דף תרגול: מד חום הרגשות

מסלול עולים חדשים · חט"ב

מהדורה למורה – מפתח תשובות

הדף מתרגל את המיומנות של המשחק באתר: זיהוי רגשות, אקלים כיתה. נושאים: כללי. זמן משוער: 15–25 דק'. מסלול עולים חדשים: עברית פשוטה, משפטים קצרים ומילון קטן בראש דף התלמיד/ה.

חלק א' – איזה רגש מתאים למצב?

התאמה: 1–ב · 2–ג · 3–ד · 4–א · 5–ה · 6–ו

(התשובה הצפויה; תשובה אחרת עם נימוק טוב מתקבלת.)

חלק ב' – מד העוצמה

1. רגוע/ה < מרוצה < שמח/ה < נלהב/ת
2. מוטרד/ת < מודאג/ת < לחוץ/ה < מבוהל/ת

חלק ג' – מה עוזר לי כשקשה?

אישי, רשות.

כרטיס יציאה

תשובות אישיות – לאיסוף מהיר בסוף השיעור.

מד חום הרגשות – דף תרגול

עולים חדשים

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

מילון קטן

עברית	English	Русский	العربية
מכתב	letter (mail)	письмо	رسالة
כתובת	address	адрес	عنوان
מעטפה	envelope	конверт	مغلّف
דואר	post office / mail	почта	بريد
אולפן	Hebrew language school (ulpan)	ульпан (школа иврита)	أولبان (مدرسة لتعليم العبرية)
מאפייה	bakery	пекарня	مخبز
כתר	crown	корона	تاج
עיתון	newspaper	газета	جريدة

חלק א' – איזה רגש מתאים למצב?

התאימו מצב ↔ רגש.

מילון רגשות

שמחה = joy / радость / فرح
דאגה = worry / тревога / قلق
תסכול = frustration / досада / إحباط
הקלה = relief / облегчение / ارتياح

המצב	האות	הרגש
1. קיבלתי ציון על עבודה שהשקעתי בה		א. דאגה
2. הצלחתי לעזור לחבר/ה בשיעור		ב. שמחה
3. ניסיתי כמה פעמים ועדיין לא הצלחתי		ג. גאווה
4. מחר מבחן ואני לא בטוח/ה שאני מוכן/ה		ד. תסכול
5. המבחן נגמר ועבר טוב		ה. הקלה
6. בהפסקה לא היה לי עם מי לדבר		ו. בדידות

חלק ב' – מד העוצמה

כתבו מספר: 1 = חלש, 4 = חזק.

1. נלהב/ת (__) · שמח/ה (__) · רגוע/ה (__) · מרוצה (__)
2. מודאג/ת (__) · לחוץ/ה (__) · מוטרד/ת (__) · מבוהל/ת (__)

חלק ג' – מה עוזר לי כשקשה?

סמנו מה עוזר לי.

☐ נשימה עמוקה ×3 ☐ לשתות מים ☐ לדבר עם מישהו/י שאני סומך/ת ☐ לזוז קצת ☐ לכתוב מה מרגיז אותי ☐ מוזיקה שקטה

1. רעיון משלי:

💗
תמיד אפשר לפנות ליועצת או למבוגר/ת שסומכים עליו/ה.

כרטיס יציאה

🎟️ כרטיס יציאה – מד חום הרגשות

✍️ משהו אחד שלמדתי:

❓ שאלה שלי:

☺ עד כמה הבנתי? הקיפו: 😀 ☺ 😐 ☹

יצרה: רוית ראש בן ישי · משחקי טקסט ומשימות – דף תרגול