

ספריית הסיפורים – חוברת 4 מתוך 4 (מנוקד)

סיפורים חברתיים מנוקדים · לשון ניטרלית (זכר/נקבה)

בחוברת

1. טקס באולם
2. מצביעים ומחכים לתור
3. אומרים סליחה ומתקנים
4. כשאומרים לי "לא"
5. יום ראשון בכיתה חדשה
6. ארוחת עשר וטעמים חדשים
7. הולכים לישון בערב

טֶקֶס בָּאוּלָם

לפני טקס, הופעה או אסיפה באולם, לילדים שרמקולים, מוזיקה ומחיאות כפיים חזקות מציפים אותם.



1. זֶה אֲנִי. לִפְעָמִים יֵשׁ בְּבֵית הַסֵּפֶר טֶקֶס אוֹ הוֹפָעָה בְּאוּלָם גָּדוֹל.
2. בָּאוּלָם יֵשׁ הַרְבֵּה כִּסְאוֹת, בָּמָה וְרַמְקוֹלִים. כָּל הַכִּתּוֹת נִכְנָסוֹת וּמִתְיַשְּׁבוֹת בְּשׁוּרוֹת.
3. בָּרַמְקוֹל הַקּוֹלוֹת חֲזָקִים. לִפְעָמִים יֵשׁ מוּזִיקָה רוֹעֶשֶׁת וּמְחִיאוֹת כַּפַּיִם פִּתְאוֹמִיּוֹת.
4. כְּשֶׁיֵּשׁ רַעַשׁ חָזָק, לִפְעָמִים הָאָזְנַיִם שֶׁלִּי מַרְגִּישׁוֹת לֹא נוֹחַ, וַאֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה לָחוּץ/לְחוּצָה.
5. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לָשִׂים אָזְנִיּוֹת שְׁקֵטוֹת, לָשֶׁבֶת בִּקְצֵה הַשּׁוּרָה, וְלִנְשֹׁם לְאַט כְּשֶׁמּוֹחֲאִים כַּפַּיִם.
6. אִם זֶה יוֹתֵר מִדַּי, אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְהַרְאוֹת כַּרְטִיס "הַפְסָקָה" וְלָצֵאת לְרֶגַע עִם מְבֻגָּר לְפִנָּה שְׁקֵטָה.
7. הַתַּלְמִידִים וְהַתַּלְמִידוֹת עַל הַבָּמָה הִתְאַמְּנוּ הַרְבֵּה. מְחִיאוֹת הַכַּפַּיִם אוֹמְרוֹת לָהֶם "כָּל הַכָּבוֹד!" וּמְשַׂמְּחוֹת אוֹתָם.
8. בְּסוֹף הַטֶּקֶס אֲנַחְנוּ חוֹזְרִים לַכִּתָּה בְּשֶׁקֶט. הִצְלַחְתִּי לִהְיוֹת בַּטֶּקֶס בַּדֶּרֶךְ שֶׁמַּתְאִימָה לִי!

מַצְבִּיעִים וּמְחַכִּים לַתּוֹר

לילדים שעונים בלי רשות או מתקשים לחכות לתור לדבר בכיתה: מצביעים, שומרים את המחשבה ומקשיבים לאחרים.



1. זֶה אֲנִי. בַּכִּתָּה יֵשׁ הַרְבֵּה יְלָדִים, וְכֻלָּם רוֹצִים לְדַבֵּר וּלְהִשְׁתַּתֵּף.
2. כְּשֶׁאֲנִי יוֹדֵעַ/יוֹדַעַת תְּשׁוּבָה, אֲנִי רוֹצֶה/רוֹצָה לְהַגִּיד אוֹתָהּ מִיָּד. זֶה כִּי אֲנִי מִתְלַהֵב/מִתְלַהֶבֶת.
3. בַּכִּתָּה יֵשׁ כְּלָל: מִי שֶׁרוֹצֶה לְדַבֵּר, מַצְבִּיעַ וּמְחַכֶּה עַד שֶׁקּוֹרְאִים בִּשְׁמוֹ.
4. כְּשֻׁכֻּלָּם מְדַבְּרִים יַחַד, קָשֶׁה לִשְׁמֹעַ. כְּשֶׁמְּחַכִּים לַתּוֹר, כָּל אֶחָד וְאַחַת יְכוֹלִים לְהִשָּׁמַע.
5. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְהָרִים יָד, לִסְגֹּר אֶת הַפֶּה בַּעֲדִינוּת, וְלִשְׁמֹר אֶת הַתְּשׁוּבָה בָּרֹאשׁ בִּזְמַן שֶׁאֲנִי מְחַכֶּה/מְחַכָּה.
6. לִפְעָמִים קוֹרְאִים לְמִישֶׁהוּ אַחֵר. אָז אֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה קְצָת מְאֻכְזָב/מְאֻכְזֶבֶת, וְזֶה בְּסֵדֶר.
7. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לִנְשֹׁם, לְהַקְשִׁיב לַתְּשׁוּבָה שֶׁל חָבֵר אוֹ חֲבֵרָה, וּלְהַצְבִּיעַ שׁוּב בַּפַּעַם הַבָּאָה.
8. כְּשֶׁמַּגִּיעַ הַתּוֹר שֶׁלִּי, אֲנִי אוֹמֵר/אוֹמֶרֶת אֶת מָה שֶׁחָשַׁבְתִּי. כֻּלָּם מַקְשִׁיבִים לִי, וַאֲנִי גֵּא/גֵּאָה בְּעַצְמִי.

אוֹמְרִים סְלִיחָה וּמִתַּקְּנִים

לילדים שמתקשים להתנצל אחרי טעות או ריב: עוצרים, נרגעים, אומרים סליחה ומתקנים, ונותנים לאחר זמן.



1. זֶה אֲנִי. לִפְעָמִים אֲנִי עוֹשֶׂה/עוֹשָׂה טָעוּת, בְּלִי כַּוָּנָה אוֹ מִתּוֹךְ כַּעַס.
2. לְמָשָׁל, אוּלַי דָּחַפְתִּי בַּתּוֹר, שָׁבַרְתִּי מַשֶּׂהוּ אוֹ אָמַרְתִּי מִלָּה שֶׁפּוֹגַעַת.
3. כְּשֶׁזֶּה קוֹרֶה, הַלֵּב שֶׁל הֶחָבֵר אוֹ הַחֲבֵרָה כּוֹאֵב קְצָת. גַּם אֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה לֹא נָעִים בַּבֶּטֶן.
4. קֹדֶם אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לַעֲצֹר, לִנְשֹׁם עָמֹק וּלְהֵרָגַע.
5. אַחַר כָּךְ אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְהִסְתַּכֵּל עַל הֶחָבֵר אוֹ הַחֲבֵרָה וְלוֹמַר: "סְלִיחָה, לֹא רָצִיתִי לִפְגֹּעַ."
6. אֶפְשָׁר גַּם לְתַקֵּן: לְהָרִים אֶת מָה שֶׁנָּפַל, לַעֲזֹר לְסַדֵּר, אוֹ לִשְׁאֹל "אֵיךְ אֶפְשָׁר לַעֲזֹר?"
7. לִפְעָמִים מְקַבְּלִים אֶת הַסְּלִיחָה מִיָּד, וְלִפְעָמִים צָרִיךְ זְמַן. זֶה בְּסֵדֶר לְחַכּוֹת.
8. כָּל אֶחָד וְאַחַת טוֹעִים לִפְעָמִים. כְּשֶׁאֲנִי אוֹמֵר/אוֹמֶרֶת סְלִיחָה וּמִתַּקֵּן/מִתַּקֶּנֶת, אֲנִי לוֹמֵד/לוֹמֶדֶת וְגָדֵל/גְּדֵלָה.

כְּשֶׁאוֹמְרִים לִי "לֹא"

לילדים שנפגעים או כועסים כשחבר או חברה לא רוצים לשחק עכשיו: להבין ש"לא" זה לא דחייה, ולמצוא אפשרות אחרת.



1. זֶה אֲנִי. אֲנִי אוֹהֵב/אוֹהֶבֶת לְשַׂחֵק עִם חֲבֵרִים וַחֲבֵרוֹת.
2. לִפְעָמִים אֲנִי מַזְמִין/מַזְמִינָה חָבֵר אוֹ חֲבֵרָה לְשַׂחֵק, וְהַתְּשׁוּבָה הִיא: "לֹא, לֹא עַכְשָׁו."
3. כְּשֶׁאֲנִי שׁוֹמֵעַ/שׁוֹמַעַת "לֹא", אֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה אוּלַי עָצוּב/עֲצוּבָה אוֹ כּוֹעֵס/כּוֹעֶסֶת. זֶה רֶגֶשׁ טִבְעִי.
4. "לֹא" לֹא אוֹמֵר שֶׁלֹּא אוֹהֲבִים אוֹתִי. אוּלַי הֶחָבֵר אוֹ הַחֲבֵרָה עֲיֵפִים, בְּאֶמְצַע מִשְׂחָק אַחֵר, אוֹ רוֹצִים לָנוּחַ.
5. גַּם לִי מֻתָּר לוֹמַר "לֹא" לִפְעָמִים. כֻּלָּם רַשָּׁאִים לִבְחֹר מָתַי וְעִם מִי לְשַׂחֵק.
6. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לִנְשֹׁם לְאַט וְלוֹמַר: "בְּסֵדֶר, אוּלַי אַחַר כָּךְ."
7. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְהַזְמִין חָבֵר אַחֵר אוֹ חֲבֵרָה אַחֶרֶת, לִשְׁאֹל אִם אֶפְשָׁר לְהִצְטָרֵף לַמִּשְׂחָק, אוֹ לְשַׂחֵק לְבַד קְצָת.
8. לִפְעָמִים הַתְּשׁוּבָה הִיא "לֹא", וְלִפְעָמִים "כֵּן". מָחָר אֶפְשָׁר לְנַסּוֹת שׁוּב, וְיֵשׁ הַרְבֵּה דְּרָכִים לְהָנוֹת.

יוֹם רִאשׁוֹן בְּכִתָּה חֲדָשָׁה

לפני מעבר לכיתה חדשה, לבית ספר חדש או לתחילת שנה: מה חדש, אילו רגשות עולים, ואיך מכירים ושואלים.



1. זֶה אֲנִי. הַיּוֹם יוֹם רִאשׁוֹן שֶׁלִּי בְּכִתָּה חֲדָשָׁה.
2. בַּבֹּקֶר אִמָּא מְלַוָּה אוֹתִי עַד הַשַּׁעַר. אֲנִי לוֹקֵחַ/לוֹקַחַת אִתִּי אֶת הַתִּיק וּבַקְבּוּק מַיִם.
3. בַּכִּתָּה הַחֲדָשָׁה יֵשׁ מְבֻגָּרִים חֲדָשִׁים, יְלָדִים חֲדָשִׁים וְכִסֵּא חָדָשׁ בַּשִּׁבִּילִי. הַכֹּל עוֹד לֹא מֻכָּר לִי.
4. בַּיּוֹם הָרִאשׁוֹן אֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה אוּלַי נִרְגָּשׁ/נִרְגֶּשֶׁת, בַּיְשָׁן/בַּיְשָׁנִית אוֹ קְצָת מְפַחֵד/מְפַחֶדֶת. כָּל הָרְגָשׁוֹת הָאֵלֶּה בְּסֵדֶר.
5. גַּם יְלָדִים אֲחֵרִים בַּכִּתָּה חֲדָשִׁים, וְגַם הֵם מִתְרַגְּשִׁים. הַצָּוֶת שָׂמֵחַ לִפְגֹּשׁ אוֹתִי וְרוֹצֶה לַעֲזֹר.
6. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְחַיֵּךְ, לְהַגִּיד אֶת הַשֵּׁם שֶׁלִּי, וְלִשְׁאֹל אֶת הַיְלָדִים שֶׁלְּיָדִי: "אֵיךְ קוֹרְאִים לָכֶם?"
7. אִם אֲנִי לֹא יוֹדֵעַ/יוֹדַעַת אֵיפֹה מַשֶּׁהוּ, אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לִשְׁאֹל מְבֻגָּר מֵהַצָּוֶת. מֻתָּר לִשְׁאֹל כַּמָּה פְּעָמִים.
8. בְּסוֹף הַיּוֹם אִמָּא מְחַכָּה לִי בַּשַּׁעַר. לְאַט לְאַט הַכִּתָּה הַחֲדָשָׁה נַעֲשֵׂית מֻכֶּרֶת וּנְעִימָה.

אֲרוּחַת עֶשֶׂר וּטְעָמִים חֲדָשִׁים

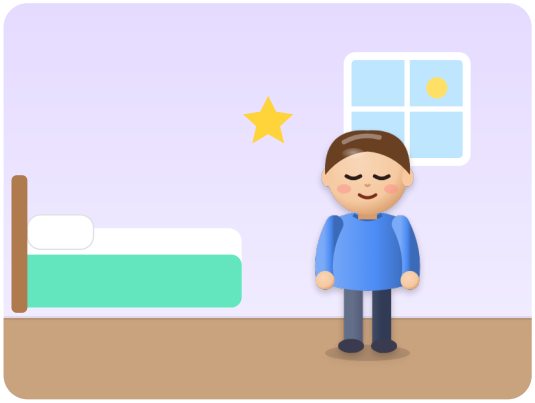
לילדים בררנים באוכל או רגישים לטעמים, מרקמים וריחות: מסתכלים, מריחים, טועמים ביס קטן, ומותר לומר "לא, תודה".



1. זֶה אֲנִי. בְּבֵית הַסֵּפֶר יֵשׁ אֲרוּחַת עֶשֶׂר. אֲנִי אוֹכֵל/אוֹכֶלֶת עִם הַחֲבֵרִים בַּכִּתָּה.
2. לִפְעָמִים יֵשׁ בַּצַּלַּחַת מַאֲכָל חָדָשׁ, בְּצֶבַע אוֹ בְּרֵיחַ שֶׁאֲנִי לֹא מַכִּיר/מַכִּירָה.
3. טַעַם חָדָשׁ יָכוֹל לְהַרְגִּישׁ מוּזָר בַּפֶּה. לִפְעָמִים אֲנִי מַרְגִּישׁ/מַרְגִּישָׁה מְהַסֵּס/מְהַסֶּסֶת אוֹ דּוֹאֵג/דּוֹאֶגֶת, וְזֶה בְּסֵדֶר.
4. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה קֹדֶם לְהִסְתַּכֵּל, לְהָרִיחַ וְלָגַעַת בַּמַּזְלֵג. אֵין צֹרֶךְ לְמַהֵר.
5. אִם אֲנִי רוֹצֶה/רוֹצָה, אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לִטְעֹם בִּיס קָטָן מְאוֹד. אִם לֹא טָעִים לִי, אֶפְשָׁר לוֹמַר "לֹא, תּוֹדָה" בְּנִימוּס.
6. הַמְּבֻגָּרִים שְׂמֵחִים כְּשֶׁאֲנִי מְנַסֶּה/מְנַסָּה, גַּם כְּשֶׁאֲנִי לֹא אוֹהֵב/אוֹהֶבֶת אֶת הַטַּעַם. לְנַסּוֹת זֶה אֹמֶץ.
7. לִפְעָמִים צָרִיךְ לִטְעֹם מַאֲכָל כַּמָּה פְּעָמִים, בְּיָמִים שׁוֹנִים, עַד שֶׁהוּא נַעֲשֶׂה מֻכָּר וְטָעִים.
8. בְּסוֹף הָאֲרוּחָה אֲנִי מְפַנֶּה/מְפַנָּה אֶת הַצַּלַּחַת. נִסִּיתִי מַשֶּׁהוּ חָדָשׁ, וַאֲנִי גֵּא/גֵּאָה בְּעַצְמִי!

הוֹלְכִים לִישׁוֹן בָּעֶרֶב

לילדים שמתקשים להירדם או להיפרד מהיום: רצף קבוע של ערב, פחד מהחושך, ודרכים להירגע ולקרוא להורים.



1. זֶה אֲנִי. בָּעֶרֶב, כְּשֶׁבַּחוּץ חֹשֶׁךְ, הַגּוּף שֶׁלִּי צָרִיךְ לָנוּחַ וְלִישׁוֹן.
2. לִפְנֵי הַשֵּׁנָה אֲנִי מִתְקַלֵּחַ/מִתְקַלַּחַת, לוֹבֵשׁ/לוֹבֶשֶׁת פִּיגָ׳מָה וּמְצַחְצֵחַ/מְצַחְצַחַת שִׁנַּיִם.
3. אַחַר כָּךְ הַהוֹרִים שֶׁלִּי קוֹרְאִים לִי סִפּוּר בַּמִּטָּה. הָאוֹר נִהְיֶה עָמוּם, וְהַבַּיִת נַעֲשֶׂה שָׁקֵט.
4. לִפְעָמִים אֲנִי עוֹד רוֹצֶה/רוֹצָה לְשַׂחֵק, אוֹ שֶׁהַחֹשֶׁךְ מַפְחִיד אוֹתִי קְצָת. זֶה קוֹרֶה לְהַרְבֵּה יְלָדִים.
5. אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לְחַבֵּק אֶת הַבֶּבָה שֶׁלִּי, לְהַשְׁאִיר אוֹר לַיְלָה קָטָן, וְלִנְשֹׁם לְאַט כְּמוֹ גַּל בַּיָּם.
6. הַהוֹרִים שֶׁלִּי נִמְצָאִים בַּבַּיִת קָרוֹב אֵלַי. הֵם שׁוֹמְרִים עָלַי גַּם כְּשֶׁאֲנִי יָשֵׁן/יְשֵׁנָה.
7. אִם אֲנִי מִתְעוֹרֵר/מִתְעוֹרֶרֶת בַּלַּיְלָה, אֲנִי יָכוֹל/יְכוֹלָה לִנְשֹׁם לְאַט, לְחַבֵּק אֶת הַבֶּבָה, אוֹ לִקְרֹא לַהוֹרִים בְּשֶׁקֶט.
8. אֲנִי עוֹצֵם/עוֹצֶמֶת עֵינַיִם וְנִרְדָּם/נִרְדֶּמֶת לְאַט. בַּבֹּקֶר אָקוּם רַעֲנָן/רַעֲנָנָה לְיוֹם חָדָשׁ.