



## מבחן בעברית: הבנה, הבעה ולשון

### 12 שנות לימוד

#### המבחן עבר הסבה לדגם תשפ"ד

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: שתיים וחצי

מבנה השאלות ומפתח ההערכה:

70 נקודות	חלק ראשון -	הבנת הנקרא
שאלה 1	מאמר	שאלה 1 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
5 נק'		
2 שאלות		יש לבחור <u>2 שאלות</u> מתוך 3 השאלות 2-4.
10 נק' לכל שאלה		יש לבחור <u>4 שאלות</u> מתוך 6 השאלות 5-10.
4 שאלות		
שאלה 1	תמונה נלווית	שאלה 11 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
5 נק'		
10 נקודות	חלק שני -	שם המספר
שאלה 1	שם המספר	שאלה 12 – <u>שאלת חובה</u> (10 סעיפים)
10 נקודות		
9 שאלות		7 שאלות 10 נק' + 2 שאלות 5 נק' סה"כ: 9 שאלות
20 נקודות	חלק שלישי -	הבעה
שאלה 1		ענו על שאלה <u>אחת</u> מהשאלות: 13-14 (2 הסעיפים)
20 נקודות		
100 נקודות	סה"כ	
		שימו לב, סה"כ יש לענות על 10 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.

**בהצלחה!**

## הוראות לנבחן מותאם

### מבנה השאלות ומפתח ההערכה:

70 נקודות	חלק ראשון -	הבנת הנקרא
שאלה 1	מאמר	שאלה 1 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
5 נק'		
2 שאלות		יש לבחור <u>2 שאלות</u> מתוך 3 השאלות 2-4.
10 נק' לכל שאלה		יש לבחור <u>4 שאלות</u> מתוך 6 השאלות 5-10.
4 שאלות		
שאלה 1	תמונה נלווית	שאלה 11 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
5 נק'		
10 נקודות	חלק שני -	שם המספר
שאלה 1	שם המספר	שאלה 12 – <u>שאלת חובה</u> (10 סעיפים)
9 שאלות		7 שאלות 10 נק' + 2 שאלות 5 נק' סה"כ: 9 שאלות
20 נקודות	חלק שלישי -	הבעה
שאלה 1	ענו על <u>סעיף א' בלבד</u> <u>באחת</u> מהשאלות: 13-14	
100 נקודות	סה"כ	שימו לב, סה"כ יש לענות על 10 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.

**בהצלחה!**

## הוראות לנבחן עולה חדש

משך הבחינה: שעתיים וחצי

מבנה השאלות ומפתח ההערכה:

70 נקודות	חלק ראשון -	הבנת הנקרא
5 נק' שאלה 1	מאמר	שאלה 1 – <u>שאלת חובה</u> (2 הסעיפים)
15 נק' לכל שאלה		יש לבחור <u>שאלה</u> מתוך 3 השאלות 2-4.
3 שאלות		יש לבחור <u>3 שאלות</u> מתוך 6 השאלות 5-10.
5 נק' 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)
7 שאלות	4 שאלות 15 נק' + 2 שאלות 5 נק' + שאלה 10 נק' סה"כ:	7 שאלות
20 נקודות	חלק שלישי -	הבעה
שאלה 1	ענו על שאלה אחת מהשאלות: 13-14 (2 הסעיפים)	
100 נקודות	סה"כ	
	שימו לב, סה"כ יש לענות על 8 שאלות	

עולה חדש שעונה כנבחן רגיל – יקבל תוספת נקודות כפי שהוא מוגדר במערכת (10-15 נק')  
עולה חדש שהוא גם נבחן מותאם – יבחר במטלת כתיבה אחת (מתוך שאלות 13-14) ויענה רק על סעיף א' (כפי שמופיע בהוראות לנבחן מותאם)

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.

**בהצלחה!**

## חלק ראשון: הבנת הנקרא (70 נקודות)

קראו את המאמר, עיינו בתמונה הנלווית, וענו על השאלות 1-11 על פי ההנחיות (שימו לב: קיימת בחירה בין שאלות).

### מתקשים לקום בבוקר

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 בפינוק 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.

1. א. התבוננו בכותרת המאמר ובכותרת התמונה המופיעה בהמשך המבחן, ושערו: מה הנושא המשותף למאמר ולתמונה ובמה הם יעסקו? (היעזרו בכותרת המשנה של התמונה) (3 נק')

---

---

---

ב. מהו סוג הכותרת של המאמר? (2 נק')  
(הקיפו את התשובה המתאימה)

1. כותרת עובדתית
2. כותרת מגמתית (נוקטת עמדה)
3. כותרת פיקנטית

שאלות למאמר:

נבחן רגיל: בחרו 2 שאלות מתוך 3 השאלות 2-4 שלפניכם (כל שאלה – 10 נקודות)  
עולה חדש: בחרו שאלה 1 מתוך 3 השאלות 2-4 שלפניכם (כל שאלה – 15 נקודות)

לבוש - כל סעיף = 5 נקודות. המטרה של שיוויון הניקוד בסעיפים היא ליצור איזון. אם יש סעיף קשה יותר - שלא יחרם לציין נחוק עבור המתקשים.

כל שאלה שמתבקשת תשובה מלאה - להוריה 1 - על היעדר תשובה מלאה. 4 הנקודות הנוספות על פי שיקול דעתכם אם התלמיד ענה כנדרש. אם נראה לכם שענה על חלק הפחיתו מהניקוד שנשאר את הנדרש.

המבחן שהניקוד לא מתחלק וזריק להוריה 1.5 (למשל) - בסיום ההדפסה יש לסכום הניקוד, ואם עדיין נשאר מספר לא שלם לעצם את התוצאה, דוגמה: הציין הסופי יצא 82.5 - לעצם 83

2. א. על פי המאמר: פסקה ב', מה הוכח מדעית?

---

---

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

---

---

---

**3. 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?

---

---

---

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

---

---

---

---

---

---

**ב.** במה כל החוקרים תמימי דעים (מסכימים)?

---

---

---

- נבחן רגיל : בחרו 4 שאלות מתוך 6 השאלות 5-10 שלפניכם (כל שאלה – 10 נקודות)
- עולה חדש : בחרו 3 שאלות מתוך 6 השאלות 5-10 שלפניכם (כל שאלה – 15 נקודות)

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? (הקיפו בעיגול את סוג הקשר הלוגי – מבין התשובות המוצעות):

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". (פסקה ג').

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



**7. נרדפות וניגודי משמעות**

א. סמנו את כל זוגות המילים שהיחס ביניהן הוא: ניגודיות

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

ב. "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

8. א. **סמיכות**: לפניכם טבלה. השלימו את החסר.

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

ב. לפניכם צירופי מילים מהמאמר. הקיפו בעיגול את כל צירופי המילים שהם צירופי סמיכות. (שימו לב – שאינכם מקיפים בעיגול צירוף של שם ותוארו). צירופי המילים יכולים להיות סמיכות ביחיד ו/או סמיכות ברבים

השפעות בריאותיות	נטייה טבעית	אנשי בוקר
חוקרי שינה	עובדי משמרות	חוקרים מובילים

9. לפניכם משפטים בהם נעשה שימוש ב**מירכאות**.

מה תפקיד ה**מירכאות** בחלקים המודגשים בסעיפים הבאים?  
את תפקיד המירכאות בכל משפט בחרו 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')

לפניכם ארבעה פירושים למילה "**תומכים**". הקיפו את הפירוש ה**מתאים ביותר להקשר במאמר**:

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

ב. "אנחנו חברה שסובלת מ**גירעון** שינה". (פסקה ו')

לפניכם ארבעה פירושים למילה "**גירעון**". הקיפו את הפירוש ה**מתאים 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

ענו על שני הסעיפים בשאלה 11 - שאלת חובה

שאלה על התמונה הנלווית:

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

---

---

---

---

ב. לאיזו פסקה במאמר היית משייך את התמונה? הסבר מדוע.

---

---

---

---

---

## חלק שני: שם המספר (10 נקודות)

ענו על שאלה 12 - שאלת חובה (10 סעיפים)

12. בקטעים שלפניכם **הקיפו** את הצורה הנכונה של שם המספר 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 ושלושה** 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.





