מהדורה למורה – סבלנות

- מטרה: לתרגל את ערך השבוע "סבלנות" בקריאה, בשיח ובכתיבה אישית
- זמן מומלץ: 25 דקות
- מסלול: רגיל · חט"ב ותיכון
- הפעילות באתר: https://ptichat-shavua.sites.tab.bot/tirgul.html

הנחיות להפעלה

- אפשר לקרוא את הסיפור בקול לפני העבודה העצמית, ולסיים בשיחה במעגל (10 דקות).
- בשאלות הדעה מעריכים נימוק ודוגמה, לא "תשובה נכונה".
- הדף מתאים לשבוע של הערך בלוח השבועי באתר, אבל אפשר להשתמש בו בכל זמן.

מפתח תשובות

חלק	#	תשובה
חלק א'	1	תשובה אישית; לבדוק: הנמקה ודוגמה
	2	תשובה אישית; לבדוק: הנמקה ודוגמה
	3	תשובה אישית; לבדוק: הנמקה ודוגמה
	4	תשובה אישית; לבדוק: הנמקה ודוגמה
חלק ב'	1	נכון
	2	נכון
	3	לא נכון – זה לא מחזק את הערך
	4	נכון
	5	לא נכון – זה לא מחזק את הערך
חלק ג'	1	ג – היכולת לחכות, להתמיד ולהישאר רגועים גם כשמשהו לוקח זמן
	2	א – לעמוד במה שהבטחנו, לדאוג לדברים ולאנשים ולתקן כשטעינו
	3	ד – להתייחס לכל אדם, וגם לעצמנו, כבעל ערך, גם כשאנחנו שונים
	4	ב – לתת לאחר את מלוא תשומת הלב, להבין אותו ולא רק לחכות לתורנו
חלק ד'	1	גדול

חלק	#	תשובה
	2	הופכים את שניהם. ב-4 הופכים את ה-4. ב-7 הופכים את ה-7. ב-8 הופכים שוב את ה-7, ונשארה בו דקה – מגיעים ל-9
חלק ה'	—	מטרה ברורה, צעד מעשי אחד לפחות, דרך לבדוק הצלחה

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

⏳ סבלנות – דף תרגול

ערך השבוע: סבלנות – היכולת לחכות, להתמיד ולהישאר רגועים גם כשמשהו לוקח זמן. קראו, ענו וכתבו. אין תשובה אחת נכונה בשאלות האישיות.

חלק א' – קוראים סיפור קצר

📖 נועה רוצה ללמוד לצייר כמו האמנים שהיא רואה ברשת, אבל הציורים שלה נראים לה ילדותיים. היא קורעת דף אחרי דף. המורה לאמנות מציעה לה לשמור את כל הציורים בתיקייה ולהסתכל בהם אחרי חודש. למה לפעמים קשה לראות התקדמות מבפנים?

1. איך שומרים על מוטיבציה כשלא רואים תוצאות?

2. האם סבלנות לאחרים שונה מסבלנות לעצמנו?

3. האם יש דברים שאסור לחכות להם בסבלנות?

4. מה הייתם עושים במקום הדמות בסיפור? למה?

חלק ב' – מה מחזק את הערך?

סמנו: האם המעשה מחזק את ערך השבוע "סבלנות"?

#	משפט	נכון	לא נכון
1	להתאמן כל יום עשר דקות על משהו קשה	◯	◯
2	לנשום שלוש נשימות לפני תגובה	◯	◯
3	להתעלם ממי שמבקש עזרה	◯	◯
4	להקשיב עד הסוף בלי לקטוע	◯	◯
5	ללעוג למי שטועה	◯	◯

חלק ג' – מתאימים ערך להסבר

כתבו ליד כל ערך את האות של ההסבר המתאים לו.

#		אות	
1	⏳ סבלנות	____	א. לעמוד במה שהבטחנו, לדאוג לדברים ולאנשים ולתקן כשטעינו
2	🎒 אחריות	____	ב. לתת לאחר את מלוא תשומת הלב, להבין אותו ולא רק לחכות לתורנו
3	👑 כבוד	____	ג. היכולת לחכות, להתמיד ולהישאר רגועים גם כשמשהו לוקח זמן
4	👂 הקשבה	____	ד. להתייחס לכל אדם, וגם לעצמנו, כבעל ערך, גם כשאנחנו שונים

חלק ד' – משפט השבוע וחידה

1. השלימו את משפט השבוע: "עץ _____ צומח לאט, טבעת אחרי טבעת"

2. 🧩 חידה: יש לכם שעון חול של 7 דקות ושעון חול של 4 דקות. איך תמדדו בדיוק 9 דקות?

חלק ה' – המטרה שלי לשבוע

בחרו מטרה אחת (או כתבו מטרה משלכם) ותכננו איך תעשו אותה:

- אפשרויות: להתאמן כל יום עשר דקות על משהו קשה · להקשיב עד הסוף בלי לקטוע · לנשום שלוש נשימות לפני תגובה
- מה אעשה? מתי? עם מי?
- איך אדע שהצלחתי?

🎟️ כרטיס יציאה

מה למדתם השבוע על סבלנות?

מתי השבוע הצלחתם לחכות או להתאפק?

איך הרגשתי בתרגול? 😀 🙂 😐