מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את שלבי מעש"ה לעזרה לחבר שנבהל
- לדעת מה עושים במקרה של כמעט-תאונה או פגיעה
- לתרגל שאלות וביטויים שעוזרים להרגיע חבר מפוחד

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' – הבנת הסיפור והמושגים

1. ב – הוא כמעט נפגע מאופניים
2. ב – אחרי כמעט-תאונה או בהלה ליד הכביש
3. ב – לעזור לו לעשות פעולה מרגיעה

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. נכון – זו המשמעות של מחויבות במעש"ה
2. לא נכון – צריך לעודד בעדינות ולא לצעוק
3. נכון – הן עוזרות לו לחשוב על המצב ועל הצעדים הבאים

חלק ג' – השלימו את המילה החסרה

1. אופניים
2. לאט

חלק ד' – התאימו בין האות למשמעות

1 – ג (מחויבות - להישאר עם החבר)
2 – א (עידוד לפעילות - לעזור לו להירגע)
3 – ד (שאלות מפעילות חשיבה)
4 – ב (הבניית רצף - סדר הצעדים הבאים)

חלק ה' – סדרו את הצעדים הנכונים

1. נשארים רגועים ומתקרבים לחבר שנבהל
2. שואלים אותו איך הוא מרגיש
3. מעודדים אותו לנשום לאט ולהירגע
4. עוזרים לו לחשוב מה לעשות עכשיו

חלק ו' – כתיבה

1. תשובה טובה תכלול: הישארות לידו, שאלה איך הוא מרגיש, עידוד להירגע, ועזרה לחשוב מה לעשות הלאה

כרטיס יציאה – מה לחפש

- מחויבות, עידוד לפעילות, שאלות מפעילות חשיבה, הבניית רצף
- נשארים לידו ברוגע ושואלים איך הוא מרגיש
- קוראים למבוגר, שמתקשר למד"א 101

טיפים להפעלה:

- אפשר לבצע משחק תפקידים בכיתה - חבר אחד נבהל והשני עוזר לו לפי מעש"ה
- חשוב להדגיש שילדים לא מתקשרים בעצמם למד"א אלא קוראים למבוגר
- לחזק את ההבדל בין פחד רגיל לבין מצב שבו מישהו נפגע ממש

דף תרגול: מעש"ה – כשחבר נבהל

דף התלמיד/ה חנ"מ

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

עומר כמעט נפגע מאופניים ועכשיו הוא רועד מפחד. בדף הזה נלמד איך עוזרים לחבר שנבהל, לפי שיטת מעש"ה, ומה עושים אם מישהו באמת נפגע.

בנק מילים: לאט | אופניים

1 חלק א' – הבנת הסיפור והמושגים

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. למה עומר רועד בסיפור?

א) הוא קר לו ב) הוא כמעט נפגע מאופניים ג) הוא עייף

2. מתי משתמשים בשיטת מעש"ה?

א) לפני הלימודים ב) אחרי כמעט-תאונה או בהלה ליד הכביש ג) בזמן הפסקה

3. מה המשמעות של 'עידוד לפעילות'?

א) לעזוב את החבר ב) לעזור לו לעשות פעולה מרגיעה ג) לצעוק עליו

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	אם חבר נבהל, חשוב להישאר לידו ולא לעזוב אותו.	☐	☐
2	כשחבר רועד, הכי טוב לצעוק עליו שיירגע.	☐	☐
3	שאלות מפעילות חשיבה עוזרות לחבר להבין מה קרה.	☐	☐

3 חלק ג' – השלימו את המילה החסרה

השלימו את המילה החסרה.

1. עומר כמעט נפגע מ _____ .

2. כדי לעזור לחבר להירגע, מעודדים אותו לנשום _____ .

4 חלק ד' – התאימו בין האות למשמעות

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

1. מ	___	**א.** עידוד לפעילות - לעזור לו להירגע
2. ע	___	**ב.** הבניית רצף - סדר הצעדים הבאים
3. ש	___	**ג.** מחויבות - להישאר עם החבר
4. ה	___	**ד.** שאלות מפעילות חשיבה

5 חלק ה' – סדרו את הצעדים הנכונים

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	מעודדים אותו לנשום לאט ולהירגע
☐	עוזרים לו לחשוב מה לעשות עכשיו
☐	נשארים רגועים ומתקרבים לחבר שנבהל
☐	שואלים אותו איך הוא מרגיש

6 חלק ו' – כתיבה

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. דמיינו שחבר שלכם נבהל אחרי כמעט-תאונה. כתבו מה הייתם אומרים לו ואיך הייתם עוזרים לו, לפי שלבי מעש״ה.

כרטיס יציאה

מה פירוש ראשי התיבות מעש״ה?

מה עושים קודם כל אם חבר נבהל?

איך הרגשתי בשיעור? 😀 🙂 😐 ☹️