מי אני כשכולם מסתכלים? מהדורה למורה

ערכה להדפסה • לכיתות ג׳–י״ב, עולים וחנ״מ • קריאה והבנה

סוגת הטקסט: מכתב / יומן · **נושא:** לחץ חברתי, שייכות מול ייחודיות

מטרות

- לאתר את הדילמה המרכזית של הדמות
- להבחין בין צורך בשייכות לצורך בייחודיות
- לנסח 'עמוד שדרה' אישי – בחירה שמתאימה לערכים שלי

מהלך שיעור – 45 דקות

5 ד׳	פתיחה: "מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?"
10 ד׳	קריאה ראשונה בקול + קריאה שנייה עם עיפרון (סימון מילים לא מוכרות)
8 ד׳	חלק א׳ – שחייה (בזוגות), בדיקה במליאה
10 ד׳	חלק ב׳ – צלילה: סימון, מיון, שפה ומבנה
8 ד׳	חלק ג׳ – מעמקים: משימת תיבה + מעגל שיח קצר
4 ד׳	כרטיס יציאה

גרסת 10 דקות: קריאה ← 2 שאלות שחייה ← סימון אחד ← שורה בכרטיס היציאה.

תשובות

חט״ב	שחייה: 1. כי פחד לחזור לשבת לבד · 2. הניח אותו על הספסל · 3. הסכים לשחק כדור ◆ סימון: "היא לא באמת שייכות" ◆ מיון: שייכות: להתקבל לחבורה, לשבת עם החבר׳ה בהפסקה | ייחודיות: לא לזרוק את התיק, לומר 'נמאס לי מזה' ◆ אוצר מילים: מטפורה – מסתירים את מי שאנחנו
חט״ע	שחייה: 1. יומן – גישה למחשבות פנימיות וכנות · 2. הם מסבירים מדוע יונתן צחק, ומדוע המעשה שלו שינה את הקבוצה · 3. ניגוד בין 'אחד' ל'רבים' ◆ סימון: "היא לא באמת שייכות" ◆ מיון: לפני: מכווץ בבטן, פחד לחזור לבד | ברגע ההחלטה: המבט המופתע של עדי | אחרי: תובנה על 'תחפושת', ספק אם עשה מספיק
יסודי	שחייה: 1. צהוב · 2. באה עם הכובע ◆ סימון: "אבל היא אוהבת אותו" ◆ מיון: רק אני: הצבע שאני הכי אוהב/ת, השם שלי | כולנו: כולנו לומדים בכיתה, כולנו אוהבים הפסקה
עולים	שחייה: 1. חָדָשׁ · 2. בּוֹאוּ נְשַׂחֵק כַּדּוּר ◆ סימון: "אלכס לא רוצה לצחק" ◆ מילון: חָדָשׁ=new · חֲבֵרִים=friends · צוֹחֲקִים עַל=laugh at / make fun of · רוֹצֶה=wants · בּוֹאוּ=come on, let's
חנ״מ	תמונות: מציע/ה לשחק · לא נעים ◆ מיון: אני אוהב/ת: לצייר, כדור, לשיר | לא אני: לפחד מנחש

מעגל שיח

1. מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?
2. איך אפשר לומר 'לא' לקבוצה בלי לאבד אותה?
3. מה מחזק אתכם כשאתם צריכים אומץ? (חשבו על גש״ר מאח״ד: גוף, שכל, רגש...)

מתווה מצגת (איורים בסגנון תלת־ממדי חמוד)

1. שקופית פתיחה: דמות תלת־ממדית עם שתי מסכות ביד ופנים אמיתיות
2. הדילמה של יונתן
3. שייכות מול ייחודיות – מאזניים
4. איך אומרים לא בלי לאבד חברים
5. כרטיס יציאה: משהו שאני לא מוכן/ה לוותר עליו

מרחב בטוח: הפעילות היא תמיכה ולמידה – לא טיפול. מותר לא לשתף. כל דאגה לשלומו/ה של תלמיד/ה – פונים ליועצת. מודלים לשילוב: גש״ר מאח״ד · עש״ן ד״ק · מעש״ה.

🎭 מי אני כשכולם מסתכלים? 🎒 חט״ב

ערכה להדפסה • לכיתות ז׳–ט׳ • קריאה והבנה

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

יומן, יום שלישי

מכתב / יומן

יומן יקר,

היום בהפסקה החבר׳ה החליטו 'לשחק' בתיק של עדי – זרקו אותו מאחד לשני, והיא רצה ביניהם. כולם צחקו. גם אני צחקתי. אבל בבטן הרגשתי משהו מכווץ.

הבעיה היא שרק לפני חודש התקבלתי לחבורה. חצי שנה ישבתי לבד בהפסקות. אתה זוכר, יומן. אני לא רוצה לחזור לשם. אז כשתומר זרק לי את התיק – תפסתי אותו.

ואז עדי הסתכלה עליי. לא בכעס. בהפתעה. כאילו אמרה: גם אתה?

לא זרקתי את התיק הלאה. הנחתי אותו על הספסל ואמרתי: "נמאס לי מזה, בואו לשחק כדור." רגע של שקט. אחר כך תומר משך בכתפיים ואמר: "טוב, כדור."

אני עדיין לא יודע אם עשיתי מספיק. אבל הבנתי משהו: שייכות שבה אני צריך להפסיק להיות אני – היא לא באמת שייכות. היא תחפושת.

יונתן

חלק א׳ – 🏊 שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. למה יונתן פחד להתנגד?

○ כי לא אהב את עדי ○ כי פחד לחזור לשבת לבד ○ כי המורה ראתה

2. מה עשה יונתן עם התיק?

○ זרק אותו הלאה ○ הניח אותו על הספסל ○ החביא אותו

3. איך הגיב תומר?

○ כעס מאוד ○ הסכים לשחק כדור ○ הלך הביתה

חלק ב׳ – 🤿 צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. 🖍️ סמנו בטקסט בצבע את המשפט שמבטא את התובנה של יונתן, והעתיקו אותו:

_____

_____

2. 🗂️ מה מבטא שייכות ומה מבטא ייחודיות?

להתקבל לחבורה · לא לזרוק את התיק · לשבת עם החבר׳ה בהפסקה · לומר 'נמאס לי מזה'

שייכות	ייחודיות

3. המילה "תחפושת" בסוף היומן היא...

○ מטפורה – מסתירים את מי שאנחנו ○ בגד לפורים ○ שם של משחק

חלק ג׳ – מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

משימת תיבה: כתבו את היומן של עדי מאותו יום. מה ראתה? מה הרגישה כשיונתן הניח את התיק?

אפשר להיעזר בגש״ר מאח״ד (גוף · שכל · רגש · מערכת אמונות · חברה · דמיון) ובמילות קישור: ראשית · בנוסף · לעומת זאת · לכן · לסיכום.

לשיחה בזוגות: מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?

כרטיס יציאה · מי אני כשכולם מסתכלים? שם: _____

דבר אחד שאני לא מוכן/ה לוותר עליו בשביל להשתייך:

משפט שאפשר לומר כשקבוצה נסחפת:

מי מחזק אותי להיות אני:

מי אני כשכולם מסתכלים? חט״ע

ערכה להדפסה • לכיתות י׳–י״ב • קריאה והבנה

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

יומן, יום שלישי

מכתב / יומן

[1] יומן יקר,
היום בהפסקה החבר׳ה החליטו 'לשחק' בתיק של עדי – זרקו אותו מאחד לשני, והיא רצה ביניהם. כולם צחקו. גם אני צחקתי. אבל בבטן הרגשתי משהו מכווץ.

[2] הבעיה היא שרק לפני חודש התקבלתי לחבורה. חצי שנה ישבתי לבד בהפסקות. אתה זוכר, יומן. אני לא רוצה לחזור לשם. אז כשתומר זרק לי את התיק – תפסתי אותו.

[3] ואז עדי הסתכלה עליי. לא בכעס. בהפתעה. כאילו אמרה: גם אתה?

[4] לא זרקתי את התיק הלאה. הנחתי אותו על הספסל ואמרתי: "נמאס לי מזה, בואו לשחק כדור." רגע של שקט. אחר כך תומר משך בכתפיים ואמר: "טוב, כדור."

[5] אני עדיין לא יודע אם עשיתי מספיק. אבל הבנתי משהו: שייכות שבה אני צריך להפסיק להיות אני – היא לא באמת שייכות. היא תחפושת.
יונתן

[6] פסיכולוגים מתארים את גיל ההתבגרות כמשא ומתן מתמיד בין שני צרכים: הצורך להשתייך לקבוצה והצורך להיות 'מישהו'. ניסויים מפורסמים הראו שאנשים מוכנים לומר שקו קצר הוא ארוך – רק משום שכל השאר בחדר אמרו כך. אבל אותם ניסויים גילו גם עובדה מעודדת: כשבחדר היה אדם אחד בלבד שענה אחרת, נכונותם של האחרים לומר את האמת עלתה בחדות. ייחודיות של אחד מעניקה רשות לרבים.

חלק א׳ – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה הצורה הספרותית של הטקסט ומה היא מאפשרת?

○ יומן – גישה למחשבות פנימיות וכנות ○ ידיעה עיתונאית – עובדות בלבד ○ מודעה

2. מה הקשר בין הניסויים בפסקה האחרונה לבין הסיפור?

○ הם מסבירים מדוע יונתן צחק, ומדוע המעשה שלו שינה את הקבוצה ○ אין קשר

○ הם מוכיחים שיונתן טעה

3. "ייחודיות של אחד מעניקה רשות לרבים" – איזה אמצעי לשוני יש כאן?

○ ניגוד בין 'אחד' ל'רבים' ○ חריזה ○ שאלה רטורית

חלק ב׳ – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. 🖍️ סמנו בטקסט בצבע את המשפט שמבטא את התובנה של יונתן, והעתיקו אותו:

2. 🗂️ מיינו את רגשות יונתן לפי השלבים

מכווץ בבטן · המבט המופתע של עדי · תובנה על 'תחפושת' · פחד לחזור לבד · ספק אם עשה מספיק

😬 לפני	💭 ברגע ההחלטה	🌱 אחרי

חלק ג' – 🐟 מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

📦 **משימת תיבה:** 'שייכות שבה אני צריך להפסיק להיות אני – היא לא באמת שייכות.' האם אתם מסכימים? כתבו מאמר דעה קצר, עם דוגמה מהטקסט ודוגמה מהחיים.

💡 אפשר להיעזר בגש"ר מאח"ד (גוף · שכל · רגש · מערכת אמונות · חברה · דמיון) ובמילות קישור: ראשית · בנוסף · לעומת זאת · לכן · לסיכום.

🗣️ לשיחה בזוגות: מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?

✂️

🎟️ **כרטיס יציאה · מי אני כשכולם מסתכלים?** שם: _____

דבר אחד שאני לא מוכן/ה לוותר עליו בשביל להשתייך:

משפט שאפשר לומר כשקבוצה נסחפת:

מי מחזק אותי להיות אני:

מי אני כשכולם מסתכלים? יסודי

ערכה להדפסה • לכיתות ג'–ו' • קריאה והבנה

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

הכובע הצהוב

מכתב / יומן

ליה אוהבת את הכובע הצהוב שלה. הוא מצחיק ושמח.

יום אחד ילדה אמרה: "כובע צהוב? זה של תינוקות!"

ליה רצתה להוריד את הכובע. אבל היא אוהבת אותו.

למחרת ליה באה עם הכובע. ילד אחר אמר: "וואו, איזה כובע שמח!"

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. איזה צבע הכובע של ליה?

○ כחול ○ צהוב ○ אדום

2. מה ליה עשתה בסוף?

○ זרקה את הכובע ○ באה עם הכובע ○ בכתה

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. סמנו בטקסט בצבע את המשפט שמראה מה ליה מרגישה כלפי הכובע, והעתיקו אותו:

---

2. מה מיוחד בי ומה משותף לכולנו?

הצבע שאני הכי אוהב/ת · כולנו לומדים בכיתה · השם שלי · כולנו אוהבים הפסקה

רק אני	כולנו

חלק ג' – מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

📦 **משימת תיבה:** ציירו את 'הכובע הצהוב' שלכם – משהו שאתם אוהבים גם אם לא כולם אוהבים.

🗣️ לשיחה בזוגות: מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?

✂️

🎟️ **כרטיס יציאה · מי אני כשכולם מסתכלים?** שם: _____

דבר אחד שאני לא מוכן/ה לוותר עליו בשביל להשתייך:

משפט שאפשר לומר כשקבוצה נסחפת:

מי מחזק אותי להיות אני:

🎭 מי אני כשכולם מסתכלים? 🟢 עולים

ערכה להדפסה • לכיתות קליטה ואולפן • קריאה והבנה

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

מי אני כשכולם מסתכלים?

מכתב / יומן

אֲנִי כּוֹכָב חָדָשׁ בַּכִּתָּה.

הוּא רוֹצֶה חֲבֵרִים.

הַחֲבֵרִים צוֹחֲקִים עַל יַלְדָּה.

אֲנִי כּוֹכָב לֹא רוֹצֶה לִצְחֹק.

הוּא אוֹמֵר: "בּוֹאוּ נְשַׂחֵק כַּדּוּר."

כֻּלָּם הוֹלְכִים לְשַׂחֵק.

🟢 **מחסן מילים:** חָדָשׁ (new) · חֲבֵרִים (friends) · צוֹחֲקִים עַל (laugh at / make fun of) · רוֹצֶה (wants) · בּוֹאוּ (come on, let's)

חלק א׳ – 🌊 שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. אֲנִי כּוֹכָב חָדָשׁ אוֹ וָתִיק בַּכִּתָּה?

○ חָדָשׁ ○ וָתִיק ○ מוֹרֶה

2. מָה אֲנִי כּוֹכָב אוֹמֵר?

○ בּוֹאוּ נְשַׂחֵק כַּדּוּר ○ גַּם אֲנִי צוֹחֵק ○ אֲנִי הוֹלֵךְ הַבַּיְתָה

חלק ב׳ – 🐚 צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. מתחו קו בין המילה לפירוש:

חָדָשׁ	•	• laugh at / make fun of
חֲבֵרִים	•	• wants
צוֹחֲקִים עַל	•	• come on, let's
רוֹצֶה	•	• new
בּוֹאוּ	•	• friends

2. 🖍️ לַחֲצוּ עַל הַמִּשְׁפָּט שֶׁבּוֹ אֲנִי כּוֹכָב בּוֹחֵר לֹא לְהִצְטָרֵף, וְהַעְתִּיקוּ אוֹתוֹ:

חלק ג׳ – מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

משימת תיבה: הִשְׁלִימוּ: אֲנִי מְיֻחָד/ת כִּי…

_____

_____

_____

_____

לשיחה בזוגות: מתי קל לכם להיות עצמכם, ומתי קשה?

כרטיס יציאה · מי אני כשכולם מסתכלים? שם: _____

דבר אחד שאני לא מוכן/ה לוותר עליו בשביל להשתייך:

_____

משפט שאפשר לומר כשקבוצה נסחפת:

_____

מי מחזק אותי להיות אני:

_____

מי אני כשכולם מסתכלים? חנ"מ

ערכה להדפסה • לחינוך המיוחד • קריאה והבנה

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

מי אני כשכולם מסתכלים?

מכתב / יומן

כולם צוחקים על ילד.

אני לא רוצה.

אני אומר/ת: בואו נשחק!

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה אני עושה?

מציע/ה לשחק	צוחק/ת	בורח/ת

2. מה אני מרגיש/ה כשצוחקים על מישהו?

לא נעים	מסיבה	גלידה

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. מה מיוחד בי?

לצייר · כדור · לשיר · לפחד מנחש

אני אוהב/ת	לא אני

חלק ג׳ – 🐟 מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

💬 מה מיוחד בי? (הקיפו)

אני אוהב/ת חיות | אני צובע/ת יפה | אני רץ/ה מהר

אני עוזר/ת לחברים | אני שר/ה

איך אני מרגיש/ה? 😊 😐 😢 😠 🤩

✂️ 🎟️ כרטיס יציאה · מי אני כשכולם מסתכלים? שם: _____

דבר אחד שאני לא מוכן/ה לוותר עליו בשביל להשתייך:

_____

משפט שאפשר לומר כשקבוצה נסחפת:

_____

מי מחזק אותי להיות אני:

_____