

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל תיאום ובקרה
האגף לחינוך מבוגרים

מבחן לסיום אולפן א'

חלק א' – הבנת הנקרא

(סדרה 101 – גרסה ב')
מרס 2009

משך הזמן לחלק א : שעה ורבע

אין להשתמש בחומרי עזר

פרטים אישיים:

שם משפחה: _____ שם פרטי: _____

מספר זהות: _____

שם האולפן: _____ שם המורה : _____

מקום האולפן (שם העיר, הקיבוץ וכו'): _____

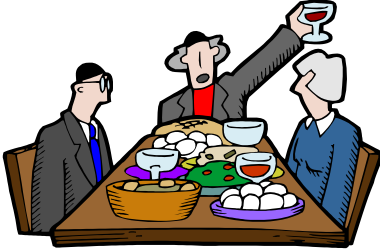
בהצלחה!

הציון : _____



כל הזכויות שמורות

ירושלים – תשס"ט

**סיפור "יציאת מצרים" של משפחת דוחובני**

נטליה דוחובני ומשפחתה עלו לישראל ממוסקבה בשנת 1999 אחרי אירוע (מקרה) מיוחד, שהשתתפו בו בחג-הפסח.

נטליה מספרת:

"נולדתי וגרתי במוסקבה. אני אישה משכילה, אבל לא הִפְרַתִּי בכלל את התרבות ואת המסורת היהודית, עד שהתחלתי לעבוד ב'מרכז התרבות הישראלי'. במרכז הזה היה בית-ספר יהודי לילדים, והתקיימו שם גם חוגים וקורסים למבוגרים. ב'מרכז התרבות הישראלי' חגגו רבים מהיהודים של מוסקבה את החגים היהודיים בפעם הראשונה אחרי שנים רבות, שבהן אסור היה ללמוד יְהוּדוּת ולחיות כיהודים. בחנוכה הדלקנו נרות-חנוכה. אכלנו אוזני-המן בפורים. שרנו שירים ישראליים, ורקדנו הורה.

יום אחד, קרה אירוע שהשפיע על החיים שלנו. לפני חג-הפסח הגיע למוסקבה רב מישראל כדי לערוך את 'ליל-הסדר'. זאת הייתה הפעם הראשונה בחיים שחגגתי עם משפחתי וחבריי היהודים את 'ליל-הסדר'. בלילה ההוא הרגשתי שאני, נטליה - כמו עם ישראל בעבר - יוצאת מעבדות לחירות (חופש). הקשבתי לרב, שקרא את 'ההגדה של פסח'. יחד איתו שאלתי בהתרגשות, 'מה נשתנה הלילה הזה?' ועניתי בְּשִׁיר, 'עבדים היינו לפרעה במצרים'. אכלנו מצות וגם מאכלים כמו מרור וּבִיצָה, שיש להם משמעות מיוחדת לחג, ושתינו ארבע כוסות יין. הילדים הקטנים שלי היו שמחים ומאושרים, והרגישו שהלילה הזה מיוחד מאוד. בסוף הערב, כאשר הילדים חיפשו את האפיקומן, בכיתי מהתרגשות. זה היה הלילה החשוב ביותר בְּחַיֵּי. באותו לילה החלטנו לעלות לישראל..."

תרגיל: ענו על השאלות לפי הקטע: מספור השאלות

1) מה עושים ב"מרכז התרבות הישראלי" במוסקבה? _____

_____ (3 נק')

2) בשורה 9 כתוב: "יום אחד, קרה אירוע שהשפיע על החיים שלנו." _____

א. מה היה האירוע? _____

ב. מה קרה לנטליה ולמשפחתה בזכות האירוע הזה? _____

3) נטליה מספרת על מנהגים של פסח שהיו ב'ליל הסדר' במוסקבה, מהם? _____

א. _____

ב. _____

ג. _____



איך לעבור את החורף בשלום?

החורף בישראל אמנם קצר מאוד ולא כל-כך קר, ובכל זאת, אנשים חוששים ממחלות כמו שפעת, דלקות שונות, נזלת ועוד. כל שנה כ-10% מהמבוגרים וכ-20% מהילדים נפגעים משפעת, ממצב רוח דיכאוני וממחלות אחרות.

מתברר, כי ניתן להקטין את הסיכוי לחלות, אם נוקטים מספר פעולות די פשוטות. עם החורף בא התיאבון – בעיקר לפחמימות פשוטות: סוכרים, ממתקים ושוקולד. הפחמימות הפשוטות אמנם מחממות את הגוף ומשפיעות לטובה על מצב הרוח ואלה תורמים לבריאות, אבל אכילה רבה שלהן גורמת להשמנה. בשל כך, רצוי לאכול פחמימות מורכבות כמו, פסטה, לחם מחיטה מלאה, אורז מלא ועוד. על פי הרפואה הסינית מומלץ לאכול מזון בעל אנרגיה מחממת, שישמור על חום הגוף. לכן כדאי להוציא, למשל, את הירקות והפירות מהמקרר כשעה לפני שאוכלים אותם. גם לאופן הבישול יש חשיבות. בחורף עדיף לאכול תבשילים שהתבשלו זמן ממושך בחום נמוך, למשל מרקים וחמין.

בחורף מומלץ לשתות הרבה. שתייה של מיצים טבעיים (תפוזים, אשכוליות) מונעת התייבשות ומחזקת את המערכת החיסונית. חשוב לעשות פעילות ספורטיבית, היא משפרת את מצב הרוח ואת המצב הבריאותי. חוקר מאוניברסיטת דרום קרוליינה מצא כי הסיכויים של אנשים שעושים ספורט להצטנן קטנים בכ-20% מאנשים שאינם מתאמנים.

שינה סדירה ומנוחה גם הן מחזקות את המערכת החיסונית במלחמה נגד חיידקים ווירוסים.

תרגיל: ענו על השאלות לפי הקטע:

(8 נק')

1. בשורה 4 כתוב: "ניתן להקטין את הסיכוי לחלות"

מדוע?	באילו דרכים כדאי לפעול?
•	•
•	•
•	•
•	•

(2 נק')

2. "נפש בריאה בגוף בריא" – הסבירו את המשפט ותן דוגמה.



האינטרנט: מכון הכושר של המוח

אנשים מבוגרים שגדלו לפני עידן המחשב והאינטרנט, מסתכלים לא פעם בהתפעלות על הילדים בני זמננו. קשה להם להבין איך ילדים קטנים כל-כך מסתדרים עם עשרה 'חלונות' פתוחים על מסך המחשב. איך הם מתכתבים, שומעים מוזיקה ובאותו זמן צופים במסך נוסף ומשחקים. הם מסוגלים לבצע משימות רבות בו-זמנית.

מחקר חדש מגלה, שהשימוש באינטרנט משנה לא רק את ההרגלים התקשורתיים, אלא גם את האופן שבו פועל המוח עצמו. לטענת עורכי המחקר, החיים מול המחשב משפרים את היכולת של המשתמשים לקבל החלטות במהירות ולהתייחס בצורה יעילה לכמויות גדולות של מידע.

החוקרים בחנו את פעילות המוח של 24 נבדקים בזמן שהשתמשו באינטרנט ובזמן שקראו ספרים. הממצא הבולט הוא, שרמת הפעילות של המוח הייתה גבוהה יותר אצל אנשים שהשתמשו באינטרנט. עיקר הפעילות הייתה באזורי המוח שאחראים על קבלת החלטות.

"המוח של אדם צעיר ממוצע חשוף היום כתשע שעות ביום לטכנולוגיות כאלה", אומר פרופסור גארי סמול, ראש צוות המחקר. "כאשר חוזרים על פעולות מנטאליות שוב ושוב, מתחזקים אזורים מסוימים במוח". אולם לשינויים האלה עלול להיות 'מחיר': החוקרים חוששים ששימוש באינטרנט עלול לגרום לירידה ביכולת לפרש מסרים רגשיים עדינים, כמו הבעות פנים.

האם הילדים בני זמננו שונים שינוי גנטי מהוריהם? – כנראה שלא. השינוי באופן התפקוד של המוח לפי ניסוי זה, הוא לא שינוי גנטי אלא הסתגלות שניתן לרכוש. שינויים אנטומיים במוח שעוברים בתורשה מתפתחים במשך מיליוני שנים.

אבל פרופסור סמול אומר שבעתיד הלא רחוק ייתכן גם שינוי אבולוציוני גנטי: "הדור הבא יסתגל לסביבה הטכנולוגית החדשה. אלה שממש ישלטו בטכנולוגיה יצליחו יותר מבחינה כלכלית, והם יעבירו את זה הלאה לילדיהם, כך שיהיה להם סיכוי יותר טוב לשרוד".

חוקרים אחרים מטילים ספק בחיזוי העתידי הזה. אכן הברירה הטבעית עיצבה את המוח האנושי כך שיש יתרון לאנשים שהצליחו לצוד בעלי חיים, או שידעו להכין כלים משוכללים יותר. אלה שהצליחו להתאים את עצמם טוב יותר לסביבה הם אלה ששרדו בעולם. אולם, הם טוענים, אף אחד עדיין לא מת מחוסר שליטה במחשב.

תרגיל: ענו על השאלות לפי הקטע:

1. כיצד החיים מול האינטרנט עשויים לשנות: (4 נק')

א. את ההרגלים התקשורתיים של המשתמש?

ב. את אופן פעילות המוח?

2. איזו בעיה עלולה להיווצר אצל אלה המשתמשים באינטרנט? (2 נק')

3. בשורה 21 כתוב: **"הברירה הטבעית עיצבה את המוח האנושי..."** (4 נק')

א. כיצד עוצב המוח האנושי לפי הברירה הטבעית?

ב. כיצד יעוצב המוח האנושי בעתיד לפי החיזוי של פרופסור סמול?

מדינת ישראל
משרד החינוך
מינהל תיאום ובקרה
האגף לחינוך מבוגרים

מבחן לסיום אולפן א'

חלק ב' – לשון וכתיבה

(סדרה 101 – גרסה ב')

מרס 2009

משך הזמן לחלק ב': שעה ורבע
אין להשתמש בחומרי עזר

פרטים אישיים:

שם משפחה: _____

שם פרטי: _____

מס' ת.ז.: _____

בהצלחה!



כל הזכויות שמורות

ירושלים – תשס"ט

חלק 2: לשון (40 נקודות בסה"כ)

סעיף ב': (15 נקודות בסה"כ)

1. מצאנו במפת- הארץ את העיר החדשה בצפון. (4 נק')

כתבו ברבים: _____

2. הם צועקים, לכן אנחנו לא יכולים להבין אותם. (4 נק')

כתבו בעבר: _____

3. ענת יצאה לטיול, כי רון שכנע אותה לצאת. (4 נק')

כתבו בעתיד: אם רון _____

4. השלימו את המשפט מתוך רשימת המילים למטה: (3 נק')

מבצעים רבים מתקיימים _____ השנה החדשה בחנויות הבגדים והמזון.

בתקופה הזאת _____ לכם לערוך קניות לכל המשפחה ולא רק _____.

לעצמכם, לקראת, לבדה, כדאי, בעוד, ואילו

סעיף ג': (15 נקודות בסה"כ)

5. האחיות הצעירות שלי מאזינות תמיד לתוכניות המוזיקה השבועיות ברדיו. (4 נק')

כתבו ביחיד: _____ מאזינה _____ ברדיו.

6. סביל (פסיבי): אחרי מסיבת-הכיתה כל הכלים סודרו בארון (על-ידי הילדים) והזבל

נזרק על ידי חנה. (4 נק')

כתבו בפעיל (אקטיבי): אחרי מסיבת-הכיתה הילדים _____ כל הכלים בארון.

וחנה _____ הזבל לפח אשפה.

7. אילו הייתם רוצים ללמוד להשתמש באינטרנט, הייתי שמח ללמד אתכם. (4 נק')

אם

8. השלימו את המשפט מתוך רשימת המילים למטה. (3 נק')

שרה ויעקב גרים עם ההורים. עכשיו הם החליטו לקנות דירה _____ המצב הכלכלי
הקשה, ההורים שלהם בטוחים שהם לא יסתדרו _____.

אחריהם, במשך, בלעדיהם, למרות, לעומת, אולם,

סעיף ד': (10 נקודות בסה"כ)

9. הרחיבו את המשפט. (4 נק')

השתמשו ב**בשתיים** מתוך ארבע מילות הקישור והחיבור.

החודש ירדו בארץ כמויות גדולות של גשם...

על אף, לפיכך, ואילו, בעקבות זאת

א.

ב.

10. **סביל** (פסיבי): המפעל הושבת (על-ידי העובדים). בעקבות זאת יחתם הסכם בין העובדים לבין

ההנהלה וישולמו תוספות שכר החל מהחודש הבא. (6 נק')

פעיל (אקטיבי):

חלק 3: כתיבה (30 נק' בסה"כ)

1. איבדתם כלב ואתם מחפשים אותו.

כתבו **מודעה** עם פרטים על הכלב, ובקשו להחזיר אותו.

(10 נק')

