

# קשר עין

ירחון ארגון המורים

תל אביב יפו  
Tel-Aviv-Yafo  
שולם - P.P.  
2438

במקרה של אי מסייה  
יש להחזיר לארגון המורים  
בבתי הספר העל יסודיים,  
דרך מנחם בגין 23 ת"א 66184



תלמידים כותבים על הפרדה  
מגדרית בשיעורי החינוך הגופני  
דרור אלנר << 32

מבט על יעילות הקניית מיומנויות  
המאה ה- 21 בבתי הספר  
נוי שניר << 26



גיליון 255 | סבת-שבט | תשע"ו  
2016 | ינואר

# 22

זרקור: קריית החינוך אורט רחובות



# מקסימום פסיכומטרי במינימום מחיר!

5,600 ש"ח  
בלבד לקורס פסיכומטרי  
+5% הנחה נוספת  
במעמד החיוב  
למשלמים ב"תמורה"\*

30% הנחה למשפחות עובדי הוראה  
על קורסי בגרות, אנגלית מדוברת ואמי"ר.

אנני הוולקא  
**HIGH**

1-800-80-80-80 • [high-q.co.il](http://high-q.co.il)

פסיכומטרי    בלרו    אנני הוולקא    אנני

\* ההנחה לעובדי הוראה ולבני משפחותיהם מקרבה ראשונה בלבד. תוקף ההנחה עד 31-01-2016.  
אין כפל הנחות. ט.ל.ח.

# הסרת משקפיים בשיטת iQ

השיטה שמאפשרת להרבה יותר אנשים לראות ללא משקפיים הפתרון האופטימלי למשקפי הקריאה ולמשקפיים המולטיפוקליים



ד"ר ונדר - המנהל הרפואי של iClinic

## בשיטת iQ ניתן לטפל ברבים שנמצאו ללא מתאימים לטיפול בלייזר.

בשיטת iQ מרחיבה את אפשרויות הטיפול בלייזר. בעלי מספרים גבוהים ואפילו מאוד, יכולים לחזור ולראות בחדות ללא משקפיים. בשיטת iQ ניתן לטפל ביעילות גם בצילנדר, וגם ברוחק ראייה ואפילו ברוחק ראייה גבוה, והכל בתהליך קצר עם החלמה מהירה ללא כאבים.

iQ היא שיטת הטיפול המתקדמת ביותר שלנו.

הטיפול בשיטת iQ מתאים להרבה יותר מרכיבי משקפיים, כולל לרבים שנמצאו בעבר כלא מתאימים לטיפול בלייזר. הטיפול בשיטת iQ מדויק ובטוח מאוד, ההחלמה שלאחריו קלה, והחזרה לשגרה - מיידית.

שיטת iQ היא גם האלטרנטיבה הטובה ובטוחה ביותר לכל מי שאינו רוצה ואינו מוכן לסבול את תהליך ההחלמה הארוך והכואב שלאחר טיפול בשיטות כמו LASEK PRK או ASA.

## שיטת iQ - הפתרון האופטימלי למשקפי הקריאה ולמשקפיים המולטיפוקליים

באמצע שנות הארבעים לחיים מופיע בהדרגה קושי בראייה לקרוב, רבים שלא הרכיבו משקפיים מעולם נזקקים למשקפי קריאה, וכעבור מספר שנים גם למשקפיים למרחק, או לחלופין למשקפיים מולטיפוקליים.

ב iClinic - בשיטת iQ ניתן להחזיר את הראייה הטבעית לכל טווח, והכל בתהליך קצר, בטוח וללא כאבים.

**שיטת iQ מתאימה גם לבני השישים, השבעים, וגם למי שנזקק למשקפיים לאחר ניתוח קטרקט.**

בשיטת iQ  
ההחלמה קצרה  
והחזרה לשגרה  
מיידית

שיטת iQ היא  
האלטרנטיבה  
הבטוחה להחלמה  
הכואבת לאחר  
PRK

בשיטת iQ ניתן  
לטפל בבטיחות:  
• במספרים גבוהים  
• בקרניות דקות  
• ברוחק ראייה  
• בצילנדר

\*55567



iClinic  
Dr. Wender

המרכז הרפואי לתיקון ראייה בלייזר  
ת"א, ראול ולנברג 24 (מגדלי זיו), בנין D

[www.i-clinic.co.il](http://www.i-clinic.co.il)



# למשכורת ולפנסיה שלכם מגיע הטיפול הטוב ביותר!



שאל מימון, מנכ"ל  
המומחה האישי שלך

## המומחים שלנו

צוות בעל ידע רב תחומי וניסיון בטיפול בעובדי הוראה | כלכלנים בעלי רישיון פנסיוני |  
מנהלת לשעבר במחלקה לתנאי שרות במשרד החינוך | צוות רפואי ומשפטי

## השרותים שלנו

### זכויות כלכליות במקרה נכות/מחלה:

כדאיות כלכלית של המסלול הרפואי /  
הכנה וליווי לרופא תעסוקתי וועדה רפואית

### תכנון פיננסי מקיף לעובדי הוראה:

תכנון יעדים פיננסיים, מעקב ובקרה / בדיקת תכניות  
חסכון והשקעות, פנסיה, קופות גמל והשתלמות /  
בדיקה ותכנון של תכניות ביטוח-חיים, בריאות וסיעוד  
/ החזרי מס / חוות דעת לבית משפט

**שכר, דרגות וקידום:** בדיקת טעויות בשכר  
אופק חדש, עוז לתמורה / שבתון, חל"ת

**פנסיה ופרישה:** כדאיות פרישה / מסלול  
הפרישה האופטימלי / הערכת פנסיה ומענקי פרישה /  
קופות גמל והשתלמות / ליווי משלב הייעוץ עד לפרישה

**ליווי לאחר פרישה:** מיסוי לפורשים /  
בדיקת תקינות הגמלה והמענקים / שימוש במקורות  
פנסיוניים / בדיקת תכניות ביטוח חיים, בריאות וסיעוד  
/ תכנון פיננסי לאחר 120

## הנסיון שלנו

אלפי עובדי הוראה כבר קיבלו ייעוץ וליווי מהמומחים שלנו למימוש זכויותיהם!

לקבלת שרות אישי התקשרו: **1-700-508-558** או מהנייד: \***למורה** (54272\*)  
סניף תל-אביב | סניף הגליל והעמקים [www.mirvahim-group.co.il](http://www.mirvahim-group.co.il)

מדור משפטי

**דרכון אירופאי - גרמני**  
הוצאת אזרחות אירופאית-גרמנית  
לצאצאי "הייקים",  
ישירות מול הגורם המוסמך בגרמניה

**טיפול בהשבת רכוש שנגזל בגרמניה**

**ייעוץ משפטי לדין הגרמני**  
**שירותים נוטריונים בגרמנית**  
**רכישת דירות בברלין - איתור,**  
**מימון ובדיקה**

**ד"ר יובל חן**  
**משרד עורכי דין**

משרד נהריה: הרצל 75 ת.ד. 12026 נהריה 22102  
טל. 9929990-04, פקס. 9929989-04  
משרד ת"א: מגדל המוזיאון, ברקוביץ' 4 ת"א  
טל. 6963270-03, פקס. 6090366-03  
[henadvoc@zahav.net.il](mailto:henadvoc@zahav.net.il)  
[www.henadvoc.com](http://www.henadvoc.com)

## דוקוסטורי בע"מ הסיפור שלך שווה ספר!

### 18 שנות הצלחה בכתובת ביוגרפיות וסיפורים אישיים

זה הזמן לתעד את סיפור החיים שלכם ולהעניק  
למשפחה מתנה עם ערך נצחי, לדורי דורות.

דוקוסטורי חוגגת 18 שנות פעילות ומזמינה אתכם  
להצטרף למאות האנשים והמשפחות שבחרו בנו  
ונהנו מניסיוננו רב-השנים בתחום התייעוד.

**ועכשיו במבצע מיוחד!**

עד סוף פברואר 2016



**מבצע מיוחד**  
**10% הנחה**  
על עלות הספר.  
עד סוף פברואר 2016

### התקשרו עוד היום ונצא יחד למסע המרגש!

הסיפור שלך • סיפור המשפחה  
• ספרי ישובים וחברות • ספרי זיכרון והנצחה  
**מעל 850 ספרים בעברית, אנגלית והולנדית**

מרים דובי-חזן, היסטוריונית, 054-7400068 09-7419471  
[miriam@docostory.com](mailto:miriam@docostory.com) [www.docostory.com](http://www.docostory.com)



# פרסי יד ושם למפעלים חינוכיים

תשע"ו



האחים סגולה ושלמה חוגלקו, שנת ה-1953, האגודת הילדים.

בית הספר הבין-לאומי להוראת השואה ביד ושם מעניק פרסים למפעלים חינוכיים שבמרכזם לימוד השואה והוראתה בתחומים הבאים:

### שלוש תכניות חינוכיות בהוראת השואה

**שני פרסים** מוענקים למוסד חינוכי פורמלי או בלתי פורמלי שבמסגרתו התקיימה בהצלחה תכנית חינוכית בנושא השואה.  
**פרס נוסף** מוענק לתכנית חינוכית בהוראת השואה שיזמו והובילו מורים שהשתתפו בהשתלמויות של יד ושם ברחבי הארץ.  
לכל אחת מהתכניות הזוכות יוענק פרס כספי של 6,000 ₪, וכן, צוות בית הספר יוזמן ליום עיון ביד ושם.  
פרס ע"ש חנו ובלמה נימן ז"ל מוענק הודות למשפחת נימן, אנגליה.

### ספר המיועד לילדים ולנוער

הפרס יוענק לספר המקרב את הילדים והנוער לנושא השואה.  
הפרס ינתן לספר שהתפרסם בשנים האחרונות.  
הפרס בסך 4,000 ₪ מוענק מתרומתה של סנדרה ברנד, לזכר בנה היחיד, ברנד ברנד ז"ל שנספה בשואה.

### חמש עבודות גמר מצטיינות מתחומי דעת שונים המוקדשות לנושא השואה של תלמידי החטיבה העליונה

הפרסים יינתנו לעבודות גמר מצטיינות, מעמיקות וחדשניות המוקדשות לנושא השואה. יתקבלו כמועמדות עבודות גמר מכל הדיסציפלינות (עבודה עיונית, קולנוע, אמנות פלסטית, מחשבים, תאטרון, מחול וכו').  
לכל אחת מהעבודות הזוכות יוענק פרס כספי בשווי של 500 ₪.  
הפרסים מוענקים מהקרן על שם מארק ולובה יובילר ז"ל.

**תכנית חינוכית העוסקת בתולדות יהודי צרפת וצפון אפריקה בשואה**  
מענק חומרי למידה יינתנו לבתי ספר שינחו תלמידים באופן קבוצתי למידה וחקר היבטים השונים של תולדות שואת יהודי צרפת וצפון אפריקה.  
פרס יינתן לעבודת גמר מצטיינת העוסקת בתולדות יהודי צרפת.

הפרס מוענק מקרן לזיכרון השואה בצרפת (Fondation pour la Mémoire de la Shoah) בשיותף אנדוט עלומים. Aloumim אלומים

**מועמדות לפרסים השונים** יש לשלוח עד יום חמישי, כ"א אדר ב', תשע"ו, 31 במרץ 2016 לרינת ריבק, המגמה להכשרת מורים, בית הספר הבין-לאומי להוראת השואה, יד ושם, ת.ד. 3477 ירושלים 91034.

### לשאלות ולמידע נוסף:

רינת ריבק 02-6443875 prasim.education@yadvashem.org.il  
ובאתר האינטרנט www.yadvashem.org

## מורה יקר! בוא וגלה את זכויותיך...



- בדיקה ממוחשבת לאבחון טעויות בתלושי שכר
- קידום ושכר באופק חדש ועוז לתמורה
- ייעוץ לכדאיות פרישה, שבתון או חל"ת
- ליווי מתמשך לכל מורה לאחר קבלת הייעוץ
- ייעוץ, הכוונה וליווי לוועדות רפואיות
- מיסוי לפורשים
- חוות דעת מקצועיות לבתי משפט
- בדיקת תקינות הפנסיה והמענקים
- בדיקת תיק קופות הגמל, ההשתלמות והחיסכון



**גמולים**

ייעוץ למורה  
חושבים איתך על הצעד הבא...

הייעוץ ניתן ע"י טל וייס  
לפרטים נוספים:  
www.gmulim.co.il  
1-700-700-215

- למפקחים
- למנהלים
- למורים
- לוועדים



זהבי ייעוץ

## הזכויות שלך צריכות בדיקה תקופתית אצל עיריית זהבי

באווירה נינוחה על כוס קפה מוצעת לך  
**פגישה ושכרה בצידה**

- ייעוץ מקצועי, עדכני ודיסקרטי בנושאים:
- 👉 היקפי משרות 👉 קרן השתלמות 👉 שנת שבתון
  - 👉 גמולים 👉 פנסיה 👉 תכנון הקריירה שלך
  - 👉 מחלה ו/או נכות 👉 ועוד טיפים קטנים העושים

משכורת גדולה

לא תמיד אפשר לממש מחר את מה שמגיע לך היום, אז למה לחכות?

**טלפנו עכשיו**

טל': 09-9542108 פקס: 09-9566123

אתרנו: http://www.zahavi-yeutz.com



קרן הפנסיה של מנורה מבטחים, "מבטחים החדשה" קרן הפנסיה הגדולה במדינה, היא קרן הפנסיה המועדפת על המורים מזה שנים רבות. למעלה מעשרים אלף מורים בחרו בקרן הפנסיה מבטחים החדשה, כקרן הפנסיה שלהם. הניסיון והידע שלנו בטיפול בציבור המורים, אפשרו לנו להתאים תכנית מיוחדת המתאימה בדיוק לצרכים של המורים בישראל אשר כוללת **הנחה משמעותית בדמי ניהול וכן כיסוי ביטוחי לאבדן כושר עבודה עיסוקי**

**לפרטים והצטרפות עומדים לרשותכם:**

שם	חטיבה	טלפון
טובה צרפתי	ארצי	054-6669298
קלאודיה כהן	ארצי	050-4795126
רון גולן	חטיבה עסקית דן והשרון	050-4049265
שמרית בן ששון	חטיבה עסקית חיפה והצפון	050-4049266
אילן כרמי	חטיבה עסקית מרכז והשפלה	050-4049299
ישי בודנשטין	חטיבה עסקית ירושלים	050-4049338
רפי אזולאי	חטיבה עסקית ב"ש והדרום	054-6669378





דן ארז

יו"ר הנהלת ארגון המורים

# האוצר, החינוך ומה שביניהם (ובינינו)

כלכליות ויד האוצר היא המונחת על הברז. מאז הכרזת סכסוך העבודה לא נפתרה כל בעיה. ההפך הוא הנכון. מונעים ממורים עובדי מדינה שעובדים בחטיבה העליונה את הפנסיה, את גמולי ההשתלמות המגיעים להם מכוח עוז לתמורה, מתנים את חתימת ההסכם בדבר מורי השלי"ח בכך שנסכים לפגיעה בתנאי הפנסיה שלהם, ולמעשה, דורשים מאיתנו לחזור בנו מהתביעה המשפטית שהגשנו בנושא הפגיעה החמורה בפנסיה של עובדי המדינה, בכלל, ושל העובדים בחינוך העל יסודי, בפרט. נוסף על כך משרד האוצר מונע תשלום תוספת שכר למורים המועסקים בבתי ספר שבפיקוח משרד הכלכלה.

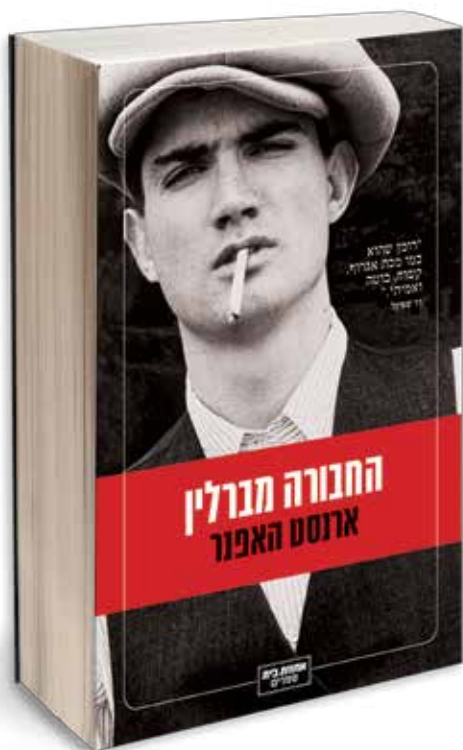
כל מאבקינו הם למען מערכת החינוך, על מוריה ותלמידיה, והם מאבקים צודקים. אנו מתחילים במאבק אחרי הידברות ארוכה, ואף פעם לא ב"שלוף". והנה, פורום ועדי ההורים אשר יצאו נגדנו בביה"ד הארצי לעבודה ודרשו צווי מניעה נגד הסכסוך שהכרזנו בנושא האבחונים יוצאים היום למאבק בדיוק באותו נושא שאך לפני חודשים ספורים ניסו למנוע מאיתנו להיאבק בגינו. בימים הקרובים נפרסם הנחיות להפעלת סכסוך העבודה. זה מכל מקום נכון להיום. ככל שיהיו שינויים, נעדכן.

אני מפנה אתכם לגיליון "קשר עין" הקודם, שבו פורטו הסיבות להכרזת סכסוך העבודה.

גיליון "קשר עין" הקודם עדכנתי אתכם על כך שהנהלת ארגון המורים החליטה להכריז על סכסוך עבודה במערכת החינוך העל יסודי בגלל בעיות שזו תקופה ארוכה לא נמצא להן פתרון משום שמשרד החינוך לא השכיל לפתור אותן. לזכות שר החינוך והמנכ"לית אומר שלא הם יצרו את הבעיות, אלא קודמיהם בתפקיד: ראש הממשלה לשעבר, אהוד אולמרט; שר האוצר לשעבר רוני בר און והממונה על השכר לשעבר אלי כהן. הם שיצרו את הבעיות בעצם חתימתם על הסכם אופק חדש, תוך ניסיון ליצור "הפרד ומשול" בין ארגוני המורים ולבטל ככל האפשר את ארגון המורים בבתי הספר העל יסודיים, שתביעותיו לשכר ולתנאי עבודה עלו למשרד האוצר יותר מאלה של הסתדרות המורים. מאז 2008, אחרי השביתה הגדולה, אין כמעט נושא שמשרד האוצר לא מנסה לפגוע באמצעותו במורים בבתי ה"ס העל יסודיים, בתנאי עבודתם, בשכרם, בתנאיהם הסוציאליים, ולמעשה, בעצם קיומו של ארגון המורים.

כואב הלב לראות עד כמה הנהלת משרד החינוך מתבטלת בפני פקידי האוצר ובראשם הממונה על השכר. למעשה, משרד האוצר הוא שמנהל את משרד החינוך. לא רק בכל הנוגע לשכר ולתנאי העבודה של המורים, אלא גם בנושאים חינוכיים. שהרי לכל החלטה פדגוגית יש השלכות

## החבורה מברלין / ארנסט האפנר



המסתורין סביב יצירת המופת הכמעט-אבודה של האפנר מתעצם בשל תעלומה שאופפת את זהות המחבר ונסיבות מותו. ידוע רק כי היה עיתונאי ועובד סוציאלי שהתגורר בברלין בשנים 1925-1933, פירסם רומן יחיד ועבד עם נערי רחוב. כשנה לאחר צאת הרומן, עם פרוץ המלחמה, אבדו עקבותיו של האפנר. גורלו לא נודע עד היום.

הרומן מתרחש בברלין של שנת 1932 ובה המוני מחוסרי בית, בהם בני נוער רבים שמנסים לשרוד ברחובות העיר. הם מתקבצים בחבורות שמעניקות להם מחסה, מזון והגנה. הם אוכלים ככל האפשר כשיש מה לאכול, משתכרים בברים עלובים, משתתפים בקרבות רחוב, ונצמדים זה לזה בלילות קפואים, תחת קורות גג אקראיות. יש ביניהם מי שברחו מהבית, יש ביניהם יתומים שברחו ממוסדות המדינה, ויש ביניהם כאלה שמוכרים את גופם ונמצאים בבריחה מתמדת מהחוק. זהו סיפורה של חבורה אחת כזאת - "אחים בדם" שמה, חבורה קטנה שעוברת הרפתקאות במבוכ התת-קרקעי והאפל של ברלין הדקדנטית, רגע לפני עליית הנאצים. האפנר מתעד עולם שנמצא על ספו של הר געש, וטווה סיפור קריא ומהנה שהוא לא רק מסמך היסטורי על החיים בברלין שלפני הנאצים, אלא גם כתב-אישום רלוונטי לימינו על מוסדות העזרה הסוציאלית במדינת הרוחה המודרנית.

**בהוצאת:** ארגון המורים בבתי הספר העל יסודיים דרך מנחם בגין 23 תל-אביב 6618356

www.igm.org.il טל' משרדי ארגון המורים בתל-אביב: 03-7106777

טל' המערכת: 03-7106786, פקס המערכת: 03-5667713

**עורך:** שלמה מויאל, shlomom@igm.org.il

**חברי המערכת:** שלמה מויאל (עורך), רן ארז, משה אוחיון, נורית ולנסי, זהבה שפר, ד"ר שוש וינטר, אפרת בר וקרן שקד

**עיצוב גרפי:** סטודיו פיני חמו

רכזת המערכת ועורכת לשון: מיכל אחישר, michala@igm.org.il

**הפקה ופרסום:** נירפרינט מדיה והפקה בע"מ - www.nirprint.co.il

רח' ראול ולנברג 6 ת"א 6971905, טל': 03-6496069 info@nirprint.co.il

מנהל הפקה: ניר שפיר

ניהול פרויקט ומודעות: קארין רומנו, טל' 050-5295330 Karin@nirprint.co.il

**הדפסה ועיטוף:** גרפוליט

אין המערכת מתחייבת לפרסם כל חומר שמתקבל או להחזירו לשולח



צילום השער: פיני חמו

כל הזכויות שמורות למוציאים לאור. אין להעתיק, לשכפל או לעשות שימוש כלשהו בחומר הכתוב ללא אישור בכתב מהמוציאים לאור.

אין ארגון המורים אחראי לתוכן המודעות המתפרסמות בירחון ובדפי פרסום המצורפים אליו ולאיכות המבצעים המוצעים בהן





**שלמה מויאל**

יו"ר המחלקה ל"קשר עין"  
 וחינוך טכנולוגי  
 טל' 03-7106749  
 shlomom@igm.org.il

לחברינו המורים המלמדים בחינוך הטכנולוגי, ברצוני להבהיר שהנהלת ארגון המורים עושה כמיטב יכולתה לפתרון הקשיים והבעיות הקיימים בתוך מערכת החינוך. בין השאר מדובר בנושא של מתן אפשרות לתלמידים הלומדים בפרויקט טו"ב להיבחן בבחינות הבגרות בכיתות י', כמו שהיה בעבר. זאת כדי למנוע מהם לחץ בכיתה י"א לסיים את כל בחינות הבגרות - דבר אשר בעיני המורים איננו אנושי כלל כי בכיתה י"ב הם נדרשים לסיים את הלימודים לקבלת דיפלומת טכנאי.

למותר לציין שיו"ר הנהלת הארגון עושה לילות כימים כדי לפתור את הנושאים הבווערים: השגת הסכם עבודה בנוגע למורי השל"ח, הקלת עומס העבודה על המורים לאנגלית, הנושא של 70 / 30 ועוד.

במהלך חודש דצמבר השתתפו גמלאי ארגון המורים בנשפי חנוכה וזכו ליציאה לנופש בים המלח. נתקבלו הדים חיוביים. ארגון המורים ימשיך לדאוג לגמלאיו ויתמיד בכך. כבר במהלך חודש פברואר 2016 אמורה להתחיל הרשמה לנופש לאילת במלון רימונים.

לכל ציבור המורים: אני חוזר ומזמין אתכם לשלוח אלינו מאמרים מתחום החינוך וההוראה הנראים חשובים בעיניכם. אסיים בברכת חג נטיעות שמח, ומזל טוב לכנסת ישראל, ולחברינו המורים הנוצריים: שלוחה לכם ברכת שנה אזרחית טובה ומוצלחת.

חברי הארגון מוזמנים לשלוח מפרי עטם אל המערכת,  
 לכי הכתובת: [michala@igm.org.il](mailto:michala@igm.org.il)

אין ארגון המורים אחראי לתוכן המודעות המתפרסמות בירחון ובדפי פרסום המצורפים אליו ולאיכות המבצעים המוצעים בהן



משולחן ההנהלה   רן ארז	7
המחלקה למינהל, לכוח אדם ולרכש   אבי פסקל	10
המחלקה לתרבות, פנאי ונופש   משה אוהיון	
המחלקה להשתלמויות   יעקב אופק	11
המחלקה לקרנות   חאלד דראושה	
יש בי געגוע   יורם צחובי	12
נוקשותו של הסטריאוטיפ המגדרי הגברי וההשלכות החינוכיות   ד"ר אבי צפרוני	15
"קולם של תלמידים"   קורין בן עטיה	18
זרקור: אורט רחובות	22
יעילות הקניית מיומנויות המאה ה-21 בבתי הספר   נוי שניר	26
התשמע קולי	28
מיינדפולנס - וקורה נס   יהודית וינברגר-לובל	30
הפרדה מגדרית בשיעורי החינוך הגופני   תלמידים כותבים	32
טור רפואי   ד"ר גיל יוסף שחר	36
שאני אעשה ספורט?   שרון גול וגיל סגל	38
גן החיים   שרית מלצר	39
למורים שלנו   מדור פנאי ותרבות	40



## המחלקה למינהל, לכוח אדם ולרכש



אבי פסקל

יו"ר המחלקה למינהל,  
לכוח אדם ולרכש

### שיעורי תגבור והעשרה

"תיקון העולם משמעו תיקון החינוך"

(יאנוש קורצ'אק)

מורה יקר,

אנו מזמינים אותך להצטרף למערך **שיעורי תגבור והעשרה**, המיזם החדש של **מגה-לאן**, שנועד להיטיב בלעדית עם עמיתי ארגון המורים. באמצעות שימוש במערכות טכנולוגיות חדשניות יתאפשר לך להגיע לקהל תלמידים עצום, ילדי עובדים ועמיתי ארגונים מכל רחבי הארץ ולהעניק שיעורי תגבור **מסובסדים**, תוך יצירת הכנסה נוספת, נוחה וזמינה עבורך, לאורך כל השנה. בתמורה להנחה מצדך הסכימו ועדים וארגונים רבים לסבסד חלק מעלות השיעורים ולהפוך את שיעורי התגבור לנגישים עבור תלמידים רבים הזקוקים לחיזוק נוסף.

**ליצירת קשר עם מגה-לאן בנושא המיזם:**  
[morim@leaan.co.il](mailto:morim@leaan.co.il)

לפרויקט בקרה ייחודי ומעניין בבתי ספר  
במערכת החינוך

### דרוש/ה

בקר/ית ניהול ופדגוגיה

**לביצוע בקרות בתחומי ניהול,  
תקנים ופדגוגיה.**

דרישות התפקיד:

ניסיון של 5 שנים ב- 10 השנים האחרונות  
בביצוע התפקידים הבאים:  
מנהל/ת בית ספר או  
סגן/סגנית מנהל/ת בית ספר  
או מפקח/ת בית ספר/ית - חובה!  
רכז/ת מקצוע או מורה מקצועית - חובה!

קו"ח יש לשלוח אל: [hr@riba.co.il](mailto:hr@riba.co.il)

## המחלקה לתרבות, פנאי ונופש



משה אוחיון

יו"ר המחלקה לתרבות,  
פנאי ונופש

טל' המחלקה:  
03-7106791  
כתובת דוא"ל:

[mosher@igm.org.il](mailto:mosher@igm.org.il)

### מורים יקרים,

חוברת "תמורה" תפורסם בימים הקרובים, אך ורק באתר הארגון, ויהיה אפשר, כמובן, לעיין בה בהצעות החדשות ובפרסומים של המחלקה לתרבות, פנאי ונופש לתקופה הקרובה, הכוללים סופי שבוע מסובסדים ברחבי הארץ, נופשים ונופשונים, שבתות עיון ותרבות, טיולים ועוד...

כמו כן, וכמו תמיד, תוכלו לעיין במבחר העצום של אירועי התרבות, הנופש והפנאי שאנו מציעים באתר המחלקה, להזמין וליהנות מהם.

כל זאת, כמובן, במחירים מיוחדים ומסובסדים וללא תחרות, נוסף על ההנחה המיוחדת של 5% במועד החיוב לרוכשים באמצעות כרטיס המועדון "תמורה" של ארגון המורים.

אנו שמחים מאוד לבשר לכם כי מועדון תמורה גדל והתעצם ולא בכדי. יש בו כעת כ- 50,000 חברים המחזיקים בכרטיס האשראי לאומי קארד תמורה והשמחה גדולה... אנו ממשיכים לעשות כל מאמץ כדי לחזק ולהגדיל את מספר חברי המועדון ובה בעת להרחיב את ההיקף והמגוון של בתי העסק והשירותים אשר מעניקים הטבות והנחות במועד החיוב למחזיקי הכרטיס.

רשימות בתי העסק הרבים המעניקים לחברי המועדון הנחות במועד החיוב מופיעות באתר לאומי קארד ובאתר הארגון (ואפשר לעיין בהן דרך הקישור המתאים). לכל הרכישות באתר המחלקה לתרבות, פנאי ונופש (הצגות, מופעי תרבות ובידור, אטרקציות וכו') יש הנחה נוספת של 5% במועד החיוב.

הנכם מוזמנים להמשיך וליהנות ממגוון אירועי התרבות, הנופש והפנאי ולקבלם במחירים מיוחדים ומסובסדים ובהנחה במועד החיוב.

**להזכירכם: גם ברשתות המזון מגה ומגה בעיר ניתנת הנחה של 8% במועד החיוב, ובמגה באינטרנט ניתנת הנחה של 5%.**

כמו כן ניתנת הנחה משמעותית מאוד, של 25%, במבחר גדול ביותר של בתי קפה ומסעדות ברכישה באמצעות האפליקציה בטלפונים הניידים.

הנכם מוזמנים ליהנות גם מהלואות ייחודיות ובתנאים מועדפים ולכל מטרה באמצעות הבנק הבינלאומי לחברי הארגון בלבד (פרטים באתר הארגון).

אנו מאחלים לכם, המורים, ולבני המשפחה בילוי נעים ומהנה.



## סמינר יידיש ויהדות בליטא ולטביה

7 ימים, 6 לילות, יציאה: 13 באפריל, טרום פסח



יעקב אופיק

יו"ר המחלקה  
להשתלמויות  
ולפיתוח מקצועי  
jacobco@igm.org.il

הסמינר יתקיים מיום רביעי 13.4.16 עד יום שלישי 19.4.16 - טרום פסח.  
מספר המשתלמים בחדר: 2 (רק עובדי הוראה).  
העלות המקסימלית (לא סופי) כ- \$1,200 למשתתף.  
הנחה תינתן למשלמים באמצעות כרטיס אשראי תמורה של ארגון המורים.  
**בסמינר ניתנות הרצאות מפי מרצים ידועים. התוכנית כוללת טיולים בוויילנה, פונאר, קובנה, ריגה ועוד ומופע מוסיקלי.**  
**האירוח במלונות 4 כוכבים, עם 6 ארוחות בוקר, 3 ארוחות צהריים ו- 6 ארוחות ערב. הטיולים ילוו בהדרכה של מדריך מקומי ומדריך ישראלי לאורך המסלול.**  
פרטים נוספים בקרוב באתר המחלקה להשתלמויות ולפיתוח מקצועי.  
רישום מוקדם אצל רכזי ההשתלמויות בסניפים.  
**מספר המקומות מוגבל!**  
**סמינר דומה למורים שומרי מסורת ייערך בקיץ.**  
ובמעבר לחיי השגרה: אנו מזמינים אתכם, כל המורים, להשתתף בהשתלמויות המוצעות לכם במגוון רחב לקראת הסמסטר השני בכל הסניפים ברחבי הארץ ובלמידה מהבית.  
פרטים באתר המחלקה להשתלמויות ולפיתוח מקצועי ובסניפי המחלקה.

חבריי המורים,  
אנו עומדים לפתוח, בקרוב, את הרישום לסמינר מרכזי (סמינר של יומיים וחצי) שתכליתו הכרת חיי היצירה העשירים והתוססים של הקהילה היהודית בוויילנה בימים שלפני פרוץ מלחמת העולם השנייה באמצעות **"פניני תרבות היידיש"**. בהמשך הסמינר נערך סיור של ארבעה ימים נוספים, ובהם נבקר באתרים נוספים בליטא ובלטביה (פירוט יועבר במייל).  
כאשר אנו מנציחים את זיכרון השואה ומציינים תום 70 שנים לשחרור מן המחנות, חשוב גם ללמוד ולהבין את הנצחת החיים והתרבות שהיו עד השואה ליותר משמונים אחוז מן הנספים בשואה.  
בסמינר נסקר את יצירותיהם של מנדלי מוכר ספרים, שלום עליכם, י"ל פרוץ, יצחק בשביס זינגר, איציק מנגר ושלום אש.  
נחקור את ההומור היהודי, נבין את הגעגועים לציון ואת ההווה היהודית דרך צחוק ודמע.  
הסמינר ייערך בליטא בשיתוף הקונגרס העולמי לתרבות היידיש, שמרכזו בוויילנה, הרשות הלאומית לתרבות היידיש בישראל, בסבסוד חלק מן העלויות על ידי ארגון המורים ובביצוע חברת רימון.  
**ההשתלמות מיועדת למורים בפועל בלבד במסגרות החינוך השונות בארץ.**

## הצטרפות לקרן ההשתלמות למורים



חאלד דראושה

יו"ר המחלקה  
לקרנות השתלמות  
ויו"ר דירקטוריון הקרן

(עגור). יש להוריד את טופס ההצטרפות הרלוונטי, למלא אותו לפי ההוראות, ולשלוח אותו אל הבנק הבינלאומי, מחלקת קופות גמל - יחידת קרנות המורים, רח' קיבוץ גלויות 34, ת"ד 35360 תל-אביב, מיקוד: 6135301.

להלן קישור לטופס ההצטרפות באתר האינטרנט של עגור חברה מנהלת:  
[www.kereni.co.il/STORAGE/IRGUN/files/3/5943.pdf](http://www.kereni.co.il/STORAGE/IRGUN/files/3/5943.pdf)

בעת האחרונה מורים ועובדי הוראה ניגשים אל סניפי הבנק למלא טופסי הצטרפות לקרן ההשתלמות למורים.  
לפי הוראות והנחיות של אגף שוק ההון, נאסר על הבנק לבצע פעולת הצטרפות לעמיתים של קרנות ההשתלמות, בכלל, ואפילו להעביר לידיהם טופסי הצטרפות (לכן אין טופסי הצטרפות בסניפי הבנק הבינלאומי / פאג").  
טופסי ההצטרפות לקרן ההשתלמות למורים נמצאים באתר האינטרנט של החברה המנהלת



# יש בי חזיון

לא ראה לנכון לשאול, להתעניין, לדעת, לברך לפני חג כפי שנהגנו כלנו כשהיינו בחדר המורים ובשיא כוחנו.

כן, אני מתגעגע לאירועים המיוחדים ובעיקר לטקסים. ברטט של קדושה קיימנו את טקסי יום הזיכרון לחללי מערכות ישראל. בהרצנת ראש והזדהות כנה פגשנו את ההורים השכולים ובני משפחת השכול. בתוגת אמת אמרנו דברינו בטקסים. אני מתגעגע לטקסי יום הזיכרון ליום השואה ולגבורה, שהעבירו אותנו, באחת, לעולם אחר. אני בהחלט מתגעגע לטקסי הסיום הנפלאים של שכבת י"ב, טקסים שהשקענו בהם לא מעט עמל ויזע, ומה שנותר מכל אלה הם ספרי המחזורים השונים שבהם ניתן לעיין ולהיזכר.

אני יושב על כורסת הטיפולים הכימותרפיים והביולוגיים. אלה שעות ארוכות גם של שקיעה בעולם הזיכרונות. וכאב אמיתי למראה המטופלים. תוך כדי הרהורים, להפתעתי, פגשתי מורה ותיקה, גמלאית, והחלפנו זיכרונות על ימים יפים יותר. לאחר שיחת אגב קצרה היא הזדרזה ופטרה אותי בברכת "בשורות טובות" וגם בבקשה לתפילה להחלמת בתה. לאחר כשעה ניגשה אלי שנית ושוחחנו. היא לא התפלאה שאיש אינו מתעניין בנו, הגמלאים. נשכחנו בלהט העשייה היום-יומית בבית הספר, עולמנו השתנה ומצאנו עניין גם בנושאים חדשים.

מותר להתגעגע. לעתים אפילו נעים להיזכר. ביליתי בין כותלי בית הספר ומילאתי תפקידים שונים במשך כ-35 שנים. מה שנשאר זה להיזכר, ואני נזכר.

געגע הוא הרגשה ורצון עז לפגוש מישהו, לראות משהו שגרם לך אושר וסיפוק בזמנו, אבל, כנראה - גם ידיעה מצערת שזה לא יקרה.

אמנם לא כל דבר, ולא תמיד, צריך לזכור, אבל יש רגעים של התעלות הנפש שהעבר צץ בהם ועולה ושופץ כמו גלים, גלי הגעגוע לימים של אז.

מאז פרשתי לגמלאות ידעתי שיהיו ימים של געגועים לכל העשייה החינוכית, לאווירה הבית ספרית, לקולות התלמידים, לשיחות הקטנות עמם ליד המזנון, במסדרונות, בחצרות.

געגועים לקול צחוקם ולשאגות האימה של הצעירים, להמור המיוחד והמיוחד אותם, שזר לא יבין.

הייתי רוצה לעמוד שוב, לשעה קלה, לפני כיתה ולשוחח עם הנערות והנערים. לא תמיד חייבים להיכנס לכיתה כדי ללמד ולרדוף אחרי הזמן האבוד. מותר וכדאי, כדאי מאוד, להחליף מילים של בדיחות הדעת, לחייך איתם למשמע שטות מבדחת.

אני מתגעגע לכל אותן פעמים שהזמנתי תלמיד לחדרי כשהוא מבקש משהו או תלמידה המבקשת עצה קטנה. אפילו לתלונות התלמידים אני מוכן להקשיב כתמיד. אני מלא געגועים, מוכן להקשיב לטענות הקטנות וגם למחמאות הניתנות לעתים. למפגשים ולשיחות עם ההורים שבאו בכל מיני בקשות וטענות וגם ידעו להחמיא לעתים, אבל מי זוכר אותך?

מיום שחציתי את חצר בית הספר לפני לשער היציאה, מאז ועד היום, איש מהמורים - הידידים

## יורם צחובי

לשעבר חבר הנהלת תיכון טבני אורט לוד



מורה:

# "זכותך לקבל פיצוי גם על צרידות"

אלון אהרונוב, מנכ"ל חברת זכותי



אלפי מורים שסובלים מצרידות או מכל בעיה  
רפואית אחרת, כבר נעזרו בידע, במומחיות  
ובניסיון של זכותי כדי לקבל הרבה כסף,  
ומה איתך?

התקשר/י עכשיו  
**\*5520**

**זכותי**   
המומחים לזכויות רפואיות

# נפתחה ההרשמה לתואר שני M.Ed. הלימודים מתקיימים יום בשבוע



אנשי חינוך,  
בית הספר לתארים מתקדמים במכללה האקדמית אחוה פותח שערו  
להרשמה ללימודי תואר שני M.Ed. לשנת הלימודים תשע"ז.  
בואו נלמד כיצד ניתן להשביח את מערכת החינוך.

ראש בית הספר לתארים מתקדמים: ד"ר יעל פישר

## חינוך מיוחד

ראש התכנית: פרופ' אלכס קוזולין

הלימודים מתקיימים ביום ד'

## חינוך מתמטי לבית הספר היסודי

ראש התכנית: פרופ' שלמה וינר

הלימודים מתקיימים ביום ד'

## מינהל מערכות חינוך

ראש התכנית: פרופ' יצחק פרידמן

הלימודים מתקיימים ביום ה'

## תרבות עם ישראל והוראתה

ראש התכנית: פרופ' נעמה צבר בן יהושע

הלימודים מתקיימים ביום ג'



המכללה האקדמית

# אחוה

Achva Academic College

الكلية الأكاديمية أحفا

[www.achva.ac.il](http://www.achva.ac.il)

## מלגות

## לבעלי נתוני קבלה גבוהים

## הרשמה מקוונת באתר המכללה

## לתיאום פגישת ייעוץ והרשמה

## התקשרו \*3622





## נוקשותו של הסטריאוטיפ המגדרי הגברי וההשלכות החינוכיות הנובעות מכך

קשה להניח שמורים שעברו אותם תהליכי סוציאליזציה כמו שאר האנשים בחברה יוכלו להתנער בקלות מתפישותיהם הסטריאוטיפיות ללא קבלת הכשרה מתאימה

■ תקציר עבודת דוקטורט

### ד"ר אבי צפרוני

לשעבר מנהל המחלקה לחינוך ערכי ומנהל איכות באורט ישראל כיום חבר הנהלה בעמותת "עתידי בטוח"

רשימה של תכונות, תפקידי נוער ותפקידים במשפחה. העיבוד הסטטיסטי: ניתוח שונות 4 כיווני.

**ממצא 1:** בהתאם להשערה מספר 1, נמצא שבקרב הנבדקים משני המינים הסתמנה נטייה לשייך את האפיונים הגבריים יותר לגבר מאשר לאישה, ואת האפיונים הנשיים יותר לאישה מאשר לגבר.

למרות האידיאולוגיה השוויונית המאפיינת את חברתנו המערבית, עדיין מסתמנת בקרב אוכלוסיית הנבדקים הנטייה המובהקת לחלוקה של תכונות ושל תפקידים על בסיס של שיוך מגדרי. נטייה זו מאפיינת את הנבדקים משני המינים. התפישה הסטריאוטיפית פועלת בדרך של נבואה המגשימה את עצמה, שכן, הציפיות החברתיות המעוגנות בה פועלות ככוח הנתתי על היחיד, גם בהעדרם של חיזוקים ישירים.

הספרות המחקרית, אמצעי התקשורת ומערכת החינוך במדינת ישראל מגלים רגישות רבה לכבלי המלכוד המגדרי שבו נתונות הנשים, אך פחות ניתנה הדעת על כבלי המלכוד המגדרי שבו נתונים הגברים. הדבר הניע אותי לבחון בדרך מחקרית אם אמנם הסטריאוטיפ המגדרי הגברי יסתמן כנוקשה יותר בהשוואה לסטריאוטיפ המגדרי הנשי.

המחקר התמקד בנושא של עמדות מוצהרות בנושא סטריאוטיפים מגדריים בקרב נערות ונערים יהודיים הלומדים בכיתות י"א-י"ב בבתי ספר מקיפים בחמישה יישובים עירוניים בעלי חתרן סוציו אקונומי שונה, ברחבי מדינת ישראל. המדגם כלל 259 נבדקים - 133 נערים ו-126 נערות. כלי המחקר כללו 4 שאלונים: כל אחת משלוש ההשערות המובאות בהמשך נבדקה באמצעות שאלון תקף ומהימן שהועבר לנבדקים וכלל





אחר, לא זו בלבד שהנערים מתייחסים בשלילה כלפי נער החורג מהסטריאוטיפ המגדרי המקובל, אלא גם הנערות מתייחסות בשלילה כלפי נער כזה! גם הצמידות של הנער לסטריאוטיפ המגדרי שלו וגם החריגה ממנו נתקלים בביקורת חברתית. ההשלכות של כבלי המלכוד המגדרי שבו נתונים הגברים נוגעות הן לגברים בפרט הן לחברה בכלל. מבחינתם של הגברים: הגמשת נוקשותו של הסטריאוטיפ הגברי תאפשר לגברים לפתח טווח רחב של התנהגויות הנחשבות נשיות (כמו: אמפתיה, גילוי רגשות, מתן ביטוי לכאב ולמצוקה) שתתרומנה להעמקת היחסים עם הסובבים אותם, ובייחוד עם ילדיהם, מצד אחד, ומצד אחר, תאפשרנה לגברים לשחרר לחצים ומצוקות על ידי שיחה גלויה עליהם.

מבחינתה של החברה בכלל: החסימה, מראש, של כיוונים מסוימים במימוש הפוטנציאל של הגברים - יש לה השלכות לא רק עליהם, אלא גם על החברה בכלל, שמפסידה מאגר פוטנציאלי של כישורים ושל נטיות שלא באו לידי מימושם.

### המשמעויות החינוכיות של מחקר זה

יש לעבד תכנית חינוכית שתקל על בני שני המינים את ההשתחררות מכבלי המלכוד המגדרי שבו הם נתונים.

את מרב המאמצים יש להשקיע במסגרות של הכשרת מורים במכללות, בסמינרים ובאוניברסיטאות, ובמקביל, בהשתלמויות של המורים. קשה להניח שמורים שעברו אותם תהליכי סוציאליזציה, כמו שאר האנשים בחברה, יוכלו להתנער בקלות מתפישותיהם הסטריאוטיפיות ללא קבלת הכשרה מתאימה.

בדרך זו נוצר מעין מעגל קסמים, שקשה לפרוץ אותו כל עוד לא יחול שינוי משמעותי שיקהה את הסטריאוטיפים המגדריים.

**ממצא 2:** באינטראקציה של אפיון המין הנשי והגברי לפי מין המאפיין, מין הנבדק ותחום התוכן, נמצא שהתפישות הסטריאוטיפיות של הנערים חדות יותר מאלה של הנערות בנוגע לכל אחד משלושת תחומי התוכן: תחום התכונות, תחום תפקידי הנוער ותחום התפקידים במשפחה.

בהתאם להשערה מספר 2, נמצא שבקרוב הנבדקים משני המינים הסתמנה נטייה מובהקת לשייך מידה רבה יותר של רצייה חברתית למאפייני הסטריאוטיפ הגברי בהשוואה למאפייני הסטריאוטיפ הנשי.

**ממצא השערה 3:** הממצא המשמעותי ביותר למחקר זה:

באינטראקציה של הערכת עמית, לפי מין המאפיין, מין העמית ומין הנבדק, נמצא שבקרוב הנבדקים משני המינים מסתמנת נטייה להתייחס בשלילה רבה יותר אל נער החורג מהסטריאוטיפ שלו בהשוואה לנערה החורגת מהסטריאוטיפ שלה.

הסטריאוטיפ הגברי נשאר נוקשה יותר, ואילו בנוגע לסטריאוטיפ הנשי התרחשה הגמשה - עד כדי כך שבקרוב הנערים והנערות כאחד ההערכה כלפי נערה-עמיתה המתנהגת בניגוד לסטריאוטיפ שלה רבה קצת יותר מההערכה כלפי נערה-עמיתה המתנהגת על פי הסטריאוטיפ שלה.

כבלי המלכוד המגדרי שבנתונים הנערים מודגשים ביתר שאת במלכודת האידיאולוגית שבה הם שרויים. מצד אחד, הם חשופים למסר החברתי האידיאולוגי בנוגע לשוויון שבין שני המינים, ומצד

# ללמוד עם המרצים הטובים ביותר!



## תואר שני באקדמית גורדון

### M.Ed. בניהול וארגון מערכות חינוך

התכנית מכשירה מורים, מרכזים ומנהלים לתפקידי ניהול בכירים  
**חדש:** נפתחה ההרשמה גם לעובדי הוראה במערכות החינוך הבלתי פורמלי  
הלימודים בימי ג'

### M.Ed. בהוראה, למידה והדרכה

התכנית מכשירה לתפקידי הדרכה, להנחיית צוותי הוראה ולמנהיגות חינוכית  
נתיב ייעודי לגננות ולאנשי חינוך בגיל הרך  
**חדש:** נפתחה ההרשמה לפיתוח הדרכה בארגונים  
הלימודים בימי ב'

### M.Ed. בחינוך משלב

התכנית מפתחת מחנכים להכלת תלמידים ומכשירה מורים מומחים לשילוב  
תלמידים עם צרכים מיוחדים בחינוך הרגיל  
הלימודים בימי ב'

## היחידה ללימודי המשך ופיתוח מקצועי

### פיתוח מקצועי (מוכר לאופק חדש)

פיתוח חשיבה יוצרת בלמידה\*

שילוב טאבלטים בהוראה\*

קידום שותפות הורים-מחנכים

שילוב כלי תקשוב בהוראה\*

פיתוח אסטרטגיות בהדרכה

תאטרון לגיל הרך

### לימודי הסמכה

הסמכת מורים לריקודי עם

התמחות בטיפול זוגי ומשפחתי

הנחיית קבוצות באמצעות קלפים טיפוליים

חונכות מורים וליזוי רגשי ופדגוגי

\* לדורות הבאות (7-9)



האקדמית  
גורדון  
מכללת גורדון  
מובילה למצוינות בחינוך

www.gordon.ac.il

\*5033 טשרניחובסקי 73 חיפה



# "קולם של תלמידים"

## חינוך לחשיבה ולהבנה

קדומים: הוא מוכר לנו כבר מימי יוון העתיקה ומתקופת בית שני. הכלכלה של פס הייצור בעקבות המהפכה התעשייתית (מאות 18 - 19) יצרה דפוסי הוראה וארגון למידה שיתאימו לפס הייצור, כולל מבנה ארגוני וחשיבה ארגונית. השיעור המוכר הוא העברת חומר. המורה הטוב הוא זה שמארגן את ההעברה היטב - בדרך בהירה, מהודקת, "גרסה" ככל שניתן לצורך נוחות קליטה מרבית. כל זאת כדי לאפשר הכנה מקסימלית לתבנית בחינת הבגרות המוכרת, שבה תלמיד נדרש להראות ידע שהוא זוכר מתהליך הלמידה. מדובר בסוג זיכרון נקודתי הקשור בלמידת שינון בעיקר. המעבר מכלכלת פס הייצור לכלכלה פוסט מודרנית, הדורשת יצירתיות, גמישות מחשבתית, ביטוי ה"אני", יכולות ביקורת, עבודת צוות - וגם אי ודאות ואי נוחות כחלק משינויים, יוצר חתירה להיפרד מדפוס הוראה של העברה מאורגנת ומהודקת, שביטא דירוג דיכוטומי של רצוי ולא רצוי, לטובת דפוס הוראה של פיתוח חשיבה. חינוך לחשיבה הוא לב לבו של תהליך היפרדות ארוך מדפוס ההעברה. כל זאת לצד מערך חינוך ערכי למען חברה שלא מנצלת שינויים לרעה. היסוד בתכנית החדשה בדרך הוראת ההיסטוריה הוא חינוך לחירות - האדם זקוק לזקיפות פנימית

### מנהלי מכון מופ"ת נתנו אכסניה למחקר ארצי בהנהגת ד"ר ירון עידן: "קולם של תלמידים"

לקראת סוף שנת הלימודים תשע"ה (ב-9.15) התקיים כנס במכון מופ"ת, ובו השתתפו 5 כיתות מבתי ספר בעלי צביון שונה, מכל הארץ, ובהמשך היה פאנל של מנהלי בתי הספר ופאנל הוגי דעות. בכנס הפכו הכיתות לקבוצות מעורבות, וכל קבוצה עיבדה סוגיה. לדוגמה: קבוצה אחת בחרה להציג את הצורך ללמוד בבית הספר את מיומנויות הפרזנטציה (גם מול קהל), בנימוק שזו אחת המיומנויות החשובות במאה הנוכחית. לאחר מכן הציגה כל קבוצה תוצר של תהליך חשיבה משותף. השתתפות תלמידי בתהליך ייחודי ומהפכני זה השפיעה עלינו ככיתה - בייחוד כי זו הייתה שנת מהפכים: הרפורמה במשרד החינוך בנוגע לכיתות י', שינוי במסלול מופ"ת ושינוי מהפכני בדרך הוראת ההיסטוריה על פי שינוי עומק שמוביל משרד החינוך בתחום החינוך לחשיבה וברוח הגותו של פרופ' הרפז. חינוך לחשיבה, הבנה ועומק - יסודו עוד בימים

#### קורין בן עטיה

מחנכת ומורה להיסטוריה ולאזרחות קריית החינוך ע"ש דוד בן-גוריון בעמק חפר





תלמיד

מורה

הורה

בדרך מנומקת, מכילה שילוב מרתק של בסיס ידע ועיבודו בידי התלמיד, ולצד זה התלמיד יוצא נשכר מכך שהוא לומד על משמעותה של קבלת אחריות. גיל הנעורים הוא שלב חשוב בהתגבשות ה"אני". חינוך ונעורים זקוקים להתלהבות כלשהי ביחס לחיים כדי להביא לידי מעורבות וחוסר אדישות. מחנך אמור ליצור תנאים לביקורת

כחויית התפתחות. איש החינוך אמור לעמוד בפרדוקס שהוא עצמו מעורר ומעודד (חשיבת עומק אוטונומית/התנגדות/ ביקורת / קריאה), בלי לחשוש מהכוח שהוא עצמו מעניק לתלמידיו. זאת גם אם יש לנערים ולנערות תחושת עליונות קלה על הדור שהם אמורים להחליף - כי המאמץ לחשוב יביא בסופו של דבר לתהליך של ערנות וסקרנות, שהוא חיוני להתפתחות בני הנוער

בחברה דמוקרטית. כוח, בחשיבה דמוקרטית, הוא היכולת לייצר מרחב אנושי הוגן ולא מאיים, למען האדם החושב והיצירתי, ולהנהיג שקיפות במרחב הציבורי למען תהליכי בקרה, מתוך מוגנות על ידי זכויות טבעיות. כדי להבין סוג זה של כוח ומורכבות יש ללמוד הרבה, ונדרש מאמץ

למען בניית עמדות, התמודדות והכרעות בחייו. כל תלמיד הוא עולם ומלואו, אדם ייחודי שרואים. התכנית מתבססת על אמונה עמוקה ביכולת של כל תלמיד ותלמידה לבטא את הייחוד שלה, עם הכוונה והדרכה על שפת המקצוע, פיתוח חשיבה והבנה חזותית-דיגיטלית ושאלות גדולות שנדונו ונותחו בכיתה, תוך כדי לימוד נושאים שונים (על חשיבה צילומית- חזותית אפשר לקרוא במאמר של יורם עשת-אלקלעי באתר של איגוד האינטרנט הישראלי:

[www.isoc.org.il/magazine/magazine4\\_6.html](http://www.isoc.org.il/magazine/magazine4_6.html)).

המבחן הבית-ספרי, בליווי הפיקוח על הוראת המקצוע, הוא חלק מתהליך הלמידה וההעמקה כולל מטלה בעקבות צפייה - הוא לא נתפש כאירוע הערכה חיצוני או מסכם אלא מצטרף לתהליך כולו.

תלמידים, שהיו רגילים לקבל 90 או 100 בדהירה אדירה לגמיעת החומר שהעביר להם המורה בדרך מהודקת, קיבלו כהישג פנומנלי עם נוחות מרבית. בחינת בגרות המבוססת על חשיבה, שנעשית באמצעות חומר פתוח על בסיס תהליך חקירה-למידה שעודד חשיבה וביטוי ה"אני"

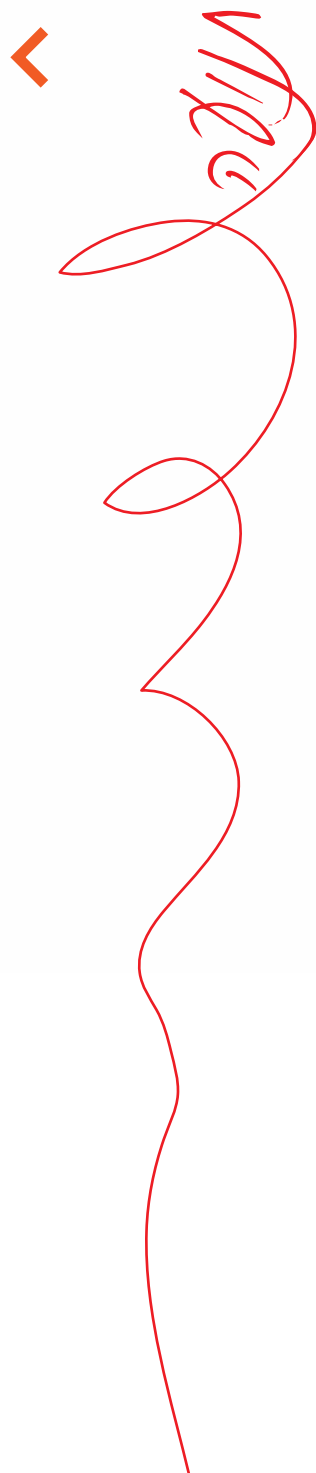
**איש החינוך אמור לעמוד בפרדוקס שהוא עצמו מעורר ומעודד בלי לחשוש מהכוח שהוא עצמו מעניק לתלמידיו גם אם יש לנערים ולנערות תחושת עליונות קלה על הדור שהם אמורים להחליף**



יצירה

מילוא

לאהבה



אלמלא יכולנו לשאול, לא היינו מסוגלים גם להשיב ולדעת את המעט שניתן לדעת; ומצד שני, אלמלא יכולנו לשאול יותר ממה שאפשר להשיב, אולי לא היינו בני אדם. כי האדם שואף תמיד ליותר מכפי שתבונתו מסוגלת לתת לו, והרבה פעמים הוא שואף לוודאות, למוחלטות, לנצח ולאינסוף. בתור שאיפה,

אולי אין דבר אנושי מזה; אך כאשר נדמה לנו שהגשמו שאיפה זו, או שהיא בכלל ניתנת למימוש - חרגנו מגבולות האנושי לעולם האגדה, ואולי גם להונאה עצמית, כי סיפקנו לעצמנו נחמות שווא ואפשרנו לאחרים להשלות אותנו ולשלוט בנו.

"קולם של תלמידים" מחדד את כוח החינוך, לא מבחינת חתירה לריצוי, השגת רייטינג, פופולריות

או אהדה, אלא מבחינת אמונה עמוקה ביכולת טבעית של נערים ונערות להתפתח ולהיות לחושבים פעילים, מעורבים, בעלי עמדה, בעלי ראייה ביקורתית ויצירתיים.

חינוך לאחריות, בעולם חברתי-כלכלי משתנה, מושתת גם על פיתוח אוטונומיה אישית למען חיזוק היכולת להכריע הכרעות מוסריות-הומניסטיות ולמען חיזוק ההכרה שהתלמידים הם גם העתיד של העבר שהם לומדים עליו - הכרה שוודאי תעמיק למידה ואחריות. כל זאת לא בהרצאה, אלא בדרך של חוויית אמת שהתלמידים עצמם חווים.

תהליך זה ייתכן בבית ספר המאמין בדרך ובאינטלקטואלים חזקים ואמיצים שהם שותפים מלאים ונותנים דוגמה אישית.

גדול וחוסן פנימי, כי יש באדם חולשה מודעת ליסוד ראשוני קדמוני, המסוגל לנצל כוח לדרכים לא הומניסטיות.

יש נטייה לקשור את מיומנויות המאה ה-21 לעולם הדיגיטלי ולתקשוב. עלינו לתת את הדעת גם למיומנויות חדשות של התמודדות עם אי

ודאות, שינויים ותנועה מתמדת ועם אי נוחות בעולם משתנה. שינויים מזמנים אי נוחות, חשש וחרדה, כעס ואף רצון "להיזי מהדרך" חידוש. מחנך אמור לתת מקום לגלים אלו.

ד"ר עמיר לוי טוען, בספרו "ניהול ומנהיגות - שינוי וחדשנות", כי התופעה של אי ודאות, כתופעה חדשה, מאפיינת את ההווה של תחילת המאה ה-21 ותאפיין את העתיד. אנו חיים מציאות

של שינויים. צבירת ידע כבר לא משמשת עוגן לביטחון ולכן יש להתרגל לבחון את העולם ב"משקפיים מתחלפים".

פרופ' ירמיהו יובל התייחס לאי ודאות מזווית ראייה תבונית, בנאומו בטקס פרס ישראל 2000: "אויב מסוכן ראשון של התבונה זו היא עצמה - כאשר היא מתגבשת כתבונה דוגמאטית. פירוש הדבר: שהיא מתימרת להיות מוחלטת, נצחית, אינסופית - שאינה מכירה בסופיות של עצמה (שהיא סופיות האדם), ואינה מגלה סובלנות וסבלנות כלפי גורמים של ארעיות ושל אי-ודאות, שהם מרכיבי הכרחי של תבונה ביקורתית... אין זה מקרה שיריבי התבונה האלה הם גם אויביה של השאלה. הרי מותר האדם אינו רק בשכלו, אלא גם ביכולתו לשאול.

# בבנק מסד מבינים מורים



## הטבות CLASS למורה

זה הזמן להצטרף לבנק מסד וליהנות מבחירה של אחת מארבע חבילות הטבה קלאסיות\* המתאימה לכם ולצורכיכם!

### 2 דורון למורה

מועדון מורים חופשי - 10 ₪ לחודש  
לפעולות עו"ש ללא הגבלה



#### אוברדראפט חינם

בגובה המשכורת ל-3 שנים



#### הלוואת רווחה לכל מטרה

עד 9,000 ₪ בריבית שנתית קבועה  
של 1.01% להחזר במשך שנתיים

### 1 שי למורה

מועדון מורים חופשי - 10 ₪ לחודש  
לפעולות עו"ש ללא הגבלה



#### הלוואת 4U - עד 30,000 ₪

ללא ריבית והצמדה לתקופה  
של עד שנתיים

### 4 תמורה למורה

פטור מעמלות עו"ש - עמלת פקיד /  
ערוץ ישיר / השלמה למינימום במט"



#### עד 5 פנקסי שקים חינם בשנה,

למשך שלוש שנים



#### 50% הנחה בדמי ניהול פיקדון ני"ע

(דנ"פ) לשלוש שנים (0.4%)

### 3 מתן למורה

מועדון מורים חופשי - 10 ₪ לחודש  
לפעולות עו"ש ללא הגבלה



#### פיקדון "ריבית במיידית"

סוגרים פיקדון של עד 50,000 ₪  
ל-3 שנים ומקבלים 1.5% ריבית  
מראש לעו"ש\*\*

\* למעבירי משכורת בגובה של 4,000 ₪ ומעלה. \*\* בניכוי מס כחוק.

\*\*\* מותנה בשימוש חודשי בכרטיס אשראי בנקאי במינימום 2,500 ₪.

בתנאי ההלוואות, שיעור הריבית ושאר ההטבות עשויים לחול שינויים מעת לעת בהתאם להחלטת הבנק, למצב בשוק ההון והוראות החוק. כל האמור אינו בגדר של יעוץ, השקעה, המלצה ו/או חוות דעת, אלא נועד לשמש הבהרה והסברה בלבד ואינו מהווה תחליף למידע אישי הניתן בסניף הבנק וכפוף להוראות החוק. מתן ההלוואות נתון לשיקול הבנק.





# קריית החינוך אורט רחובות

## בית הספר הוקם בשנת: 1949

### גאוות בית הספר?

בית הספר גאה בהישגי תלמידיו בתחום הלימודי ובתרומה לקהילה בתחום החברתי ערכי. שיעור הזכאות של תלמידי ביה"ס לבגרות עומד על 96%. בית הספר דוחף את תלמידיו למצוינות וכ-27% מסך תעודות הבגרות הן תעודות איכותיות ומצוינות. שיעור הגיוס של תלמידי ביה"ס לצה"ל נושק ל-100 אחוזים בארבע השנים האחרונות. בית הספר מתגאה בתחושת ההערכה שחשים התלמידים כלפי הצוות החינוכי. יש בו אווירה של "ללכת יד ביד לעבר ההצלחה המשותפת".

אנו גאים בתוכניות הייחודיות של רשת אורט ישראל המופעלות בבית הספר: "אורטוב - אורט למען הקהילה", שבמסגרתה התלמיד לומד לתרום לקהילה במגוון גדול של פרויקטים, ובהם 'מסבירים צעירים' - תלמידים שמסבירים על מדינת ישראל ברחבי העולם, גיטון בין דורי - שילוב וחיבור בין הגיל השלישי לבין תלמידי בית הספר, 'שומרי מסך' - מניעת עבריינות ברשת האינטרנט בשיתוף חברת גוגל, אימוץ בית אבות ועוד.

### סיפור אנושי מרגש?

יש הרבה סיפורים מרגשים שנוגעים ללבנו.

### המאפיין המובהק של בית הספר?

זהו בית ספר עם נשמה יתרה. צוות החינוך נותן יחס אישי ותחושת בית לתלמידיו. האכפתיות, הנתינה, ההתייחסות האישית אל כל תלמיד והעשייה למען הצלחתו וחינוכו למצוינות לימודית וחברתית הם המאפיינים העיקריים של בית הספר וחלק מתפיסת העולם של רשת אורט ישראל. אורט רחובות הוא בית ספר מדעי טכנולוגי, ומגמותיו נמצאות בחזית המדע והטכנולוגיה הישראלית. המגמות בבית הספר מגוונות ונותנות מענה לכלל התלמידים. המגמות המוצעות לתלמידים הן שוחרות - אלקטרוניקה ומדעי המחשב, כיתת המהנדס, אדריכלות, מדעי ההנדסה ותקשורת. בית הספר מעודד ומטפח מצוינות ומאפשר לתלמידיו להיות זכאים לתעודת בגרות איכותית, ונוסף על כך לתעודה טכנולוגית ואף לתעודה אקדמית. עשרים ושישה תלמידים בחטיבה העליונה משלבים את לימודיהם הבית-ספריים עם לימודי תואר ראשון באוניברסיטה, בפקולטות לפיסיקה, למתמטיקה, לביוטכנולוגיה ולביולוגיה, ומקבלים תואר ראשון.



אברהם סער

מנהל ביה"ס

ראיינה: שרון כץ  
צילום: פני חמו







בית הספר הוא מדעי-טכנולוגי ומגמותיו נמצאות בחזית המדע והטכנולוגיה של ישראל: אלקטרוניקה ומדעי המחשב, כיתת המהנדס, אדריכלות, מדעי ההנדסה ותקשורת



בסוף שנת הלימודים שעברה, ביום האחרון ללימודים בזמן שכל התלמידים יצאו לחופשת הקיץ, נעמדה תלמידה שסיימה כיתה י"ב בפתח החדר ובכתה בקול.

המחזה של תלמידה בת 18 העומדת ובוכה עורר תהיות מיד וגרם דאגה ובהלה מתוך מחשבה ראשונה שחלילה קרה משהו. לאחר שהיא נכנסה לחדר ונרגעה, היא סיפרה שהיא באה להודות לצוות בית הספר, שהאמין בה ועזר לה להצליח. מדובר בתלמידת אמ"ץ שקיבלה תעודת בגרות מלאה, עם 9 יחידות באדריכלות והנדסת בניין, שסללו לפנייה את הדרך להתקבל ללימודים במכללה. היא בכתה וכולנו התרגשנו עד דמעות יחד עמה.

### הישג ספורטיבי חשוב?

תלמידי בית הספר הגיעו להישגים בינלאומיים באומנויות לחימה ובשחייה תחרותית. ברמה הקבוצתית תלמידי בית הספר מגיעים למעמדי הגמר, בהתאם לשכבות הגיל שבהן מתקיימות התחרויות.

### אירוע תרבות ייחודי?

מגמת התקשורת של בית הספר קיימה תערוכת צילומים בסוף השנה שעברה. התערוכה הוצגה במתנ"ס העירוני והייתה פתוחה לקהל. הוצגו בה צילומים חברתיים וסיטואציות חברתיות שצולמו בידי תלמידי המגמה. לבד מההיבט המקצועי האמנותי, ניתן היה לזהות בתמונות את זוויות הראייה ונקודות המבט השונות של התלמידים על החיים החברתיים בבית הספר.

התערוכה הייתה לא רק ביטוי לדרך ולרמה המקצועית הגבוהה של צילומי התלמידים, אלא היא גם סיפקה הצצה למוקדי העניין החברתיים שאותם בחרו התלמידים לצלם.

**דוגמה לחדשנות ויצירתיות בתוך בית הספר?**  
אורט ישראל מקימה באורט רחובות מצפה כוכבים משוכלל שיהיה קשור למעבדת חקר. המצפה ייתן מענה למסלול מצוינות אווירי חלל שנפתח באורט רחובות. תלמידי בית הספר יוכלו לצפות בכוכבים ולעשות עבודות חקר בנושא תעופה וחלל.

מדובר במיזם חדשני ויוצא דופן, והתיאור של מטרותיו ושל הפעילות הצפויה בו מעורר עניין וסקרנות עצומים בקרב תלמידים, הורים וצוותי חינוך.

### מורה טוב הוא זה ש...?

מורה טוב הוא בראש וראשונה אדם אוהב, אכפתי, אשר עוסק במלאכת החינוך מתוך







אמונה, מסירות ותחושת שליחות. מורה טוב הוא מורה שהתלמידים הולכים לאורו, דמות לחיקוי ולהערכה. מורה טוב הוא מורה שמאמין בתלמידיו ויכול לשנות מסלול חיים של תלמידים. מורה טוב הוא מורה לחיים.

### העצמת הצוות החינוכי, כיצד?

העשייה החינוכית עם נוער מתבגר היא קשה, כידוע, ובבית הספר יש מדיניות של דלת פתוחה וכל מורה יכול לבוא אל צוות ההנהלה ואל מנהל הקריה ולפרוק את אשר על לבו. יש לנו מסורת של ימי גיבוש וחגיגת אירועים משותפים. האווירה חמה ומשפחתית, והיא נובעת מתוך תחושת שייכות לבית הספר. חדר המורים מגובש מאוד. בקרב המורים יש אכפתיות רבה מאוד כלפי בית הספר, והם רואים בו בית שני ולא רק מקום עבודה.

### דוגמה ליוזמה מפתיעה של מורה?

ביום המורה שנחגג בשנה זו הפתיע הוועד את צוות המורים בארוחת ערב ובמופע סטנדאפ בחדר המורים. ההפתעה שברה את השגרה, וגרמה הפוגה של צחוק גדול. המחווה היפה הזאת אינה מובנת מאליה כלל לצוות המורים, וההתגייסות של הוועד זכתה להערכה רבה. נוסף על כך בבוקר יום המורה פינקה הרכזת החברתית את המורים בארוחת בוקר.

### מהי הפינה האהובה על התלמידים ועל המורים בבית הספר?

התלמידים אוהבים מאוד לשהות בחצר בית הספר, המכוסה דשא ירוק ועליו יש שולחנות טניס שולחן, שולחנות ישיבה ומתקני כושר. חצר בית הספר נראית כקמפוס אוניברסיטאי טובל בירק. המורים מתפנקים בחדר מורים שהתחדש עם עמדות מחשב לרווחתם ולטיוב עשייתם החינוכית.

### מאכל פופולרי בחדר מורים?

המורים אוהבים לאכול בצוותא מאכלים שונים וגם מתוקים. נהוג שכל מורה שמביא עוגיות או עוגה עושה סבב בין חבריו, וכל מאפי הבית מתקבלים בברכה תוך הבטחה גורפת שאת הדיאטה נתחיל מחר...

### אורט רחובות הוא בית ספר לחיים?

בהחלט. אנו רואים את הבוגרים שלנו לאורך השנים וגאים על דרכם. בית הספר בונה עתיד טוב לתלמידיו, עם אופקים לאקדמיה, לצבא ולתעשיית ההייטק. בית הספר נותן את חלקו לבניית חברה טובה יותר, מחנך אנשים ערכיים שיעשו לאזרחים התורמים לקהילה. בוגרי בית הספר הם אנשים המאמינים בטוב שבאדם, המגלים מעורבות ואכפתיות בקהילה.



בית הספר בונה עתיד טוב לתלמידיו עם אופקים לאקדמיה, לצבא ולתעשיית ההייטק. בוגרי בית הספר הם אנשים המאמינים בטוב שבאדם, המגלים מעורבות ואכפתיות בקהילה







## חדש!! למנהלי בתי הספר

בואו נהפוך את חדרי  
השרותים למקום נעים  
יותר לתלמידים והמורים.  
מיתוג דלתות השרותים  
והמראות באמצעות  
תמונות על פי בחירתכם.  
מראות ממותגות עם 4  
הגנות בטיחות

קובי גולן פארק תקשורת בע"מ

נייד 054-4327824 • אימייל koby@180flat.co.il • www.180-print.com

# הנצחה ומורה רשת

חברת מורשת מציעה לכם מנהלי בתי הספר לחדש את הנראות של  
לוחות ההנצחה הקיימים בבתי הספר בין אם מדובר בפנינת הנצחה או  
אנדרטה בית ספרית. הפרויקט, הנצחה ומורשת כשמו כן הוא. לחבר את  
התלמידים למשפט, "ובמותם ציון לנו את החיים" לתת לו משמעות  
חזותית, להוציא את החללים מאלמוניותם כשם על הקיר ולהביא את  
סיפורם וסיפור נפילתם בתמונה ומלל בטכנולוגיית ברקודים.



**מורשת 180**  
תכנון עיצוב וביצוע של מרכזי מורשת והנצחה,  
בתי יד לבנים, קירות זכרון והנצחה ואנדרטאות  
[www.moreshet-180.org](http://www.moreshet-180.org)  
משרד 077-4327824



# מבט על יעילות הקניית מיומנויות המאה ה-21 בבתי הספר

הערכת אפקטיביות ההכשרה של בוגרי בתי ספר ציבוריים  
ללימודים באקדמיה לעומת זו של בוגרי בתי ספר פרטיים

נוי שנר

M.A. בלימודי איכות  
אוניברסיטת חיפה  
noisnir@gmail.com

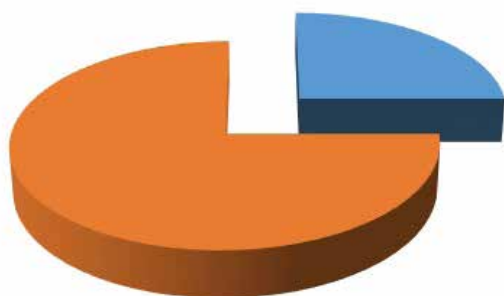
שאלון, שמטרתו לבחון את מידת השליטה של הסטודנטים, בוגרי בתי ספר תיכוניים בישראל, בכל אחת מחמש מיומנויות המאה ה-21.

כל 317 המשתתפים הם בוגרי בתי ספר תיכוניים יהודיים-ממלכתיים בישראל. מהם 239 בוגרי בתי ספר ציבוריים (75%) ו-78 בוגרי בתי ספר פרטיים (25%). ייצוג זה נמצא די קרוב ליחס שבין בתי הספר במציאות (בארץ 80% בתי ספר ציבוריים לעומת 20% בתי ספר פרטיים).

המשתתפים היו 200 נשים ו-111 גברים (6 משתתפים לא מילאו את השאלה שנגעה למין); 209 סטודנטים באוניברסיטאות בארץ ו-108 סטודנטים במכללות; 40 סטודנטים בשנת הלימודים הראשונה שלהם לתואר

הראשון, 87 משתתפים בשנת הלימודים השנייה, 137 משתתפים בשנת הלימודים השלישית ו-53 משתתפים בשנת הלימודים הרביעית או יותר; טווח הגילים של המשתתפים היה 19 - 34.

התפלגות המשתתפים במחקר  
לפי סוג בית הספר



■ בוגרי בתי ספר פרטיים  
■ בוגרי בתי ספר ציבוריים

מחקר שנעשה באוניברסיטת חיפה, בחוג לסטטיסטיקה במגמה ללימודי איכות, נבדקה השאלה האם קיים הבדל בין איכותם של בתי הספר הפרטיים לזו של בתי הספר הציבוריים בישראל.

המונח "בית ספר פרטי" שגור בפי כול בישראל, ועם זאת מדובר במונח מורכב. בארץ לא קיימת מערכת חינוך פרטית לגמרי כמו בארצות הברית, אנגליה ומדינות אחרות. בתי הספר הייחודיים, של עמותות הורים ורשתות

חינוך, מוגדרים "בתי ספר מוכרים שאינם רשמיים", וזוכים לתקצוב מדינתי בשיעור חלקי ביחס לזה של בתי הספר ה"רשמיים". במחקר הזה הוגדרו בתי ספר "מוכרים שאינם

**ממצאי המחקר משמעותיים**  
**בעיקר למנהלי בתי ספר ואנשי חינוך בארץ וניתן ליישם אותם בתכנון מדיניות אפקטיבית שתיתן את הדעת לפרטים בין אוכלוסיות שונות של תלמידים**

רשמיים" (ושאינם בבעלות הרשות המקומית או המדינה): "פרטיים", ובתי הספר הרשמיים הוגדרו: "ציבוריים".

לאיכות בחינוך פירושים המשתנים בין מדינות, מחקרים וחוקרים שונים. לצורך מחקר זה הוגדרה איכות בתי הספר כך: מידת האפקטיביות של הענקת מיומנויות המאה ה-21 לתלמידי בית הספר. המיומנויות שנבחנו הן אוריינות מידע, חשיבה ביקורתית, תקשורת בין אישית, למידה מתוך הכוונה עצמית ושימוש בכלי תקשוב. נוסף על כך נבחנו כמה משתני רקע של המשתתפים: הממוצע של ציוני בחינות הבגרות, ציון הבחינה הפסיכומטרית, מין, השכלת ההורים ומצב זוגי של ההורים.

במחקר השתתפו 317 סטודנטים לתואר ראשון, בוגרי בתי ספר תיכוניים, ציבוריים ופרטיים, בישראל. הבחירה במשתתפים נעשתה מתוך ההנחה שכסטודנטים בוגרי בתי ספר יכולים לממש את המיומנויות שהם רכשו בעת לימודיהם בתיכון וכך להעריך את שליטתם במיומנויות אלה. נתוני המחקר נאספו באמצעות

על המנהלים להכיר את מיומנויות המאה ה-21 ואת המשתנים שיש להם זיקה אליהן כדי ליצור מערכת חינוך שמתייחסת למאפיינים הייחודיים של אוכלוסיות מגוונות אשר משפיעים על הצלחת התלמידים בהמשך לימודיהם

הסבר אפשרי לממצא זה עשוי להיות טמון בגורם מתחום הפסיכולוגיה, שנמצא שהוא קשור להצלחה בלימודים, והוא ציפיות ההורים מילדיהם. ייתכן כי התלמידים שהשכלת אביהם תיכונית ומטה, והם נשלחו על ידי הוריהם ללמוד בבית ספר פרטי, חשו אמונה גדולה יותר מצד הוריהם ביכולתם להצליח ומחויבות גבוהה יותר להצלחה. לעומת זאת, ייתכן כי התלמידים שהשכלת אביהם היא תואר שני ומעלה, והם נשלחו ללמוד בבית ספר ציבורי על ידי הוריהם, הרגישו צורך לעמוד ברף מסוים, ואילו התלמידים שהשכלת אביהם היא תואר שני ומעלה, והם נשלחו ללמוד בבתי ספר פרטיים, רואים בהשכלה הגבוהה נורמה, וייתכן שלא חשו בהשקעה מיוחדת מצד הוריהם, ולכן לא נטו להראות מאמץ או הישגים מיוחדים.

ממצא חשוב נוסף של המחקר מעיד על כך, שבקרב סטודנטים שקיבלו 600 ומטה במבחן פסיכומטרי, לסטודנטים שלמדו בבית ספר תיכון פרטי ישנו יתרון בשליטה במיומנויות אוריינות מידע, לעומת סטודנטים שלמדו בבית ספר תיכון ציבורי.

מתוך עיון בעלוני מידע של חברות ההכנה השונות לפסיכומטרי, נראה כי בדרך כלל שיעור השיפור שתלמיד משיג מהציון הראשוני שיכול היה להשיג ללא הקורס נע בין 100 ל-130 נקודות. לכן תלמיד שהתחיל בנקודת מוצא נמוכה יישאר, ככל הנראה, בקטגוריות הציון הנמוכות יותר. תלמידים כאלה, בדרך כלל, היו חלשים יותר גם במהלך לימודי התיכון.

כאן עולה השאלה, האם בתי הספר הפרטיים משקיעים משאבים רבים יותר משמשקיעים בתי הספר הציבוריים בעידוד ובהקניית כלי למידה, לרבות מיומנויות אוריינות מידע, לתלמידיהם החלשים? הממצאים שמוצגים לעיל משמעותיים בעיקר למנהלי בתי ספר ואנשי חינוך בארץ. ניתן ליישם את הממצאים בתכנון מדיניות אפקטיבית, אשר תיתן את הדעת לפערים בין אוכלוסיות שונות של תלמידים, הנבדלות אלו מאלו בגורמים כגון: הישגים לימודיים קודמים, מצב סוציו אקונומי וכדומה.

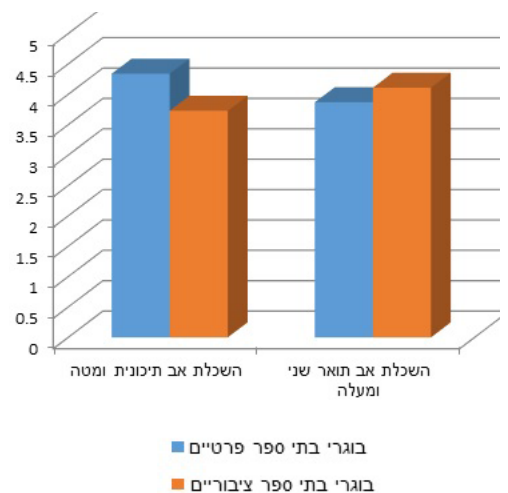
על המנהלים להכיר את מיומנויות המאה ה-21, וגם את המשתנים, כגון השכלת הורים, שמשפיעים על השליטה בהן, ואת המשתנים שעשויים להיות מושפעים מהם. זאת כדי ליצור מערכת חינוך שמתייחסת למאפיינים הייחודיים של אוכלוסיות מגוונות, אשר משפיעים על הצלחת התלמידים בהמשך לימודיהם.

ממצאי המחקר מעידים בעיקר על הבדלים בין בוגרי בתי ספר ציבוריים לבוגרי בתי ספר פרטיים בשליטתם במיומנויות אוריינות מידע.

מיומנויות אלה מוגדרות: היכולת למצוא את המידע הנכון ולדעת כיצד להשתמש בו. בקרב סטודנטים שהיו בשנה השלישית ללימודיהם נמצא שבוגרי בתי ספר פרטיים הם בעלי שליטה טובה יותר מבוגרי בתי ספר ציבוריים במיומנויות אוריינות מידע. על סמך בחינת תכניות הלימודים לתואר ראשון בכמה מוסדות אקדמיים בארץ, ייתכן שהבדל זה ניכר רק בשנת הלימודים השלישית של הסטודנטים כי בשנה זו הם בדרך כלל נדרשים לכתיבת עבודה סמינריונית, דבר אשר מצריך שימוש במיומנויות אוריינות מידע לצורך חיפוש מידע, קריאת מאמרים, עיבוד והסקה מתוך מאמרים אקדמיים אלה. השימוש במיומנויות אלה עושה את השליטה בהן למודעת יותר בקרב הסטודנטים ואת הדיווח העצמי למדויק יותר.

נוסף על כך נמצא קשר בין השכלת אם והשכלת אב לבין שליטה במיומנויות אוריינות מידע: ככל שהשכלת ההורים גבוהה יותר, כך השליטה של הסטודנט במיומנויות אוריינות מידע גבוהה גם היא. כמו כן, בקרב סטודנטים שהשכלת אביהם תיכונית או פחות מכך, נמצא יתרון לבוגרי בתי ספר פרטיים בשליטה במיומנויות אוריינות מידע, לעומת סטודנטים שהשכלת אביהם היא תואר שני ומעלה - שם ניכר יתרון לבוגרי בתי ספר ציבוריים בשליטה באותן מיומנויות.

### ממוצעי שליטה במיומנויות אוריינות מידע לפי השכלת אב וסוג בית הספר







## המקום שנותן במה למורים להשמיע קולם...

**שם:** ד"ר יהודית וינברגר אובל  
**ותק בהוראה:** 32 שנים  
**מקצוע הוראה באינוך העל יסודי:** אנגלית  
**בית הספר:** לקמה בקיבוץ יד מרדכי



### שרון כץ

**המחסור במורים לאנגלית - מאין יבוא עזרנו?**  
 הכשרה טובה יותר במכללות להוראה ודרישות סף מחמירות יותר. לא למלא כיתות כדי שקורסים ייפתחו.

**"דור ילדי הגוגל" - האם יש קשר, לדעתך, בין מציאות זו לכמות הפרעות הקשב ולקויות הלמידה?**

לא. כולנו חיים בהפרעת קשב אחת מתמשכת... אם נדע (הורים ומורים) לעצור, לנשום, לקבל את הדברים בפרופורציה הנכונה שלהם, ולהבין, שלא המציאות היא שבונה אותנו, אלא אנו האחראים לתגובותינו כלפי המציאות, יהיה לנו קל יותר להירגע. הטלפון הפרטי, בעידן הזה, גורם להתמכרות העצובה ביותר של מבוגרים וילדים כאחד.

**עצתך למורים לקראת פרישה?**

למצוא דברים להתחדש בהם, להמשיך להיות במסגרת חינוכית כלשהי כדי להשפיע ולנצל את כל הידע שנרכש במהלך השנים.

**הדבר הכי קשה לתלמידי ישראל בלימוד האנגלית?**

שום דבר לא קשה אם מלמדים נכון. על המורים ללמוד ללמד כראוי ולהתחשב בשונות של סגנונות הלמידה של התלמידים.

**הזדמנות שלך לומר לשר החינוך ש...?**

חשוב להבין שכל עתידנו עומד על הילדים הנמצאים במערכת החינוך כיום, ולכן יש להשקיע בחינוכם, מבחינת משאבים פיזיים ובעיקר מבחינת איכות ההוראה.

**מה תורם להרגשה טובה בבית ספר?**

צחוק, יחסים טובים בין המורים, אווירה רגועה, מוסיקה, מדיטציה, טאי צ'י בהפסקות, למשל.

**מה יעזור למורה להיות מורה טוב יותר?**

עליו להיות אדם אוהב. לקום בבוקר בחיוך לקראת יום של מעשים טובים.

**ולסיום, תובנה אחת חשובה...**

אילו הייתי צריכה להתחיל הכול מהתחלה, לא הייתי בוחרת בשום מקצוע אחר.

**מה הדבר שעמד לנגד עיניך במלאכתך החינוכית לאורך השנים?**

הרצון לגרום לתלמידים לאהוב את מה שהם עושים ואת המקום שהם נמצאים בו.

**האם לדעתך מקצוע האנגלית זוכה לכבוד הראוי לו?**

כן, אבל שעות ההוראה המוקצות לו אינן מספיקות ובבתי ספר שונים מתחילים ללמד אנגלית מאוחר מדי.

**עצה חשובה שלמדת מתלמידיך?**

לזכור שחשוב לבוא אל הכיתה בחיוך ובאהבה. לצאת כל בוקר מחדש לשליחות, לא רק "ללכת לעבודה". התלמידים מרגישים אותנו.

**הילדים של היום שונים מהילדים של פעם...?**

במהירות ובחדות המחשבה שלהם. הם יודעים בדיוק מה טוב להם ומה לא טוב להם. הם לא מצפים שהמורים או ההורים ידעו טוב יותר מהם.

**תלמיד יכול להיות מצוין בלימודי אנגלית, אבל כשמבקשים ממנו לדבר באנגלית הוא מתחיל לגמגם.**

עליהם להקריא בכיתה את שיעורי הבית, לענות על שאלות בעל פה, לשחק משחקים (כמו טאבו) שבהם צריך לשאול שאלות ולענות על שאלות.

**מהי הדרך להצמיח תלמידים עם חוש מוסרי, שיקול דעת וחשיבה ביקורתית?**

תרגול מיינדפולנס. זהו תרגול בנוכחות ובהכוננת תשומת לב לרגע הנוכחי מתוך כוונה מלאה וללא שיפוטיות. יישומו מסייע מאוד למיקוד קשב ולקבלת אחריות לתגובות האוטומטיות שלנו.

**האם "הטובים להוראה"?**

הייתי רוצה לראות מורים רבים יותר עם מוטיבציה גבוהה לעזור לנוער של היום לצמוח ולהיות בני אדם לפני הכול. על המורים עצמם לעבוד על היותם HUMAN BEINGS לפני היותם HUMAN DOINGS.

**מה התלמידים לא לומדים היום בבתי הספר והוא נחוץ מאין כמותו?**

להיות סבלנים כלפי עצמם וכלפי אחרים.

### מורים יקרים,

אתם מוזמנים להעביר למייל:  
[gsharonkatz@gmail.com](mailto:gsharonkatz@gmail.com)

שם מלא, כתובת מייל וטלפון של מורים איכותיים נוספים המעוניינים להשתתף במדור זה.



# האוניברסיטה הפתוחה מזמינה אותך ללמוד לתואר שני (M.A.) ולקבל הרבה מעבר לתואר

- תכנית המחשבה הביולוגית עוסקת בשאלות פילוסופיות והיסטוריות של מדעי החיים ובהשלכותיהן החברתיות והמוסריות.
- הלימודים בתכנית כוללים עשרה קורסים הנלמדים במשך שנתיים. בנוסף, כל סטודנט/ית כותב/ת שתי עבודות סמינריוניות ועבודת גמר. לסטודנטים מצטיינים ניתנת האפשרות לכתוב תזה במקום עבודת גמר.
- התכנית מיועדת הן לבעלי תואר ראשון בביולוגיה והן לבעלי תואר ראשון בתחומים אחרים (לאחר השלמות מתאימות).

## בין הקורסים בתכנית:

- 🌀 סוגיות נבחרות בביאתיקה
- 🌀 המשבר האקולוגי והאדם
- 🌀 מיזמי הגנום: גנטיקה וגנאטיקה

האוניברסיטה  
הפתוחה 40  
ארבעים שנה - הרבה מעבר לתואר

\*3500  
openu.ac.il

האוניברסיטה הפתוחה  
הקריה ע"ש דורותידה רוטשילד  
דרך האוניברסיטה 1, ת.ד. 808, רעננה 4353701

# תכנית בינתחומית לתואר שני (M.A.) במחשבה הביולוגית המשלבת לימודי פילוסופיה וביולוגיה

## الورشة | הסדנא

فضاء تربوي للديمقراطية وحقوق الإنسان

מרחב חינוכי לדמוקרטיה ולזכויות אדם

## זו"ר האגודה לזכויות האזרח בישראל جمعية حقوق المواطن في إسرائيل The Association for Civil Rights in Israel

## لنتعلم، لنفكر، لنربي

לחقوق الإنسان ולقيم الديمقراطية ومكافحة العنصرية

### قسم التربية في جمعية حقوق المواطن يعرض عليكم:

- \* استكمالات وورشات عمل مدرسية
- \* أدوات ووسائل تعليمية تطبيقية للصف والمدرسة.
- \* دمج وتذويت مضامين حقوق الإنسان في جميع مجالات المعرفة
- \* تقديم المشورة والمرافقة للمدرسة والمعاهد تأهيل المعلمين/ات
- \* برامج للتعمق ومهمات للتنفيذ في تدريس المدنيات
- \* "قوة الكلمة" - برنامج خاص حول موضوع حرية التعبير، التحريض والعنصرية بالتعاون مع كلية آدم.

تفصيل الفعاليات والمضامين تجدونه في موقعنا:  
[www.acri.org.il/education/ar](http://www.acri.org.il/education/ar)

للاتصال بنا: [mail@acri.org.il](mailto:mail@acri.org.il)

أو هاتفياً على الأرقام التالية: 04-8526333/4/5 / 03-5608185

## ללמוד, לחשוב, לחנך!

לזכויות האדם, לערכי הדמוקרטיה ולמאבק בגזענות

### מחלקת החינוך באגודה לזכויות האזרח מציעה לכם:

- \* השתלמויות וסדנאות בית ספריות
- \* כלים דידיקטיים יישומיים לכיתה ולבית הספר
- \* שילוב והטמעת התכנים בכל תחום דעת
- \* יעוץ ולייווי לבתי"ס ולמוסדות להכשרת מורים/ות
- \* תכניות העמקה ומטלות ביצוע להוראת אזרחות
- \* "כוחה של מילה" - תכנית מיוחדת בנושא חופש הביטוי, הסתה וגזענות, בשיתוף מדרשת אדם

פירוט הפעילויות והתכנים - באתר שלנו:  
[www.acri.org.il/education](http://www.acri.org.il/education)

ליצירת קשר פנו אלינו במייל: [mail@acri.org.il](mailto:mail@acri.org.il)

או בטלפון: 04-8526333/4/5 / 03-5608185



# MINDFULNESS

## מיינדפולנס

## וקורה נס

להדליק למוח את האור  
בעזרת תרגול שמקורותיו עתיקים

לעצור. לנשום עמוק, לנשוף. להיות נוכח. להרגיש ולהתחבר לנשימה. להרגיש את חלקי הגוף, לפוגג את המתח. לחזור להוויה שקטה ומאוזנת. בשלוש-ארבע שניות של מודעות אפשר לשנות את זרימת האנרגיה.

### מיינדפולנס - קשיבות מודעת

זהו תרגול מדהים שמקורותיו עתיקים, ובשנים האחרונות הוא תופס מרחב ותאוצה ותמיכה מדעית רחבה, והטכניקות הנלמדות בו מיושמות בכל תחום אפשרי: בבריאות, בחינוך, בארגונים שונים, בספורט, בבתי סוהר ועוד.

מיומנות זו היא בעלת שלושה מרכיבים קוגניטיביים:

- ריכוז;
- בהירות תפיסתית;
- ויסות רגשי.

היא נרכשת באימון ותרגול, בהפניה מכוונת ומסוימת של קשב לגוף, לנשימה, לרגשות, לתחושות ולמחשבות.

ההגדרה העדכנית על פי ד"ר גון קאבט זין היא: **"לשים לב לרגע הנוכחי מתוך כוונה מלאה וללא שיפוטיות"**.

להיות מיינדפול MINDFUL (קשוב מתוך מודעות או במודעות קשובה) בכיתה - פירושו להיות כאן ועכשיו. לא בשיעור הבא, לא במבחן הבא, לא במה שקרה לפני ההגעה לבית הספר, לא

### ד"ר יהודית וינברגר לובל

מורה למדיטציה,  
מרצה ומנחה סדנאות  
מיינדפולנס במערכת  
החינוך והבריאות ובכלא

### להיות MINDFUL

בכיתה פירושו

להיות כאן ועכשיו.

לא בשיעור הבא,

לא במבחן הבא, לא

במה שקרה לפני

ההגעה לבית הספר,

לא במה שהיה

בהפסקה ולא מה

שיקרה בתום יום

הלימודים

במה שהיה בהפסקה ולא מה שיקרה בתום יום הלימודים.

עכשיו לומדים אנגלית/מתמטיקה/ספרות... אז עכשיו אני כאן בשיעור, נוכח, קשוב.

הפתגם החכם אומר: "לאן שהולכת תשומת הלב - לשם מוזרמת האנרגיה".

ואכן, אחת התופעות המקשות ביותר על מורים ועל תלמידים היא חוסר הקשב ותשומת הלב,

המתפזרים לכל הכיוונים, גם למי שאינו "נחף" בהפרעת קשב וריכוז. כולנו בהפרעת קשב

מתמדת. כה הרבה מטלות, כה הרבה רצונות שהדברים יהיו שונים ממה שהם - או רצונות שאינם מתמשים כרגע או צרכים שאי אפשר

למלא את כולם. הקשב מתפזר לכל עבר.

במסגרת השתלמויות מורים הוצג הנושא למורים לאנגלית, ונלמדו טכניקות, כלים ותרגילים

לפיתוח הקשב ולטיפוח מיינדפולנס.

המורים התנסו בתרגילים בעצמם, חוו רגעי קשב ותשומת לב בכוונה מלאה, תרגלו זאת בבית

וכתבו יומן רפלקטיבי על ההתנסויות שלהם. לאחר מכן הם העבירו את התרגילים לתלמידים,

מורה אחרת כתבה: אני מלמדת קבוצת מצטיינים בשעת "0". מצד אחד הם שמחים מאוד להיות בכיתה מצטיינים, מאידך, הם מגיעים לכיתה מתנשפים, עם השוקו ביד, שורכים את הנעליים, בקיצור, הם ממש "לא כאן". החלטתי שאני פותחת את הכיתה במדיטציה קצרה על מנת להביאם לזמן הווה" (כאן ועכשיו). ביקשתי מכולם לשבת הכי נוח שהם יכולים ולעצום את העיניים. על רקע של מוסיקת מדיטציה, ביקשתי מהם להרגיש את הכיסא, להרגיש את הגוף בתוך הבגדים, להרגיש את הנשימה ולהתחבר למקום. אחרי כדקה ביקשתי מהם לפקוח עיניים ולהגיד לי מה שמעו... התשובה הראשונה הייתה כלום. הבנתי שהם "לא כאן" עדיין כי החדר והחלל מלא "צלילים". ביקשתי מהם לעצום שוב את העיניים ולהתחבר לכאן ועכשיו.

עשינו זאת דקה נוספת. הפעם הם "שמעו" את הצפרים, את המזגן, מכונית שעברה בחוץ והבנתי שהם נחתו בזמן הווה. השיעור היה יעיל יותר והם באמת "היו פה".

מאז לבקשתם, אנחנו פותחים ממש במפגש קצר של 3 - 4 דקות, בו אנחנו (כולל אני) יושבים בעיניים עצומות, נותנים לשארית מתח הבוקר והמחשבות לחלוף מבלי שאנחנו "רבים" איתם ומתחילים את השיעור רגוע ו"בזמן הווה".

תגובות תלמידים לאחר התרגול:

"אני רגוע. מוכן להתחיל נושא חדש, פתאום שקט לי במוח, כבר לא בא לי להרביץ למי שרציתי, אני חייב ללמד את אמא שלי. איזה כף, הלוואי שנתחיל כך כל שיעור ובמיוחד כל מבחן זה יגרום לי להצליח יותר."

לאחר כמה מפגשי "קשב" התבקשו התלמידים לכתוב על החוויות שלהם בהמשך היום, לאחר תרגול. הנה כמה דוגמאות:

מיינדפולנס עוזר לי בלימודים, אני טוב יותר בספורט, אני ישן טוב יותר בלילה. ילד בכיתה ג' כתב: זה הדבר הכי טוב שקרה לי בחיי!

בכמה מקומות בעולם נכנס תרגול מיינדפולנס לכל בית הספר במסגרת שעות שבוטות. עד שזה יקרה במקומותינו, אפשר, בכל תחילת שיעור, לתרגל שלוש עד חמש דקות ולאחר מכן להמשיך וללמד כרגיל. נקודת הפתיחה היא תשומת לב ונוכחות שקטה מאזנת. התלמידים זוכים לערך מוסף כאשר המורים עצמם מתרגלים מיינדפולנס ובאים לכיתות לחוצים פחות ומודעים יותר לעצמם ולדרישות מהם, למגבלות ולצרכים שלהם ושל התלמידים.



בדרכים שונות ובפרקי זמן המתאימים להם. מקצתם תרגלו כשלוש עד חמש דקות בתחילת שיעור, אחרים בתום השיעור או לפני מבחנים. המורים לאנגלית שילבו בתרגול אוצר מילים המתאים לרמת האנגלית הנלמדת בכיתה, והמורים מדיסציפלינות אחרות שילבו גם הם מושגים מעולם המדיטציה.

בבלוג רפלקציה על התרגולים כתבה אחת המורות: נכנסתי לכיתה ה' אותה אני מחנכת ומלמדת אנגלית. זו הכיתה שעמה התנסיתי בתרגול מיינדפולנס בפעם הראשונה השנה. עשיתי זאת מספר פעמים וההדים ממרבית התלמידים היו מאוד חיוביים. בכל תרגול היוזמה הייתה שלי והתלמידים נענו. בשיעור האחרון היוזמה הייתה של התלמידים. אני נכנסתי לכיתה התחלתי ללמד בלי לעצור בלי לקחת נשימה עמוקה. אז... אחד הילדים הצביע ואמר 'המורה אפשר לעשות עוד פעם את התרגיל המרגיע'. המשפט העלה חיוך על פניי. עצרתי את הכול ותרגלנו מיינדפולנס! זה היה כל כך במקום כל כך מתאים כל כך מרגיע וכל כך אנרגטי.

בכמה מקומות בעולם נכנס תרגול מיינדפולנס לכל בית הספר במסגרת שעות שבוטות. עד שזה יקרה במקומותינו, אפשר, בכל תחילת שיעור, לתרגל שלוש עד חמש דקות ולאחר מכן להמשיך וללמד כרגיל



# הפרדה מגדרית בשיעורי החינוך הגופני - האומנם הדבר מובן מאליו?

בעצם מופרדים התלמידים מן התלמידות בשיעורי הספורט, גם בבתי ספר המתגאים בהיותם ליברליים, כאלו שחרתו על דגלם את החינוך לסובלנות ושוויון? להלן מספר תובנות בנושא, רגע לפני שאנו מסיימים את לימודי התיכון.

- אחת ממטרות מערכת החינוך המזכרות בחוק חינוך ממלכתי התשי"ג - 1953 היא: "לפתח יחס של כבוד לזכויות האדם, לחירויות היסוד, לערכים דמוקרטיים, לשמירת החוק, לתרבותו ולהשקפותיו של הזולת, וכן לחנך לחתירה לשלום ולסובלנות ביחסים בין בני אדם ובין עמים".
- כידוע, בליבה של הדמוקרטיה עומד ערך כבוד האדם והשוויון. שוויון בין אזרחים, בין בעלי מוגבלויות וכאלו שאינם מוגבלים, בין בעלי נטייה מינית שונה, בין בעלי דעות פוליטיות שונות ושוויון בין המינים. האם

אריאל חרדי ואיתי ארליך

תלמידי י"ב בקריית החינוך מעיין-שחר בעמק חפר

בשנים האחרונות הוכנסה למקצוע האזרחות בתיכון עבודה, המכונה "מטלת ביצוע", והציון הניתן עליה הוא 20% מהציון הסופי בתעודת הבגרות במקצוע זה. הרציונל פשוט: התלמידים נדרשים לאתר בעיה אזרחית, לחקור אותה, להציע לה פתרון ואף לפעול לקידום הפתרון בפועל (ועל ידי הצגת "תוצר"). המטלה, המבוצעת בקבוצות של עד חמישה תלמידים, נועדה לעודד תלמידים לאקטיביזם ולמעורבות חברתית. אם התלמידים מקבלים אותה ברצינות, היא יכולה להיות מרתקת, לעודד חשיבה ביקורתית ולהפתיע אף אותנו, המורים. הנה דוגמה אחת ל"תוצר" במטלת ביצוע שקיבלה ממני את הציון 100. המטלה התמודדה עם בעיה רלוונטית לחיי התלמידים תוך אימוץ גישה ביקורתית ומעניינת. ה"תוצר" במטלה זו הוא מאמר פרי עטם של התלמידים, והוא מובא להלן בשלמותו, בהסכמת התלמידים:

**דרור אלנר.** מורה לאזרחות

בקריית החינוך מעיין-שחר בעמק חפר

מה אתם זוכרים משיעורי הספורט בתיכון? אם אתם כן מצליחים להיזכר בכך, מן הסתם אתם זוכרים את עצמכם רצים עם בני המין שלכם. מדוע



## עבודת תלמידים שנעשתה במסגרת לימודי אזרחות בתיכון עסקה בשאלת הצורך בהפרדה בין בנות לבנים בשיעורי החינוך הגופני

של אליס מילר הגיע הזמן להטיל ספק בטענות אלו. נשים נאבקות לשוויון זה שנים רבות ולביטול אקסיומות שהדירו אותן ממוקדי כוח שונים במדינה. בהקשר שלנו חשוב במיוחד המאבק שמנהלות נשים בהיבט הצבאי. בעקבות פרשת אליס מילר הצבא פתח דלתותיו לנשים ביחידות שעד לא מזמן נוכחות נשים בהן נתפסה כבלתי ראויה, בלתי הולמת ובלתי מתקבלת על הדעת. ההבדלים הפיזיולוגיים, כך מסתבר, אינם מהווים בהכרח מחסום בפני נשים לשילוב מוצלח ביחידות "גבריות" כמו טיס, קורס חובלים ועוד. כשם שלא כל הגברים יכולים לעמוד בהצלחה בדרישות הפיזיות הכרוכות בשירות מסוג זה, כך יש נשים שאינן יכולות להתמודד עם האתגר, ויש כאלו שכן.

יש לזכור שבית הספר אינו מערכת צבאית, אלא מערכת חינוכית, שחרתה על דגלה, על פי המוצהר בחוק חינוך ממלכתי, את המחויבות לזכויות האדם. החינוך לשוויון חייב להתחיל בבית הספר, ולהיעשות באופן שאינו משדר לתלמידים מסר כפול. שיעורי ספורט מעורבים, שבהם ההפרדה היחידה בין קבוצות היא על בסיס יכולת אישית בתחום הספורט (הקבוצות בדיוק כמו באנגלית ומתמטיקה), תעביר מסר זה בצורה ברורה ביותר. שנים רבות התנועה הפמיניסטית שמה לה למטרה לחשוף מנגנונים חברתיים שמנציחים את העליונות של הגבר ביחס לאישה. זהו אולי הפרויקט הפמיניסטי במהותו: הצגתם של מנגנונים הנתפסים כטבעיים, ברורים מאליהם, וחשיפת האופן שבו הם מדכאים את הנשים. שיעורי הספורט בבית

מערכת החינוך בה בילינו את שתיים עשרה השנים האחרונות באמת חינכה אותנו לשוויון?

בתחום אחד, זה של השוויון בין המינים, המסר שקיבלנו היה כפול. מצד אחד, תכניות חינוכיות שונות שהועברו על ידי המחנכים במהלך השנים הדגישו את השוויון בין המינים. עצם הישיבה המשותפת בכיתה של תלמידים ותלמידות, טיולים ופעילויות שונות שנעשו במשותף חיזקו מגמה זו. מאידך, מיעוט בנות במגמת פיזיקה 5 יחידות, וריבוי הבנות במגמות אומנות, סוציולוגיה וספרות הדגישו דווקא את הפערים המגדריים.

עם זאת שיעור אחד, שנתפס לעתים כזניח במערכת השבועית שלנו, וששמנו לעתים קרובות ניסינו לחמוק, הנציח באופן ברור ביותר את ההבדלים המגדריים. שיעור הספורט. ההפרדה בין בנים ובנות בשיעור זה נתפסת טבעית, ברורה מאליה, סוג של אקסיומה שאין בלתי.

מדי פעם, כשתהינו מדוע בעצם היא קיימת, הושמעה הטענה המוכרת לפיה השוני ביכולת הפיזית הוא רלבנטי לעניין, ושגיל ההתבגרות הינו תקופה רגישה מבחינה התפתחותית, מינית, ומבחינת הדימוי העצמי של המתבגר או המתבגרת. אינטראקציה בין בנים לבנות בסיטואציה מורכבת זו תיצור בלבול, הסחת דעת, מבוכה שיפגעו בהישגים הספורטיביים של התלמידים.

עשרים שנה לאחר פסק הדין המוכר בעניינה



## כשם שתלמידים מופרדים בשיעורי המתמטיקה והאנגלית על בסיס יכולתם לשלול בשפה, כך בשיעורי הספורט ישובצו יחדיו בנים ובנות בעלי יכולת ספורטיבית זהה

בהנחה שתפיסה זו אינה עומדת להשתנות בקרוב, שילוב נשים ביחידות קרביות הינו קריטי להצלחת מאבקן להשתלב במוקדי הכוח בחברה הישראלית. וכדי שגברים ירצו להשתלב ביחידות קרביות יש לנפץ את המנגנון החברתי שמלמד אותן שאינן מסוגלות להגיע לרמת הישגים זהה לגברים. יש להתחיל בדבר כבר בשלב בית הספר, ובשיעורי החינוך הגופני בפרט.

בנוסף, בית הספר הוא מוסד חינוכי, המופקד על חינוכם הערכי של תלמידי ישראל. החינוך לשוויון באופן כללי, וזה שבין המינים בפרט, חייב לעמוד לנגד עיניהם של מקבלי ההחלטות השונים בכל הדרגים, משר החינוך ועד המורה לספורט בשטח. הטענות המושמעות בעד הפרדה בשיעורי הספורט מתעלמות מהיבט חינוכי זה. המסר של כיתות ספורט מעורבות הוא חד וברור: ההבדלים הביולוגיים לא בהכרח מכתיבים שונות ביכולת הספורטיבית. האבסורד הוא שהגוף שהוביל עד היום את המסר החינוכי הזה היה דווקא צה"ל ולא המוסד החינוכי הנקרא בית ספר.

הפתרון לגישתנו הוא לא בהפרדה על בסיס מגדר, אלא בהפרדה המבוססת על יכולת ספורטיבית. כשם שתלמידים מופרדים בשיעורי המתמטיקה והאנגלית על בסיס יכולתם לשלול בשפה, כך בשיעורי הספורט ישובצו יחדיו בנים ובנות בעלי יכולת ספורטיבית זהה. באופן זה יכול כל תלמיד למצוא את יכולותיו האישיות בצורה הטובה ביותר, והחינוך לשוויון יהיה חד משמעי.

הספר הם למעשה מנגנון חברתי כזה שמנציח את הנחיתות של האישה. מדוע?

ראשית, קבוצת הבנות נדרשת להגיע לרמת הישגים נחותה בהשוואה לקבוצת הבנים. למשל, תלמיד שיסיים ריצת 2000 מטרים באחת עשרה דקות - יזכה בציון נמוך מאוד ואולי ייכשל. תלמידה שתסיים ריצה זהה בזמן זהה תקבל 100. ההנחה הזו, שבנות כלל אינן מסוגלות להגיע לרמת הישגים זהה לזו של הבנים, היא הכללה גסה, היוצרת ציפייה שמגשימה את עצמה. הבנות לומדות, בתהליך של הבניה חברתית, שהציפייה מהן היא להיות חלשות פיזית. הבנים לומדים, אם נודה על האמת, שהם פשוט "יותר שווים".

שנית, מה עושים התלמידים בשיעורי הספורט? לרוב, המורים לספורט בוחרים להעסיק את הבנים במשחקי כדור, כמו כדורגל וכדור יד, ובתרגילי כוח שונים (כפיפות בטן, שכיבות סמיכה, מתח ועוד). לעומת זאת, הבנות לרוב מתעסקות בהתעמלות קרקע, תרגילים אומנותיים וגמישות. בחירות אלו מנציחות את ההבדלים בין גברים לנשים, ומחזקות את הסטיגמה של ספורט "נשי" וספורט "גברי". ספק אם ניתן להצדיק הבחנות מגדריות אלו בעידן שבו נשים משרתות כטייסות מוצלחות, מדריכות חי"ר ומסתערות על מחבלים חמושים בקרק"ל.

שלישית, בחברה הישראלית הצבא נתפס עדיין כ"קרב קפיצה" למוקדי כוח בחברה האזרחית. לפני קצינים בכירים המסיימים תפקידם בצבא פתוחות דלתות לעמדות בכירות במשק, במגורים הציבורי והאזרחי כאחד. ברור לכולם, שאת תפקיד שר הביטחון ראוי שימלא מי שבעברו היה רמטכ"ל.





# רוצה לעשות הבדל משמעותי בחייהם של ילדים ומשפחות?



מתחילים ללמוד  
 בפברואר  
 2016

StudioSD

## תואר שני (MA) בייעוץ חינוכי

### מלגות



מלגות לימודים בשיתוף ארגון המורים בהתאם לקריטריונים שנקבעו

### מערכת לימודים נוחה



מתכונת לימודים של יום/יומיים בשבוע במשך כשנתיים

### מרצים מהשורה הראשונה



סגל הוראה מנוסה המכשיר בכל שנה מאות יועצים חינוכיים

**\*2455**

למידע נוסף:



## כיצד כדאי

# לאכול בטטה?

### האם זה אומר שיש להימנע מבטטה אפויה?

אנשים בריאים שאינם חולי סוכרת ואינם טרום סוכרתיים אינם צריכים להימנע מבטטה אפויה, אבל גם להם כדאי לא להרבות בצריכתה, כאשר היא נאכלת לבדה, ולהעדיף צריכה של בטטה מבושלת, למשל במרק כתום.

במחקר זה לא נבדקה ההשפעה של אידוי בטטה על הערך הגליקמי. מחקרים אחרים מראים שבאידוי איבוד הוויטמינים ונגדי החמצון הוא קטן יותר בהשוואה לבישול במים.

### רוצים לאכול בטטה אפויה בלי שתהיה עלייה חדה ברמת הסוכר? יש פתרון!

הוספת שמן לארוחה מורידה את הערך הגליקמי של הארוחה כולה. לכן, אם רוצים לאכול בטטה אפויה, יש להכין קערת סלט ירקות (רצוי עם תוספת של נבטים ירוקים) ולדאוג שבסלט יהיה מקור שומן כלשהו, - זה יכול להיות אבוקדו או טחינה או אפילו 2 - 3 כפות של שמן זית איכותי. הסיבים הרבים שבירקות גם הם יורידו את הערך הגליקמי של הארוחה, ויחד עם השומן שבסלט נקבל ארוחה שלא תגרום עלייה מהירה וחדה מדי של רמת הסוכר.

אז הנה פתרון שמאפשר לאכול בטטה אפויה בתנור ללא כל חשש, ולמעשה, יש יתרון בדרך אכילה כזאת - בישול במים מפחית מאוד את כמות הוויטמינים, לעומת אפייה, ולכן באכילת בטטה אפויה יחד עם סלט ירקות ומקור שומן כלשהו ניהנה מכל היתרונות - נקבל כמות ויטמינים גדולה, ולא נגרום עלייה חדה מדי ברמת הסוכר בדם. לא כדאי לאפות את הבטטה יחד עם השמן, כי כל שמן נפגע בחימום בטמפרטורות גבוהות.

הרבה יותר נכון ורצוי להוסיף את השמן לאחר סיום האפייה. לבריאות!

גם הפעם נעסוק בשיטות אכילה שיגרמו לנו להפיק את מרב התועלת מן המזון שלנו, ונדון בהשפעה של דרך ההכנה של הבטטה, המוכרת והאהובה על כולנו, על מדדים פיזיולוגיים.

במחקר שנעשה ב 2011 בדקו החוקרים את ההשפעה של אופן הכנת בטטה על העלייה ברמות הסוכר לאחר הארוחה. הם בדקו מדד המכונה הערך הגליקמי (או האינדקס הגליקמי). מדד זה מראה בכמה עולה רמת הסוכר בדם לאחר אכילת מזון כלשהו בהשוואה לאכילת 50 גרם גלוקוז טהור (סוכר מזוקק). הגלוקוז קיבל את הציון 100 וביחס אליו נמדדים כל שאר המזונות. החוקרים הכינו את הבטטה בכמה צורות הכנה - בישול, אפייה וטיגון. הבטטה ניתנה לנבדקים בריאים וצעירים (הגיל הממוצע שלהם היה 27) שאינם חולי סוכרת.

### הנה התוצאות:

לבטטה מבושלת הערך הגליקמי הנמדד נע בין 41 ל- 50. לבטטה אפויה, לעומת זאת, הערך הגליקמי הנמדד היה 82 - 94 - קרוב מאוד לערך הגליקמי של סוכר טהור! כלומר, אכילת בטטה אפויה יוצרת פיק חד של סוכר בדם, בהשוואה לאכילת בטטה מבושלת. כולנו רוצים להימנע מעליות חדות ברמת הסוכר בדם (שגוררות עלייה חדה ברמת האינסולין בדם ומגדילות סיכון לסוכרת), אבל נתון זה חשוב בייחוד לחולי סוכרת ולאנשים טרום סוכרתיים. חולי סוכרת רבים נמנעים מאכילת בטטה עקב כמות הסוכר שהיא מכילה, אבל מחקר זה מראה שגם לחולי סוכרת אין בעיה לאכול בטטה מבושלת, כי הערך הגליקמי שלה נמוך מאוד יחסית. לעומת זאת - כדאי להם מאוד להימנע מבטטה אפויה. ממחקר זה רואים שדרך ההכנה של מזון משפיעה מאוד על קצב ספיגת הסוכר מהמזון.

ד"ר גיל יוסף שחר (M.D.)

מומחה לרפואה תזונתית ומנהל המרכז לרפואת הרמב"ם אתר: [www.rambam-medicine.org.il](http://www.rambam-medicine.org.il)

באכילת בטטה אפויה עם סלט ירקות ומקור שומן נקבל כמות ויטמינים גדולה ולא נגרום עלייה חדה מדי ברמת הסוכר בדם



# יחידת העילית של המחנכים בישראל!

המרכז ללימודים אקדמיים גאה להציג את סגל המרצים הבכיר ותוכניות הלימוד הטובות ביותר, אשר יכשירו אתכם המורים להיות הדור הבא של המנהיגות החינוכית בישראל.

הלימודים מרוכזים ביום אחד בשבוע

MA ביעוץ חינוכי

ההרשמה למחזור יוני בלבד!



MA בחינוך בהתמחות חינוך מיוחד

במיקודים:

- שילוב תלמידים עם צרכים מיוחדים-היבטים רב תחומיים
  - לקויות מורכבות-היבטים רב תחומיים
  - לקויות למידה מורכבות-היבטים רב תחומיים
  - בעיות התנהגות על רצף ומגוון הלקויות-היבטים רב תחומיים
- ייחודי: אפשרות הרחבת רישיון ההוראה לחינוך מיוחד, למוסמי התוכנית



MA בחינוך בהתמחות הגיל הרך



MA בחינוך בהתמחות תקשוב ולמידה



MA בחינוך בהתמחות חינוך חברה ותרבות



MA בחינוך בהתמחות ניהול וארגון מערכות חינוך



MA בחינוך בהתמחות חינוך סביבתי



חדש!

שת"פ ייחודי עם ארגון המורים!

\* חברי הארגון הזכאים למלגת קרן ידע ייהנו ממלגה נוספת בגובה של 3,000 ₪ \* המלגה אינה תקפה ליעוץ חינוכי.

בראש בית הספר לחינוך עומד פרופ' דוד חן, אליו מצטרף סגל מרצים מוביל, ביניהם:

- פרופ' עמירם רביב • פרופ' אמציה יזל • פרופ' סידי שטראוס • פרופ' יובל פורטוגלי • פרופ' מרים רוזנטל • פרופ' עמי וולנסקי • פרופ' כהן שלו אמיר • ד"ר חלי בולס • ד"ר יפה בן עמי • ד"ר חנה בר-ישי • ד"ר ליה גת • ד"ר אלון הסגל • ד"ר אהוד חושן • ד"ר עידן פורת • ד"ר בשמת טובין • ד"ר עמיר לוי • ד"ר ענת ליבוביץ • ד"ר ניסן לימור • ד"ר ערער ח'לאד • ד"ר יונה מילר • ד"ר שאפיק מסאלחה • ד"ר נטע נוצר • ד"ר ירון סוקולוב • ד"ר אלעד פלד • ד"ר עמוס פליישמן • ד"ר שרה פרמן • ד"ר ג'ודי קוהאן-מס • ד"ר ירון קדר • ד"ר רות הדס • ד"ר שרגא שדה • ד"ר שרה שדה • ד"ר רונית שלו • ד"ר כרמלה איגל • ד"ר גילה קורץ • ד"ר עירית קינן



החלה ההרשמה למחזורי יוני ואוקטובר 2016!

1-800-40-40-90 | [www.mla.ac.il](http://www.mla.ac.il) | ההבדל בין תאוריה לקריירה





שאיני אעשה ספורט?

# פעילות גופנית ותזונה בחורף

בשל החשש לשינוי קיצוני של טמפרטורת הגוף, אנו ממליצים ללבוש אימונית בזמן שאנו מתאמנים בחוץ, בימים הקרים של החורף. אנו ממליצים על שילוב אימונים אירוביים הכוללים הליכה או ריצה (הליכונים), שיעורים אירוביים או ספינינג וכד' עם אימוני כוח (משקולות) ועיצוב שרירים. המנויים במועדוני הכושר והקאנטרים למיניהם יכולים להמשיך להתאמן כרגיל. התרגול ניתן לביצוע גם בבית, באמצעות משקולות או אביזרים שניתן למצוא בדירה. אם רוצים להיות נועזים, אפשר גם לנצל את חדר המדרגות. נוסף על כך יש לדעת, שכאשר קר לנו ואנו שותים פחות מים וממעטים בפעילות גופנית, יש האטה בקצב חילוף החומרים ועלייה במשקל. אנו ממליצים להקפיד על שגרת אימונים רגילה, ולקבוע אימונים בימים שבהם לא צפוי לרדת גשם. כמו תמיד, מומלץ לתאם אימונים משותפים עם בן הזוג או כל שותף אחר. בהצלחה.

**ה**חורף הגיע סוף סוף, ואיתו העייפות, הרעב והעצלנות. מורות ומורים רבים פונים אלינו, המורים לחינוך גופני, ומבקשים עצות לתזונה ולפעילות גופנית בתקופת החורף. חשוב מאוד לזכור שיש ערך רב להמשכיות ולעקביות באימונים שאנו מקיימים, וכמובן, לתזונה שלנו. חשוב מאוד שנמשיך לעסוק בפעילות גופנית בהתאם להגבלות הגופניות והרפואיות, וכמובן, שנקפיד על תזונה מאוזנת ועשירה בכל אבות המזון. אל תאמרו: אתחיל להתאמן לאחר החורף. מומלץ ביותר לשמור על עצימות נמוכה, ולזכור כי נדרש זמן לבנות את הכושר הגופני, וככל שאנו מפסיקים להתאמן למשך זמן ארוך יותר, כך מתארכת תקופת החזרה לכושר. עקרונות האימון הגופני אינם שונים בתקופת החורף, אך יש להקפיד יותר על לבוש מתאים ועל חימום טוב לפני האימון הייעודי. החימום צריך להיות ארוך ואקטיבי יותר - חימום שמשמעו העלאת הדופק, האצת מחזור הדם וחימום פנימי של השרירים.



שרון גול



גיל סגל

מורים לחינוך גופני





# "גן החיים"

## סיפור חיפאי

ישנם מבקרים שאינם מתאפקים ומתרפקים על הפסלים, ואבוי, בהם נאחזים ואפילו עליהם נתלים. אל תכעסי עליהם, אורסולה היקרה, שכן יצירותייך הן עבורם חוויה גשמית ונפשית צרופה. היא אורסולה, מה קסום גנך ומה נפלא, איך השכלת לדעת ולתאר הוויית אדם וחיה!

התוודעתי לנפלאות הגן עת נכנסתי אליו במקרה לטייל עם כלבי, ושם נגלה לי פן נוסף של חיפה, עירי. אחר הצהריים פוקדים את הגן בעלי הכלבים עם מחמדיהם, ואלה משתעשעים להם במורדותיו בשלל צהלותיהם.

על כרי הדשא והספסלים יושבים בעלי הכלבים, וכדרך האדם זה עם זה מתרועעים ומשוחחים. כלבים מכל הסוגים בגן דוהרים, זה עם זה מתכרבלים בין פסלי הברונזה ומתרחחים. כלבים קטנים וגדולים, גורים ובוגרים, גזעיים ומעורבים, כלבים של ערבים וכלבים של יהודים, כולם נהנים בגן הפסלים החיים.

בעלי הכלבים גם הם אנשים שונים ומגוונים, מהם צעירים ומהם מבוגרים, רובם חברותיים, הנלהבים לשיחה, ומקצתם מתבודדים עם כלביהם בפינת גן ירוקה.

הכלבים, כבעליהם, חלקם נחפזים לשחק עם חבריהם ומקצתם רוצים בנאמנות שותקת ליד אדוניהם. הם מביטים בשקיקה בהשתובבות אחיהם בזירה. מה דומים הכלבים לבעליהם! על הספסלים ובין השבילים נערך מפגש ושיח רב תרבותי של תושבי האזור סביב הכלבים, סיפורי השכונה ושלל ענייני דיומא.

התדעי, אורסולה, מה המשותף לכולם? בתוך גנך ובין נפלאות יצירותייך מגלים הם את דאגתם ואת אהבתם לחיות מחמדם ולנפש האדם. נראה, כי הפסלים מאושרים בחברת האנשים וההולכים על ארבע אשר במחיצתם, ושמחים למגע האנושי, אשר לו הם זוכים מהפוקדים את גנך.

באשר לפסלים, הרי הם כמו בני האדם, בחום הקיץ מתלהט גופם, ובימות החורף הצינה חודרת ללבם. באשר לגן, הרי הוא אינו בודד במרבית היום, רק לעת ערב ננעל על ידי פקח העירייה, והפסלים עוצמים את עיניהם איש וחיה.

נדמה, כי כל פסל נם בלילו על פי מסלול מבטו הקפוא, וחולם חלומו בהמתינו לחדש יומו בבוקרו.

**ב**מעלה הר הכרמל בשדרות הציונות שוכנת פינת חמד קסומה, הגדושה בחן הבריאה וברוב אנושיות.

הגן, הטובל בירק, משקיף לנוף העיר ונמלה, ודר בשכונות לגני המקדש בעל הכיפה הזהובה. על גבעת כר דשא ובין שבילים פתלתלים הציבה אורסולה מלבין את פסליה המרהיבים. שם דרים זה שנים פסלי ברונזה דמויי חיות ואנשים, מהם נשים, גברים וילדים. הוי, אורסולה היקרה, מה יפים צלמיך, ומה אנושיות דמויותייך!

איזו מתנת מורשת נאה הותרת לבריות אחרייך. לכל פסל מקום מכובד משלו, מבע ורגש המיוחדים רק לו.

ישנם פסלים המביטים אל האופק, ופסלים החוברים זה לזה.

כולם יחדיו יוצרים מרקם אנושי מקובע ומושלם ומקשטים את שלוחות גנך.

פסל אם וילדיה, ילד המנגן בגיטרה, אישה מתנגבת, ילדה האוחזת בובה, נער גולש על גלים וילד משחק בכדור. כולם עסוקים זה בזה או בעצמם בזה הסיפור. בין עצי הזית, החרוב, האלה, המדשאות והשבילים נחות פינות מרגוע עגולות בצל ענפים.

שם יושבים ונחים מעמל יומם האנשים, שהטבע הוא בנפשם.

הם בוחרים להנעים בו בנחת את זמנם היקר, שעה של שלוה או עת מנוחה.

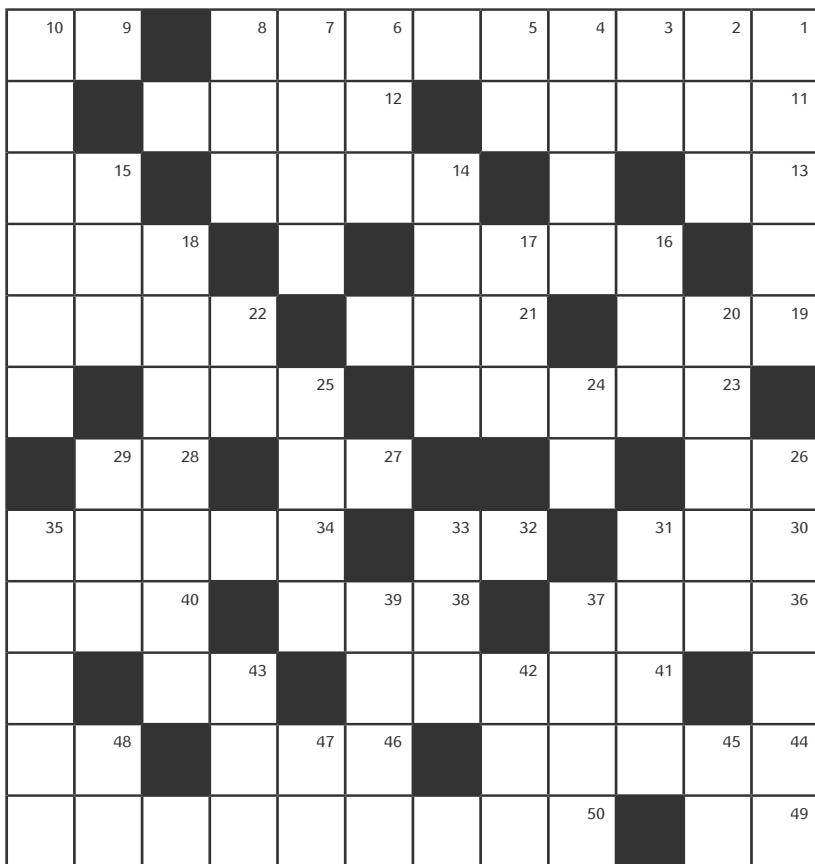
משפחות, הורים וילדים, כלות וחתנים, בני נוער וזוגות אוהבים, תיירים ועוברי אורח מזדמנים מטיילים בין שביליו של גן הפסלים.

ישנם מבקרים השוהים בגן בדרך קבע, וישנם מבקרים חדשים המביטים, משתאים, מחייכים, נוגעים בפסלים ואיתם מצטלמים.

### שרית מלצר

מחנכת ומורה לערבית  
בתיכון מרכז חינוך  
"ליאו באק" חיפה

# תשבץ



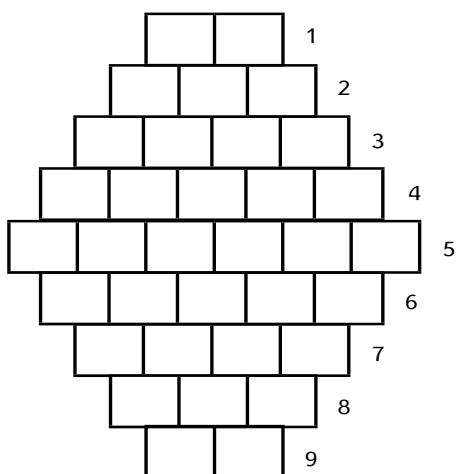
**מאונך:** 1. היה משורר ומחזאי ישראלי. 9. פחד. 11. בה נמצאת מערת המכפלה. 12. פרי טרופי. 13. רדיד. 14. משדר ביניים. 15. יבשה בלב ים. 16. רשות. 18. מושב במרכז הארץ. 19. באר שבע היא בירתו. 21. קורה מבין עיניך. 22. לבן ה... 23. בן קטן. 25. עוף אוסטרלי. 26. מוקש. 27. נוכרי שהתייחד. 28. מחזאי בריטי. 30. רעל. 32. מילת בקשה. 34. מינרל קשה המורכב מפחמן בלבד. 36. שנוטה לזאת. 38. מקלעת של שערות הראש. 40. בונה. 41. עמלות. 43. התו השלישי. 44. טורף חרקים ומוצץ דם. 46. חבל ארץ ממזרח לירדן. 48. "... כנמר וקל כנשר". 49. ספר כריתות. 50. תפילת העמידה

**מאונך:** 1. לפי האגדה, קפץ ראשון לים סוף ביציאת מצרים. 2. חלד. 3. מפיץ אור. 4. מצבו של האוויר כשהוא ספוג אבק. 5. התארח ללילה. 6. תפר צורות שונות על גבי אריג בחוטים לנוי ולקישוט. 7. טקס מרכזי בכנסייה הקתולית. 8. אש. 10. יש בהן ארבע פרשיות מן התורה. 14. בלתי פזיז. 15. מקווה מים גדול. 16. אשפה. 17. כוח ההפרה. 18. תושב עיר בירתנו. 20. זינוקים. 22. מילת תנאי. 24. אם הפיניה. 25. ליש. 26. הקדמה. 29. אנקולו. 31. כך מכונה הממונה על העיר מכה. 33. ...צאו גמדים. 35. כרטיס הביקור של כל בית יהודי. 37. בעל גישה נוחה. 39. מחסן לתבן. 42. גדש. גיבב. 43. עיכוב. 45. ניצחון בשח. 47. טלה. 48. ידוע יותר בשם דפנה

**רק בין הפותרים את שני התשבצים יוגרל ספר**  
 כתובת המייל לשליחת הפתרונות: [naaman141044@gmail.com](mailto:naaman141044@gmail.com)  
 את הפתרונות יש לשלוח עד 26 בחודש.

שם המחבר: **נעמן אופיר**, חבר הנהלת העמותה הפדגוגית ועורך אתר הניבים העבריים "ניבונכון" [NIVON.CO.IL](http://NIVON.CO.IL)

# תשבץ פירמידה הפונה



עלינו להוסיף אות אחת בכל מדרגה מ-2 עד 5  
 עלינו להחסיר אות אחת בכל מדרגה מ-6 עד 9  
 1. ידיד | 2. זאב ב... כבש | 3. מונחת בקערת "ליל הסדר" | 4. מגיבורי דוד | 5. ה... בדמעה, ברינה יקצרו | 6. מועט | 7. צרור קטן של שיבולים | 8. צינור עיכול היוצא מן הקיבה | 9. גוי

**בין הפותרים את התשבץ נבונה יוגרל ספר**  
 כתובת המייל לשליחת הפתרונות:  
[naaman141044@gmail.com](mailto:naaman141044@gmail.com)

© כל הזכויות שמורות לנעמן אופיר



# מתכון החדש

קשר



למורים שלנו



## מרק ירקות חורפי

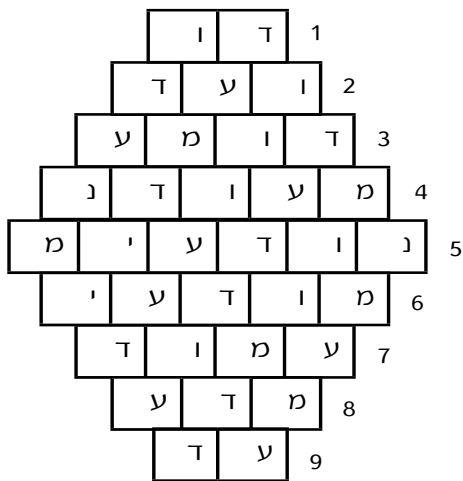
### מרכיבים:

- 2 תפוחי אדמה גדולים
- 1 בצל גדול חתוך
- 3 גזרים חתוכים
- 1 קישוא
- 1 בטטה חתוכה לקוביות
- 1 פלפל חתוך לחתיכות קטנות
- גבעולי סלרי חתוכים
- מים
- שמן
- כפית כורכום
- שן שום קצוצה
- אבקת מרק / ציר מרק
- כפית בהרט
- פלפל שחור
- מלח

### הכנה:

- לטגן בסיר גדול עם מעט שמן את השום והבצל עד להזהבה.
- להוסיף את שאר הירקות ולבחוש קלות.
- לשפוך לסיר את המים, ציר הירקות / אבקת המרק ולהרתיח.
- להוסיף את התבלינים ולתקן לפי הטעם.
- לבשל במשך כשעה על אש נמוכה.

פתרון תשבץ פירמידה הפוכה מגיליון 254



פתרון תשבץ מגיליון 254

	א <sup>9</sup>	ר <sup>8</sup>	פ <sup>7</sup>		נ	י <sup>6</sup>	ע <sup>5</sup>	י <sup>4</sup>	ד <sup>3</sup>	ו <sup>2</sup>	מ <sup>1</sup>
א <sup>12</sup>	ק	ו	נ	י <sup>11</sup>		מ	י	נ	י	ט	ע <sup>10</sup>
ה	ר	ד	ג <sup>16</sup>		נ <sup>15</sup>	ס	ר	א <sup>14</sup>		ו	ו <sup>13</sup>
ר		נ <sup>20</sup>		ל <sup>19</sup>		פ	ו <sup>18</sup>		מ	י <sup>17</sup>	ז
ו	פ <sup>25</sup>		ת <sup>24</sup>	ו	ל	פ	ש <sup>23</sup>		ל	ה <sup>22</sup>	צ <sup>21</sup>
נ	ו	ח <sup>29</sup>	פ <sup>28</sup>		א		ה	ק <sup>27</sup>	ד	ו	א <sup>26</sup>
צ		ל	ג <sup>32</sup>	ל	ג <sup>31</sup>		נ	ו	ו <sup>30</sup>		ר
ח	י <sup>36</sup>			י		ת	פ <sup>35</sup>	ל <sup>34</sup>		ה	נ <sup>33</sup>
נ	ס	ח <sup>40</sup>	מ <sup>39</sup>			ו	ה	ו <sup>38</sup>	ת	ת	מ <sup>37</sup>
ו		ו		ב <sup>44</sup>	צ <sup>43</sup>		ק	ר <sup>42</sup>		פ	כ <sup>41</sup>
ב	ג	ר	י <sup>48</sup>	ר	י	מ <sup>47</sup>		י	ת <sup>46</sup>	ל	ב <sup>45</sup>
ר			י	ב	כ	מ	ה	ה	ד <sup>47</sup>	ו	ה <sup>49</sup>

שמות הזוכים בספר  
על פתרון התשבצים  
מגיליון 254:

אביבית וינברג

אלי קופמן

דבורה גרינברג

נורית כהן

צפרה רגב



למורים  
שלנו

מורים המעוניינים לפרסם במדור הפנאי  
(תמונות, מתכונים, ביקורות וכו') "למורים שלנו"  
מוזמנים לשלוח למייל:

[irgunpic@gmail.com](mailto:irgunpic@gmail.com)

# תמונת החדש

תמירון בביצהן צילום: אלון מאיר, מרכז את תחום של"ח בקרית חינוך נשר



קשר



למודים שלנו

## סודוקו

רמה: קשה

4	6		5	7			1	
	3	5					4	
2				3		5		
1			9			2		
					5			
			1		7	8		4
9				4				7
	8	6			1			
			7			9		1

פתרון סודוקו מגיליון 254

4	2	9	5	7	6	1	3	8
5	1	8	4	2	3	9	6	7
7	6	3	1	9	8	4	5	2
9	3	6	7	4	5	2	8	1
1	7	5	2	8	9	6	4	3
8	4	2	3	6	1	7	9	5
2	9	1	8	3	4	5	7	6
6	8	7	9	5	2	3	1	4
3	5	4	6	1	7	8	2	9

„ואם אמרתי“ גם אצט אוקצזט ואיסוו ולובוסף טודומט



# פסח תשע"ו

**לאונרדו**  
תל אביב



**דן**  
קיסריה



**דן**  
ירושלים



**רנסנס**  
תל אביב



**פרימה**  
המלכים



**פרימה**  
רויאל



**לאונרדו**  
נגב



**גרנד**  
קורט



**פרימה**  
פארק



**לאונרדו**  
קלאב



מבקעים נוספים במגוון מלונות במחירים בלעדיים לחופשה בת הופעה  
באתר האינטרנט שלנו: [www.inbartours.com](http://www.inbartours.com)

תפיש אצוות בפיסימק

תפיש/התנהלות/שם לתוספת המבקעים בכל עת. ט.ל.ח.

מרכז הזמנות ארצי \*6768







## מה כוח המשיכה שלה? מהו סוד קסמה? ולמה היא תמיד תהיה רלוונטית ואפילו טרנדית? תואר שני בלימודי יהדות M.A. הוא המפתח להבנת העולם המרתק והמגוון של היהדות.

### תואר שני בלימודי יהדות

ללמוד מהמרצים הטובים ביותר: פרופ' נחם אילן, ד"ר מיכה גודמן, פרופ' טובה הרטמן, פרופ' יהודה בר שלום, ד"ר איריס בראון, ד"ר מתניה בן גדליה, פרופ' זאב גריס, ד"ר אסתי אייזנמן, ד"ר שלומית קנדי-הראל, ד"ר אורה ויסקינד-אלפר, ד"ר ארנון עצמון, ד"ר עומרי הרצוג, ד"ר אילון שמיר, ד"ר יעל שנקר, ד"ר חנה דוידסון, ד"ר אלי הולצר ורבים אחרים.

אנחנו בקריה האקדמית אונו, מאמינים שהיהדות שייכת לכולנו, היהדות היא לא ארון נעול שרק ליחידי סגולה יש את המפתח. לכן, אנו מציעים לכם, אלה שהיהדות מושכת אותם, שרוצים להעמיק בה, אלה שרוצים לאתגר את הנשמה ולגעת בשורשים להצטרף אלינו למסע מרגש אל תוך היהדות. אנו מזמינים אותך ללמוד תואר שני ביהדות, ליהנות מחוויה מרתקת של שני לימוד והעצמה. התואר מועבר על ידי המרצים הטובים בארץ במסגרת לימודים ייחודית המשלבת הרצאות עם לימוד בשיטת בית מדרש - בחברותא. במהלך הלימודים יינתן דגש על הבנת התהליכים ורעיונות היסוד שעיצבו את היהדות והחברה היהודית מראשית ימיה. במסגרת הלימודים תינתן הכשרה בהנחיית קבוצות ובגישור, מיומנויות שיישדרגו אותך מקצועית בכל תפקיד - כמורה, מחנך, או בכל אירגון בו תעבוד.

### מלגות מיוחדות ומשמעותיות בתכנית

הלימודים יפתחו בקמפוסים ירושלים וקרית אונו | יום לימודים אחד בשבוע | הלימודים מתחילים 7.2.2016



הקריה האקדמית אונו  
Ono Academic College  
משנים את הרוח בישראל

המרצים הטובים ביותר 2015  
שנה שנייה ברציפות  
על פי סקר התאחדות הסטודנטים



לפגישת ייעוץ ולפרטים נוספים: 1-800-550-555, [info@ono.ac.il](mailto:info@ono.ac.il), [www.ono.ac.il](http://www.ono.ac.il)

# מצורפים דפי פרסום נוספים



**אין סיבה להתפשר!**  
(ראה/ גם בצידו השני של העלון)



**בדיקה בסטנדרט רפואי  
מולטיפוקל עם מותגי העל**

**Multivision**  
NEURO SCIENCE TECHNOLOGY

אפשרות לעדשות דקות 1.76 בשקיפות מקסימלית.  
אפשרות לעדשות מחלפות צבע הטובות בעולם.  
התאמה גם למרשמים גבוהים ומורכבים / צילינדר.  
פיתוח וייצור בלעדיים לקליניקה המובילה בישראל.  
**התאמה מוצלחת - בהתחייבות!**

טכנולוגיה חדשנית המבוססת על ניתוח גלי המוח.  
מולטיפוקל NST בליטוש דו-צדדי (קדמי ואחורי).  
לראשונה: תחושה דומה לעדשות חד-מוקדיות.  
הסתגלות קלה ומהירה והפחתת לחצים בראייה.  
התאמה אישית לסגנון החיים ולנוחות מכסימלית.



עובדי ההוראה בישראל ומשפחותיהם נהנים  
באופטיקה נובה ממצע 1+1 ייחודי למסגרות  
משקפיים באיכות ובתמורה הגבוהים ביותר,  
תוצרת RODENSTOCK העולמית.

**כולל**

- עדשות חד-מוקדיות דקות במיוחד ובלתי שבירות.
- כמסגרת המבצע מקבלים:
  - 2 מסגרות RODENSTOCK, קלות ואופנתיות
  - 2 זוגות עדשות איכותיות ודקות (עד 4+2 cyl)
- בנוסף, לכל אחד מהזוגות וללא תוספת מחיר:
  - ציפוי אנטי רפלקס
  - ציפוי UV להגנה מקרינת השמש

**מחיר כולל לעובדי ההוראה בישראל ומשפחותיהם**  
(ההטבה אישית ואינה ניתנת להעברה): **1,690 ש"ח בלבד.**

**לאור הביקוש הרב, אנא תאמו את ביקורכם מראש.**

עלון זה הוא מוסף פרסום עצמאי. התמונות להמחשה בלבד. עדשות למרחק או לקריאה. המבצעים בעלון זה בתוקף עד 29.2.16 או עד גמר המלאי. ס.ל.ח



כתובתנו: רח' קפלן 17 תל-אביב, בנין הסוכנות היהודית, חדר 111  
לתאום פגישה אישית ניתן לטלפן 03-6913060 / 073-752-95-95. נשמח לעמוד לרשותך.



## אופטיקה נובה בשרות חברי:

ההסתדרות הרפואית בישראל, משרד הבטחון, ארגון נכי צה"ל, ארגון גימלאי צה"ל, הקריה למחקר גרעיני, אל על, לשכת עורכי הדין, אוניברסיטת תל-אביב, סיקו, eci, צ'ק פוינט, מוטורולה ישראל, קבוצת אפריקה ישראל, בנק דיסקונט, בנק לאומי, האופרה הישראלית, הפילהרמונית הישראלית, ההתאחדות לבריכה, בית ליסין, המשכן לאמנויות הבמה, היכל אמנויות הבמה, גימלאי קרי"מ, ועוד רבים נוספים.

## זכאות בלעדית

## לחברי הארגונים:

זוג עדשות מולטיפוקל

"סופר דקות" \* חנים

(גם לבן/בת זוג, אפשרי

לשמש) עם הזמנת

עדשות מולטיפוקל

## MULTIVISION

Professional Eyewear. Custom Made lenses.

חדש! מערכת iTrace לבדיקת ראייה מושלמת,  
כולל טופוגרפיה ו-Wavefront של הקרנית.  
אצלנו נבדקים וצופים באבחון על מסך אישי צמוד.

YOU / SEE / PERFECT  
**Multivision**

By: Optica Nova

עדשות "סופר דקות" תואמות למרשם. \*

## הגיע הזמן למולטיפוקל?..

## אל תתפשר/י על

## התחייבות להתאמה מוצלחת!

## ויש לנו גם בונוס משתלם ביותר:

## מסגרת ממגוון ייחודי של מותגי העל

## המובילים בעולם, במחירים בלעדיים:

## 299-499 ש"ח בלבד.

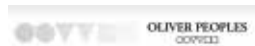
(תקף בהזמנת עדשות מולטיפוקל).



STELLA McCARTNEY



PORSCHE DESIGN



BARTON PERREIRA



כתובתנו: רח' קפלן 17 תל-אביב,

בנין הסוכנות היהודית, חדר 111

לתאום פגישה אישית ניתן לטלפן

.073-752-95-95 / 03-6913060

נשמח לעמוד לרשותך.

[www.opticanova.co.il](http://www.opticanova.co.il)

החן יאקוט גזן או שש"פ 101. לשימוש: נבדק טיפוסית  
איתם אנחנו נבדקת ונמאט נכשתי יאסמ חומב טלס נטו יוקט



## מה כוח המשיכה שלה? מהו סוד קסמה? ולמה היא תמיד תהיה רלוונטית ואפילו טרנדית? תואר שני בלימודי יהדות M.A. הוא המפתח להבנת העולם המרתק והמגוון של היהדות.

### תואר שני בלימודי יהדות

ללמוד מהמרצים הטובים ביותר: פרופ' נחם אילן, ד"ר מיכה גודמן, פרופ' טובה הרטמן, פרופ' יהודה בר שלום, ד"ר איריס בראון, ד"ר מתניה בן גדליה, פרופ' זאב גריס, ד"ר אסתי אייזנמן, ד"ר שלומית קנדי-הראל, ד"ר אורה ויסקינד-אלפר, ד"ר ארנון עצמון, ד"ר עומרי הרצוג, ד"ר אילון שמיר, ד"ר יעל שנקר, ד"ר חנה דוידסון, ד"ר אלי הולצר ורבים אחרים.

אנחנו בקריה האקדמית אונו, מאמינים שהיהדות שייכת לכולנו, היהדות היא לא ארון נעול שרק ליחידי סגולה יש את המפתח. לכן, אנו מציעים לכם, אלה שהיהדות מושכת אותם, שרוצים להעמיק בה, אלה שרוצים לאתגר את הנשמה ולגעת בשורשים להצטרף אלינו למסע מרגש אל תוך היהדות. אנו מזמינים אותך ללמוד תואר שני ביהדות, ליהנות מחוויה מרתקת של שני לימוד והעצמה. התואר מועבר על ידי המרצים הטובים בארץ במסגרת לימודים ייחודית המשלבת הרצאות עם לימוד בשיטת בית מדרש - בחברותא. במהלך הלימודים יינתן דגש על הבנת התהליכים ורעיונות היסוד שעיצבו את היהדות והחברה היהודית מראשית ימיה. במסגרת הלימודים תינתן הכשרה בהנחיית קבוצות ובגישור, מיומנויות שיישדרגו אותך מקצועית בכל תפקיד - כמורה, מחנך, או בכל אירגון בו תעבוד.

### מלגות מיוחדות ומשמעותיות בתכנית

הלימודים יפתחו בקמפוסים ירושלים וקרית אונו | יום לימודים אחד בשבוע | הלימודים מתחילים 7.2.2016



הקריה האקדמית אונו  
Ono Academic College  
משנים את הרוח בישראל

המרצים הטובים ביותר 2015  
שנה שנייה ברציפות  
על פי סקר התאחדות הסטודנטים



לפגישת ייעוץ ולפרטים נוספים: 1-800-550-555, [info@ono.ac.il](mailto:info@ono.ac.il), [www.ono.ac.il](http://www.ono.ac.il)