🎨 אדום, צהוב או ירוק?

רמזור הלב – בטיחות בדרכים מבפנים ומבחוץ · מסלול: ז'–ח' · חנ"מ · יצרה: רוית ראש בן ישי

📘 מהדורת המורה – עם תשובות

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: מזהים את סימני הגוף: חום, דופק, מתח · מניחים את הטלפון לפני שמגיבים בקבוצה · יוצאים לרגע מהמצב כדי להירגע · נותנים שם מדויק לרגש: עלבון, קנאה, פחד · בודקים את הפרשנות: האם זו עובדה או מחשבה? · שוקלים מחיר מול תועלת של "אתגר" ברשת · מתכננים מסלול בטוח הביתה בערב · מנסחים תשובה מכבדת ללחץ חברתי

🔴 עוצרים ומרגישים	🟡 חושבים ומתכננים	🟢 פועלים ומגיבים
מזהים את סימני הגוף: חום, דופק, מתח	בודקים את הפרשנות: האם זו עובדה או מחשבה?	
מניחים את הטלפון לפני שמגיבים בקבוצה	שוקלים מחיר מול תועלת של "אתגר" ברשת	
יוצאים לרגע מהמצב כדי להירגע	מתכננים מסלול בטוח הביתה בערב	
נותנים שם מדויק לרגש: עלבון, קנאה, פחד	מנסחים תשובה מכבדת ללחץ חברתי	

✍️ אתגר: כתבו "תוכנית רמזור" לרגע שבו קשה לכם במיוחד.

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

🎨 אדום, צהוב או ירוק?

רמזור הלב – בטיחות בדרכים מבפנים ומבחוץ · מסלול: ז'–ח' · חנ"מ · יצרה: רוית ראש בן ישי

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

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: מזהים את סימני הגוף: חום, דופק, מתח · מניחים את הטלפון לפני שמגיבים בקבוצה · יוצאים לרגע מהמצב כדי להירגע · נותנים שם מדויק לרגש: עלבון, קנאה, פחד · בודקים את הפרשנות: האם זו עובדה או מחשבה? · שוקלים מחיר מול תועלת של "אתגר" ברשת · מתכננים מסלול בטוח הביתה בערב · מנסחים תשובה מכבדת ללחץ חברתי

🔴 עוצרים ומרגישים	🟡 חושבים ומתכננים	🟢 פועלים ומגיבים

✍️ **אתגר: כתבו "תוכנית רמזור" לרגע שבו קשה לכם במיוחד.**

_____

_____