

חוברת תרגול

התמרורים שבתוכי – זהירות בדרכים וכישורי חיים

מסלול: ה'–ו' עולים חדשים

יצרה: רוית ראש בן ישי

שם: _____ כיתה: _____

איך עובדים עם החוברת?

- קוראים את דף התזכורת.
- שלב א' – מזהים ומתאימים · שלב ב' – מבינים ובוחרים · שלב ג' – מיישמים וכותבים.
- חזרה מסכמת ו־ בדיקה עצמית בסוף.
- רוצים עוד? המשחקים באתר: tamrurim-shebetochi.sites.tab.bot

מפתח תשובות למורה – ה'–ו' עולים חדשים

שלב א' – מזהים ומתאימים

תרגיל 1: התאמה: מהכביש אל הלב

פריט	האות	בן הזוג
1. עצור	ט	א. להקשיב ולתת מקום לאחר
2. זהירות	ב	ב. לשים לב למה שקורה סביבי
3. תן זכות קדימה	א	ג. להאט ולהירגע
4. מעבר חצייה	ד	ד. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה
5. אין כניסה	י	ה. לחכות בסבלנות לתור שלי
6. כיוון חובה	ו	ו. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך
7. רמזור להולכי רגל	ה	ז. לבקש עזרה
8. האט – גבשושית בדרך	ג	ח. לעצור למנוחה ולמלא כוח
9. חניה	ח	ט. לעצור לפני שמגיבים
10. שלט שירות – עזרה	ז	י. להציב גבול כשמשהו לא נעים

תרגיל 2: בטוח או מסוכן?

בטוח – כך עושים	מסוכן – עוצרים וחושבים
מתנצלים אחרי טעות ומתקנים	יוצאים מהרכב מהדלת שליד הכביש
אומרים "די, זה לא נעים לי" בקול ברור	מסתירים טעות ומאשימים מישהו אחר
עוצרים על שפת המדרכה ומסתכלים לשני הצדדים	שומרים לבד סוד שמפחיד אותנו
חוגרים חגורה גם בנסיעה קצרה	עונים מיד בצעקה כשמישהו מעליב
יורדים מהאופניים ומובילים אותם במעבר החצייה	רוכבים על אופניים בלי קסדה "רק עד הפינה"
נותנים לחבר לסיים לדבר	חוצים כשמסתכלים בטלפון
מחכים שהאוטובוס ייסע ואז חוצים במעבר	חוצים בריצה בין שתי מכוניות חונות
לובשים אפוד זוהר כשהולכים בחושך	מצטרפים ל"אתגר" מסוכן כדי שלא יצחקו
מספרים ליועצת על הודעות פוגעות	רצים לכביש אחרי כדור שהתגלגל

שלב ב' – מבינים ובוחרים

תרגיל 3: איזה תמרור עוזר כאן?

1. אורי צחק עליך מול כולם בהפסקה, ואת/ה מרגיש/ה שהדם עולה לראש.

✔ ג. לעצור לפני שמגיבים

2. החנות נמצאת ממש מול השער, אבל מעבר החצייה רחוק כמה עשרות מטרים.

✔ א. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

3. בהפסקה את/ה רואה ילדה חדשה עומדת לבד ליד הגדר.
✔ ג. לשים לב למה שקורה סביבי

4. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך.
✔ ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

5. ילד מהשכבה לוקח לך את התיק בכוח "בצחוק" ולא מחזיר.
✔ א. להציב גבול כשמשהו לא נעים

6. שברת בטעות את הסרגל של חברה, וניסית להסתיר.
✔ ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

7. בתור למגלשה בחצר יש חמישה ילדים לפניך.
✔ ג. לחכות בסבלנות לתור שלי

8. יש לך מבחן, שיעורי בית וחוג באותו יום, והכול מרגיש כמו פקק ענקי.
✔ ב. להאט ולהירגע

9. אחרי יום ארוך ומעייף את/ה מרגיש/ה שאין לך כוח לכלום.
✔ א. לעצור למנוחה ולמלא כוח

10. כבר כמה ימים מישהו שולח לך הודעות פוגעות בקבוצת הכיתה.
✔ ג. לבקש עזרה

11. יוצאים לרכוב על האופניים, והקסדה נשארה בבית.
✔ א. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

12. ירדת מההסעה ואת/ה רוצה לחצות מהר לצד השני, מול האוטובוס שעוד עומד.
✔ ב. לחכות בסבלנות לתור שלי

13. את/ה הולך/ת עם אוזניות על המדרכה, ליד יציאה של חניון.
✔ א. לשים לב למה שקורה סביבי

14. בעבודה בקבוצה, ילד אחד שקט כל הזמן ולא משתתף.
✔ ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

15. חבר מבקש להעתיק ממך במבחן.
✔ ב. להציב גבול כשמשהו לא נעים

16. בזמן ריב אמרת משהו פוגע לאחותך.
✔ ג. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

תרגיל 4: מסבירים במילים שלנו

1. אורי צחק עליך מול כולם בהפסקה, ואת/ה מרגיש/ה שהדם עולה לראש. ← התשובה: לעצור לפני שמגיבים. למה?
קודם עוצרים ונושמים – ורק אז בוחרים תגובה.

2. החנות נמצאת ממש מול השער, אבל מעבר החצייה רחוק כמה עשרות מטרים. ← התשובה: לבחור בדרך הבטוחה והנכונה. למה?
בוחרים בדרך הבטוחה – הולכים עד מעבר החצייה, גם אם זה ארוך יותר.

3. בהפסקה את/ה רואה ילדה חדשה עומדת לבד ליד הגדר. ← התשובה: לשים לב למה שקורה סביבי. למה?

שמים לב למה שקורה סביבנו – ואז אפשר גם להזמין אותה לשחק.

4. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך. ← התשובה: להקשיב ולתת מקום לאחר. למה?

נותנים לו לסיים – מקשיבים ונותנים מקום לאחר.

שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: סדר הצעדים הנכון

1. חוצים כביש במעבר חצייה

3	מחכים שהכביש יהיה פנוי או שהמכוניות יעצרו לגמרי
5	ממשיכים להסתכל לצדדים עד שמגיעים למדרכה
2	מסתכלים לשני הצדדים ומקשיבים
1	עוצרים על שפת המדרכה
4	חוצים בהליכה ובקו ישר

2. יורדים מההסעה

2	יורדים בזהירות, בלי לדחוף
4	הולכים למעבר החצייה הקרוב
5	חוצים רק כשהכביש פנוי
1	מחכים שההסעה תעצור לגמרי
3	נשארים על המדרכה עד שההסעה נוסעת

3. יוצאים לרכיבה

1	חובשים קסדה
5	רוכבים במקום בטוח, רחוק ממכוניות
3	בודקים בלמים ואוויר בגלגלים
4	אם מחשיך – לובשים בגד זוהר ומדליקים פנסים
2	סוגרים את הרצועה מתחת לסנטר

4. אחרי טעות – מתקנים וממשיכים

1	עוצרים ומודים: "טעיתי"
2	חושבים איך הצד השני מרגיש
4	מתקנים מה שאפשר
3	מתנצלים בכנות
5	לומדים לפעם הבאה וממשיכים

5. כשמשהו לא נעים לי

4	מספרים למבוגר שסומכים עליו
1	שמים לב לתחושה בגוף
3	מתרחקים מהמצב
2	אומרים בקול ברור: "די, זה לא נעים לי"

תרגיל 6: אתגרי כתיבה

1. ספרו על מצב אמיתי שבו "תמרור עצור" עזר לכם.

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. איזה תמרור הכי קשה לכם לשמור? למה?

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

3. כתבו מצב חדש מהכיתה שלכם, ואיזה תמרור יעזור בו.

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

4. איזה תמרור הייתם מוסיפים לרשימה? מה המשמעות שלו בכביש ובתוכנו?

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

5. בחרו התנהגות מסוכנת אחת וכתבו מה עושים במקומה.

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

6. כתבו 4 צעדים ל"תמרור עצור": מה עושים כשכועסים?

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

חזרה מסכמת

1. בזמן ריב אמרת משהו פוגע לאחותך.

✔ ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

2. חבר מבקש להעתיק ממך במבחן.

✔ ג. להציב גבול כשמשהו לא נעים

3. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך.

✔ ג. להקשיב ולתת מקום לאחר

4. יוצאים לרכוב על האופניים, והקסדה נשארה בבית.

✔ ד. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

5. ירדת מההסעה ואת/ה רוצה לחצות מהר לצד השני, מול האוטובוס שעוד עומד.

✔ ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

6. סיימת אימון קשה ואת/ה מותש/ת, אבל חברים מציעים עוד משחק.

✔ א. לעצור למנוחה ולמלא כוח

7. ראית ילד בכיתה ב' נופל בחצר ונפצע ברגל.

✔ א. לבקש עזרה

8. את/ה הולך/ת עם אוזניות על המדרכה, ליד יציאה של חניון.

✔ א. לשים לב למה שקורה סביבי

משפט משלי

1. מעבר חצייה + לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. אין כניסה + להציב גבול כשמשהו לא נעים

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

3. זהירות + לשים לב למה שקורה סביבי

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

4. רמזור להולכי רגל + לחכות בסבלנות לתור שלי

תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

מילון המילים החשובות

	מילה	פירוש	כתבו את המילה	בשפה שלי
	תמרור	סימן בדרך שאומר מה לעשות · · Road sign Дорожный знак		
	מעבר חצייה	פסים לבנים על הכביש – כאן חוצים · · Crosswalk Пешеходный переход		
	מדרכה	השביל בצד הכביש להולכי רגל · Тротуар · Sidewalk		
	רמזור	אורות שאומרים מתי לעצור ומתי לעבור · · Traffic light Светофор		
	קסדה	כובע קשה ששומר על הראש · Шлем · Helmet		
	חגורת בטיחות	רצועה ברכב ששומרת עלינו · Ремень · Seatbelt безопасности		
	הולך רגל	מי שהולך ברגל ברחוב · Пешеход · Pedestrian		
	גבול	קו שאומר "עד כאן" · Граница · Boundary		
	זכות קדימה	לתת לאחר לעבור קודם · Право · Right of way преимущества		
	אחראי	מי ששומר ודואג · Ответственный · Responsible		
	רישיון	תעודה שמותר לי · Права · License		
	להאט	ללכת לאט יותר · Замедлиться · To slow down		
	אפוד זוהר	בגד שרואים בחושך · · Reflective vest Светоотражающий жилет		
	סבלנות	לחכות בשקט · Терпение · Patience		

תזכורת – מה למדנו?

10 התמרורים שבתוכי

- להקרנה בכיתה משחק זיכרון
- בכביש: עצירה מוחלטת לפני הצומת. בודקים שאין אף אחד בדרך, ורק אז ממשיכים.
- בתוכי: כשמשהו מעליב, מכעיס או מבהיל – לא עונים מיד. עוצרים, נושמים, ורק אז בוחרים מה לעשות.
- למשל: חבר צחק על הציור שלי מול כולם. עצרתי, ספרתי עד חמש בשקט ואמרתי לו בקול רגוע שזה פגע בי.
- שאלה לשיחה: מה עוזר לך לעצור כשבא לך להתפרץ? (נשימה, ספירה, להתרחק רגע...)

בטיחות בדרכים לגיל שלנו

- התמרורים שבתוכנו עוזרים לנו לבחור נכון – ובכביש הבחירה הנכונה ממש שומרת על החיים. הנה מה שחשוב לדעת בגיל שלכם.
- חוצים רק במעבר חצייה , ואם יש רמזור – רק באור ירוק להולכי רגל.
- עוצרים על שפת המדרכה , מסתכלים לשני הצדדים ומקשיבים.
- חוצים רק כשהכביש פנוי, או כשהמכוניות עצרו לגמרי .
- חוצים בהליכה , בקו ישר, וממשיכים להסתכל עד שמגיעים למדרכה.

ממציאים תמרור שחסר בעולם

- "שאלה זה בסדר" – מותר לשאול בלי להתבייש
- "אזור שילוב" – כאן מזמינים כל אחד לשחק
- "עצור לפני שליחה" – קוראים שוב הודעה לפני ששולחים
- "אזור מנוחה" – מקום שקט כשמוצפים
- "גשר בין חברים" – אחרי ריב בונים גשר

רישיון להולך/ת רגל אחראי/ת

- הרישיון הוא תזכורת: בדרך חשוב לא רק לשמור על כללי הבטיחות, אלא גם לעצור, לחשוב, להתחשב ולבחור נכון . קודם מתחייבים – ואז מקבלים רישיון.

משחק זיכרון: תמרור ומשמעות

- הפכו שני קלפים: מצאו את התמרור ואת המשמעות שלו בתוכי . כמה שפחות ניסיונות – יותר כוכבים!

מצב הקרנה לכיתה

- מצב הקרנה גדול ללוח החכם: בוחרים מצגת, לוחצים "מסך מלא", ומתקדמים בחיצים או בלחיצה.

מערך שיעור – 45 דקות + הרחבה

- מקרינים 3 תמרורים בלי מילים. "מה כל תמרור מבקש מאיתנו?" אוספים תשובות. שאלה מעוררת: "האם גם בתוכנו יש תמרורים?"
- עוברים על התמרורים – כל תמרור: בכביש ובתוכי. תלמידים מקריאים את הדוגמה ועונים על השאלה.
- תרגול מצבים
- בזוגות או בקבוצות: מקבלים כרטיס מצב, מחליטים איזה תמרור עוזר, ומציגים בהמחזה של 30 שניות. משחק "איזה תמרור עוזר כאן?" על הלוח.
- איזה תמרור?

שלב א' – מזהים ומתאימים

תרגיל 1: התאמה: מהכביש אל הלב

כתבו ליד כל פריט את האות של בן הזוג המתאים.

פריט	האות	בן הזוג
1. עצור	____	א. להקשיב ולתת מקום לאחר
2. זהירות	____	ב. לשים לב למה שקורה סביבי
3. תן זכות קדימה	____	ג. להאט ולהירגע
4. מעבר חצייה	____	ד. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה
5. אין כניסה	____	ה. לחכות בסבלנות לתור שלי
6. כיוון חובה	____	ו. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך
7. רמזור להולכי רגל	____	ז. לבקש עזרה
8. האט – גבשושית בדרך	____	ח. לעצור למנוחה ולמלא כוח
9. חניה	____	ט. לעצור לפני שמגיבים
10. שלט שירות – עזרה	____	י. להציב גבול כשמשהו לא נעים

תרגיל 2: בטוח או מסוכן?

מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה.

מאגר מילים: מתנצלים אחרי טעות ומתקנים · יוצאים מהרכב מהדלת שליד הכביש · אומרים "די, זה לא נעים לי" בקול ברור · עוצרים על שפת המדרכה ומסתכלים לשני הצדדים · מסתירים טעות ומאשימים מישהו אחר · חוגרים חגורה גם בנסיעה קצרה · יורדים מהאופניים ומובילים אותם במעבר החצייה · שומרים לבד סוד שמפחיד אותנו · עונים מיד בצעקה כשמישהו מעליב · נותנים לחבר לסיים לדבר · מחכים שהאוטובוס ייסע ואז חוצים במעבר · רוכבים על אופניים בלי קסדה "רק עד הפינה" · לובשים אפוד זוהר כשהולכים בחושך · חוצים כשמסתכלים בטלפון · חוצים בריצה בין שתי מכוניות חונות · מספרים ליועצת על הודעות פוגעות · מצטרפים ל"אתגר" מסוכן כדי שלא יצחקו · רצים לכביש אחרי כדור שהתגלגל

בטוח – כך עושים	מסוכן – עוצרים וחושבים

שלב ב' – מבינים ובוחרים

תרגיל 3: איזה תמרור עוזר כאן?

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. אורי צחק עליך מול כולם בהפסקה, ואת/ה מרגיש/ה שהדם עולה לראש.

א. להקשיב ולתת מקום לאחר ב. לעצור למנוחה ולמלא כוח ג. לעצור לפני שמגיבים

ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

2. החנות נמצאת ממש מול השער, אבל מעבר החצייה רחוק כמה עשרות מטרים.

א. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה ב. להאט ולהירגע ג. לחכות בסבלנות לתור שלי

ד. לעצור למנוחה ולמלא כוח

3. בהפסקה את/ה רואה ילדה חדשה עומדת לבד ליד הגדר.

א. להאט ולהירגע ב. לעצור למנוחה ולמלא כוח ג. לשים לב למה שקורה סביבי

ד. להציב גבול כשמשהו לא נעים

4. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך.

א. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך ב. לעצור למנוחה ולמלא כוח

ג. להציב גבול כשמשהו לא נעים ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

5. ילד מהשכבה לוקח לך את התיק בכוח "בצחוק" ולא מחזיר.

א. להציב גבול כשמשהו לא נעים ב. להקשיב ולתת מקום לאחר

ג. לעצור למנוחה ולמלא כוח ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

6. שברת בטעות את הסרגל של חברה, וניסית להסתיר.

א. לחכות בסבלנות לתור שלי ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

ג. לעצור למנוחה ולמלא כוח ד. לשים לב למה שקורה סביבי

7. בתור למגלשה בחצר יש חמישה ילדים לפניך.

א. להציב גבול כשמשהו לא נעים ב. לבקש עזרה ג. לחכות בסבלנות לתור שלי

ד. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

8. יש לך מבחן, שיעורי בית וחוג באותו יום, והכול מרגיש כמו פקק ענקי.

א. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה ב. להאט ולהירגע ג. להציב גבול כשמשהו לא נעים

ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

9. אחרי יום ארוך ומעייף את/ה מרגיש/ה שאין לך כוח לכלום.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. לשים לב למה שקורה סביבי

ג. להציב גבול כשמשהו לא נעים ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

10. כבר כמה ימים מישהו שולח לך הודעות פוגעות בקבוצת הכיתה.

א. להקשיב ולתת מקום לאחר ב. להאט ולהירגע ג. לבקש עזרה

ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

11. יוצאים לרכוב על האופניים, והקסדה נשארה בבית.

א. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה ב. להקשיב ולתת מקום לאחר

ג. לעצור למנוחה ולמלא כוח ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

12. ירדת מההסעה ואת/ה רוצה לחצות מהר לצד השני, מול האוטובוס שעוד עומד.

א. להקשיב ולתת מקום לאחר ב. לחכות בסבלנות לתור שלי ג. לבקש עזרה

ד. לעצור למנוחה ולמלא כוח

13. את/ה הולך/ת עם אוזניות על המדרכה, ליד יציאה של חניון.

א. לשים לב למה שקורה סביבי ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

ג. לעצור למנוחה ולמלא כוח ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

14. בעבודה בקבוצה, ילד אחד שקט כל הזמן ולא משתתף.

א. להאט ולהירגע ב. להציב גבול כשמשהו לא נעים ג. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

ד. להקשיב ולתת מקום לאחר

15. חבר מבקש להעתיק ממך במבחן.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. להציב גבול כשמשהו לא נעים ג. להאט ולהירגע

ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

16. בזמן ריב אמרת משהו פוגע לאחותך.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. לשים לב למה שקורה סביבי

ג. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

תרגיל 4: מסבירים במילים שלנו

לכל שאלה כתובה התשובה הנכונה. הסבירו במשפט אחד או שניים למה היא נכונה.

1. אורי צחק עליך מול כולם בהפסקה, ואת/ה מרגיש/ה שהדם עולה לראש. ← התשובה: לעצור לפני שמגיבים. למה?

2. החנות נמצאת ממש מול השער, אבל מעבר החצייה רחוק כמה עשרות מטרים. ← התשובה: לבחור בדרך הבטוחה והנכונה. למה?

3. בהפסקה את/ה רואה ילדה חדשה עומדת לבד ליד הגדר. ← התשובה: לשים לב למה שקורה סביבי. למה?

4. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך. ← התשובה: להקשיב ולתת מקום לאחר. למה?

שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: סדר הצעדים הנכון

כתבו בכל ריבוע את מספר השלב לפי הסדר הנכון.

1. חוצים כביש במעבר חצייה

	מחכים שהכביש יהיה פנוי או שהמכוניות יעצרו לגמרי
	ממשיכים להסתכל לצדדים עד שמגיעים למדרכה
	מסתכלים לשני הצדדים ומקשיבים
	עוצרים על שפת המדרכה
	חוצים בהליכה ובקו ישר

2. יורדים מההסעה

	יורדים בזהירות, בלי לדחוף
	הולכים למעבר החצייה הקרוב
	חוצים רק כשהכביש פנוי
	מחכים שההסעה תעצור לגמרי
	נשארים על המדרכה עד שההסעה נוסעת

3. יוצאים לרכיבה

	חובשים קסדה
	רוכבים במקום בטוח, רחוק ממכוניות
	בודקים בלמים ואוויר בגלגלים
	אם מחשיך – לובשים בגד זוהר ומדליקים פנסים
	סוגרים את הרצועה מתחת לסנטר

4. אחרי טעות – מתקנים וממשיכים

	עוצרים ומודים: "טעיתי"
	חושבים איך הצד השני מרגיש
	מתקנים מה שאפשר
	מתנצלים בכנות
	לומדים לפעם הבאה וממשיכים

5. כשמשהו לא נעים לי

	מספרים למבוגר שסומכים עליו
	שמים לב לתחושה בגוף
	מתרחקים מהמצב
	אומרים בקול ברור: "די, זה לא נעים לי"

תרגיל 6: אתגרי כתיבה

בחרו לפחות שניים וכתבו תשובה מלאה.

1. ספרו על מצב אמיתי שבו "תמרור עצור" עזר לכם.

2. איזה תמרור הכי קשה לכם לשמור? למה?

3. כתבו מצב חדש מהכיתה שלכם, ואיזה תמרור יעזור בו.

4. איזה תמרור הייתם מוסיפים לרשימה? מה המשמעות שלו בכביש ובתוכנו?

5. בחרו התנהגות מסוכנת אחת וכתבו מה עושים במקומה.

6. כתבו 4 צעדים ל"תמרור עצור": מה עושים כשכועסים?

חזרה מסכמת

שאלות מכל הנושאים – בלי להציץ בחוברת!

1. בזמן ריב אמרת משהו פוגע לאחותך.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

ג. לחכות בסבלנות לתור שלי ד. לשים לב למה שקורה סביבי

2. חבר מבקש להעתיק ממך במבחן.

א. להאט ולהירגע ב. לחכות בסבלנות לתור שלי ג. להציב גבול כשמשהו לא נעים

ד. לעצור למנוחה ולמלא כוח

3. בדיון בכיתה חבר מתחיל לספר משהו, ואת/ה ממש רוצה להגיד את הרעיון שלך.

א. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך ב. להציב גבול כשמשהו לא נעים

ג. להקשיב ולתת מקום לאחר ד. לעצור למנוחה ולמלא כוח

4. יוצאים לרכוב על האופניים, והקסדה נשארה בבית.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. להקשיב ולתת מקום לאחר

ג. לחכות בסבלנות לתור שלי ד. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

5. ירדת מההסעה ואת/ה רוצה לחצות מהר לצד השני, מול האוטובוס שעוד עומד.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. להקשיב ולתת מקום לאחר ג. לבקש עזרה

ד. לחכות בסבלנות לתור שלי

6. סיימת אימון קשה ואת/ה מותש/ת, אבל חברים מציעים עוד משחק.

א. לעצור למנוחה ולמלא כוח ב. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

ג. לשים לב למה שקורה סביבי ד. לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

7. ראית ילד בכיתה ב' נופל בחצר ונפצע ברגל.

א. לבקש עזרה ב. להקשיב ולתת מקום לאחר ג. לחכות בסבלנות לתור שלי

ד. להאט ולהירגע

8. את/ה הולך/ת עם אוזניות על המדרכה, ליד יציאה של חניון.

א. לשים לב למה שקורה סביבי ב. לעצור למנוחה ולמלא כוח

ג. להקשיב ולתת מקום לאחר ד. אחרי טעות – לתקן ולהמשיך

משפט משלי

כתבו משפט אחד שמשתמש בשני הפריטים יחד.

1. מעבר חצייה + לבחור בדרך הבטוחה והנכונה

2. אין כניסה + להציב גבול כשמשהו לא נעים

3. זהירות + לשים לב למה שקורה סביבי

4. רמזור להולכי רגל + לחכות בסבלנות לתור שלי

בדיקה עצמית

סמנו ✔ בעמודה המתאימה:

נושא	אני יודע/ת	כמעט	צריך עוד תרגול
10 התמרורים שבתוכי			
בטיחות בדרכים לגיל שלנו			
ממציאים תמרור שחסר בעולם			
רישיון להולך/ת רגל אחראי/ת			
משחק זיכרון: תמרור ומשמעות			
מצב הקרנה לכיתה			
מערך שיעור – 45 דקות + הרחבה			

מה למדתי? מה עדיין קשה לי?