מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להבין את מבנה הקבוע של מעגלי הפתיחה והסיכום השבועיים ואת תפקיד כל מרכיב בהם
- לנתח ערך שבועי נתון ולקשר אותו לדוגמה מהסיפור או מהחיים האישיים
- לזהות את הקשר בין לוח השנה העברי, פרשת השבוע והערך הנלמד
- לתרגל כלים של רפלקציה אישית: מעקב רגשי, הצבת מטרה ובדיקתה, הכרת תודה

גרסת חנ"מ – פחות פריטים, עד 3 אפשרויות בחירה, בנק מילים, גופן מוגדל ושורות כתיבה רחבות. מומלץ להקריא את ההוראות בקול ולעבוד חלק אחר חלק, בלי הגבלת זמן.

חלק א' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – זיהוי המרכיבים

- 1. א – מד מצב רוח אנונימי באימוג'ים
- 2. א – לפתוח את השיח בצורה מעניינת ומשוחררת

חלק ב' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – עובדות ומושגים

- 1. נכון – כך תלמידים יכולים לשתף את הרגשתם בלי לחשוף את זהותם
- 2. לא נכון – מעגל הפתיחה מתקיים ביום ראשון, ומעגל הסיכום ביום שישי

חלק ג' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – השלמה

- 1. שבוע

חלק ד' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – התאמת מרכיבים לתפקידם

- 1 – ב (שיתוף רגשי אנונימי בתחילת השבוע)
- 2 – ג (נושא מרכזי לשיח ולסיפור קצר)
- 3 – ד (רגיעה והתארגנות לפני הלימודים)
- 4 – א (הגדרת יעד אישי לשבוע הקרוב)

חלק ה' – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – היכרות עם המבנה

- 1. א – ערך השבוע וסיפור קצר עם שאלות לשיח
- 2. א – ביום ראשון
- 3. א – היכרות ושייכות וסבלנות

חלק ו' – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – התאמת ערכים לתיאורם

- 1 – ג (היכולת להתמודד עם קושי זמני ולהמתין בלי לאבד את הסבלנות)
- 2 – ד (דאגה למשימה או להתחייבות אישית עד סופה)
- 3 – ב (יחס הוגן ומכבד כלפי הזולת, גם כשיש חילוקי דעות)
- 4 – א (קשרים ותמיכה הדדית בין בני אדם לאורך זמן)

חלק ז' – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – ניתוח וכתיבה

- 1. תיאור סיטואציה אמינה הקשורה לערך שנבחר, עם דוגמה קונקרטית מחיי היומיום

חלק ח' – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – שאלות ידע

- 1. ב – יום שישי
- 2. א – רגעים טובים מהשבוע
- 3. ב – את כרטיס המטרה שנקבע בתחילת השבוע

חלק ט' – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – הבנה ויישום

- 1. נכון – אלה שני רכיבים מרכזיים במעגל הסיכום
- 2. נכון – זו אפשרות נוספת הקיימת במסלול הממלכתי־דתי בלבד

חלק י' – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – חיבור והשלמה

- 1. מחמאות
- 2. רגעים

חלק י"א – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – התאמה

- 1 – ב (שיתוף בחוויה חיובית שקרתה במהלך השבוע)
- 2 – א (בחינה האם המטרה שנקבעה בתחילת השבוע הושגה)
- 3 – ד (הבעת הכרת תודה כלפי אחרים בכיתה)
- 4 – ג (סיכום אישי של למידה מהשבוע שעבר)

חלק י"ב – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי – היכרות עם המבנה והנתונים

- 1. א – יום ראשון
- 2. א – רגע של פרשת השבוע ו'מילים מהפרשה לחיים'
- 3. ב – 40

חלק י"ג – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי – התאמת ערך לפרשת השבוע

- 1 – ד (נצבים–וילך)
- 2 – ג (בראשית)
- 3 – א (לך לך)
- 4 – ב (וירא)

חלק י"ד – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי – חשיבה והעמקה

חלק ט"ו – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – היכרות עם הכלים

- 1. א – אנונימי, באימוג'ים
- 2. א – מעגל הפתיחה ביום ראשון

חלק ט"ז – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – הבנה ויישום

- 1. נכון – מעגל הסיכום כולל שלב של בדיקת המטרה שנקבעה בתחילת השבוע.
- 2. לא נכון – דקת הנשימה והתנועה מופיעה במעגל הפתיחה של יום ראשון.

חלק י"ז – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – השלמה והתאמה

- 1. מצב הרוח (ההרגשה)
- 2. מטרה

חלק י"ח – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – התאמה

- 1 – ב (שיתוף אנונימי של הרגשה)
- 2 – א (יעד אישי לשבוע)
- 3 – ד (תרגול גוף ונשימה)
- 4 – ג (הערכה הדדית בין תלמידים)

חלק י"ט – חזרה מסכמת – שאלות סגורות על כל הפרקים

- 1. א – ביום ראשון
- 2. ב – לשתף באופן אנונימי איך מרגישים
- 3. ב – סבב תודה וחשיבה על רגעים טובים

חלק כ' – חזרה מסכמת – שאלות פתוחות

- 1. תשובה טובה תזכיר שהפתיחה מציגה ערך ומטרה לשבוע, והסיכום חוזר לבדוק את המטרה ואת הערך דרך שיח ורגעים טובים, כך נוצר מעגל שלם של תכנון ורפלקציה
- 2. תשובה טובה תציג דוגמה קונקרטית לשיח או פעולה בפתיחה ודוגמה לבדיקה או שיתוף באותו ערך בסיכום

כרטיס יציאה – מה לחפש

- תשובה טובה תבחין בין פתיחה המכוונת קדימה (תכנון, מטרה) לסיכום המביט אחורה (הערכה, תודה)
- תשובה טובה תקשר בין אירוע או דמות בסיפור לבין המסר הערכי המרכזי בלי ציטוט ארוך
- תשובה טובה תציג חיבור אמיתי ומנומק בין הכלי לבין מצב חיים קונקרטי של התלמיד

טיפים להפעלה:

- ניתן לחלק את החוברת לפי שבועות הלימוד - פרק אחד או שניים בכל שבוע, במקביל למעגל בפועל
- לתלמידים המתקשים אפשר לצמצם את מספר שאלות השיח הפתוחות ולהתמקד בזיהוי ערך אחד בלבד
- לתלמידים מתקדמים כדאי להוסיף דיון השוואתי בין ערכים שונים שנלמדו במהלך החודש
- מומלץ לשלב כתיבה אישית חופשית בסוף כל פרק כדי לחזק את הרפלקציה מעבר לתשובות הסגורות

חוברת תרגול – פותחים שבוע · נפרדים משבוע

פותחים שבוע · נפרדים משבוע

תיכון · חנ״מ

תוכן החוברת

1. פרק 1 – מעגל פתיחה של יום ראשון
2. פרק 2 – ערכי השבוע ושיח עליהם
3. פרק 3 – מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי
4. פרק 4 – זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי
5. פרק 5 – רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה

שם: _____ כיתה: _____

יצרה: רוית ראש בן ישי

חוברת תרגול – פותחים שבוע • נפרדים משבוע

חוברת התלמיד/ה חנ"מ

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

בחוברת זו תתרגלו את מבנה המעגלים השבועיים – מהפתיחה ביום ראשון ועד הפרידה ביום שישי. בכל פרק תעבדו על מרכיב אחר: ערך השבוע, הסיפור הנלווה, הקשר ללוח העברי והרפלקציה האישית. ענו בעצמכם לפני שבודקים מול הכיתה.

בנק מילים: מטרה | שבוע | מצב הרוח (ההרגשה) | רגעים | מחמאות

1 חלק א' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – זיהוי המרכיבים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה כולל מעגל הפתיחה ביום ראשון מלבד ברכה ותאריך?

א) מד מצב רוח אנונימי באימוג'ים ב) מבחן ידע בחשבון ג) בדיקת שיעורי בית

2. מה תפקידה של החידה במעגל הפתיחה?

א) לפתוח את השיח בצורה מעניינת ומשוחררת ב) לבדוק ידע לקראת מבחן

ג) להחליף את ערך השבוע

2 חלק ב' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – עובדות ומושגים

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	מד מצב הרוח במעגל הפתיחה הוא אנונימי.	☐	☐
2	מעגל הפתיחה מתקיים בכל יום בשבוע.	☐	☐

3 חלק ג' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – השלמה

השלימו את המילה החסרה.

1. הלוח "מה מחכה לנו ה _____ " מאפשר לתכנן יחד את ימי השבוע הקרובים.

4 חלק ד' – פרק 1 • מעגל פתיחה של יום ראשון – התאמת מרכיבים לתפקידם

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. מד מצב רוח	___	**א.** הגדרת יעד אישי לשבוע הקרוב
2. ערך השבוע	___	**ב.** שיתוף רגשי אנונימי בתחילת השבוע
3. דקת נשימה ותנועה	___	**ג.** נושא מרכזי לשיח ולסיפור קצר
4. כרטיס מטרה	___	**ד.** רגיעה והתארגנות לפני הלימודים

5 חלק ה' – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – היכרות עם המבנה

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה כולל השקף של ערך השבוע במעגל הפתיחה ביום ראשון?

(א) ערך השבוע וסיפור קצר עם שאלות לשיח (ב) רשימת שיעורי בית לכל השבוע

(ג) מבחן בעל פה על חומר קודם

2. מתי מתקיים מעגל הפתיחה שבו מוצג ערך השבוע החדש?

(א) ביום ראשון (ב) ביום שישי (ג) באמצע השבוע

3. איזה מהבאים הוא זוג ערכים שהופיע ברצף השבועות שנסקרו?

(א) היכרות ושייכות וסבלנות (ב) מתמטיקה ואנגלית (ג) היסטוריה וגיאוגרפיה

6 חלק ו' – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – התאמת ערכים לתיאורם

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. ערך: סבלנות	___	**א.** קשרים ותמיכה הדדית בין בני אדם לאורך זמן
2. ערך: אחריות	___	**ב.** יחס הוגן ומכבד כלפי הזולת, גם כשיש חילוקי דעות

3. ערך: כבוד	___	**ג.** היכולת להתמודד עם קושי זמני ולהמתין בלי לאבד את הסבלנות
4. ערך: חברות	___	**ד.** דאגה למשימה או להתחייבות אישית עד סופה

7 חלק ז׳ – פרק 2 • ערכי השבוע ושיח עליהם – ניתוח וכתיבה

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. בחרו ערך שבועי אחד (לדוגמה: אחריות) ותארו בקצרה סיטואציה מחיי תלמידים שמבטאת אותו.

8 חלק ח׳ – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – שאלות ידע

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. באיזה יום מתקיים מעגל הסיכום ונפרדים משבוע?

א) יום ראשון ב) יום שישי ג) יום רביעי

2. מהו הרכיב הראשון במעגל הסיכום של יום שישי?

א) רגעים טובים מהשבוע ב) תכנון השבוע הבא ג) ברכה ותאריך

3. מה בודקים במעגל הסיכום ביחס לתחילת השבוע?

א) את מד מצב הרוח ב) את כרטיס המטרה שנקבע בתחילת השבוע

ג) את התאריך העברי

9 חלק ט׳ – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – הבנה ויישום

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	מעגל הסיכום כולל סבב תודה ושרשרת מחמאות בין התלמידים	☐	☐
2	בבית ספר ממלכתי־דתי אפשר להוסיף למעגל הסיכום קבלת שבת עם נרות וברכה	☐	☐

10 חלק י׳ – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – חיבור והשלמה

השלימו את המילה החסרה.

1. בשרשרת ה _____ התלמידים אומרים זה לזה מילה טובה

2. בתחילת מעגל הסיכום משתפים _____ טובים שקרו במהלך השבוע

11 חלק י״א – פרק 3 • מעגל סיכום ונפרדים ביום שישי – התאמה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. רגעים טובים מהשבוע	___	**א.** בחינה האם המטרה שנקבעה בתחילת השבוע הושגה
2. בדיקת מטרה	___	**ב.** שיתוף בחוויה חיובית שקרתה במהלך השבוע
3. סבב תודה	___	**ג.** סיכום אישי של למידה מהשבוע שעבר
4. מה למדתי	___	**ד.** הבעת הכרת תודה כלפי אחרים בכיתה

12 חלק י״ב – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי –

היכרות עם המבנה והנתונים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. באיזה יום בשבוע מתקיים מעגל הפתיחה הכולל התייחסות לפרשת השבוע?

(א) יום ראשון (ב) יום שלישי (ג) יום חמישי

2. מה מופיע במצגת הפתיחה של ממלכתי־דתי בנוסף לערך השבוע?

(א) רגע של פרשת השבוע ו'מילים מהפרשה לחיים' (ב) מבחן על הפרשה

(ג) שיעור תלמוד מלא

3. כמה ערכים שבועיים מלווים את מצגות השנה כולה?

(א) 20 (ב) 40 (ג) 52

13 חלק י"ג – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי – התאמת ערך לפרשת השבוע

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. היכרות ושייכות	___	**א.** לך לך
2. חברות	___	**ב.** וירא
3. אחריות	___	**ג.** בראשית
4. כבוד	___	**ד.** נצבים–וילך

14 חלק י"ד – פרק 4 • זמן יהודי: פרשת שבוע ולוח השנה העברי – חשיבה והעמקה

ענו בקצרה.

15 חלק ט"ו – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – היכרות עם הכלים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מד מצב הרוח במעגל הפתיחה של יום ראשון הוא...

(א) אנונימי, באימוג'ים (ב) עם שם התלמיד במפורש (ג) ציון מספרי שמוצג לכיתה

2. כרטיס המטרה האישית נקבע באיזה מעגל?

(א) מעגל הפתיחה ביום ראשון (ב) מעגל הסיכום ביום שישי (ג) רק בחגים

16 חלק ט"ז – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – הבנה ויישום

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	בדיקת המטרה שנקבעה בתחילת השבוע מתבצעת במעגל הסיכום ביום שישי.	☐	☐
2	דקת הנשימה והתנועה מופיעה רק במעגל הסיכום של יום שישי.	☐	☐

17 חלק י"ז – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – השלמה והתאמה

השלימו את המילה החסרה.

1. מד מצב הרוח נועד לאפשר לתלמידים לשתף את _____ שלהם בלי לחשוף את זהותם.

2. במעגל הסיכום, לפני סבב התודה, בודקים אם הושגה ה_____ שנקבעה בתחילת השבוע.

18 חלק י"ח – פרק 5 • רפלקציה אישית: מצב רוח, מטרות ונשימה – התאמה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. מד מצב רוח	___	**א.** יעד אישי לשבוע
2. כרטיס מטרה	___	**ב.** שיתוף אנונימי של הרגשה
3. דקת נשימה ותנועה	___	**ג.** הערכה הדדית בין תלמידים

4. סבב תודה	___	**ד.** תרגול גוף ונשימה

19 חלק י"ט – חזרה מסכמת – שאלות סגורות על כל הפרקים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מתי מתקיים מעגל הפתיחה השבועי

(א) ביום ראשון (ב) ביום שלישי (ג) ביום חמישי

2. מהי מטרת מד מצב הרוח בפתיחת השבוע

(א) לבדוק ציונים (ב) לשתף באופן אנונימי איך מרגישים

(ג) להחליט על שיעורי בית

3. מה כולל מעגל הסיכום ביום שישי שאינו קיים במעגל הפתיחה

(א) ערך השבוע (ב) סבב תודה וחשיבה על רגעים טובים (ג) חידה

20 חלק כ' – חזרה מסכמת – שאלות פתוחות

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. הסבירו כיצד מעגל הפתיחה ומעגל הסיכום משלימים זה את זה לאורך השבוע, והתייחסו גם לערך השבועי וגם למטרה האישית

2. בחרו ערך שבועי אחד (לדוגמה סבלנות, אחריות או חברות) והסבירו איך אפשר לבטא אותו הן במעגל הפתיחה והן במעגל הסיכום

כרטיס יציאה

תארו במילים שלכם מה ההבדל בין מטרת מעגל הפתיחה למטרת מעגל הסיכום

בחרו ערך שבועי אחד והסבירו איך הוא בא לידי ביטוי בסיפור הנלווה אליו

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀