



תלקיט בעברית: הבנה, הבעה ולשון

12 שנות לימוד

(תלקיט – קיץ תש"ף)

המבחן עבר הסבה לדגם תשפ"א

אנו רואים בקיום טוהר הבחינות משימה חינוכית, ערכית ומוסרית,
שהמערכת כולה נקראת להיערך להצלחתה.
באחריות הנבחן/הנבחנת לשמור על טוהר הבחינות בהתאם לכללים ולהנחיות
בעל פה ובכתב על גבי שאלון הבחינה.

הוראות לנבחן

משך הבחינה: שעתיים וחצי

מבנה השאלות ומפתח ההערכה:

70 נקודות	חלק ראשון -	הבנת הנקרא
2 שאלות	טקסט 1	יש לבחור <u>2 שאלות</u> מתוך 4 השאלות 1-4.
4 שאלות		יש לבחור <u>4 שאלות</u> מתוך 6 השאלות 5-10.
שאלה 1	תמונה נלווית	שאלה 11 – <u>שאלת חובה</u> (<u>2 הסעיפים</u>)
10 נקודות	חלק שני -	שם המספר
שאלה 1	שם המספר	שאלה 12 – <u>שאלת חובה</u> (<u>10 סעיפים</u>)
20 נקודות	חלק שלישי -	הבעה
שאלה 1	ענה על שאלה <u>אחת</u> מהשאלות: 13-14	סה"כ
100 נקודות		שם לב, סה"כ יש לענות על 9 שאלות

חומר עזר מותר בשימוש: אין

הוראות מיוחדות:

1. את כל התשובות יש לרשום בגוף הבחינה.
2. יש להקפיד על כתב ברור, על כתיב נכון, על כללי הדקדוק ועל כללי הפיסוק.
3. בסיום הבחינה יש למסור למשגיח את מחברת הבחינה.
4. השאלון מנוסח בלשון זכר, אך מיועד לשני המינים.

בהצלחה!

הוראות לנבחן מותאם

מבנה השאלות ומפתח ההערכה:

70 נקודות	חלק ראשון -	הבנת הנקרא
2 שאלות	1 טקסט	יש לבחור <u>2 שאלות</u> מתוך 4 השאלות 1-4.
4 שאלות		יש לבחור <u>4 שאלות</u> מתוך 6 השאלות 5-10.
שאלה 1	תמונה נלווית	שאלה 11 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
10 נקודות	חלק שני -	שם המספר
שאלה 1	שם המספר	שאלה 12 – <u>שאלת חובה</u> (10 סעיפים)
8 שאלות		לכל שאלה = 10 נקודות
20 נקודות	חלק שלישי -	הבעה
שאלה 1	ענה על <u>סעיף א' בלבד</u>	באחת מהשאלות: 13-14
100 נקודות	סה"כ	שים לב, סה"כ יש לענות על 9 שאלות

משך הבחינה: שעתיים וחצי

חומר עזר מותר בשימוש: אין

הוראות מיוחדות:

1. את כל התשובות יש לרשום בגוף הבחינה.
2. יש להקפיד על כתב ברור, כתיב נכון, כללי הדקדוק ועל פיסוק הגיוני.
3. בסיום הבחינה יש למסור למשגיח את מחברת הבחינה.
4. השאלון מנוסח בלשון זכר, אך מיועד לשני המינים.

בהצלחה!

חלק ראשון: הבנת הנקרא (70 נקודות)

קרא את הטקסט, עיין בתמונה הנלווית, וענה על השאלות 1-11 על פי ההנחיות



(שים לב: קיימת בחירה בין שאלות).

מתקשים לקום בבוקר

<https://qrgo.page.link/B98AK>

מעובד מתוך: נדב פלדמן, דה מרקר, 22.09.2015

- פסקה א' כאשר בוקעים מהשעון המעורר צלילים בלתי-נסבלים צריך לפקוח עיניים, להתיישר, לקום מהמיטה ולהתחיל את היום, אבל הראש נשמט חזרה אל הכרית. אי־אפשר להתרגל לזה שצריך לקום בבוקר.
- פסקה ב' לא מדובר בפנינוק או בעצלות. הוכח מדעית ש"לאנשי לילה" מבנה גנטי המותאם לקימה מאוחרת. מומחי שינה וחוקרי גנטיקה מזהירים של"אנשי לילה" שצריכים לתפקד ב"עולם של בוקר" נגרם נזק רב בלימודים, בעבודה, בבריאות, בהישגים ובהתפתחות. כמו כן הם יחוו תסכול, עצבנות, מצבי רוח כתוצאה מעייפות מתמשכת וקושי בקשרים עם חברים ועם משפחה.
- פסקה ג' לרוע המזל, הפגיעה מתחילה בגיל מוקדם. גופם של בני נוער מתחיל לייצר מלטונין החל מ 23:00 בלילה עד שעות הבוקר המאוחרות. המלטונין הוא הורמון שמסייע לשלוט בשעון הביולוגי, לכן ההשלכות של מחסור מתמשך בשינה הן קריטיות להתפתחותם של ילדים ובני נוער. המשמעות היא שלא רק שקשה לצעירים להתעורר מוקדם, אלא שאורח חיים של קימה מוקדמת פוגע בהתפתחות שלהם.
- פסקה ד' ממחקרים שביצע פרופסור דרק יאן דייק מ"מכון השינה של אוניברסיטת סארי" שבאנגליה עולה כי אחת הסכנות המרכזיות של גירעון שינה בקרב צעירים היא התפתחות של מחלת הסכיזופרניה.
- פסקה ה' על פי ד"ר טאובר: "אנשי בוקר או לילה שחיים הפוך מנטייתם הטבעית, למעשה סובלים מעייפות חברתית מתמשכת בעלת השפעות בריאותיות הרסניות. להמחשה, אצל עובדי משמרות המערכת החיסונית חלשה יותר, והסיכוי לחלות בסרטן גבוה יותר".
- פסקה ו' חוקרי שינה נוספים תומכים בעמדתו של טאובר. חוקר השינה, פול קלי מאוניברסיטת אוקספורד באנגליה: "מהמחקר עולה שאנחנו חברה שסובלת מגירעון שינה, וקבוצת הגיל 14–24 היא שסובלת יותר מכל קבוצה אחרת באוכלוסייה. זה גורם לאיום חמור על הבריאות הגופנית, על הבריאות הנפשית ועל מצב הרוח".
- פסקה ז' חוקרים מובילים בעולם מנהלים קמפיין חוצה-יבשות במטרה להביא לשינוי במדיניות כלפי שינת ילדים וצעירים ולהתחיל את הלימודים בבתי הספר בשעות מאוחרות יותר.

שאלות לטקסט:

בחירה: בחר **2 שאלות** מתוך 4 השאלות 1-4 שלפניך.

(כל שאלה – 10 נקודות)

1. א. על פי הטקסט: פסקה ב', מה הוכח מדעית?

ב. באותה פסקה (פסקה ב') מהו הנזק המתואר ל"אנשי לילה" ב"עולם של בוקר"?

2. א. על פי פסקה ג' – הסבירו כיצד קשור ייצור המלטונין לפגיעה בהתפתחות אצל בני נוער.

ב. על פי אותה פסקה – פסקה ג' - מהי המשמעות של קימה מוקדמת אצל בני נוער?

3. א. בחר באחת מהפסקות : ד-ו'. תאר מה טוען החוקר בפסקה שבחרת.

ב. במה כל החוקרים תמימי דעים (מסכימים)?

4.א. על פי פסקה ז' – מה מנהלים החוקרים?

ב. על פי פסקה ז' – מה מטרת הקמפיין שמנהלים החוקרים?

בחר 4 שאלות מתוך 6 השאלות 5-10 שלפניך:

5. מאזכרים: למה מתייחסים המאזכרים המודגשים בקו:

א. "מומחי שינה וחוקרי גנטיקה מזהירים של"אנשי לילה" שצריכים לתפקד ב"עולם של בוקר" נגרם נזק רב ... כמו כן הם יחוו תסכול, עצבנות...". (פסקה ב')

ב. "המשמעות היא שלא רק שקשה לצעירים להתעורר מוקדם, אלא שאורח חיים של קימה מוקדמת פוגע בהתפתחות שלהם". (פסקה ג')

6. במשפטים הבאים מופיעה מילה שתפקידה יצירת קשר לוגי. מהו תפקידו של הקשר הלוגי במשפט? (הקף בעיגול את הקשר הלוגי, בחר את סוג הקשר מבין התשובות המוצעות והקף בעיגול את תשובתך):

א. "צריך לפקוח עיניים, להתיישר, לקום מהמיטה, ולהתחיל את היום, אבל הראש נשמט חזרה אל הכרית". (פסקה א').

א. ויתור ב. ניגוד ג. תנאי ד. תכלית/מטרה

ב. "המלטונין הוא הורמון שמסייע לשלוט בשעון הביולוגי, לכן ההשלכות של מחסור מתמשך בשינה הן קריטיות להתפתחותם של ילדים ובני נוער". (טקסט 1, פסקה ג').

א. זמן ב. ניגוד ג. תנאי ד. סיבה ותוצאה

7. נרדפות וניגודי משמעות

א. "מומחי שינה וחוקרי גנטיקה **מזהירים** של"אנשי לילה" שצריכים לתפקד ב"עולם של בוקר" נגרם נזק רב בלימודים... ". (פסקה ב')
סמן מהו היחס הסמנטי בין המילים:

מזהירים – מאיימים

1. נרדפות 2. ניגודיות

ב. סמן את **כל** זוגות המילים שהיחס ביניהן הוא כמו היחס שבין המילים שבסעיף א':

1. בריאות - חולי
2. עבודה - עיסוק
3. משפחה - קרובים
4. קושי – קלות

8. א. **סמיכות**: לפניך טבלה. השלם את החסר.

<u>סמיכות ברבים</u>	<u>סמיכות ביחיד</u>
אנשי לילה	
מומחי שינה	
	מצב רוח
	מכון שינה

ב. הביאו 3 דוגמות נוספות (**שונות מהמצויינות בטבלה**) מהטקסט: **בחר את הדוגמות מפסקות ה'-ז' בלבד**. הדוגמות יכולות להיות **סמיכות ביחיד** ו/או **סמיכות ברבים**. העתק את הצירוף בלבד כפי שהוא מובא בטקסט – אין להמירו ליחיד/לרבים.

9. לפניך משפטים בהם נעשה שימוש במירכאות.
מה תפקיד המירכאות בחלקים המודגשים בסעיפים הבאים?
את תפקיד המירכאות בכל משפט בחר מתוך האפשרויות הבאות:
ציטוט, אירוניה, שם/מושג, ביטוי מושאל (מטאפורה), סלנג, ביטוי/פתגם

א. "לא מדובר בפינוק או בעצלות. הוכח מדעית ש"לאנשי לילה" מבנה גנטי המותאם לקימה מאוחרת. (פסקה ב')

ב. על פי ד"ר טאובר: "אנשי בוקר או לילה שחיים הפוך מנטייתם הטבעית, למעשה סובלים מעייפות חברתית מתמשכת בעלת השפעות בריאותיות הרסניות. להמחשה, אצל עובדי משמרות המערכת החיסונית חלשה יותר, והסיכוי לחלות בסרטן גבוה יותר". (פסקה ה')

10. פירושי מילים

א. "חוקרי שינה נוספים תומכים בעמדתו של טאובר" (פסקה ו')
לפניך ארבעה פירושים למילה "תומכים". הקף את הפירוש המתאים ביותר
להקשר במאמר:

א. תוחמים ב. מתנגדים ג. מזדהים ד. מסתייגים

ב. "אנחנו חברה שסובלת מגירעון שינה". (פסקה ו')
לפניך ארבעה פירושים למילה "גירעון". הקף את הפירוש המתאים ביותר
להקשר במאמר:

א. עודף ב. חוסר ג. גרעין ד. רוגע

צריך להתחיל ללמוד בעשר בבוקר

האנושות כולה במשבר מתמשך כתוצאה מגירעון בשינה



דובי קייך, 2015

ענה על שאלה 11- חובה

שאלה על התמונה הנלווית:

שים לב – יש לענות על שני הסעיפים בשאלה!

11א. לפניך תמונה. תאר מה מציגה התמונה בהקשר למאמר.

11ב. לאיזו פסקה בטקסט היית משייך את התמונה? הסבר מדוע.

חלק שני: שם המספר (10 נקודות)

ענה על שאלה 12- שאלת חובה (10 סעיפים)

12. שם המספר

בקטעים שלפניך **הקף** את הצורה הנכונה של כל שם מספר מבין שתי האפשרויות הנתונות.

- (1) מחקר אמריקאי שנערך בשנת **אלפיים ושש עשרה** / **אלפיים וששה עשר**
בדק את הרגלי השינה בקרב בני נוער.
- (2) נתוני המחקר התפרסמו ב **ארבעה עשר** / **ארבע עשרה** ביוני 2016.
- (3) במחקר השתתפו **אלפיים מאתיים חמישים ותשע** / **אלפיים מאתיים חמישים ותשעה** תלמידי תיכון.
- (4) החוקרים ליוו תלמידים מ **עשרים ושלוש** / **עשרים ו שלושה** בתי ספר.
- (5) הליווי נערך במשך **שלוש** / **שלושה** שנים.
- (6) בכל מדינה השתתפו לפחות **חמישים ושבע** / **חמישים ושבעה** תלמידים.
- (7) נראה שבנות ישנות כמעט פי **שתיים** / **שניים** יותר מהבנים.
- (8) רוב התלמידים לא הצליחו לשלב **תשע** / **תשעה** שעות שינה ביממה כפי שמומלץ.
- (9) **תשעה עשר** / **תשע עשרה** אחוזים מהתלמידים דיווחו שהם מרגישים פגיעה בריכוז בשל מחסור בשעות שינה.
- (10) בתי הספר דחו את בקשת ההורים להתחיל את יום הלימודים מאוחר יותר כי נדרשת לכך עלות נוספת של כ **עשרת אלפים וארבע מאות** ₪ / **עשר אלף וארבעה מאות** ₪ בחודש.

בדוק: – האם ענית על 8 שאלות בחלק הראשון ובחלק השני?

חלק שני: הבעה (20 נקודות)

לנבחן הרגיל: ענה על אחת מתוך 2 השאלות 13-14. לנבחן המותאם: ענה רק על סעיף א
בשאלה 13 או בשאלה 14 (אין צורך לכתוב סיכום או חיבור)
13.א. אם בחרת בשאלה זו: לפניך תרשים. מלא את המשבצות הריקות על פי טקסט 1
והתמונה הנלווית. (10 נקודות / 20 נקודות למותאם)

הבעיה (שמוצגת בטקסט):

<p><u>המלצות:</u> <u>מהטקסט:</u></p> <p><u>מהתמונה:</u></p>	<p><u>תוצאה 3</u> <u>מהתמונה הנלווית</u></p>	<p><u>תוצאה 2 מתוך</u> <u>מחקר</u> <u>מהטקסט</u></p>	<p><u>תוצאה 1 מתוך</u> <u>מחקר</u> <u>מהטקסט</u></p>
--	--	--	--

ב. כתוב סיכום בלשונך. (10 נקודות / מותאם לא עונה על סעיף זה)

בסיכומך התייחס לבעיה שמוצגת בטקסט, לתוצאות מהטקסט ומהתמונה, ולהמלצות שעולות מהטקסט ומהתמונה.

(אורך הסיכום כ- 12 שורות – לצורך תלקיט זה – ניתן לכתוב סיכום קצר יותר של כ- 10 שורות).

14. אם בחרת בשאלה זו :

(10 נקודות / 20 נקודות למותאם)

א. מלא את הטבלה הבאה.

אני מסכים ל / מתנגד ל / מסתייג מה- טענה ש : צריך להתחיל ללמוד בעשר בבוקר (הקף את בחירתך)
ההסבר שלי לבחירה שהקפתי בעיגול הוא ש :
המתנגדים לדעתי אומרים ש :
תשובתי למתנגדים היא ש :

ב. כתוב **חיבור** קצר שנושאו הוא :

ג. **צריך להתחיל ללמוד בעשר בבוקר**

(10 נקודות / מותאם לא עונה על סעיף זה)

בחיבורך כלול את הרכיבים הבאים : 1. כותרת 2. פתיחה 3. הטענה + דעתך
וביסוס/נימוק 4. דעתם של המתנגדים לדעתך ותשובתך להם 5. פסקת סיום.
(אורך החיבור כ- 12 שורות שורות – לצורך תלקיט זה – ניתן לכתוב חיבור קצר יותר של כ- 10 שורות)
