

מערך פעילויות בהתאם

לרמה A2

סימניה ירחון בעברית קלה

פרפרים של שלוה

גיליון 48

מערך פעילויות בהתאם לרמה A2

פעולה	סולם	יעד	אסטרטגיה
כשירות לשון תקשורתיות	שטף	מסוגלים להפיק מבעים שוטפים ככל האפשר כדי שיהיו מובנים למאזינים על אף הפסקות, היסוסים וניסוח מחדש.	פעילות הפרפר שבלב שלי.
קליטה הבנת הנקרא	קריאה מעמיקה של טקסט מידע וטקסט טיעון למטרה מוגדרת	מסוגלים להבין מידע המופיע בעלון מידע הכולל היצגים חזותיים למשל איור ומפה (כגון אתרי תיירות ושמורות טבע).	משימת הבנת הנקרא.
הפקה דבורה	מונולוג רציף – מסירת מידע	מסוגלים לנסח בקשות פשוטות לשם ביצוע פעילויות יום-יומיות וכיתתיות.	פעילות כללים לרגוע.
אינטראקציה דבורה	שיחה בין חברים (כולל היבטים חברתיים ודיונים לא פורמליים)	מסוגלים להביע רגשות (כגון הפתעה, שמחה, עצב, עניין או חוסר עניין) ולהגיב עליהם	פעילות הקשבה שקטה
הפקה כתובה	כתיבה תיאורית-חווייתית	מסוגלים לכתוב טקסט המתאר אירועים, פעילויות וחוויית אישיות (כגון טיול ואירוע משפחתי) באמצעות שימוש באוצר מילים ובמשפטים הכוללים מילות קישור ומותאמים לרמתם של הלומדים.	כתיבת חוויה אישית.

מדור בריאות

פרפרים של שלווה

מאת: מיכל בן דוד



✓ מחקר חדש של 'אוניברסיטת דרבי' באנגליה מצא כי התבוננות במשך חמש עשרה (15) דקות בפרפרים מפחיתה (מורידה) מתח, תחושת בדידות וחרדה. "העדינות והיופי של הפרפרים גורמת לבני האדם לרצות לשמור עליהם. המחקר מלמד עד כמה גדולה ההשפעה שיש לטבע על כל אחד ואחת מאיתנו", אמרה אחת החוקרות. באביב הקרוב, אם אתם מרגישים מתח, לחץ או חשש (פחד) ורוצים מעט להירגע, חפשו פרפרים בסביבה שלכם. התבוננו בהם ותרגישו איך מצב הרוח משתנה לטובה.

כשירויות לשון תקשורתיות

סולם – שטף

יעד - מסוגלים להפיק מבעים שוטפים ככל האפשר כדי שיהיו מובנים למאזינים על אף הפסקות, היסוסים וניסוח מחדש.

פעילות : הפרפר שבלב שלי

שלב 1 : מה מרגיש הלב שלי ?

תלמידים יקרים :

-איך אתם מרגישים היום ?

-אני מציגה לכם לוח רגשות וצבעים.

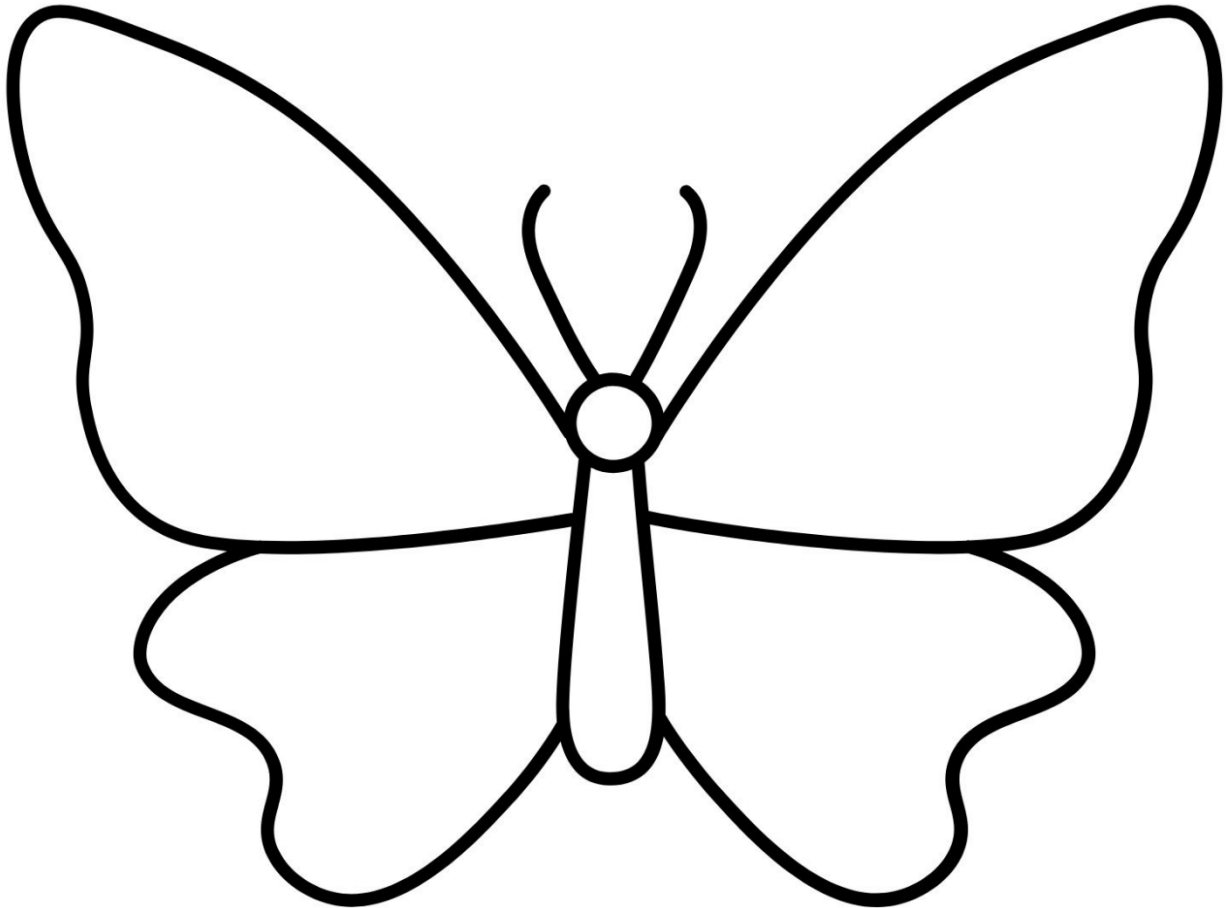
- בחרו צבע שמתאים ללב שלכם היום.

- כל תלמיד בתורו אומר : "אני מרגיש _____, הלב שלי בצבע _____ כי _____".

צבע	רגש	תיאור תחושה / תנועה	פרצופונים מתאימים
אדום	כעס – כועס/כועסת	אגרוף סגור, פנים רציניות	 
כתום	התרגשות – מתרגש/ת	קפיצה במקום, חיוך גדול	 
צהוב	שמחה – שמח/שמחה	ידיים באוויר, קפיצה	 
ירוק	סקרנות/ סקרן/נית	נטייה קדימה, עיניים פקוחות	 
כחול	שלווה – שלווה/שלווה	ידיים על הלב, נשימה עמוקה	 
סגול	פחד – מפחד/ת	חיבוק עצמי, מבט למטה	 
לבן	עדינות – עדין/נה	מגע קל, דיבור רך	 
שחור	חשש – חושש/ת	עצירה, שאלה בעיניים	 
חום	ביטחון – בטוח/בטוחה	יציבה חזקה, ידיים פתוחות	 
צהוב-אדום	מתח – מתוח/ה	נשימות מהירות, ידיים על הראש	 

שלב ב: יוצרים פרפר מהלב שלנו

עכשיו כל אחד יצבע פרפר בצבע של הרגש שלו.
על כנף אחת – תציירו משהו שמרגיע אתכם.
על הכנף השנייה – תציירו מה גורם לכם לשמוח.
עובדים בצבעים, גואש, טושים או מדבקות.



שלב 3: משתפים את הפרפר שלנו

כל תלמיד יספר על הפרפר שלו בקול רם:

-הפרפר שלי בצבע _____ כי אני מרגיש _____
-הוא אוהב ש _____ כי _____.

קליטה - הבנת הנקרא

סולם – קריאה מעמיקה של טקסט מידע וטקסט טיעון למטרה מוגדרת.
יעד - מסוגלים להבין מידע המופיע בעלון מידע הכולל היצגים חזותיים למשל איור ומפה (כגון אתרי תיירות ושמורות טבע).

פעילות : מתבוננים וחושבים.

תלמידים יקרים : התבוננו בתמונה היטב:



ענו על השאלות :

- מה אתם רואים בתמונה?
- מה אתם יודעים על הפרפרים?
- הסתכלו בציור של הפרפרים והפרחים. כתבו מדוע מקום כזה חשוב לטבע. חשבו : למה פרפרים ופרחים חשובים לסביבה? השתמשו במה שאתם רואים בציור ובמה שלמדתם כדי להסביר. להלן תשובה לדוגמה:
- "שמורת טבע עם פרפרים ופרחים חשובה כי היא עוזרת לשמור על הטבע. פרפרים מעבירים אבקה מפרח לפרח וזה עוזר לצמחים לגדול. פרחים מספקים אוכל לפרפרים ולחרקים אחרים. יחד, הם יוצרים סביבה בריאה שחשובה גם לציפורים ובעלי חיים אחרים."

פעילות: קריאה מדגימה.

תלמידים יקרים:

-הקשיבו לקריאה המדגימה של המורה לטקסט פרפרים של שלוה"
לאחר הקריאה, תקבלו שאלות שיעזרו לכם להבין טוב יותר מה קראנו.
שימו לב – אפשר לעצור לשאול שאלות או לשתף מה חשבתם.



מדור בריאות

פרפרים של שלוה

מאת: מיכל בן דוד



✓ מחקר חדש של 'אוניברסיטת דרבי' באנגליה מצא כי התבוננות במשך חמש עשרה (15) דקות בפרפרים מפחיתה (מורידה) מתח, תחושת בדידות וחרדה. "העדינות והיופי של הפרפרים גורמת לבג" האדם לרצות לשמור עליהם. המחקר מלמד עד כמה גדולה ההשפעה שיש לטבע על כל אחד ואחת מאיתנו", אמרה אחת החוקרות. באביב הקרוב, אם אתם מרגישים מתח, לחץ או חשש (פחד) ורוצים מעט להירגע, חפשו פרפרים בסביבה שלכם. התבוננו בהם ותרגישו איך מצב הרוח משתנה לטובה.

פעילות: שאלות הבנת הנקרא

ענו על השאלות הבאות :

1. מי ערך את המחקר?

א. אוניברסיטת חיפה

ב. אוניברסיטת דרבי

ג. שמורת טבע

2. איפה נערך המחקר?

א. בישראל

ב. באנגליה

ג. בצרפת

3. כמה זמן התבוננות בפרפרים עוזרת להפחית מתח?

א. חמש דקות

ב. חמש עשרה דקות

ג. שעה

4. אילו רגשות פוחתים כשרואים פרפרים?

א. שמחה, עייפות, אנרגיה

ב. מתח, בדידות, חרדה

ג. כעס, שעמום, רעב

5. מדוע האנשים רוצים לשמור על הפרפרים?

6. למה לדעתך הפרפרים גורמים לאנשים להרגיש יותר רגועים?

7. כתבו המלצה לחבר שמרגיש מתח. מה כדאי לו לעשות לפי הטקסט?

🌀 שלב 3: מציירים ומרגישים

ציירו פרפר שמתאים לרגש שלכם היום. אפשר לצבוע את הפרפר המצורף ולכתוב בו :

- בצד אחד : מה מרגיע אתכם

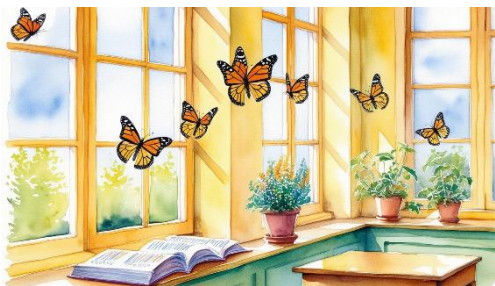
- בצד השני : איך אתם מרגישים כשרואים פרפרים.



הפקה דבורה

סולם- מונולוג רציף – מסירת מידע.
יעד - מסוגלים לנסח בקשות פשוטות לשם ביצוע פעילויות יום-יומיות וכיתתיות.

פעילות: כללים לרוגע



שלב 1 : שיח בכיתה:

- מה אתם עושים כשאתם מרגישים עצבנים או לחוצים?
- איפה הכי נעים לכם להיות כשאתם רוצים שקט?
- מה אתם אוהבים לעשות כשאתם רוצים להרגיש רגועים?

שלב 2: נותנים הוראות להרגעה – בדיבור מול הכיתה:

-התחלקו בזוגות.

-כל זוג תלמידים יחשוב על 3 הוראות פשוטות להרגעה, כאילו אתם מדריכים אישיים לרוגע.

-כל זוג תלמידים מציג בפני הכיתה את ההוראות שלהם בקול רם.
-דוגמה להצגה:

שלום, אני מדריך לרוגע. כדי להירגע, כדאי:

1. לעצום עיניים ולנשום עמוק.
2. לחשוב על מקום שקט.
3. ללכת לטייל 5 דקות בשקט.

👉 לאחר ההצגה:

-העתיקו את שלוש ההוראות שלכם על פתק קטן וברור.
-קשטו אותו אם תרצו, ותלו אותו בפינת העברית של הכיתה – על מנת שיוכלו חברים אחרים להשתמש בהוראות שלכם כשיצטרכו להירגע.



אינטראקציה דבורה
סולם - שיחה בין חברים (כולל היבטים חברתיים ודינאמיים לא פורמליים)
יעד - מסוגלים להביע רגשות (כגון הפתעה, שמחה, עצב, עניין או חוסר עניין) ולהגיב עליהם

פעילות: הקשבה שקטה.

תלמידים יקרים:

- ◇ התחלקו לזוגות.
- ◇ שבו **גב אל גב** – בלי להסתכל אחד על השני.

🗉 **תלמיד ראשון מספר בקול רם על חוויה אביבית שחוה:**
זה יכול להיות:

- טיול בטבע
- ריח פרחים
- רגע עם פרפר
- זמן שקט בגינה

🗉 **תלמיד שני מקשיב בלבד:**

- לא קוטע
- לא שואל
- רק מקשיב בשקט עד הסוף

🗉 **בסיום הסיפור**, המאזין אומר רק מילה אחת או שתיים שמסכמות את התחושה שהוא קיבל:

לדוגמה:

- "נשמע מרגיע".
- "נשמע מפתיע".
- "נשמע עצוב".
- "נשמע שמח".

הפקה כתובה

סולם - כתיבה תיאורית-חוייתית

יעד - מסוגלים לכתוב טקסט המתאר אירועים, פעילויות וחוויות אישיות (כגון טיול ואירוע משפחתי) באמצעות שימוש באוצר מילים ובמשפטים הכוללים מילות קישור ומותאמים לרמתם של הלומדים.

פעילות: כתיבת חוויה.

תלמידים יקרים :

דמיינו שיצאתם לטיול אביבי ביום נעים. במהלך הטיול פגשתם פרפר צבעוני ומיוחד.
כתבו פסקה המתארת את הטיול שחוויתם בעזרת החושים: מה ראיתם, שמעתם, הרגשתם?
שלבו בתיאור:

✿ לפחות פרפר אחד (איזה צבע היה לו? איפה ראיתם אותו?)

☺ צבעים שראיתם סביבכם (פרחים, שמיים, בגדים, רגשות)

🔗 מילות קישור: כש..., ואז..., אחרי ש..., פתאום..., לבסוף...

📝 דוגמה לפתיח:

ביום שישי טיילתי עם המשפחה שלי בשדה פתוח. השמש זרחה, והאוויר היה נעים. פתאום ראיתי פרפר כחול עם כנפיים סגולות עף מעל פרח ורוד. הרגשתי שמחה ושלווה.....

