

שם:

כיתה:

תאריך:

בעד עצמי: מסכים ולא מסכים, ונגיעות מתאימות ולא מתאימות

דף עבודה

1 השלימו במילים מן המחסן.

שואלים | אשמה | שיין | לא

- א. הגוף שלי _____ לי.
 ב. מותר לי לומר « _____ » כשמשהו לא נעים לי.
 ג. אם אני לא בטוח שהחבר רוצה – _____ אותו.
 ד. נגיעה לא מתאימה היא אף פעם לא _____ של הילד.

2 מיינו: נגיעה מתאימה או נגיעה לא מתאימה?

לחיצת יד בברכת שלום | «כיף» אחרי גול | דגדוג שממשיך אחרי שאמרו «די»
 חיבוק מסבטא כשאני רוצה | נגיעה שמבקשים לשמור עליה בסוד | דחיפה בתור

לא מתאימה	מתאימה

3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכונים.

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

- א. מותר לומר «לא» גם למבוגר כשנגיעה מרגישה לא נעימה.
 ב. אם הסכמתי פעם אחת – אני חייב להסכים תמיד.
 ג. הפתעה למסיבת יום הולדת היא סוד שמרגיש רע.
 ד. לכל אדם יש מרחב אישי, גם לחבר שלי.

4 התאימו לכל מצב את התגובה המתאימה.

טור א

טור ב

1. חבר ממשיך לדגדג אחרי שאמרתי «די»

☐ מציעים «כיף» או נפנוף במקום

2. מישהו עומד קרוב מדי בתור

☐ מבקשים בנימוס «תתרחק קצת בבקשה»

3. דוד רוצה חיבוק ואני לא רוצה

☐ אומרים בקול ברור «עצור!» ומתרחקים

4. מישהו אומר «אל תספר לאף אחד» על נגיעה

☐ מספרים מיד להורה או למורה

5 בחרו את התשובה הנכונה.

- א. מה עושים אם חבר אומר «לא בא לי להיאבק»?
- ממשיכים כי זה רק צחוק
 - עוצרים ומציעים משחק אחר
 - קוראים לו פחדן
- ב. מתי מותרת בדיקה של רופא בגוף?
- כשהורה או מבוגר אחראי נמצא בחדר
 - אף פעם
 - רק אם הרופא מבקש לשמור סוד

6 ליד כל סוד כתבו «הפתעה – שומרים» או «סוד רע – מספרים».

- א. מתנה שהכנו לאבא ליום ההולדת.
- ב. ילד גדול מאיים שאם אספר – יפגע בי.
- ג. מסיבת הפתעה למורה בסוף השנה.
- ד. מישהו ברשת מבקש שלא אספר להורים שאנחנו מדברים.

7 השלימו: מה אני יכול לומר?

מצב	מה אני יכול לומר?
חבר יושב צמוד אליי ולוחץ	
ילדה רוצה לגעת לי בשיער ואני לא רוצה	
אני לא בטוח שהחבר רוצה שאחבק אותו	

המשחק של נועם ויהונתן

נועם ויהונתן אוהבים לשחק בהפסקה ב«היאבקות דובים»: הם נדחפים בצחוק על הדשא ומי שנופל ראשון מפסיד. ביום רביעי יהונתן קם עם כאב ראש. כשנועם התחיל לדחוף, יהונתן אמר: «די, לא היום».

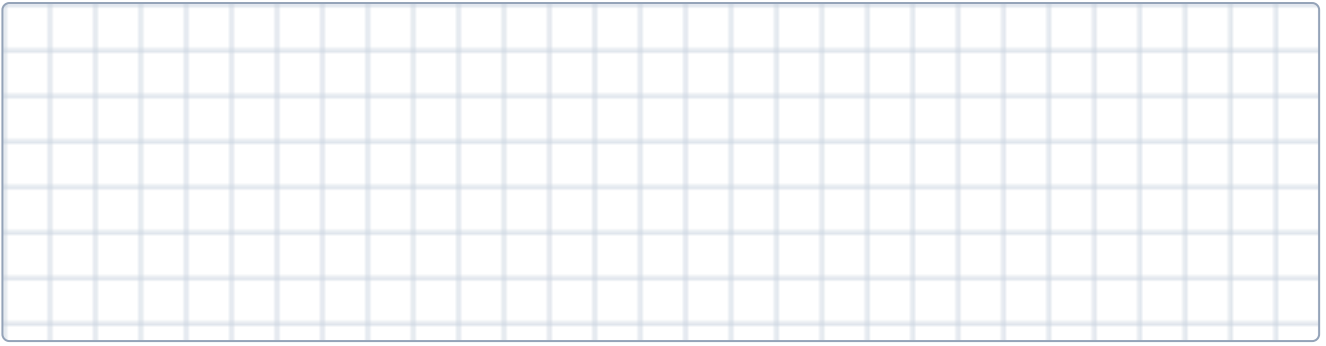
נועם צחק והמשיך: «נו, אל תהיה כזה!» יהונתן חזר בקול חזק: «אמרתי די!» והתרחק. נועם נעצר. הוא נזכר במה שלמדו בכיתה: כשמישהו אומר «די» – עוצרים מיד. הוא ניגש ליהונתן ואמר: «סליחה. רוצה לשחק במשהו רגוע?» השניים ישבו ושיחקו בקלפים.

9 שאלות על הסיפור.

- א. למה יהונתן לא רצה לשחק ביום רביעי?
- כי הוא כעס על נועם
 - כי כאב לו הראש
 - כי המורה אסרה
- ב. מה עשה יהונתן כשנועם המשיך לדחוף?
- אמר «די» בקול חזק והתרחק
 - החזיר מכה
 - בכה

10 מה למד נועם מהמקרה? הסבירו בעזרת המשפט «לפעמים כן ולפעמים לא».

11 ציירו את «הבועה» שלכם: ציירו את עצמכם במרכז ועיגול סביבכם. בתוך העיגול כתבו מי מותר לו להתקרב מאוד, ומחוצה לו – מי צריך לשמור מרחק.



12 כתבו שלושה צעדים שעושים אם מישהו נוגע בכם בצורה לא מתאימה.

13 אתגר: חבר אומר: «אם אספר למבוגר, אולי לא יאמינו לי». מה תגידו לו? כתבו שני רעיונות.

תשובות – בעד עצמי: מסכים ולא מסכים, ונגיעות מתאימות ולא מתאימות

1 השלימו במילים מן המחסן.

- א. הגוף שלי **שייך** לי.
- ב. מותר לי לומר «לא» כשמשהו לא נעים לי.
- ג. אם אני לא בטוח שהחבר רוצה – **שואלים** אותו.
- ד. נגיעה לא מתאימה היא אף פעם לא **אשמה** של הילד.

2 מיינו: נגיעה מתאימה או נגיעה לא מתאימה?

מתאימה	לא מתאימה
לחיצת יד בברכת שלום, «כיף» אחרי גול, חיבוק מסבטא כשאני רוצה	דגדוג שממשיך אחרי שאמרו «די», נגיעה שמבקשים לשמור עליה בסוד, דחיפה בתור

3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכונים.

- א. מותר לומר «לא» גם למבוגר כשנגיעה מרגישה לא נעימה. **נכון**
- ב. אם הסכמתי פעם אחת – אני חייב להסכים תמיד. **לא נכון** – אפשר להסכים פעם אחת ולא להסכים בפעם אחרת
- ג. הפתעה למסיבת יום הולדת היא סוד שמרגיש רע. **לא נכון** – הפתעה שמחה ונגמרת מהר; סוד שמרגיש רע או מפחיד – מספרים למבוגר
- ד. לכל אדם יש מרחב אישי, גם לחבר שלי. **נכון**

4 התאימו לכל מצב את התגובה המתאימה.

טור א	טור ב
1. חבר ממשיך לדגדג אחרי שאמרתי «די»	3 מציעים «כיף» או נפנוף במקום
2. מישהו עומד קרוב מדי בתור	2 מבקשים בנימוס «תתרחק קצת בבקשה»
3. דוד רוצה חיבוק ואני לא רוצה	1 אומרים בקול ברור «עצור!» ומתרחקים
4. מישהו אומר «אל תספר לאף אחד» על נגיעה	4 מספרים מיד להורה או למורה

5 בחרו את התשובה הנכונה.

- א. מה עושים אם חבר אומר «לא בא לי להיאבק»?
 - ממשיכים כי זה רק צחוק
 - **עוצרים ומציעים משחק אחר**
 - קוראים לו פחדן
- ב. מתי מותרת בדיקה של רופא בגוף?
 - **כשהורה או מבוגר אחראי נמצא בחדר**
 - אף פעם
 - רק אם הרופא מבקש לשמור סוד

6 ליד כל סוד כתבו «הפתעה – שומרים» או «סוד רע – מספרים».

- א. מתנה שהכנו לאבא ליום ההולדת. ← **הפתעה – שומרים**
ב. ילד גדול מאיים שאם אספר – יפגע בי. ← **סוד רע – מספרים**
ג. מסיבת הפתעה למורה בסוף השנה. ← **הפתעה – שומרים**
ד. מישהו ברשת מבקש שלא אספר להורים שאנחנו מדברים. ← **סוד רע – מספרים**

7 השלימו: מה אני יכול לומר?

מה אני יכול לומר?	מצב
«זוז קצת בבקשה, צפוף לי.»	חבר יושב צמוד אליי ולוחץ
«אני לא רוצה, תודה.»	ילדה רוצה לגעת לי בשיער ואני לא רוצה
«אפשר לחבק אותך?»	אני לא בטוח שהחבר רוצה שאחבק אותו

9 שאלות על הסיפור.

- א. למה יהונתן לא רצה לשחק ביום רביעי?
○ כי הוא כעס על נועם ● **כי כאב לו הראש** ○ כי המורה אסרה
ב. מה עשה יהונתן כשנועם המשיך לדחוף?
● **אמר «די» בקול חזק והתרחק** ○ החזיר מכה ○ בכה

10 מה למד נועם מהמקרה? הסבירו בעזרת המשפט «לפעמים כן ולפעמים לא».

תשובה אפשרית: גם אם יהונתן אוהב את המשחק בדרך כלל, היום הוא לא רצה, ומותר לו. כשחבר אומר «די» עוצרים מיד ומכבדים, ואפשר להציע משחק אחר.

11 ציירו את «הבועה» שלכם: ציירו את עצמכם במרכז ועיגול סביבכם. בתוך העיגול כתבו מי מותר לו להתקרב מאוד, ומחוצה לו – מי צריך לשמור מרחק.

תשובה אפשרית: ציור דמות בתוך עיגול: בפנים – בני משפחה קרובים וחברים טובים (כשאני רוצה); בחוץ – אנשים לא מוכרים ומי שאני לא מרגיש איתו בנוח.

12 כתבו שלושה צעדים שעושים אם מישהו נוגע בכם בצורה לא מתאימה.

תשובה אפשרית: אומרים «לא!» בקול ברור; מתרחקים; מספרים מיד למבוגר שסומכים עליו (הורה, מורה, יועצת). זו לא אשמת הילד.

13 אתגר: חבר אומר: «אם אספר למבוגר, אולי לא יאמינו לי». מה תגידו לו? כתבו שני רעיונות.

תשובה אפשרית: ממשיכים לספר עד שמבוגר מקשיב ועוזר – אפשר לפנות למבוגר אחר (הורה, מורה, יועצת); אפשר לספר יחד עם חבר; זה לא באשמתו, ומבוגרים אחראים רוצים לדעת כדי לשמור עליו.