



גברת בֶּטָחוֹן

יחידת הוראה ברמה A2

בתאם לתוכנית המסגרת להוראת העברית כשפה שנייה

בהתבסס על מסמך ה-CEFR

כיתה ד

גִּבְרַת בְּטָחוֹן

נָעִים לְהַכִּיר, אֲנִי גִבְרַת בְּטָחוֹן,
מִלֵּאת אֱמוּנָה וְכוּחַ רָצוֹן.
אֶפְשָׁר לומר שְׁאֲנִי מִמָּשׁ אֲמִיצָה,
אֵין הִרְפְּתִיקָה שְׁאֲנִי מִחֲמִיצָה.
וְאִם מֵר חֲשַׁשׁ אוֹתִי בָּא לְבִקֵּר,
אֲנִי מִזְכִּירָה לוֹ – שְׁלֹא נוֹתֵר,
נִנָּשֵׁם אֲוִיר, נִמְצָא אֶת הַכוּחַ,
מִתוֹךְ הָאֶתְגֵּר נִנָּסֶה גַם לְצִמּוּחַ.
נֶאֱמִין בְּעֶצְמֵנוּ, לֹא נִפְחַד לִפְלֹ,
כְּשֶׁאֲנַחֲנוּ יַחַד נַעֲבֹר כָּל מְכַשׁוֹל!



חיברו: תמי קציר ושחר דותן



אוֹצֵר מְלִים:

בְּטָחוֹן: אֱמוּנָה וְכוּחַ רָצוֹן

אֲמִיצָה: לֹא מִפְחָדֶת-

הַרְפִּתְקָה: מְקַרָּה מְסַבֵּךְ
מַחְמִיצָה: מַפְסֶפֶסֶת
בָּא לְבִיקָר: בָּא לְרֹאוֹת אוֹתָנוּ
לֹא נוֹתֵר: לֹא נִכְנַע
כּוֹחַ: חֵזֶק
אַתְגֵּר: תְּחַדִּי
לְצַמַּח: לְגַדֵּל
מְכַשּׁוֹל: קוֹשִׁי

1. פְּעִילוֹת טְרוּם קְרִיאָה: מְדַבְּרִים עִבְרִית

- א. מָה אַתֶּם רוֹאִים בְּתִמוּנָה?
- ב. מִי יוֹתֵר חֲזָק הַחֲתוּל אוֹ הָאַרְיֵה?
- ג. מָה אֶפְשָׁר לְלַמֵּד מִתִּמוּנָה זוֹ?

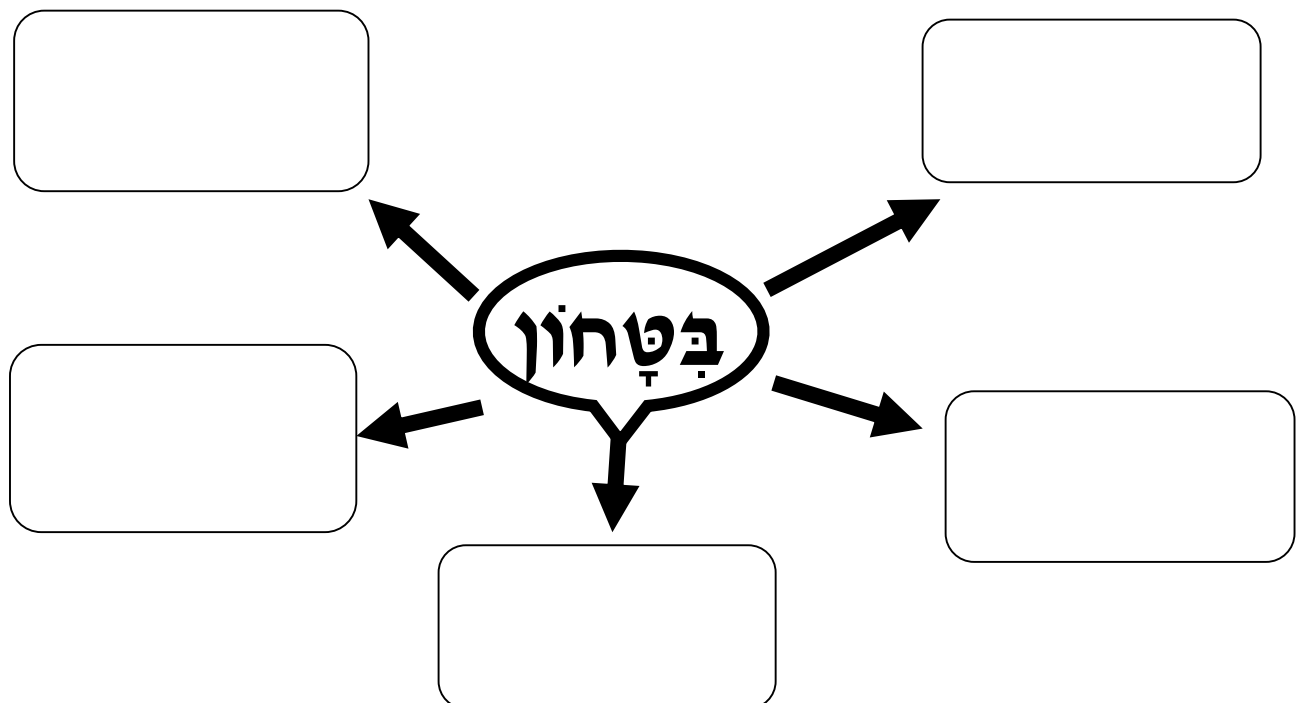


**2. מִיָּנֹו אֶת הַמְּלִים הַבָּאוֹת לְפִי רְגִשׁוֹת שֶׁל בֶּטְחוֹן
וְרְגִשׁוֹת שֶׁל אֵי בֶטְחוֹן:**

חֶזֶק – חִלְשָׁה – כּוֹחַ רָצוֹן – אִמְץ – חֲשָׁשׁ
 אֲמוּנָה בְּעֶצְמָנוּ – עֶצֶב – פֶּחַד – עוֹצָמָה – פֶּעַס

רְגִשׁוֹת שֶׁל אִי בְּטָחוֹן	רְגִשׁוֹת שֶׁל בְּטָחוֹן

3. הַעֲתִיקוּ לַתּוֹךְ הַתְּרָשִׁים אֶת הָרְגִשׁוֹת שֶׁל הַבְּטָחוֹן:



הַקִּיפוּ אֶת הַתְּשׁוּבָה הַנְּכוֹנָה:

1. נעים להכיר את:

א. גברת חשש.

ב. גברת עזרה.

ג. גברת בטחון

2. גברת בטחון מלאה ב:

א. אהבה וכעס.

ב. אמונה וכוח רצון.

ג. רגע ושלווה.

3. אפשר לומר שגברת בטחון:

א. אמיצה

ב. חרוצה

ג. חלשה

4. מה גברת בטחון מזכירה למר חשש כשהוא בא לבקר אותה?

5. מתי אפשר לעבור כל מכשול?

6. האם תסכימו עם גברת בטחון, שאם נהיה ביחד נעבר כל מכשול? אם כן, תנו דגמה.

7. מִיִּנּוּ אֶת הַמְּלִים הַבָּאוֹת לְפִי תְכוּנָה טוֹבָה וְתְכוּנָה לֹא טוֹבָה:

כּוֹחַ רָצוֹן – פֶּחַד – אִמָּץ – חֲשָׁשׁ
נְאֻמִּין בְּעֶצְמָנּוּ – כַּעַס – בְּטָחוֹן – נוֹתֵר בְּקָלוֹת

תְּכוּנוֹת טוֹבוֹת	תְּכוּנוֹת לֹא טוֹבוֹת

8. הַקִּיפוּ אֶת הַתְּשׁוּבָה הַנִּכּוֹנָה:

- א. הַהֶפֶךְ שֶׁל הַמֶּלֶךְ אֲמִיץָּה. (חֲרוּצָה – פֶּחַדְנִית – יָפָה)
- ב. הַהֶפֶךְ שֶׁל הַמֶּלֶךְ יַחַד. (יָשָׁן – חָדָשׁ – לָבַד)
- ג. הַהֶפֶךְ שֶׁל הַמֶּלֶךְ כּוֹחַ. (חֲלָשָׁה – חֲכָמָה – גְּדוֹלָה)
- ד. הַהֶפֶךְ שֶׁל הַמֶּלֶךְ יֵשׁ. (יָן – אֵין – כְּאֶשֶׁר)
- ה. הַמֶּלֶךְ הַנִּרְדָּפֵת לַמֶּלֶךְ פֶּחַד. (בְּטָחוֹן – שְׂמָחָה – חֲשָׁשׁ)

9. כְּתִבוּ נָכוֹן / לֹא נָכוֹן לִיד כָּל מִשְׁפָּט:

- א. גְּבֻרַת בְּטָחוֹן מְלֵאֵת אֲמוּנָה וְכוֹחַ רָצוֹן. _____

- ב. אִפְשָׁר לומר שְׂגִבְרַת בְּטָחוֹן לֹא אִמִּיצָה. _____
- ג. גִּבְרַת בְּטָחוֹן מִחְמִיצָה כָּל הִרְפְּתָקָה. _____
- ד. גִּבְרַת בְּטָחוֹן מִזְכִּירָה לְמֶר חֲשָׁשׁ – שְׁלֹא נִוְתֵּר,
נִנְשָׁם אֲוִיר וְנִמְצָא אֶת הַכּוֹחַ. _____
- ה. כְּשֶׁאֲנַחֲנוּ לֹא בִיחַד נַעֲבֹר כָּל מְכָשׁוֹל. _____

10. סִדְרוּ אֶת הַמְשָׁפְטִים הַבָּאִים לְפִי סֵדֵר הוֹפְעָתָם

בִּטְקֶסֶט:

- ☐ אִין הִרְפְּתָקָה שְׁאֲנִי מִחְמִיצָה.
- ☐ כְּשֶׁאֲנַחֲנוּ יַחַד נַעֲבֹר כָּל מְכָשׁוֹל!
- ☐ נָעִים לְהַכִּיר, אֲנִי גִבְרַת בְּטָחוֹן, מְלֵאת אֲמוּנָה וְכוֹחַ
רָצוֹן.
- ☐ אִפְשָׁר לומר שְׁאֲנִי מִמֶּשׁ אִמִּיצָה.
- ☐ אֲנִי מִזְכִּירָה לוֹ – שְׁלֹא נִוְתֵּר, נִנְשָׁם אֲוִיר וְנִמְצָא אֶת
הַכּוֹחַ.

11. כְּתִבוּ כּוֹתֶרֶת אַחֶרֶת לַטְקֶסֶט:

12. הַמָּסֹר שְׁאַתֶּם לומְדִים מִטְקֶסֶט זֶה הוּא:

- א. שְׁנֵהִיָּה חֲלָשִׁים וְכָל אֶחָד יִהְיֶה לְבַד.
- ב. שְׁנֵהִיָּה חֲזָקִים, לֹא נֹתֵר, נְאֻמִּין בְּעֶצְמָנוּ וְנִהְיֶה בְּיַחַד.
- ג. שְׁלֹא נְאֻמִּין בְּעֶצְמָנוּ וּנִפְחָד.

**13. גְּבֵרֶת בְּטָחוֹן מִזְכִּירָה לְמַר חֲשָׁשׁ – שְׁלֹא נֹתֵר, נְנָשִׁים
אֲוִיר, נִמְצָא אֶת הַכּוֹחַ, מִתּוֹךְ הָאֲתָגוֹר נִנְסָה גַם לְצַמֵּחַ.
נְאֻמִּין בְּעֶצְמָנוּ, לֹא נִפְחָד לְפַל, כְּשֶׁאֲנַחֲנוּ יַחַד נַעֲבֹר כָּל
מְכָשׁוֹל!**

מָה דַעְתְּכֶם בָּמָה שֶׁגְּבֵרֶת בְּטָחוֹן מִזְכִּירָה לְמַר חֲשָׁשׁ? נִמְקוּ:

הַבָּעָה בְּכֶתֶב:

א. חֲבֵרוּ מִשְׁפָּט לְכָל מֶלֶךְ:

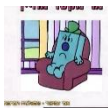
- בְּטָחוֹן: _____
- אֲמִיצָה: _____
- יַחַד: _____
- בָּא לְבַקֵּר: _____

ב. הַשְּׁלִימוּ אֶת הַשִּׁיחָה בֵּין גְּבֵרֶת בְּטָחוֹן וּמַר חֲשָׁשׁ:

גְּבֵרֶת בְּטָחוֹן וּמַר חֲשָׁשׁ



גִּבְרֵת בֶּטָחוֹן : שָׁלוֹם מֶר חֶשֶׁשׁ!



מֶר חֶשֶׁשׁ : שָׁלוֹם וּבִרְכָּה!



גִּבְרֵת בֶּטָחוֹן : לָמָּה אַתָּה מְפַחֵד?



מֶר חֶשֶׁשׁ :



גִּבְרֵת בֶּטָחוֹן :



מֶר חֶשֶׁשׁ :



גִּבְרֵת בֶּטָחוֹן :



מֶר חֶשֶׁשׁ :



גִּבְרֵת בֶּטָחוֹן :



מֶר חֶשֶׁשׁ :



גִּבְרַת בֶּטָחוֹן

איפה אתם מרגישים תחושת בטחון בגוף שלכם?
צירו **לב** בכל איבר בגוף של גברת בטחון בו אתם מרגישים תחושת בטחון.



הקיפו את הרגשות שאתם מרגישים כשאתם מרגישים בטחון:

חשש
אהבה
שמחה
עצב
כאב
התלהבות
עוצמה
עיפות
תקוה
רגע
הצלחה
דאגה
בלבול
אמץ
גאון
כעס
שלוה

חלק מתוכנית "אור"

בפיתוח מרכז חמיקציר, ד"ר אורלי ליפקה וד"ר שלי שאל, פיתוח פדגוגי: שחר דותן, עדי בפמן, מיכל סדן.
מרכז אדמונד י. ספרא לחקר המוח בלקויות למידה, החוג ללקויות למידה, אוניברסיטת חיפה
כל הזכויות שמורות © אין להעתיק, לשכפל, לפרסם או להעביר בכל צורה שהיא את התוכנים או חלקים מהם



תפזרת הרגשות של גברת בטחון

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

מצאו את הרגשות הבאים בתפזרת:



רגע
עצב
הצלחה
כאב
נאווה

אמץ
תקווה
התלהבות
שמחה
דאגה
כעס

חשש
אהבה
עוצמה
בלבול
עיפות
שלווה

חלק מתוכנית "אור"

בפיתוח פרופ' חמי קציר, ד"ר אורלי ליפקה וד"ר שלי שאול, פיתוח כדונג: שחר דותן, עדי בפמן, מיכל סדן.
מרכז אדמונד י. ספרא לחקר המוח בלקויות למידה, החוג ללקויות למידה, אוניברסיטת חיפה
כל הזכויות שמורות. כל הזכויות שמורות. כל הזכויות שמורות. כל הזכויות שמורות. כל הזכויות שמורות.



גִּבְרַת בִּטְחוֹן

מה עוזר לי להרגיש בטחון?
כתבו שלושה דברים שעוזרים לכם להרגיש בטחון:

1. _____

2. _____

3. _____

צבעו את גִּבְרַת בִּטְחוֹן



חלק מתוכנית "אור"

בפיתוח מרכז' חמי קציר, ד"ר אורלי ליפקה וד"ר שלי שאול, פיתוח פדגוגי: שחר דותן, עדי בפמן, מיכל סדן.
מרכז אדמונד י. ספרא לחקר המוח בלקויות למידה, החוג ללקויות למידה, אוניברסיטת חיפה
כל הזכויות שמורות © אין להעתיק, לשכפל, לפרסם או להעביר בכל צורה שהיא את החומרים או חלקים מהם