה	ר	ת	ב	ד	ו	כ	מ	ב
כ	מ	ו	ב	כ	ר	ת	ס	ב	ו	ה	ע	ר	ה	ר	כ	מ	ר	ו	א

סודות - שאלות חזרה:

שמי: _____

לפניך 10 שאלות, עליך לסמן ב-X את התשובה הנכונה.

1. חבר קיבל ציון נמוך וביקש ממני לשמור בסוד, האם זה עומד בכללי המוגנות?

- ☐ לא, כי זה סוד.
☐ כן, זה פרטיות שלו.
☐ לא, כי הוא ביקש ממני לשמור בסוד.

2. למה לפעמים אני לא מגלה סוד?

- ☐ כי אני מתבייש או מפחד.
☐ כי לפעמים זה סוד טוב.
☐ כל התשובות נכונות.

3. מה ארוויח אם אספר סוד רע?

- ☐ לא ארוויח כלום.
☐ לפעמים יקראו לי 'מלשן'.
☐ ארגיש משוחרר, סיפוק, וגם יוכלו לעזור לי. בכך אהיה 'ילד מוגן'.

4. איך מרגיש ילד שיש לו סוד טוב?

- ☐ הרגשה נעימה, רצון לספר לכולם.
☐ כאבי ראש.
☐ לא מרגיש כלום.

5. מה יקרה כשאשמור סודות רעים בבטן?

- ☐ ארגיש קצת כאבי ראש וזהו.
☐ לא ארגיש כלום.
☐ כמו בלון, בסוף זה יתפוצץ ואהיה ממש חולה, עם כאבי ראש או בטן ועוד.

6. מה ההבדל בין סוד טוב להפתעה?

- ☐ סוד : ישמח את המבוגרים. הפתעה : לא ישמח את המבוגרים.
- ☐ אין הבדל.
- ☐ סוד : לא ישמח את המבוגרים. הפתעה : ישמח את המבוגרים.

7. מה אני לא חייב לספר?

- ☐ דברים פרטיים שלי, כשלא עובר על כללי המוגנות.
- ☐ למשל כשמישהו פגע בי בגוף.
- ☐ צריך לספר הכל.

8. מה אני חייב לספר?

- ☐ כשמישהו הפחיד אותי.
- ☐ כשמישהו הרביץ לי.
- ☐ כשאני מרגיש מבולבל, או כשמישהו פוגע בי בצורה לא מתאימה לכללי המוגנות.

9. למי אני חייב לספר?

- ☐ לכל איש מבוגר שאפגוש.
- ☐ למבוגר אחראי שמקשיב לי : אבא, אמא או מורה.
- ☐ מספיק לחבר טוב.

10. מה יקרה אם הבטחתי לא לספר?

- ☐ אם הבטחתי אני חייב לקיים ואסור לי לספר.
- ☐ מההורים אסור להסתיר כלום, ואין להבטחה שום משמעות.
- ☐ לפעמים אספר ולפעמים לא.

בהצלחה !

דף עבודה 14

סודות - שאלות חזרה

שמי: _____

לפניך 10 שאלות, עליך לסמן ב-X את התשובה הנכונה.

1. חבר קבל ציון נמוך ובקש ממני לשמר בסוד, האם זה עומד בכללי המוגנות?

☐ לא, כי זה סוד.

☐ כן, זה פרטיות שלו.

☐ לא, כי הוא בקש ממני לשמר בסוד.

2. למה לפעמים אני לא מגלה סוד?

☐ כי אני מתבייש או מפחד.

☐ כי לפעמים זה סוד טוב.

☐ כל התשובות נכונות.

3. מה ארויח אם אספר סוד רע?

☐ לא ארויח כלום.

☐ לפעמים יקראו לי 'מלשן'.

☐ ארגיש משחרר, ספוק, וגם יוכלו לעזור לי.

4. איך מרגיש ילד שיש לו סוד טוב?

☐ הרגשה נעימה, רצון לספר לכולם.

☐ כאבי ראש.

☐ לא מרגיש כלום.

5. מה יקרה כשאשמר סודות רעים בבטן?

☐ ארגיש קצת כאבי ראש וזהו.

☐ לא ארגיש כלום.

☐ כמו בלון, בסוף זה יתפוצץ ויאהיה ממש חולה, עם כאבי ראש ובטן ועוד.

6. מה ההבדל בין סוד טוב להפתעה?

- ☐ סוד : ישמח את המבגרים. הפתעה : לא ישמח את המבגרים.
- ☐ אין הבדל.
- ☐ סוד : לא ישמח את המבגרים. הפתעה : ישמח את המבגרים.

7. מה אני לא חייב לספר?

- ☐ דברים פרטיים שלי, כשלא עובר על כללי המוגנות.
- ☐ למשל כשמישו פגע בי בגוף.
- ☐ צריך לספר הכל.

8. מה אני חייב לספר?

- ☐ כשמישו הפחיד אותי.
- ☐ כשמישו הרביץ לי.
- ☐ כשמישו פוגע בי בצורה לא נעימה או לא מתאימה.

9. למי אני חייב לספר?

- ☐ לכל איש מבגר שאפגוש.
- ☐ למבגר אחראי שמקשיב לי : אבא, אמא או מורה.
- ☐ מספיק לחבר טוב.

10. מה יקרה אם הבטחתי לא לספר?

- ☐ אם הבטחתי אני חייב לקיים ואסור לי לספר.
- ☐ מההורים אסור להסתיר כלום, ואין להבטחה שום משמעות.
- ☐ לפעמים אספר ולפעמים לא.

בהצלחה !



רגשות

רגשות – הקדמה למורה

עלינו כמורים לשלב כמה שיותר מילות רגש בשיח, לספר ולשחק עם התלמידים על רגשות, וכן לעודד אותם לא להתבייש מרגשות שליליים.

בדרך זו, הילד מתנסה במצבים שונים ומפתח כישורים אישיים ובין אישיים. בעזרת הרגשות, הילד מבטא את מצבו הנפשי, מבחינת החוויה האישית שלו.

ייתכן וילדים שונים יחו את אותו רגש באופן שונה וחשוב להבהיר כי **כל רגש לגיטימי**. אנו מלמדים את הילד להכיר ולזהות את רגשותיו, להבין את השפעותיהם על התנהגותו ולהביע את רגשותיו בצורה הולמת, וכן בהקשר של מוגנות.

השיפוט המוסרי ממשיך להתפתח בגיל בית הספר, והילד לומד את המושגים טוב ורע, להבדיל ביניהם על רקע מידת הנזק שמישהו גורם לזולת תוך מתן מקום לגורם הכוונה שמהווה תפקיד חושב בהערכה מוסרית של מעשה מסוים.

בהקשר של מוגנות, הדבר חשוב שבעתיים. ילד שהרגשות שלו מפותחים יודע יותר להבחין מתי המצב הוא בסדר ומתי הדבר מסוכן או מצריך ייעוץ ממבוגר אחראי

זוהי בעצם מטרתנו. בהצלחה.

דף עבודה 15

לזהות את הרגשות

שמי: _____

חלק א'

רשם 8 שמות של רגשות (גם רגשות נעימים וגם לא):

1.	2.	3.	4.
5.	6.	7.	8.

שאלה 1:

מה הן רגשות?

תשובה:

מילים, מילים, מילים

שאלה 2:

למה הקב"ה ברא את הרגשות?

תשובה:

מילים, מילים, מילים

דף עבודה 15

חלק ב'

מצא את הרגשות בספור

הקוף בעגול את הרגשות שמצאת בתוך הספור

אלי לומד להזהר לא ללכת בלי רשות

ביום ששי אלי וכל המשפחה
לקטע אל סבא וסבתא מתכוננים בשמחה.
אלי עוזר לאמא לארגן את המזונדה,
הוא מכניס את התיקיה שקבל בתלמוד תורה,
ממנה יספר פרשת שבוע לסבא בסעודה.
המזונדה ארוזה, אך המלאכה עוד רבה,
ולאלי אין כבר סבלנות לחכות לנסיעה.
הוא מחליט לצאת לבד לתחנה,
ויוצא מהבית בלי לומר מלה.
כך אמא העסיקה לא ראתה ולא ידעה...
לאחר מספר דקות אבא קורא בשמחה:
"סוף סוף הכל מוכן לנסיעה!
בואו ילדים, נצא לתחנה!"
אך אויזה, אלי נעלם פתאום!
אבא ואמא מדאגים ומחפשים בכל מקום,
אך אינם מוצאים את אלי, נורא ואלים!
בינתיים, אלי התבלבל בדרך הארקה,
ובמקום להגיע לתחנה
הגיע לקצה השכונה!
אלי נסה לחזור הביתה במהרה,
אך לא זכר את הדרך חזרה.
הוא גשב לו על גדר בפנה
והחל לבכות בבקלה.

והנה, עבר לידו שכן ושאל בדאגה:
"מה קרה, מדוע אתה בוכה מרה?"
אלי ענה: "נאבדתי בדרך לתחנה,
ואיני יודע את הדרך הביתה חזרה".
השכן מרגיע את אלי המפחד:
"כבר אקח אותך הביתה, אל תפחד!"
אלי אוחז ביד השכן הטוב,
ביחד צועדים לרחוב הקרוב.
"הו", קורא אלי בשמחה,
"אני כבר מכיר את הסביבה!"
אבא ואמא וכל הילדים
מרחוק אותו מגלים.
"הו, הנה אלי!" הם קוראים,
לד' ולשכן הטוב הם מודים.
פעת לתחנה הם ממהרים –
שם האוטובוס כבר מעלה נוסעים...
באוטובוס אבא אומר לאלי בחמרה:
"דאגנו לך מאד, מדוע נעלמת ללא הודעה?
אסור ללכת ללא בקשת רשות מההורים,
גם אם נראה שאת הדרך מכירים!"
אלי למד ויודע פעת:
פשרוצים לצאת מהבית וללכת
יש לבקש מההורים רשות מפרשת!

דף עבודה 15

חלק ג'

כתב ספור קצר המשלב בתוכו רגשות על נער בגילך. מצרפות תמונות עם פרצופים שתוכל להעזר בהם.

עצב 	עייפות 	אופטימיות 	אכזבה 
מבוכה 	מועקה 	אהדה 	אשר 
תסכול 	אימה 	הערצה 	אהבה 
אמללות 	ידידות 	בהלה 	גאווה 
שקט 	רגע 	עליזות 	געל 
עוינות 	זעם 	חרדה 	רף 

דף עבודה 15

חלק ד'

שאלה:

האם לדעתך רואים עלינו את הרגשות שלנו?

תשובה:

- ☐ כן, תמיד רואים עלי את הרגשות.
- ☐ לא, אף פעם לא רואים עלי את הרגשות שלי.
- ☐ לפעמים כן ולפעמים לא.

כתב כאן בטבלה את הרגשות שלך ואת הרגשות שלדעתך לא רואים עלינו, כמו בדגמה:

רגשות שרואים עלינו	רגשות שלא רואים עלינו
כועס וצועק על חבר	מתבייש לשאל את המורה בשעור

דף עבודה 15

חלק ה'

שאלה 1:

לפי מה אחליט באלו רגשות אשתף את הסביבה ובאלו לא?

תשובה:

- ☐ לא אשתף כלום.
- ☐ צריך לשתף הכל.
- ☐ עם ההורים תמיד צריך לשתף. עם שאר אנשים תלוי ברצון שלי וביכולת שלי לזהות סכנה.

שאלה 2:

מה יקרה אם נאחסן את הרגשות בבטן ולא נביע אותם?

תשובה:

- ☐ ארגיש קצת כאבי ראש וזהו.
- ☐ לא ארגיש כלום.
- ☐ ארגיש תחושות לא נעימות (אם הרבה זמן זה נמשך אז זה כמו בלון: בתחלה ארגיש לא נעים ובסוף זה יתפוצץ וארגיש ממש חולה! עם כאבי ראש או בטן או קשיי רכוז, ועוד, או הכל ביחד).

מתח קו - זהה את הרגש

שמי: _____

חלק א' - רגשות לא נעימים

עליך למתח קו בין התמונה לבין הרגש שהיא מביעה

• נבהל



• אמלל



• זועם



• מאכזב



• נעלב



• עוין



• עצוב



• מתבייש



• מפחד



• מתעצבן



דף עבודה 16

חלק ב' - רגשות נעימים

• בטוח בעצמו



• מעריץ



• מתפעל



• רגוע



• מאשר



• חפשי



• אוהב



• שיך



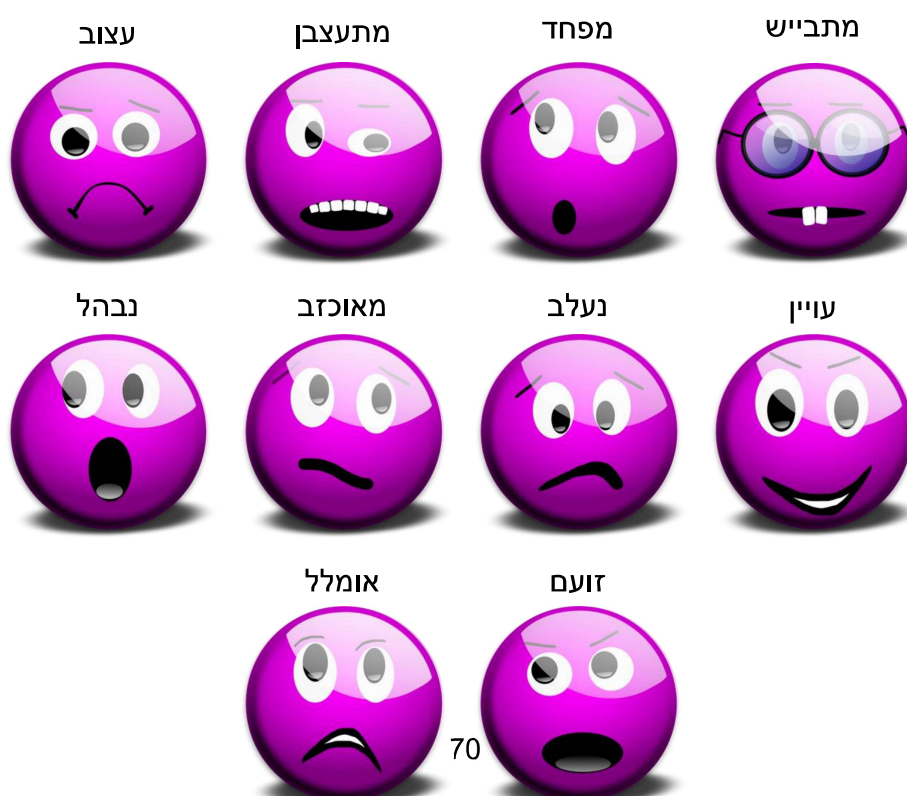
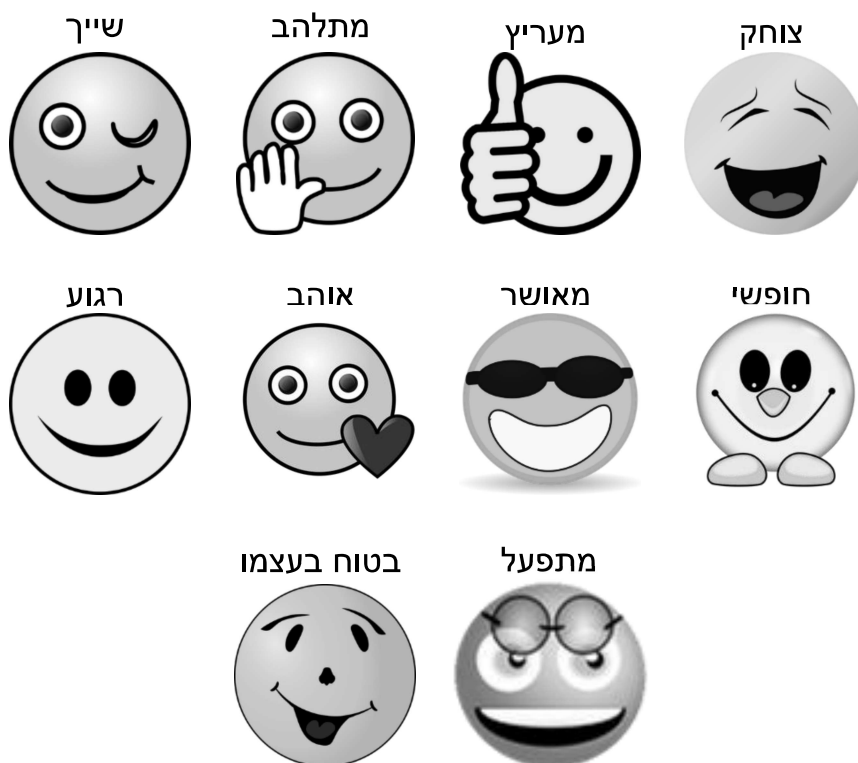
• מתלהב



• צוחק



פתרונות למורה מתח קו - זהה את הרגש



דף עבודה 17

איך אני מרגיש היום?

שמי: _____

כתב כאן איך אתה מרגיש היום – יש לפרט כמה שיותר (אפשר גם לרשם את הסבה – לא חובה).

מצרפות תמונות עם פרוצים שתוכל להעזר בהם.

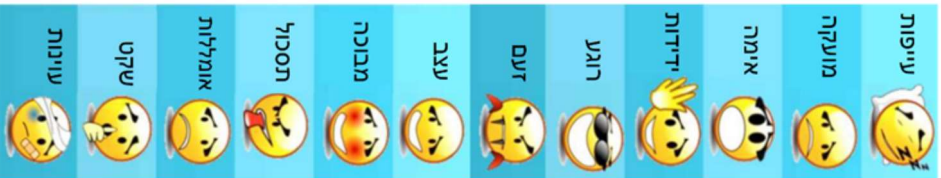
עצב		עייפות		אופטימיות		אכזבה	
מבוכה		מיעקה		אהדה		אשר	
תסכול		אימה		הערצה		אהבה	
אמללות		ידידות		בהלה		גאווה	
שקט		רגע		עליזות		געל	
עוינות		זעם		קרדה		רף	

כיצד הרגשתי היום?

שמי: _____

תלמיד יקר! לפניך טבלה מחלקת לימים עליך למלא את המשפחות לפי ההוראות, תוכל להעזר בשימות הרגשות שבצדדים.

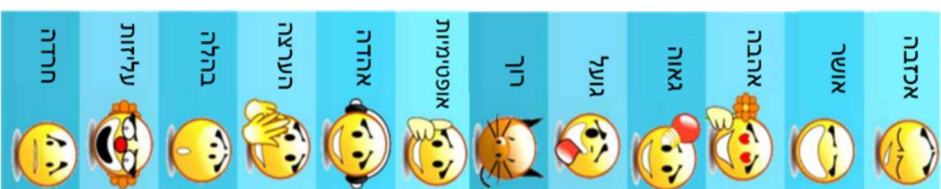
דף עבודה 18



כיצד הרגשתי היום העזרו בשימות הרגשות בצדדים כדי לתאר כיצד הרגשתי			
---	--	--	--

ערב	צהריים	בוקר	
			יום ראשון
			יום שני
			יום שלישי
			יום רביעי
			יום חמישי
			יום שישי
			שבת קדש

בהצלחה!



דף עבודה 18

וְהַתְּאֵלָּהּ

שבת קודש			
יום נשי			
יום מ'ט' מ'י			
מ'ב' א' מ'י			
יום מ'ל' מ'י			
מ'א' מ'י			
יום ראשון	ר"ה	מ'ט' א'	כ"א

טובא	לאו	סבבה	נורא	געל	יר	אופטימיזם	מדינה	קעניג	פיליץ	סטודענט

[illegible]

နိဗ္ဗာန်သို့ ပရိယတ္တိ

[illegible]

Ḥāḥ: _____

פִּינֵד הַרְשָׁתִי הַזֶּה?

השלים את הרגש החסר בספור

שמי: _____

לפניך ספור המשלב בתוכו רגשות, עליך למלא את המלים החסרות מתוך הרשימה שלמטה.

יום אחד הציעה אמא ליוסי: "יוסי, תרצה לבוא אתי למרכז המסחרי לקניות?" יוסי מאוד _____ ואמר לאמא: "בדאי!".

הם יצאו יחד יד ביד הגיעו למרכז המסחרי ונכנסו לחנות בגדים. לאחר כמה דקות, יוסי _____ וחפש משהו מעניין.

פתאום הוא ראה חנות משחקים ובחלון ראה עמדה מכונית חשמלית עם שלט. יוסי _____ והלך לראות, הוא בחר את המכונית והיה מלא _____.

לאחר כמה דקות נזכר באמא ורץ חזרה לחנות הבגדים. יוסי חפש את אמא ולא מצא אותה בכל החנות. יוסי מאוד _____ וכמעט בכה. הוא לא הכיר אף אחד והרגיש _____.

ברגע הראשון הוא היה בהלם ואז הוא נזכר איך שאמא הסבירה לו פעם, מה עושים כשנאבדים. הוא זכר גם את מספר הטלפון שלה שהיא למדה אותו בעל פה.

בהתחלה יוסי _____, אבל הוא החליט להתגבר ונגש לאמא עם תינוק שעברה לידו ובקש להתקשר. האמא עם התינוק נתנה לו להתקשר.

כשאמא שמעה את יוסי היא מאוד _____ והחמיאה ליוסי שהתנהג בצורה בוגרת ונכונה. "פעם אחרת" אמרה אמא תזכר להשאר קרוב לאמא ולקבל רשות כשרוצים ללכת.

התלהב

התרגשה

נבהל

בדד

השתעמם

הסתקרן

התפעלות

התבייש

דף עבודה 20

זהה את הרגשות

שמי: _____

תלמיד יקר!

לפניך 15 פרצופים עם רגשות, נסה לזהות כמה שיותר רגשות מתוכם, ורשום זאת מתחת כל אחד.

בהצלחה!































דף עבודה 21

זהה את הרגש

שמי: _____

תלמידים יקרים !

בדף עבודה שלפניכם נכיר ונעמיק את עולם הרגשות שלנו ושל הסובבים, כך נוכל לעזור ולהעזר, לשתף אחרים ולהשתתף עמם, בחוויות וברגשות. לזהות מה גורם לנו להרגיש נעימה ומה גורם להרגיש לא נעימה, ולהשתדל לעשות לנו תמיד טוב.

הפנים הם הראי של הרגשות, הפנים מגלות את מה שבפנים. ננסה ללמוד את הרגשות דרך הבעות הפנים.

כתב תחת כל "סמילי" איזו הרגשה הוא מביע נתן להעזר ב"אוצר הרגשות" שלפניך!



















כעס, שמחה, הצלחה, אהבה, פחד, בהלה, עצבות, עלבון, התרגשות

דף עבודה 22

כתב סתרים - רגשות

שמי: _____

לפניך 20 סוגי רגשות מוטמנים בכתב סתרים, עליך לגלות את הרגשות הטמונים בכתב הסתרים, על ידי התאמה בין האותיות לצורות.

כתוב את המילים במסגרת מעל כתב הסתרים.

 -  \$! x	 -  *	✓ ✂ נה	○ - ! 
✂ < + - 	 - \ \$ \ =	 -  +  /	# \$ # ! 
 -  \$ + 	/ #  *	= * נה	\ ! ♦
 - ♦ \$ \$ ✂ <	/ + * \	=  ✂ <	 - x  \$ \$ =
x - = @ ✂	/ * x /	/ = / *	/ ! # 

מקרא:

○ ק	# מ	? ז	* א
 ר	x נ	! ח	= ב
 ש	✓ ס	% ט	+ ג
 ת	✂ ע	\$ י	\ ד
	♦ פ	כה	/ ה
	 צ	@ ל	- ו

דף עבודה 22

כְּתַב סְתָרִים - רְגָשׁוֹת

שְׁמִי: _____ נ"י

לְפָנֶיךָ 20 סוגי רגשות מטמנים בכְּתַב סְתָרִים, עֲלֶיךָ לְגַלוֹת אֶת הָרְגָשׁוֹת הַטְּמוּנִים
בְּכַתֵּב הַסְתָּרִים, עַל יְדֵי הַתְּאֻמָּה בֵּין הָאוֹתִיוֹת לְצוּרוֹת.

כְּתַב אֶת הַמָּלִים בַּמְסַגֶּרֶת מֵעַל כְּתַב הַסְתָּרִים.

☞ - ☞ \$! x	☞ - ☞ * *	✓ < נ	○ - ! ☞
< + - ☞	☞ - \ \$ \ =	☞ - ☞ + ☞ /	# \$ # ! ☞
☞ - ☞ \$ + ☞	/ # ☞ *	= * נ	\ ! ♦
☞ - ♦ \$ \$ <	/ + * \	= ☞ <	☞ - x ☞ \$ \$ =
x - = @ <	/ * x /	/ = / *	/ ! # ☞

מְקַרָּא:

○ ק	# מ	? ז	* א
☞ ר	x נ	! ח	= ב
☞ ש	✓ o	% ט	+ ג
☞ ת	< ע	\$ י	\ ד
	♦ פ	כ נ	/ ה
	☞ צ	@ ל	- ו

דף עבודה 22

פתרון כתב הסתרים למורה

נחישות	אושר	כעס	צחוק
רוגע	בדידות	התרגשות	רחמים
רגישות	אשמה	כאב	פחד
עייפות	דאגה	עצב	ביישנות
עלבון	הנאה	אהבה	שמחה

מצב נעים או לא?

שמי: _____

תלמיד יקר לפניך רשימת מצבים. הקף בעיגול אם המצב נעים או לא נעים. מתאים או לא מתאים (אפשר לסמן כמה תשובות).

1. לנסוע לים	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
2. להוריד אשפה 5 קומות ברגל	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
3. מבוגר שיושב לידי באוטובוס	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
4. מחמיאים לי	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
5. לעזור לסבתא לסחוב סלים	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
6. לאכול המון חמצוצים	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
7. חיסון בקופת חולים	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
8. אדם לא מוכר מתחיל לשוחח איתי ברחוב	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
9. מגלים לי סוד	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
10. עושים לי מסיבת הפתעה	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
11. חבר אומר עלי בדיחה	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
12. לנצח במשחק	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
13. לקבל 70% במבחן	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
14. המורה צועק עלי	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים
15. הדודה מתארכת בשבת	נעים / לא נעים / מתאים / לא מתאים

מצב נעים או לא?

שמי: _____

תלמיד זקר לפניך רשימת מצבים, עליך להקיף בעגול את הצויר הנכון לדעתך.

			1. לנסע לים
			2. להוריד אשפה 5 קומות בגל
			3. מבגר שיושב לידי באוטובוס
			4. מחמיאים לי
			5. לעזר לסבתא לסחב סלים
			6. לאכל המון חמצצים
			7. חסון בקפת חולים
			8. אדם לא מפר מתחיל לשוחח אתי ברחוב
			9. מגלים לי סוד
			10. עושים לי מסבת הפתעה
			11. חבר אומר עלי בדיחה
			12. לנצח במשחק
			13. לקבל 70% במבחן
			14. המורה צועק עלי
			15. הדודה מתארכת בשבת

רגש נעים או לא נעים?

שמי: _____

לפניכם טבלת רגשות, חישבו מה גורם לכם להרגיש כך? ומה תעשה כאשר זה קורה? מלאו לפי ההוראות.

מה אני מרגיש	האם זה רגש נעים או לא נעים, או גם וגם?	מהי ולמה אני מרגיש כך?	מה אני עושה כשאני מרגיש כך?
מאוכזב			
שקט			
מפחד			
מרתם			
דואג			
מרועה			

בהצלחה!

מחשבים	כניס	עצוב	נעלב	אורב	נלרב

רָגִישׁ נָעִים אֶל נָעִים?

שְׁמִי: _____

תמונה: ילדים רגילים נעים אל ילדים עם צרכים מיוחדים.

שְׁמִי ילד/ילדה	האם ילד/ילדה עם צרכים מיוחדים יכול/י להשתתף?	האם ילד/ילדה עם צרכים מיוחדים יכול/י להשתתף?	האם ילד/ילדה עם צרכים מיוחדים יכול/י להשתתף?	האם ילד/ילדה עם צרכים מיוחדים יכול/י להשתתף?
מאכל				
מבנה				
מבנה				
מבנה				
מבנה				
מבנה				

האמצעים

האמצעים					
מאג					
קצ"מ					
מאג					
מאג					
מאג					



שיח

שיח – הקדמה למורה

ילדים רבים מבולבלים מהו השיח המותר ומהו השיח האסור. למשל יהיו שיחשבו שמותר לשוחח עם אדם נחמד ברחוב למרות שאינו מוכר, ואילו לשוחח דברים אישיים עם ההורים אסור, כי זה אישי.

מלבד פיתוח הבנת השיח הנכון והלא נכון, אנו צריכים לתת לילדים כלים חשובים בהם הם ישתמשו במקרה הצורך אם יופרו כללי המוגנות.

התלמיד צריך לדעת עם מי מותר ועם מי אסור לדבר. איך לדבר עם כל אחד במעגל סביבו. ומתי מותר וחייבים לצעוק.

דף עבודה 25

שיח מתאים או לא מתאים

שמי: _____

לפניך 20 אפשרויות של שיח מתאים או לא מתאים, עליך לרשום בכל משבצת את התשובה הנכונה כמו בדוגמה:

	שיח	מתאים?	לא מתאים?	מדוע זה מתאים או לא מתאים?	מה עליי לעשות?
1.	"בוא נברח מבית הספר"	X	V	כי זה אסור	לא להתפתות
2.	"בוא נעשה חרס"				
3.	לקלל				
4.	לומר "שלום" לחבר				
5.	לשוחח עם איש לא מוכר				
6.	לצעוק סתם				
7.	להתחצף להורים				
8.	לענות לשאלה שהמורה שאל				
9.	להתלחש עם חבר הרבה זמן				
10.	לשוחח עם נהג האוטובוס				
11.	מילים מהרחוב				
12.	ללמוד תורה				
13.	להחמיא לחבר				
14.	לבקש מאבא כסף				
15.	להתחנף לחבר				
16.	לדבר לשון הרע				
17.	לגלות סוד טוב שאמרו לי לא לגלות				
18.	לגלות למבוגר אחראי סוד רע				
19.	לדבר עם אחותך				
20.	לענות לרופא על שאלתו				

שיח מתאים או לא מתאים

שמי: _____

לפניך 20 אפשרויות של שיח מתאים או לא מתאים, עליך לרשם בכל משפצת את התשובה הנכונה כמו בדגמה:

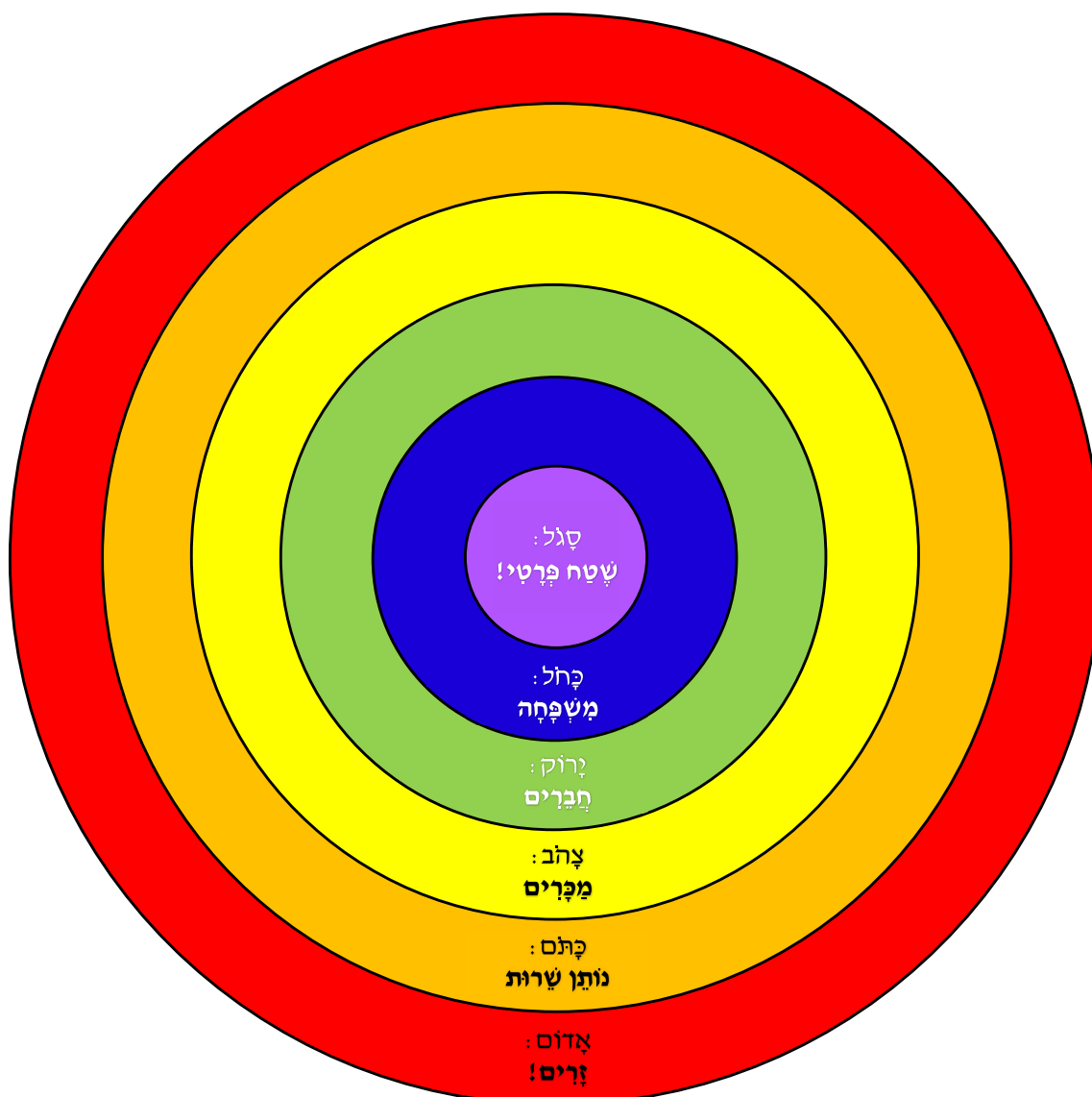
מה עלי לעשות?	מדוע זה מתאים או לא מתאים?	לא מתאים?	מתאים?	שיח	
לא להתפתות	כי זה אסור	V	X	"בוא נברח מבית הספר"	1.
				"בוא נעשה חרם"	2.
				לקלל	3.
				לומר "שלום" לחבר	4.
				לשוחח עם איש לא מכר	5.
				לצלק סתם	6.
				להתחנף להורים	7.
				לענות לשאלה שהמורה שאל	8.
				להתלחש עם חבר הרבה זמן	9.
				לשוחח עם נהג האוטובוס	10.
				מלים מהרחוב	11.
				ללמוד תורה	12.
				להחמיא לחבר	13.
				לבקש מאבא כסף	14.
				להתחנף לחבר	15.
				לדבר לשון הרע	16.
				לגלות סוד טוב שאמרו לי לא לגלות	17.
				לגלות למבגר אחראי סוד רע	18.
				לדבר עם אחותך	19.
				לענות לרופא על שאלתו	20.

מעגלי השיחה שלי

תלמיד יקר!

לפניך כמה אופנים לשיחה, ומתחתם שרטוט של המעגלים. רשום את מספר השיחה במעגל המתאים:

1. מדברים רק כשצריך עזרה, וזהו!
2. מדברים על חוויות.
3. מדברים על חוויות ומשתפים ברגשות ושיחה אישית.
4. לא עונים לשאלות ישירות.
5. לא מדברים, ובמקרה הצורך צועקים הצילו ובורחים.

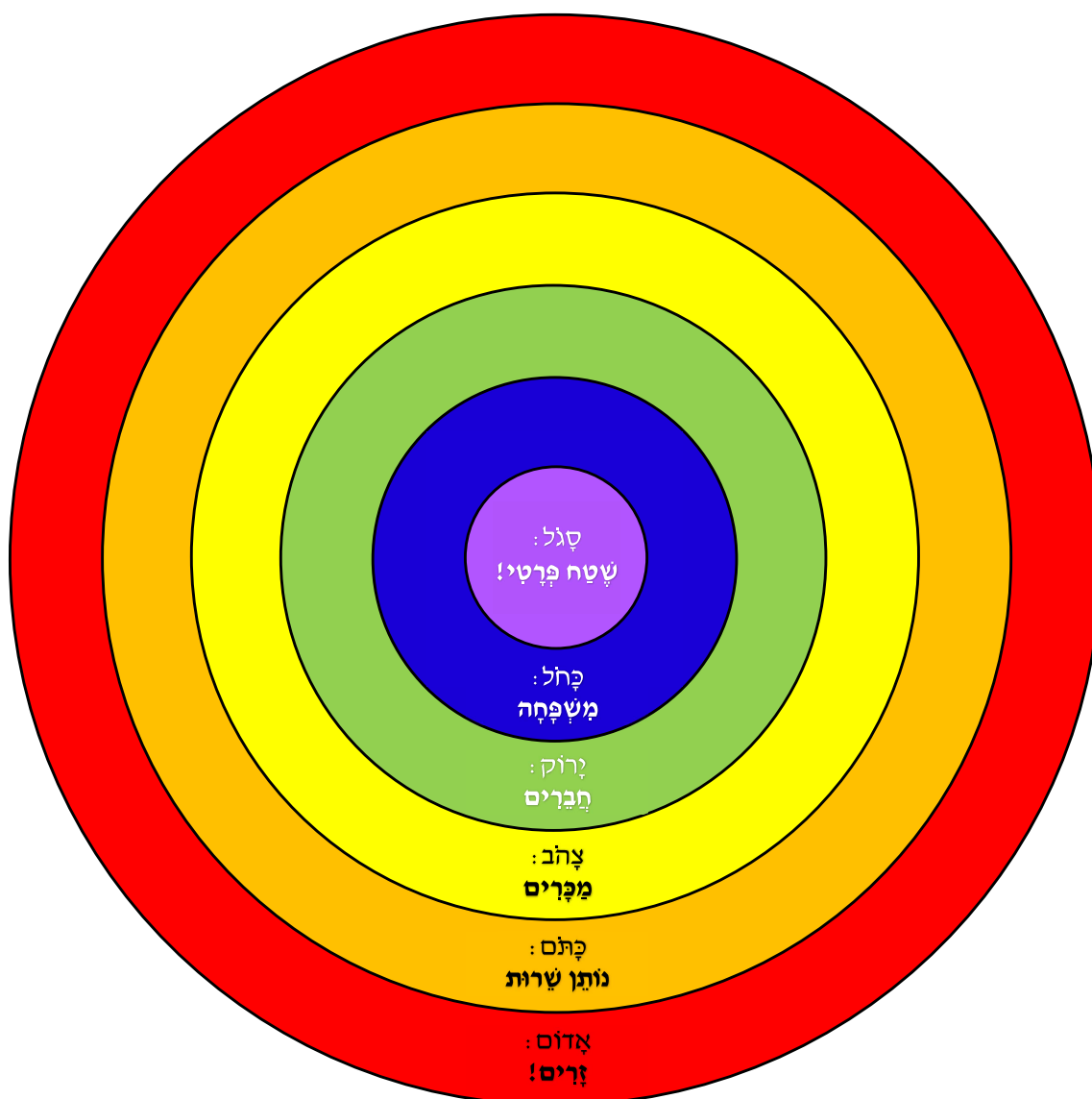


מעגלי השיחה שלי

תלמיד יקר!

לפניך כמה אופנים לשיחה, ומתחתם שרטוט של המעגלים. רשם את מספר השיחה במעגל המתאים:

1. מדברים רק כשצריך עזרה, וזהו!
2. מדברים על חוויות.
3. מדברים על חוויות ומשתפים ברגשות ושיחה אישית.
4. לא עונים לשאלות ישירות.
5. לא מדברים, ובמקרה הצורך צועקים הצילו ובורחים.





אסרטיביות

הקדמה למורה – חינוך לאסרטיביות

'אסרטיביות' בעברית הינה 'דעתנות', כלומר התנהגות שמפגין אדם כלפי הסובבים אותו, אשר מבוססת בעיקר על סירובו להיכנע לרצון של אחרים, אך מבלי לפגוע בהם, במקום זאת הוא בוחר לבטא את אמונתו ולהגן על זכויותיו.

דפוס ההתנהגות האסרטיבי הוא דפוס נרכש של תהליכי חשיבה, תהליך רכישה שמתחיל החל מגיל הינקות ונמשך במהלך כל חייו של האדם, לכן הוא גם ניתן לשיפור מתמיד.

זכרו: כל נושא המוגנות קם ונופל על דבר אחד: אסרטיביות!

מותר לי להתחשב ברגשות ובתחושות הבטן שלי! אם אני מרגיש לא בנוח - אין נימוס! פשוט אגיד "לא"! ומיד להגיע ולספר למבוגר אחראי.

בחינוך למוגנות אנו מטמיעים בתלמידינו את הזכות והחובה לנהוג בדעתנות בהתאם למה שהם חושבים וללא היסוס. דבר זה בעצם מונע סיכון עתידי שאם וכאשר חלילה הם יעמדו במצב של פגיעה הם ידעו לעמוד על שלהם ולצעוק או לברוח.

נתאמן איתם יחד על אמירת "לא"! נחרץ:

יש לא קטן ושברירי

יש לא רגיל.

ויש **לא** אסרטיבי.

מתח קו - "מה עלי לעשות?"

שמי: _____

מתח קו בין המקרה לפעולה שצריך לעשות או לא לעשות.

עליו לשבת ולשנן את המספר של אבא או אמא עד שיידע אותם היטב, ולחפש סימנים שיעזרו לו לזכור.	אלי חזר מהשירותים לכיתה עצוב מאוד.
לצאת מיד מהבניין, לחפש חבר או שניים ורק אז להיכנס.	חברה של אמא שלי מחבקת אותי חזק.
אסור לרדת איתו לבד, ולהסביר לו שלמדנו שאסור, במקרה הצורך - לברוח, ולספר להורים.	ילד מכיתה גבוהה נגע לי מתחת לחולצה.
עלי לספר למורה	אדם שלא גר בבניין הולך אחריי לחדר המדרגות.
להתרחק ממנו מהר, ולהזהיר חברים אחרים, ולספר מיד להורים.	חבר שלי מהכיתה מזמין אותי אל המשרד של אבא שלו.
אזרום ואהנה - זה לא נוגד את כללי המוגנות.	חבר של אבא שלי קורא לי לרדת איתו למחסן לבד.
לא אעזור לו כי יש הרבה אנשים גדולים שהוא יכול לבקש מהם.	שכן שלי הציע לי לעלות למכונית שלו עם אשתו והילדים.
אזרום ואהנה בביקור - רק אם המשרד עם אנשים ולא ריק.	חיים מתבלבל בין מספר הטלפון של אביו לטלפון של אביו של דודי, בגלל שהמספר מתחיל אותו דבר.
זה לא בסדר, ואני יכול לומר בנימוס שאני לא אוהב.	זקן שאיני מכיר ביקש ממני לסחוב לו שקיות הביתה.
עלי לבקש ממנו שיפסיק מיד, ולספר זאת להורים.	חבר הסתכל עלי במקומות המכוסים.

מתח קו - "מה עלי לעשות?"

שמי: _____

מתח קו בין המקרה לפעולה שצריך לעשות או לא לעשות.

עליו לשבת ולשנן את המספר של אבא או אמא עד שיידע אותם היטב, ולחפש סימנים שייעזרו לו לזכר.	אלי חזר מהשרותים לכיתה עצוב מאוד.
לצאת מיד מהבנין, לחפש חבר או שנים ורק אז להכנס.	חברה של אמא שלי מחבבת אותי חזק.
אסור לרדת אתו לבד, ולהסביר לו שלמדנו שאסור, במקרה הצורך - לברח, ולספר להורים.	ילד מכיתה גבוהה נגע לי מתחת לחלצה.
עלי לספר למונה	אדם שלא גר בבנין הולך אחרי לחדר המדרגות.
להתרחק ממנו מהר, ולהזהיר חברים אחרים, ולספר מיד להורים.	חבר שלי מתכיתה מזמין אותי אל המשך של אבא שלו.
אזרם ואהנה - זה לא נוגד את כללי המוגנות.	חבר של אבא שלי קורא לי לרדת אתו למחסן לבד.
לא אעזר לו כי יש הרבה אנשים גדולים שהוא יכול לבקש מהם.	שכן שלי הציע לי לעלות למכונית שלו עם אשתו והילדים.
אזרם ואהנה בבקור - רק אם המשך עם אנשים ולא ריק.	חיים מתבלבל בין מספר הטלפון של אביו לטלפון של אבא של דודי, בגלל שהמספר מתחיל אותו דבר.
זה לא בסדר, ואני יכול לומר בנימוס שאני לא אוהב.	זקן שאיני מכיר בקש ממני לסחב לו שקיות הבייתה.
עלי לבקש ממנו שיפסיק מיד, ולספר זאת להורים.	חבר הסתפל עלי במקומות המבטים.

דף עבודה 27

פתרון מתח קו למורה

אלי חזר מהשירותים לכיתה עצוב מאוד.	עלי לספר למורה.
חברה של אמא שלי מחבקת אותי חזק.	זה לא בסדר, ואני יכול לומר בנימוס שאני לא אוהב.
ילד מכיתה גבוהה נוגע לי מתחת לחולצה.	עלי לבקש ממנו שיפסיק מיד, ולספר זאת למורה או להורים.
אדם שלא גר בבניין הולך אחריי לחדר המדרגות.	לצאת מיד מהבניין, לחפש חבר או שניים ורק אז להיכנס.
חבר שלי מהכיתה מזמין אותי אל המשרד של אבא שלו.	אזרום ואהנה בביקור - רק אם המשרד עם אנשים ולא ריק.
חבר של אבא שלי קורא לי לרדת איתו למחסן לבד.	אסור לרדת איתו לבד, ולהסביר לו שלמדנו שאסור, במקרה הצורך - לברוח, ולספר להורים.
שכן שלי הציע לי לעלות למכונית שלו עם אשתו והילדים.	אזרום ואהנה - זה לא נוגד את כללי המוגנות.
חיים מתבלבל בין מספר הטלפון של אביו לטלפון של אביו של דודי, בגלל שהמספר מתחיל אותו דבר.	עליו לשבת ולשנן את המספר של אבא או אמא עד שיידע אותם היטב, ולחפש סימנים שיעזרו לו לזכור.
זקן שאיני מכיר ביקש ממני לסחוב לו שקיות הביתה.	לא אעזור לו כי יש הרבה אנשים גדולים שהוא יכול לבקש מהם.
חבר הסתכל עלי במקומות המכוסים.	להתרחק ממנו מהר, ולספר מיד להורים או למורה.

מתח קו: אסרטיביות

שמי: _____

לפניך עבודה בשני שלבים: שלב ראשון, מתח קו בין המאורע, לבין הרגש הנובע מאותו מאורע. בשלב השני: מתח קו נוסף בין הרגש לבין הפעולה אשר אותה צריך לעשות.

מהי ההתנהגות הנכונה:	למה אני לא רוצה לגלות:	המאורע:
לא אגלה כי חבל שיקנאו	אני נהנה מהמשחק	אחותי עומדת להתארס
זה סוד רע, עלי לספר להורים או למורה	לא נעים לקלקל את ההפתעה	המדריך של הקייטנה אורב לדגדג אותי בהפסקות מתחת לחולצה
ילד בוגר יודע שמשחק באש, בכל גיל זה מסוכן! לכן אפסיק לשחק איתו או שאתייעץ עם ההורים	לא נעים לגלות סוד שביקשו ממני לא לגלות	התנהגתי לא יפה ונענשתי
למרות שיש לי פיתוי חזק לגלות, בכל זאת אשמור בסוד	אני מפחד שיכעסו עליי	שכן גדול הרביץ לי ואיים עלי לא לספר
ילד בוגר יודע שההורים רוצים רק את טובתי, לכן אגלה להם בכל זאת	אני מפחד שאם אספר הוא ירביץ לי שוב	עושים מסיבת הפתעה לסבתא
לא אגלה, רק ההורים צריכים לדעת	אני מפחד שיצחקו עלי	אני מוצץ אצבע בלילה
אעזור אומץ, ואספר להורים גם את זה שהוא איים עלי לא לספר, ואתייעץ איתם	אני אורב את זה ואני לא רוצה שיבקשו ממני	אמא נתנה לי חטיף
אחשוב כמה נחמד זה להפתיע ולא לגלות, לכן אתאפק ולא אגלה	אני חש שלא יפה לגלות את הפרטיות של מישורו אחר	טיפסתי במקום שאמא לא מרשה וקיבלתי מכה כואבת
ילד בוגר יודע להודות על טעונו ולבקש סליחה מאמא ולגלות לה שהמכה כואבת	אני מפחד שיאשימו אותי	חבר קיבל ציון נמוך וביקש ממני לשמור בסוד
לא אגלה, כדי של יתבייש	לא נעים לי אבל אני מפחד כי הוא חלק מהצוות	חבר שלי משחק איתי באש

דף עבודה 29

מדרגות האסרטיביות שלי

שמי: _____

לפניך מספר מקרים של אסרטיביות, הקף בעיגול את מדרגת האסרטיביות של כל מקרה מ 1-10, כאשר 1 זה הכי פחות אסרטיביות, ו-10 זה הכי הרבה אסרטיביות.

בנימין ביקש מאליעזר כסף, אליעזר נרתע וצעק "מה פתאום?!?!".

רפאל ביקש מאברהם לשחק במשחק החדש שהוא הביא לכיתה, אברהם ענה "בסדר".

יוסי ביקש מגבריאל לקרב לו את בקבוק הקולה מאמצע השולחן, גבריאל משך בכתפיו והביא לו.

אמא מבקשת מישראל ללכת למכולת, ישראל אמר "בשמחה" והולך.

יואל היה בדרך הביתה, יהודה ניגש וביקש ממנו לסחוב את ילקוטו הכבד, יואל משך בכתפו והמשיך לדרכו.

דניאל הלך ברחוב לפתע הוא רואה ילד רץ לכביש, הוא זינק לעברו והציל אותו מפגיעה.

עובדיה הולך עם אחיו יונתן בן השנתיים לגינה, יונתן רוצה ארטיק ועובדיה מסרב.

יוני וירחמיאל רצו לתפוס את הכדור בטרם יעוף רחוק ויהיה קשה לתפוסו.

השכן מבקש מנתי לרדת איתו למחסן להרים קרשים לסוכה, נתי מתלבט ומחליט שזו מצווה ומותר.

דף עבודה 29

מדרגות האסרטיביות שלי

שמי: _____

לפניך מספר מקרים של אסרטיביות, הקף בעיגול את מדרגת האסרטיביות של כל מקרה מ 1-10, כאשר 1 זה הכי פחות אסרטיביות, ו-10 זה הכי הרבה אסרטיביות.

בנימין ביקש מאליעזר כסף, אליעזר נרתע וצעק "מה פתאום?!?!".

רפאל ביקש מאברהם לשחק במשחק החדש שהוא הביא לכיתה, אברהם ענה "בסדר".

יוסי ביקש מגבריאל לקרב לו את בקבוק הקולה מאמצע השלחן, גבריאל משך בכתפיו והביא לו.

אמא מבקשת מישראל ללכת למכולת, ישראל אומר "בשמחה" והולך..

יואל היה בדרך הביתה, היתה ניגוש וביקש ממנו לסחוב את ילקוטו הכבד, יואל משך בכתפו והמשיך לדרך.

דניאל הלך ברחוב לפתע הוא רואה ילד רץ לכביש, הוא זינק לעברו והציל אותו מפגיעה.

עובדיה הולך עם אחיו יונתן בן השנתיים לגינה, יונתן רוצה ארטיק ועובדיה מסרב.

יוני וירחמיאל רצו לתפוס את הכדור בטרם יעוף רחוק ויהיה קשה לתופסו.

השכן מבקש מנתי לרדת איתו למחסן להרים קרשים לסכה, נתי מתלבט ומחליט שזו מצווה ומתר.

דף עבודה 30

בחן את עצמך – מה היית עושה?

שמי: _____

1. תלמיד שמעליב אותי בקביעות וקורא לי שמן. לאחרונה הוא גם מחקה את ההליכה שלי ומספר בדיחות עלי. החלטתי שבפעם הבאה שיתחיל, אני:

2. יש ילדים שמאחורי גבי צוחקים עלי שאינני הולך עם נעליים באופנה. הן עולות פי שלוש! אבי אברך, ואין לו כסף מיותר להוציא על נעליים יקרות. החלטתי ש:

3. אני לא מבין את החומר הלימודי (גמרא, משנה, חומש וכיוצ"ב) זה כמה ימים, ואני מתבייש לשאול את הרב או את חבריי כי הם חושבים שאני ברמה גבוהה. אני חייב לפתור את הבעיה, והחלטתי:

4. יש לאבא שלי חבר שחושב שאני קטן בגיל, הוא מבקש ממני לטלטל עבורו את הסידור בשבת בגלל החומרה לא לטלטל גם כשיש עירוב. אני מרגיש לא נעים על אף שאני עדיין לא עשיתי בר מצוה, אני גם לא גוי של שבת! החלטתי ש:

5. חבר ביקש ממני בשבת לפתוח עבורו את הבקבוק של הקולה. התעצבנתי: "מה הוא חושב לעצמו, אני לא יודע את ההלכה?" החלטתי שפעם הבאה שהוא יבקש:

6. הלכת עם חברך לקנות משחק, חברך התלהב ממשחק מסוים שמלכתחילה לא מצא חן בעיניך. חברך ידוע בטעמו הטוב ומקובל מאד בחברה. האם תקנה את המשחק למרות שאתה בכלל לא מתלהב ממנו? מדוע?

7. המורה נתן לכם עבודה להגיש בשבוע הבא. יש לכם עוד 3 מבחנים ומסיבה במשפחה בשבוע זה. האם תבקש מהמורה לדחות את זמן הגשת העבודה? מדוע?

8. ערכת קניה גדולה לשבת, לאחר ששילמת ויצאת מהחנות, ראית שהמוכר טעה בחשבון ומגיע לך כסף בחזרה. האם תחזור לבקשו? מדוע?

9. אתה מחכה בתור לקופה במכולת. האדם לפניך התעכב זמן רב בחשבון לפתע מגיע איש אשר טוען כי יש לו רק שני מוצרים והוא מאוד ממהר. מה תעשה? מדוע?

10. התחברת לאחד החברים בכיתה ונוצרה בינכם מערכת יחסים טובה מאוד. אחד התלמידים הנחשב ל"מלך הכיתה" מלגלג על הקשר שנוצר ביניכם על החבר החדש שלך, האם תנתק את החברות בעקבות כך? מדוע?

11. אורי הלך לרופא עקב כאב גרון. תוך כדי בדיקה הרופא משוחח איתו על דברים שאינם קשורים לבריאות (דברים אישיים), אורי נאלם דום. מה היית עושה במקומו? מדוע?

12. חבר מבקש ממך שתשאיל לו את הספר החדש שקבלת במתנה, אך הספר הקודם שהשאלת לו, חזר אליך קרוע ומלוכלך. החלטת ש:

13. המחנך מבקש ממך לשאול בבית אם אמך תוכל להכין עוגה לכבוד סיום הפרק בגמרא. אתה בטוח שאמא תסכים בשמחה כמו שהסכימה בפעמים הקודמות וממהר להבטיח בשמה. בבית מתברר לך שאמא תהיה עסוקה בימים הקרובים בעבודתה עד שעה מאוחרת. מה תעשה? מדוע?

14. חבר מהכיתה מבקר אצלך בבית, אתה אומר לו בנימוס "תרגיש בבית" והוא לוקח את ההצעה ברצינות. פותח מגירות, מחפש במקרר, עונה לטלפון... מה תעשה? מדוע?

15. אתה מרגיש שהמורה לא משתף אותך מספיק במהלך השיעורים. מה תעשה? מדוע?

16. אדם עוצר אותך ברחוב ומבקש ממך ללכת איתו ולהראות לו איפה נמצא רחוב מסויים. מה תעשה? מדוע?

17. חבר סיפר לך מיוזמתו את כל סודותיו הפרטיים והכמוסים, ועכשיו מנדנד לך לגלות לו את שלך. מה תעשה? מדוע?

18. חבריך התארגנו לנסוע לכותל בשעה מסויימת. הוריך מסכימים שתצטרף אך רק אם תחזרו שעה אחת יותר מוקדם. מה תעשה? מדוע?

19. הדוד הגיע להתארח בשבת. אתה כבר לבוש בבגדי שבת וממהר לבית הכנסת. השעה כבר מאוחרת ואין ספק שהשמש כבר שקעה לפני כמה דקות. אתה מתפלא מאד לשמוע אותו מבקש ממך לכבות את האור בחדרו. הוא אומר שזה "כיבוי בשינוי". אתה יודע את ההלכה שאסור. מה תעשה? מדוע?

20. ילד הציק לך מאוד והמחנך החליט לאסור עליו לצאת מהכיתה בהפסקות עד שתסלח לו. הוא ניגש אליך ואומר "מה עשית עניין, הכל היה בצחוק, תגיד שסלחת ודי". מה היית עושה? מדוע?

בהצלחה!

דף עבודה 30

בחן את עצמך - מה היית עושה?

שמי: _____

1. יש ילדים שמאחורי גבי צוחקים עלי שאינני הולך עם נעלים באפנה. הן עולות פי שלוש! אבי אברך, ואין לו כסף מיתר להוציא על נעלים יקרות. החלטתי ש:

2. אני לא מבין את החומר הלימודי (גמרא, משנה, חמש וכיוצ"ב) זה כמה ימים, ואני מתבייש לשאל את הרב או את חברי כי הם חושבים שאני ברמה גבוהה. אני חייב לפתור את הבעיה, והחלטתי:

3. הלכת עם חברך לקנות משחק, חברך התלהב ממשחק מסוים שמלכתחילה לא מצא חן בעיניך. חברך ידוע בטעמו הטוב ומקבל מאד בחברה. האם תקנה את המשחק למרות שאתה בכלל לא מתלהב ממנו? מדוע?

4. ערכת קניה גדולה לשבת, לאחר ששלמת ויצאת מהחנות, ראית שהמוכר טעה בחשבון ומגיע לך כסף בחזרה. האם תחזר לבקשו? מדוע?

5. אתה מחכה בתור לקפה במכלת. האדם לפניך התעכב זמן רב בחשבון לפתע מגיע איש אשר טוען כי יש לו רק שני מוצרים והוא מאוד ממהר. מה תעשה? מדוע?

6. התחברת לאחד החברים בפתח ונוצרה בינכם מערכת יחסים טובה מאוד. אחד התלמידים הנחשב ל"מלך הכיתה" מלגלג על הקשר שנוצר ביניכם על החבר החדש שלך, האם תנתק את החברות בעקבות כך? מדוע?

7. אורי הלך לרופא עקב כאב גרון. תוך כדי בדיקה הרופא משוחח אתו על דברים שאינם קשורים לבריאות (דברים אישיים), אורי נאלם דום. מה היית עושה במקומו? מדוע?

8. המחנך מבקש ממך לשאל בבית אם אמך תוכל להכין עוגה לכבוד סיום הפרק בגמרא. אתה בטוח שאמא תסכים בשמחה כמו שהסכימה בפעמים הקודמות וממהר להבטיח בשמחה. בבית מתברר לך שאמא תהיה עסוקה בימים הקרובים בעבודתה עד שעה מאוחרת. מה תעשה? מדוע?

9. אדם עוצר אותך ברחוב ומבקש ממך ללכת אתו ולהראות לו איפה נמצא רחוב מסים. מה תעשה? מדוע?

10. חבר ספר לך מיוזמתו את כל סודותיו הפרטיים והכמוסים, ועכשו מנדגד לך לגלות לו את שלך. מה תעשה? מדוע?

בהצלחה!