

דף תרגול: נוהגים בראש – זהירות בדרכים לבני נוער

מהדורה למורה | עולים חדשים

מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את הסיכונים הייחודיים לגיל ההתבגרות בדרכים
- להבין את הפיזיקה של מרחק תגובה ובלימה
- לתרגל התמודדות עם לחץ חברתי וקבלת החלטות בטוחה

גרסת עולים חדשים – מילון מילים בראש הדף, משפטים קצרים ושפה פשוטה. אפשר לאפשר מילון אישי ועבודה בזוגות.

חלק א' – הבנה בסיסית

1. ג – גדל פי 4
2. ג – שנות ה-20
3. ב – קסדה
4. ב – פריט זוהר או מחזיר אור
5. ג – מצטמצם
6. ב – אני לא מרגיש/ה בנוח, אפשר להאט?

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – לפי הנתונים, המספר עלה
2. נכון – כ-128 מתוך 459, בערך אחד מארבעה
3. נכון – הסחת דעת פוגעת בזמן התגובה ובכל מרחק העצירה
4. לא נכון – מותר רק רוכב אחד בכלי
5. לא נכון – אסור להשתמש באוזניות ברכיבה כדי לשמוע את הסביבה
6. נכון – חוגרים בכל מושב ובכל נסיעה, כולל מונית
7. לא נכון – זה לא נימוק אמיתי, אלא לחץ חברתי

חלק ג' – השלמת מילים

1. ריבוע
2. לבן
3. אדום
4. כיס
5. להיגרר
6. רוכב

חלק ד' – התאמה

- 1 – ב (גדל ביחס ישר למהירות ולזמן התגובה)
- 2 – ד (גדל בריבוע המהירות)
- 3 – א (חובה בכל גיל לרוכב כלי חשמלי)
- 4 – ה (מגדיל את המרחק שבו רואים אותנו בלילה)
- 5 – ו (חובה בכל מושב ובכל נסיעה)
- 6 – ג (כלי לעצירה ובחירה מודעת תחת לחץ)

חלק ה' – סדר נכון

1. מרגישים שחבר מפעיל לחץ חברתי
2. עוצרים רגע וחושבים (עש"ן ד"ק)
3. בוחרים תשובה שומרת על עצמי ועל החברות
4. אומרים את התשובה בביטחון, בלי להשפיל
5. ממשיכים בדרך הבטוחה שבחרנו

חלק ו' – כתיבה ומחשבה

1. תשובה טובה כוללת: סירוב ברור, נימוק קצר (בטיחות/חוק), הצעה חלופית או שמירה על קשר חיובי, טון מכבד ולא משפיל.
2. תשובה טובה: אמירה ברורה ומכבדת, בקשה קונקרטית (להאט), ואפשרות לבקש לרדת מהרכב אם הסירוב לא מתקבל.

כרטיס יציאה – מה לחפש

- תגובה-ליניארי למהירות; בלימה-בריבוע המהירות
- משפט מכבד שלא משפיל את החבר
- קסדה, פנס לבן קדימה ואדום מאחור

טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח בדיון קצר על למה דווקא גיל ההתבגרות נחשב מסוכן יותר בדרכים
- מומלץ לתרגל בקול את התשובות לשאלת האתגר על לחץ חברתי בעבודה בזוגות
- ניתן לקשר את חלק הפיזיקה להדגמה מספרית פשוטה על הלוח

דף תרגול: נוהגים בראש – זהירות בדרכים לבני נוער

דף התלמיד/ה | עולים חדשים

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

בגיל שלכם רוצים להיות עצמאיים וזה טבעי. אבל בדרכים צריך להיזהר. בדף הזה נלמד איך להיות בטוחים.

📖 מילון קטן:

מרחק תגובה	המרחק שהרכב נוסע עד שהנהג מתחיל לבלום
מרחק בלימה	המרחק שהרכב נוסע מרגע הבלימה ועד עצירה מלאה
הסחת דעת	דבר שמסיט את תשומת הלב, כמו טלפון או מוזיקה
פריט מחזיר אור	חפץ שעוזר לנהגים לראות אותנו בחושך
עש"ן ד"ק	שיטה לעצור רגע ולחשוב לפני שמחליטים תחת לחץ
לחץ חברתי	הרגשה שצריך לעשות משהו כי אחרים עושים אותו
קורקינט חשמלי	כלי רכב חשמלי שדורש גיל מינימום ורישיון מתאים

1 חלק א' – הבנה בסיסית

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. אם נוסעים מהר יותר פי 2, מרחק הבלימה גדל כמה פעמים?

א) נשאר אותו דבר ב) גדל פי 2 ג) גדל פי 4 ד) קטן פי 2

2. עד איזה גיל מתפתח החלק במוח ששוקל סיכונים?

א) גיל 10 ב) גיל 13 ג) שנות ה-20 ד) אף פעם לא מפסיק להתפתח

3. מה חייבים ללבוש כשרוכבים על קורקינט חשמלי?

א) אוזניות ב) קסדה ג) מצלמה ד) משקפי שמש

4. מה עוזר לנהגים לראות אותנו בלילה?

א) בגדים כהים ב) פריט זוהר או מחזיר אור ג) הליכה מהירה ד) כלום מזה לא עוזר

5. מה קורה לראייה שלנו כשמסתכלים בטלפון?

א) מתרחב ב) נשאר אותו דבר ג) מצטמצם ד) נעלם לגמרי

6. מה אומרים לנהג שנוהג בצורה מסוכנת?

א) שום דבר, לא נעים ב) אני לא מרגיש/ה בנוח, אפשר להאט? ג) לצעוק עליו

ד) לקפוץ מהרכב בנסיעה

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	מספר ההרוגים בתאונות דרכים ירד בין 2024 ל-2025.	☐	☐

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
2	בערך רבע מהנהרגים בתאונות דרכים הם הולכי רגל.	☐	☐
3	הסחת דעת כמו הודעה או שיחה מאריכה את זמן התגובה.	☐	☐
4	מותר לרכוב שני אנשים יחד על קורקינט חשמלי.	☐	☐
5	מותר לרכוב על קורקינט חשמלי עם אוזניות.	☐	☐
6	חובה לחגור חגורת בטיחות גם במונית.	☐	☐
7	״כולם עושים את זה״ הוא נימוק טוב להחלטה.	☐	☐

3 חלק ג׳ – השלמת מילים

השלימו את המילה החסרה.

1. מרחק הבלימה גדל ב _____ של המהירות.

2. פנס _____ חובה בחזית בכל רכיבה בחושך.

3. פנס _____ חובה מאחור בכל רכיבה בחושך.

4. לפני חצייה, מכניסים את הטלפון ל _____ ומורידים אוזניות.

5. שיטת עש״ן ד״ק עוזרת לעצור רגע ולבחור, במקום _____ .

6. אחריות על בטיחות ברכיבה היא תמיד של ה _____ .

4 חלק ד׳ – התאמה

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. מרחק תגובה	___	**א.** חובה בכל גיל לרוכב כלי חשמלי
2. מרחק בלימה	___	**ב.** גדל ביחס ישר למהירות ולזמן התגובה
3. קסדה	___	**ג.** כלי לעצירה ובחירה מודעת תחת לחץ
4. פריט מחזיר אור	___	**ד.** גדל בריבוע המהירות
5. חגורת בטיחות	___	**ה.** מגדיל את המרחק שבו רואים אותנו בלילה
6. עש״ן ד״ק	___	**ו.** חובה בכל מושב ובכל נסיעה

5 חלק ה׳ – סדר נכון

מספרו את השלבים לפי הסדר הנכון (1, 2, 3...).

☐	אומרים את התשובה בביטחון, בלי להשפיל
☐	בוחרים תשובה שומרת על עצמי ועל החברות
☐	מרגישים שחבר מפעיל לחץ חברתי

☐	ממשיכים בדרך הבטוחה שבחרנו
☐	עוצרים רגע וחושבים (עש"ן ד"ק)

6 חלק ו' – כתיבה ומחשבה

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. חבר מציע לך לרכוב איתו על אופניים חשמליים 'רק עד הפינה' בלי קסדה. כתבו תשובה שאומרת 'לא' אך שומרת על החברות.

2. אתם נוסעים ברכב ומרגישים שהנהג נוהג מהר מדי. כתבו מה הייתם אומרים ועושים.

כרטיס יציאה

מה ההבדל בין מרחק תגובה למרחק בלימה?

כתבו משפט אחד לסירוב מנומס ללחץ חברתי.

מה חובה לעשות לפני רכיבה על קורקינט חשמלי בחושך?

איך הרגשתי בשיעור? 😕 😐 🙂 😀