

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל תיאום ובקרה
האגף לחינוך מבוגרים

רמת הבחינה : גמר
מועד הבחינה : חורף תשע"ט, 2019
היקף הבחינה : יחידה אחת
מספר השאלון : 993121

תיכונות
ככה עולים כיתה בחיים

הבנה, לשון ומשמעות המילים

הוראות לנבחן

א. משך הבחינה : שתיים וחצי

ב. מבנה השאלון ומפתח ההערכה :

פרק ראשון : הבנה והבעה - 24 נקודות
פרק שני : אוצר מילים ומשמעים ושם המספר - 52 נקודות
פרק שלישי : תחביר ומערכת הפועל - 24 נקודות
סה"כ = 100 נקודות

ג. כתבו את התשובות בגוף הבחינה במקומות המיועדים לכך.

ד. כתבו בכתב ברור, ציינו סימני פיסוק. קראו את התשובות ותקנו את הדרוש תיקון.

ה. מלאו את הפרטים הבאים :	פרטי מרכז ההשכלה :
מספר נבחן/ת : _____	שם המוסד : _____
שם נבחן/ת : _____	שם היישוב : _____
שם משפחה פרטי	שם מרכז הבחינה : _____
מס ת.ז. : <input type="text"/>	

בהצלחה !

שם המעריך : _____
ציון הבחינה : _____

מחקר: מהם שלושת הגורמים שעושים אותנו מאושרים?

ואילו פעולות יעלו את רמת האושר שלנו לאורך זמן?

מאת יהודית כץ

1. אנחנו עובדים קשה בשביל מה שאנחנו מאמינים שיגרום לנו להיות מאושרים, אך האם אנחנו משקיעים את האנרגיה במקומות הנכונים? מה יהפוך אתכם למאושרים יותר? האם יש "דבר" שאתם מחכים שיקרה? למשל, "אם רק אקנה את האוטו הזה, אהיה מאושר/ת יותר", או "אם רק אעבור דירה, אהיה מאושר/ת יותר". אולי כבר קרה לכם פעם, שהשגתם את ה-"דבר" הזה, ולכאורה, הפכתם להיות הרבה יותר מאושרים. אבל זה לא כל כך פשוט. מסקנות ממחקרים מצביעות על כך ששבוע, שבועיים, לכל היותר חודש, אחרי שהשגנו את מה שכל כך רצינו, אנחנו חוזרים לאותו המצב בדיוק. כלומר, אין שינוי ברמת האושר לאורך זמן. לבני האדם בכל העולם יש דבר אחד במשותף: כולנו רוצים להיות מאושרים יותר. אבל כשאנחנו מחכים לאושר שלנו, אנחנו מתרחקים ממנו.
2. קחו לדוגמה את שחקן הקולנוע הית' לדג'ר, היה לו הכול: קריירה הוליוודית מפוארת, הון שהוערך ב-20 מיליון דולר והוא שיחק בתפקיד "הגיוקר" בסרט המפורסם "באטמן - האביר האפל". לכאורה, החיים שלו היו מושלמים. אבל ב-2008 הוא נמצא מת בדירה שלו, אחרי שהרעיל את עצמו. הוא כנראה לא היה כל כך מאושר. הוא לא היחיד. לפעמים האנשים הכי מצליחים, יפים ועשירים, הם בעצם עצובים ומדוכאים. חלק מהם איבדו כל תקווה ובחרו להתאבד. אם כל זה לא גורם לנו לאושר, אז מה כן?
3. פרופסור סוניה ליובימירסקי היא סופרת ופסיכולוגית אמריקאית. המחקרים שלה בתחום הפסיכולוגיה של האושר הראו, שקיימים שלושה גורמים בהם תלוי האושר שלנו: גנים, נסיבות חיים והפעולות המכוונות שלנו. עד כאן, די ברור. השאלה היא איזה גורם משפיע יותר?
4. **50% גנים** - לחלק מאיתנו יש גנים "שמחים יותר". לפני שאנחנו רצים להאשים את ההורים, בואו נבין. הגנים לא קובעים את נקודת האושר שלנו, אבל הם קובעים את הטווח שאנחנו נעים בתוכו. למשל, יכול להיות שהפוטנציאל של משה להיות מאושר נע בין 5 ל-8 (בסקאלה עם דירוג מ-1 עד 10), והפוטנציאל של סיגלית להיות מאושרת נע בין

6 ל-10 באותה הסקאלה. גם הגנטיקה "הכי טובה" שיש, היא חסרת תועלת אם לא נעבוד ונטפח את מה שיש לנו כדי להיות בקצה העליון של הסקאלה שלנו.

5. **10% נסיבות חיים** - נסיבות החיים שלנו משפיעות רק על עשרה אחוזים מההבדלים באושר בינינו. מדובר בתנאי החיים ובמסלול החיים שלנו. חשבו כמה אנחנו משקיעים בהחלטות כמו איפה נגור, מה נלמד, איזו עבודה אנחנו רוצים, עם מי נתחתן... רוב הזמן והאנרגיה בחיינו מנותבים לשם. כל הדברים האלה משפיעים על רמות האושר שלנו, זה נכון - אבל ב-10% בלבד. לדברים שאנו קונים יש את אותה השפעה. אנחנו נמצאים באשליה שהם יסבו לנו אושר לאורך זמן, אבל גם כאן, הסיפוק הוא קצר מאוד. עד כמה אתם מאמינים שנסיונות החיים מכתיבות את האושר שלכם?

6. **40% פעולות מכוונות** - אז בואו נתעודד, כי יש עוד 40% של שליטה מלאה באושר שלנו. זה חלק שתלוי אך ורק בפעולות המכוונות שלנו, כלומר, תלוי באופן שבו אנחנו חושבים, ובצורה שבה אנחנו מגיבים ומרגישים. על ה-40% האלה יש לנו 100% שליטה. כאן נמצא מרחב השינוי שלנו. כאן נמצא המקום שבו אנחנו לוקחים את האושר שלנו לידיים. זה דורש עבודה עצמית קשה מאוד, אך היופי הוא שהיא בידיים שלנו.

7. במקום לחכות לאירוע הבא, להעלאה בשכר או למזל שיאיר לנו פנים, כדאי שנתחיל לעבוד. מחקרים מראים, שתרגול יום יומי של הכרת תודה והערכת הקיים בחיים שלנו, יכול להעלות את רמת האושר שלנו לאורך זמן. כמו כן, מחקרים ממליצים לעבוד על יכולת הסליחה שלנו, להתאמן בסגנון חשיבה אופטימית ולתרגל נתינה ועזרה לאחר באמצעות התנדבות, למשל. אושר, לדעתי, הוא אחד הדברים החשובים בחיינו. אני חושבת שכל אחד יכול להפוך להיות יותר מאושר בזכות המסקנות מהמחקרים ובזכות מה שנמצא בידיים שלו, ממש "מתחת לאף". אם כך, קחו אחריות על ה-40% שלכם, זה המפתח האמיתי לאושר. כשאנחנו מחכים לאושר, אנחנו מתרחקים ממנו. הפסיקו לחכות לו, צרו אותו.

על-פי "הארץ", מהדורה מקוונת

21 ביולי 2016

פרק ראשון: הבנה (24 נקודות – לכל שאלה 6 נקודות)

בחרו בשתי שאלות מתוך השאלות 1-3:

1. בפסקה 2 כתוב: "לכאורה, החיים שלו היו מושלמים". הסבירו למה הכוונה במשפט זה?
(6 נק')

הכוונה במשפט זה היא, שלשחקן היה את הכול, כסף והצלחה, אבל החיים שלו לא באמת היו מושלמים. החיים שלו נראו מושלמים מבחוץ, אבל הם לא היו כאלה.

2. א. בפסקה 2 כתוב: "קחו לדוגמה את שחקן הקולנוע הית' לדג'ר..."
לשם מה מביאה הכותבת דוגמה זו?
(3 נק')

הכותבת מביאה את הדוגמה של שחקן הקולנוע כי היא רוצה להדגיש, שגם האנשים הכי מוצלחים ועשירים, שאנחנו אולי חושבים שהחיים שלהם מושלמים והם מאושרים, הם בעצם עצובים ומדוכאים.

ב. ציינו מהם שלושת הגורמים בהם תלוי האושר, ומהם אחוזי ההשפעה של כל אחד מהם על רמת האושר שלנו?
(3 נק')

גורם ראשון – 50% - גנים

גורם שני – 10% נסיבות חיים –

גורם שלישי – 40% פעולות מכוונות

3. לפי פסקה 7, יש דברים רבים שאנחנו יכולים לעשות על מנת להעלות את רמת האושר שלנו לאורך זמן. ציינו שתי המלצות והביאו דוגמה משלכם לכל המלצה.
(6 נק')

תרגול יום יומי של הכרת תודה – לכתוב או להגיד תודה בכל בוקר או ערב.

נתינה לאחר - התנדבות בבית אבות או בבית חולים.

סגנון חשיבה אופטימי – לנסות לחשוב בצורה אופטימית על דברים בחיים שלנו.

*כל דוגמה הגיונית תתקבל

ענו על שתי השאלות הבאות:

4. תחום החיים בו עוסק הטקסט הוא: (הקיפו את התשובה הנכונה) (6 נק')

טכנולוגיה, פוליטיקה, פסיכולוגיה, ביולוגיה

5. מהי עמדת הכותבת בטקסט? (6 נק')

עמדת הכותבת היא שאושר הוא אחד הדברים החשובים בחיים שלנו. היא חושבת שהיום כל אחד יכול להרגיש יותר מאושר בזכות תוצאות ממחקרים בתחום של הפסיכולוגיה של האושר. היא חושבת שהאושר נמצא בידיים שלנו. היא ממליצה לכל אחד לתרגל סגנון חשיבה אופטימי ולפעול על מנת להגדיל את רמת האושר שלו.

פרק שני : אוצר מילים ומשמעים ושם המספר (52 נק')

ענו על השאלות 6 - 15

6. משמעות הצירוף "נסיבות חיים" בפסקה 3 היא: (סמנו את הנכון) (3 נק')

א. ארץ הלידה

ב. ההורים

ג. תנאי החיים

7. משמעות המילה "סקאלה" בפסקה 4 היא: (סמנו את הנכון) (3 נק')

א. טבלה

ב. סולם

ג. משוואה

8. משמעות המילה "מנותבים" בפסקה 5 היא: (סמנו את הנכון) (3 נק')

א. משופרים

ב. מחוזקים

ג. מופנים

9. בפסקה 5 כתובה המילה "מכתיבות". במילון מוסברת המילה "מכתיב" כך:
(לפי מילון "רב מילים" /יעקב שוויקה)

- א. מקריא בקול טקסט מסוים כדי שאדם אחר יכתוב אותו.
- ב. כופה משהו על מישהו, קובע בשבילו דרך פעולה מעמדת כוח או מתוקף סמכות.
- ג. (כשנאמר על דבר) – קובע מסגרת המחייבת ציות לכללים מסוימים; משפיע באופן המחייב התנהגות מסוימת.

א. איזו מן ההגדרות של המלה "מכתיב" במילון מתאימה למשמעות המילה בטקסט? (העתיקו את ההגדרה המתאימה)
(3 נק')

הגדרה ג' (כשנאמר על דבר) – קובע מסגרת המחייבת ציות לכללים מסוימים; משפיע באופן המחייב התנהגות מסוימת.

ב. כתבו שני משפטים שלכם, ולא מתוך הטקסט, וכתבו בהם את המילה "מכתיב" / מכתיבה/מכתיבים/מכתיבות". ציינו ליד כל משפט את מספר הפירוש במילון.
(6 נק')

1. _____
2. _____

10. לפניכם צירופי מילים מהטקסט:

א. השפעה (פסקה 3) ב. בידיים שלנו (פסקה 6) ג. איבדו כל תקווה (פסקה 2)

השלימו את המילים במשפטים הבאים:

1. אחרי שהניתוח לא הצליח, ההורים של הילד הפצוע איבדו כל תקווה _.

2. המאמן אמר לקבוצה: "הניצחון בידיים שלנו".

3. מחקרים מראים שיש לנו _ השפעה _ על רמת האושר שלנו.

11. לשון ציורית – מטאפורה

בפסקה 7 כתוב: "אני חושבת שכל אחד יכול להפוך להיות יותר מאושר בזכות המחקרים ובזכות מה שנמצא בידיים שלו, ממש "מתחת לאף".
הסבירו מדוע הצירוף "מתחת לאף" הוא מטאפורה.
זו מטאפורה משום שאין שום דבר, לא מוחשי ובטח שלא מופשט, שממוקם מתחת לאף שלנו.
*כל הסבר הגיוני אחר יתקבל

(4 נק')

12. נרדפות וניגודי משמעות

א. החליפו את המילה המודגשת במילה שמשמעותה **דומה** :

"... שהם **יסבו** לנו אושר לאורך זמן..." (פסקה 6)

סמנו את התשובה הנכונה :

1. ימנעו

2. יגרמו

3. יטפלו

ב. החליפו את המילה המודגשת במילה שמשמעותה **מנוגדת** :

"...ונטפח את מה שיש לנו..." (פסקה 3)

סמנו את התשובה הנכונה :

1. נטפל

2. נזניח

3. נגדל

(3 נק')

13. שדה סמנטי

במאמר מופיעות המילים הבאות: **מסקנות, אחוזים, תוצאות, גורמים**
מילים אלה שייכות לשדה הסמנטי הבא: (סמנו)

מחקר

פוליטיקה

חינוך

(4 נק')

14. א. סמנו את המילים שדרך התצורה שלהם היא "הלחם בסיסים" :

דָּשָׂא, מְגִדְלוֹר, חָלוּם, פְּדוּרְגָל, פְּלִדְלָת, מְסִגְרָת, מִינִיבּוּס

(8 נק')

ב. מיינו את השמות הבאים לפי דרכי התצורה בטבלה :

נָּט, עֵיתוֹנָאִי, שַׁעֲלָת, מְבָרֵג, בְּנִקְאִי, זְמַר, אֲדָמָת, מְצַבֵּר

קטל מקצועות	קטלת מחלות	מקטל מכשירים	סיומת אי / בעלי מקצוע
נוט	שעלת	מצבר	עיתונאי
זמר	אדמת	מברג	בנקאי

15. שם המספר

כתבו את הספרות במשפטים הבאים במילים: (8 נק'')

1. לנסיבות החיים יש השפעה של 10% על רמת האושר. עשרה אחוזים
2. תאריך החתונה שלי הוא 9 בספטמבר. תשעה בספטמבר
3. הוא זכה ב-6,526 ש"ח בלוטו. ששת אלפים חמש מאות עשרים ושישה שקלים
4. אתמול נסעתי באוטובוס בקו 39 שלושים ותשע

פרק שלישי: תחביר ומערכת הפועל (24 נק', לכל שאלה 6 נק')

- בפרק זה שמונה שאלות. ארבע שאלות (16 – 19) מתחום התחביר וארבע שאלות (20 – 23) מתחום הפועל.
- ענו על ארבע שאלות. תוכלו לבחור מתחום התחביר, אנ מתחום הפועל, אנ משניהם, כרצונכם.

תחביר

16. כשאנחנו מחכים לאושר שלנו, אנחנו מתרחקים ממנו.
- א. זהו את סוגו של המשפט (סמנו את הנכון): (3 נק')
- פשוט מאוחה (מחובר) מורכב**
- ב. אם המשפט מחובר, תחמו את האיברים. אם הוא מורכב, תחמו את הפסוקית. (3 נק')

הפסוקית: כשאנחנו מחכים לאושר שלנו

17. אם רק אקנה את האוטו הזה, אהיה מאושר יותר.

א. זהו את סוגו של המשפט (סמנו את הנכון):

(3 נק')

פשוט מאוּחָה (מחובר) מורכב

ב. אם המשפט מורכב, תחמו את הפסוקית. אם הוא מחובר תחמו את איבריו.

(3 נק')

הפסוקית: אם רק אקנה את האוטו הזה

18. זה דורש עבודה עצמית קשה מאוד, אך זה בידיים שלנו.

א. זהו את סוגו של המשפט (סמנו את הנכון):

(3 נק')

פשוט מאוחה (מחובר) מורכב

ב. סמנו במשפט שני משלימי שם.

(3 נק')

עצמית, קשה, מאוד, שלנו – משלימי שם

19. אנחנו חוזרים לאותו המצב בדיוק.

א. זהו את סוגו של המשפט (סמנו את הנכון):

(3 נק')

פשוט מאוחה (מחובר) מורכב

ב. ציינו את הנושא ואת הנשוא __אנחנו – נושא, חוזרים – נשוא

(3 נק')

מערכת הפועל

20. א. כתבו את השורש של כל שם פעולה.

(3 נק')

ב. כתבו פועל בנטייה מאותו השורש (לפי בחירתכם)

(3 נק')

שם הפעולה השורש פועל בנטייה

דוגמה :	דְרִיכוֹת	ד.ר.כ	דרכנו
	חֲשִׁיבָה	ח.ש.ב	_____
	הִתְנַחֲקוֹת	ר.ח.ק	_____
	הִסְפָּרָה	ס.ב.ר	_____

21. כתבו בטבלה את הבניין ואת הגוף של הפעלים הבאים: (6 נק')
 (אחת התשובות)

הפעל	הבניין	הגוף
יִגְרְמוּ	פעל/קל	נסתרים/נסתרות (אחת התשובות)
נִטְפַח	פיעל	מדברים
מְשַׁקְעִים	הפעיל	מדברים/נוכחים/נסתרים (אחת התשובות)

22. השלימו את החסר, הקפידו על צורת הגוף הנכונה: (6 נק')

הִרְעִיל	צורת העתיד :	יִרְעִיל
מְשַׁפֵּעָה	צורת העבר :	הִשְׁפִיעָה
נָבִין	צורת ההווה :	מְבַיֵּן
אֵיבָדוּ	צורת ההווה :	מֵאֵבְדִים
מְצַבֵּיעוֹת	צורת העתיד :	יִצְבִיעוּ/נִצְבִיעוּ/תִצְבִיעוּ
יִהְפֹךְ	צורת שם הפועל :	לְהִפְכוֹ

23. "... הוא נמצא מת בדירה שלו" (פסקה 1) (6 נק')

בפועל "נמצא" ציינו-

(2 נק') הבניין נפעל

(2 נק') השורש מצא

(2 נק') משמעות הבניין היא (הקיפו במעגל את התשובה הנכונה) סבילה

בהצלחה! גרימת פעולה; פעולה רגילה; פעולה סבילה

