

שם:

כיתה:

תאריך:

## עצמאות גוברת: אחריות, ניהול זמן למידה ופנאי

דף עבודה

### 1 השלימו בעזרת המילים במחסן.

הפסקה | ✓ | זמן | עצמאות

- א. כשאני מסדר את החדר בלי שמבקשים, אני מראה \_\_\_\_\_ .
- ב. כשמתכננים את ה \_\_\_\_\_ , מספיקים יותר.
- ג. בזמן הלמידה כדאי לקחת \_\_\_\_\_ קצרה.
- ד. כשמסיימים משימה, מסמנים \_\_\_\_\_ ברשימה.

### 2 מיינו: מה ילד בכיתה ג' יכול לעשות לבד, ובמה עדיין צריך מבוגר?

לסדר את התיק | לחצות כביש סואן לבד | להכין כריך | לבשל על הגז לבד | לקום עם שעון מעורר | לקנות תרופה בבית מרקחת לבד

| צריך מבוגר | אני יכול לבד |
|------------|--------------|
|            |              |

### 3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכון.

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

- א. ילד אחראי מחפש את מי להאשים.
- ב. הפסקות קצרות עוזרות להתרכז.
- ג. כדאי להשאיר את שיעורי הבית לרגע האחרון לפני השינה.
- ד. לוח שבועי עוזר לזכור מה יש בכל יום.

### 4 התאימו בין הבעיה לבין הכלי שעוזר.

טור א

טור ב

1. אני שוכח מה צריך להביא

☐ רשימה ליד התיק

2. אני משחק ושוכח את הזמן

☐ לוח שבועי

3. אני לא יודע מה יש מחר

☐ מסדרים לפי מה שחשוב קודם

4. יש לי הרבה משימות

☐ טיימר או שעון

## 5 בחרו את התשובה המתאימה.

- א. יואב שכח את בגדי הספורט. מה התגובה האחראית?  
○ «זה בגלל אמא» ○ «שכחתי. מחר אכין אותם כבר בערב» ○ «ספורט זה לא חשוב»
- ב. מה כדאי לעשות קודם?  
○ משחק במחשב שעתיים ○ שיעורי בית, ואחר כך משחק ○ לא לעשות כלום

## 6 ליד כל משפט כתבו: «אחראי» או «לא אחראי».

- א. שברתי כוס ואמרתי: «זה לא אני!»
- ב. שכחתי להאכיל את הדג, אז שמתי לעצמי פתק על המקרר.
- ג. הבטחתי לעזור לנועה וקיימתי.
- ד. איחרתי, ואמרתי שהשעון של בית הספר מקולקל.

## 7 תכננו אחר צהריים: השלימו מה עושים בכל שעה.

| שעה   | מה עושים?    |
|-------|--------------|
| 14:00 | ארוחת צהריים |
| 15:00 |              |
| 16:00 |              |
| 19:30 |              |

### השעון של איתי

איתי אהב לשחק בקוביות בנייה. כל יום כשחזר מבית הספר, הוא התחיל לבנות, ושכח מכל השאר. בערב, כשהיה כבר עייף, נזכר בשיעורי הבית ובכה שאין לו כוח. יום אחד הציע לו אבא שעון קטן. «בוא נחליט יחד: בשעה ארבע מתחילים שיעורי בית, ואחרי שמסיימים – בונים כמה שרוצים עד ארוחת הערב.» בהתחלה היה לאיתי קשה להפסיק כשהשעון צלצל. אחרי שבוע הוא שם לב שהוא בונה בשקט, בלי לחץ, וגם המורה החמיאה לו על העבודה המסודרת.

## 9 שאלות על הסיפור «השעון של איתי».

- א. מה הייתה הבעיה של איתי?  
○ לא אהב לבנות ○ שכח את שיעורי הבית בגלל המשחק ○ לא היה לו שעון בבית הספר
- ב. מה השתנה אחרי שבוע?  
○ איתי הפסיק לבנות ○ איתי בנה בלי לחץ והכין שיעורים מסודרים ○ אבא כעס

## 10 למה, לדעתכם, היה לאיתי קשה להפסיק כשהשעון צלצל? מה יכול לעזור לו?

---

---

---

**11** ציירו לוח יומי של יום אחד שלכם: חלקו אותו לזמן למידה, זמן מנוחה, משחק ומשפחה.

**12** כתבו דבר אחד חדש שהתחלתם לעשות השנה לבד. איך הרגשתם?

---

---

---

**13** אתגר: עומר אומר: «אם אני עצמאי, אני לא צריך לשאול אף אחד שום דבר». מה דעתכם? הסבירו.

---

---

---

**14** גזרו את הכרטיסים, ותכננו את אחר הצהריים: הדביקו את המשימות לפי סדר טוב – קודם החשוב, אחר כך מנוחה ומשחק.

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| 4 | 3 | 2 | 1 |
|---|---|---|---|

**15** מתחו קו מכל בלי אל מה שהוא עוזר לנו לעשות.

- |                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| ● א. לראות מה כבר עשינו  | ● 1. רשימת משימות |
| ● ב. לדעת כמה זמן עבר    | ● 2. שעון         |
| ● ג. לתכנן את ימי השבוע  | ● 3. לוח שבועי    |
| ● ד. לזכור מה צריך לעשות | ● 4. סימון ✓      |

## ✂ דף גזירה – עצמאות גוברת: אחריות, ניהול זמן למידה ופנאי

✂ גזרו את הכרטיסים לאורך הקו המקווקו והדביקו בעמוד 3 , משימה 14.



מסדרים את התיק  
למחר



אוכלים ארוחת  
צהריים



משחקים בחוץ



מכינים שיעורי בית

## תשובות – עצמאות גוברת: אחריות, ניהול זמן למידה ופנאי

### 1 השלימו בעזרת המילים במחסן.

- א. כשאני מסדר את החדר בלי שמבקשים, אני מראה **עצמאות**.  
 ב. כשמתכננים את **הזמן**, מספיקים יותר.  
 ג. בזמן הלמידה כדאי לקחת **הפסקה** קצרה.  
 ד. כשמסיימים משימה, מסמנים ✓ ברשימה.

### 2 מיינו: מה ילד בכיתה ג' יכול לעשות לבד, ובמה עדיין צריך מבוגר?

| אני יכול לבד                                  | צריך מבוגר                                                       |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| לסדר את התיק, להכין כריך, לקום עם שיעון מעורר | לחצות כביש סואן לבד, לבשל על הגז לבד, לקנות תרופה בבית מרקחת לבד |

### 3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכון.

- א. ילד אחראי מחפש את מי להאשים. **לא נכון** – ילד אחראי שואל מה הוא יכול לעשות כדי לתקן.  
 ב. הפסקות קצרות עוזרות להתרכז. **נכון**  
 ג. כדאי להשאיר את שיעורי הבית לרגע האחרון לפני השינה. **לא נכון** – כדאי להכין אותם בשעה קבועה ומוקדמת.  
 ד. לוח שבועי עוזר לזכור מה יש בכל יום. **נכון**

### 4 התאימו בין הבעיה לבין הכלי שעוזר.

| טור א                     | טור ב                      |
|---------------------------|----------------------------|
| 1. אני שוכח מה צריך להביא | 1 רשימה ליד התיק           |
| 2. אני משחק ושובח את הזמן | 3 לוח שבועי                |
| 3. אני לא יודע מה יש מחר  | 4 מסדרים לפי מה שחשוב קודם |
| 4. יש לי הרבה משימות      | 2 טיימר או שיעון           |

### 5 בחרו את התשובה המתאימה.

- א. יואב שכח את בגדי הספורט. מה התגובה האחראית?  
 ○ «זה בגלל אמא» ● «שכחתי. מחר אכין אותם כבר בערב» ○ «ספורט זה לא חשוב»  
 ב. מה כדאי לעשות קודם?  
 ○ משחק במחשב שעתיים ● שיעורי בית, ואחר כך משחק ○ לא לעשות כלום

6 ליד כל משפט כתבו: «אחראי» או «לא אחראי».

א. שברתי כוס ואמרתי: «זה לא אני!» ← **לא אחראי**

ב. שכחתי להאכיל את הדג, אז שמתי לעצמי פתק על המקרר. ← **אחראי**

ג. הבטחתי לעזור לנועה וקיימתי. ← **אחראי**

ד. איחרתי, ואמרתי שהשעון של בית הספר מקולקל. ← **לא אחראי**

7 תכננו אחר צהריים: השלימו מה עושים בכל שעה.

| שעה   | מה עושים?                         |
|-------|-----------------------------------|
| 14:00 | ארוחת צהריים                      |
| 15:00 | <b>שיעורי בית</b>                 |
| 16:00 | <b>משחק בחוץ או חוג</b>           |
| 19:30 | <b>מסדרים תיק ומתכוננים לשינה</b> |

9 שאלות על הסיפור «השעון של איתי».

א. מה הייתה הבעיה של איתי?

○ לא אהב לבנות • **שכח את שיעורי הבית בגלל המשחק** ○ לא היה לו שעון בבית הספר

ב. מה השתנה אחרי שבוע?

○ איתי הפסיק לבנות • **איתי בנה בלי לחץ והכין שיעורים מסודרים** ○ אבא כעס

10 למה, לדעתכם, היה לאיתי קשה להפסיק כשהשעון צלצל? מה יכול לעזור לו?

**תשובה אפשרית:** כי נהנה מהמשחק וקשה לעבור למשימה פחות כיפית. יכול לעזור: לדעת שהמשחק מחכה לו, להכין את השולחן מראש, לבקש תזכורת חמש דקות לפני.

11 ציירו לוח יומי של יום אחד שלכם: חלקו אותו לזמן למידה, זמן מנוחה, משחק ומשפחה.

**תשובה אפשרית:** לוח עם לפחות ארבעה חלקים מסומנים, שיש בו זמן קבוע ללימוד וגם זמן פנאי.

12 כתבו דבר אחד חדש שהתחלתם לעשות השנה לבד. איך הרגשתם?

**תשובה אפשרית:** תשובה אישית: דבר שעושים לבד (למשל להכין כריך, לסדר תיק) ותחושה (גאוה, ביטחון).

13 אתגר: עומר אומר: «אם אני עצמאי, אני לא צריך לשאול אף אחד שום דבר». מה דעתכם? הסבירו.

**תשובה אפשרית:** רעיון מרכזי: עצמאות לא אומרת לעשות הכול לבד; ילד עצמאי יודע גם מתי לבקש עזרה או רשות, ובמה עדיין צריך מבוגר.

**14** גזרו את הכרטיסים, ותכננו את אחר הצהריים: הדביקו את המשימות לפי סדר טוב – קודם החשוב, אחר כך מנוחה ומשחק.



**15 מתחו קו מכל בלי אל מה שהוא עוזר לנו לעשות.**

1. רשימת משימות ← ד. לזכור מה צריך לעשות

## 2. שעון ← ב. לדעת כמה זמן עבר

3. לוח שבועי ← ג. לתכנן את ימי השבוע

4. סימון ✓ ← א. לראות מה כבר עשינו

 **תרגול נוסף משלי:** כתבו שלוש שאלות משלכם על נושא הדף, ענו עליהן ובדקו עם חבר או חברה.