שם:

**סגנונות למידה**

לתלמיד/ה שלום,

לכל אחד ואחת יש סגנון למידה שהתעצב במשך השנים, עם הצטברות ניסיון הלמידה.

* לאנשים שונים סגנונות שונים.
* שימוש נכון בסגנון האישי שלך יביא לשיפור הישגיך האישיים.
* הבנת הסגנון האישי היא תחילת הדרך לחיפוש אחר שיטות למידה יעילות.

חשוב להדגשי כי אין "טוב ורע" בסגנון כלשהו. החשיבות היא במודעות העצמית לסגנון האישי.

מהו סגנון הלמידה האישי שלך?

כדי ללמוד ביעילות ובמהירות, עליך לגלות שני "סודות" על עצמך:

1. "הסוד" הראשון הוא הבנת סגנון הלמידה האישי שלך.
2. "הסוד" השני הוא בחירת אסטרטגיות למידה, שמתאימות לסגנון הלמידה היעיל ביותר עבורך.

לפניך תרגילים בנושאי סגנונות למידה שונים. בסיום המשימות השונות שתעבור/י תוכל/י ללמוד מהו סגנון הלמידה האישי שלך, ולהשתמש בו על מנת להצליח בדרך היעילה ביותר.

זכור/זכרי! כדי ללמוד מה מתאים לכם- חשוב שתעבוד/י לבד...

שימו לב- בסיום החוברת תוכלו לבדוק אם התשובות שעניתם במשימות המופיעות בחוברת נכונות ולתת לעצמכם ציון על כל משימה.

עבודה נעימה ומועילה!

* משימה 1- משימות חזותיות (כלומר **משימות שרואים** בהן דברים)

את הסדנה נתחיל בחידות חזותיות. מצורפת מצגת של תמונות. התבוננו בכל שקופית וכתבו **כמה דמויות אתם רואים ומה הדמויות שאתם רואים**. משימה זו תאפשר לכם לבדוק עד כמה אתם מסוגלים לקלוט ולהבין מידע שאתם רואים.

**שקופית מספר 2-**

**שקופית מספר 3-**

**שקופית מספר 4-**

**שקופית מספר 5-**

**שקופית מספר 6-**

**שקופית מספר 7-**

בדקו את תשובותיכם בסוף החוברת ורשמו כמה תשובות נכונות עניתם

* משימה 2- שחזור טקסט לאחר שמיעתו

נשלח לכם למייל קישור לקובץ שמע שבו תוכלו לשמוע סיפור קצר. הקשיבו פעם אחת בלבד לסיפור ורק לאחר שתסיימו לשמוע את הסיפור בצעו את המשימות הבאות.

שחזר/י את הסיפור ששמעת זה עתה. נסה/נסי לרשום כמה שיותר פרטים.

* משימה 3- שאלון לתלמיד

לאחר שהקשבת לקטע ענה/עני על השאלות:

|  |  |
| --- | --- |
| **שאלה** | **תשובה** |
| 1. היכן ארע השוד?
 |  |
| 1. באיזה יום בוצע השוד?
 |  |
| 1. באיזו שעה בוצע השוד?
 |  |
| 1. כמה ליצנים נכנסו לבנק?
 |  |
| 1. באילו צבעים היו הכובעים שהם חבשו?
 |  |
| 1. מי מן הליצנים הופיע לפני הקהל בבנק?
 |  |
| 1. מהו שמו של מנהל הבנק?
 |  |
| 1. כמה כסף היה חסר בקופה?
 |  |
| 1. מקופתו של מי נעלם הכסף?
 |  |
| 1. איך הצליחו שלושת הליצנים לגנוב את הכסף מן הקופה?
 |  |

שימו לב, כל שאלה נכונה ומלאה מזכה אתכם ב-10 נקודות. אם עניתם תשובה נכונה באופן חלקי תנו לעצמכם 5 נקודות עבור אותה תשובה.

בדקו את תשובותיכם בסוף החוברת ורשמו כמה נקודות צברתם סך הכל

**מה למדתי על עצמי בפעילויות שהיו עד כה?**

האם זכרתי פרטים רבים יותר כששחזרתי את פרטי הסיפור באופן אקראי או דרך שאלות?

האם כשהשבתי על השאלות נזכרתי בפרטים נוספים? אם כן, אילו?

מה אני למד/ה על עצמי בנוגע לזכירת מידע? האם עוזר לי לשחזר מידע באופן עצמאי או שמתאים לי יותר לענות על שאלות?

* משימה 4- קריאה עצמית של טקסט

קרא/י את הקטע שלפניך בשקט פעם אחת בלבד, ואחר כך ענה/עני על השאלות בלי להציץ בטקסט.

**"מכונת אמת"**

כאשר אדם משקר, הגוף שלו "מרגיש" שהוא משקר והוא מגיב **בתגובות לא** **רצוניות**: הסמקה, דופק מהיר יותר, הזעה מוגברת ועוד. מדענים וחוקרים הבינו כי בעזרת התגובות הללו, שאין לנו שליטה עליהן, ניתן לזהות "שקרנים", לפחות בחלק מן המקרים.

בשנת 1895 פותחה לראשונה "מכונת האמת", המכונה גם פוליגרף. היא אפשרה לזהות תופעות של שינויים לא רצוניים בגוף האדם וכך, ניתן היה לגלות אם האדם דובר אמת או שקר.

עם השנים **השתכללה** המכונה וכיום היא מסוגלת לרשום שינויים חשמליים של העור. במהלך החקירה מחוברת ידו של הנחקר ל**חיישן**, שמעביר את התחושות למכונת האמת ו**באמצעות** מחט על נייר רץ מצוירות תגובותיו של הנחקר. כאשר יש תגובה **קיצונית** המחט "מקפצת" ונעה בחוסר שקט.

שיטת החקירה בפוליגרף מבוססת על שאלות "קרות" ושאלות "חמות". שאלות "קרות" הן שאלות שאינן קשורות לנושא הנחקר והתשובות שלהן ברורות, כך שבגוף לא מתרחשת שום תופעה קיצונית. שאלות "חמות", לעומת זאת, הן שאלות הקשורות לנושא הנחקר. במידה ולא היה שינוי ברישום בין השאלות ה"חמות" ל"קרות"- האדם דובר אמת. אם יש קפיצות בין סוגי השאלות- האדם דובר שקר.

למרות היתרונות של המכונה בזיהוי האמת, ישנה בעיה. לעיתים ישנם אנשים שמתרגשים יתר על המידה, כך שגם בשאלות ה"קרות" המחט מקפצת מהתרגשות. לכן, נקבעו כללים ברורים לחקירה במכונת אמת. הכלל הראשון, אדם אינו חייב להיבדק במכונת אמת. הכלל השני, אדם הסובל מלחץ דם לא ייבדק במכונת אמת והכלל השלישי, לא ניתן לקבוע על סמך הבדיקה בפוליגרף **גזר דין** של אדם.

(רמי דהן, "מדעי החיים" 1.8.1999)

**"מכונת אמת"- עבודה**

**ענו על השאלות הבאות:**

1. כיצד מגלה "מכונת האמת" אם אדם משקר?
2. היא בודקת את דופק הלב שלו.
3. היא מזהה תגובות של לחץ בגוף שהאדם לא יכול לשלוט עליהן.
4. משתמש במחט על נייר רץ.
5. על פי הקטע, כיצד מגיב הגוף שלנו כאשר אנו משקרים?
6. הגוף מגיב בתגובות רצוניות
7. הגוף מגיב בתגובות בלתי רצוניות
8. הגוף אינו מגיב באופן חריג
9. לא קיים דפוס קבוע של תגובות. כל אדם מגיב באופן שונה.
10. בשנת 1895:
11. מכונת האמת קיבלה את השם "פוליגרף"
12. פותחה מכונת האמת
13. שתי התשובות נכונות
14. מכונת הפוליגרף השתכללה עם השנים וכיום היא:
15. מסוגלת לזהות מי משקר ומי דובר אמת
16. מסוגלת לרשום שינויים חשמליים בעור גוף האדם
17. קופצת ונעה בחוסר שקט
18. אף אחת מהתשובות לא נכונה
19. שיטת החקירה בפוליגרף מבוססת על:
20. תגובות הגוף של האדם
21. שאלות "קרות" ושאלות "חמות"
22. אמת ושקר
23. תשובות א' + ב' נכונות.
24. כתבו נכון/ לא נכון בסוף כל משפט:
* שאלות "חמות" ו"קרות" הן שאלות שאינן קשורות לנושא הנחקר \_\_\_\_\_\_\_\_\_
* אדם חולה לחץ דם לא ייבדק בפוליגרף \_\_\_\_\_\_\_\_\_
* המחט והנייר הרץ במכונה מלחיצים את השקרן \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* כאשר אנחנו משקרים הגוף שלנו מגיב תגובות רצוניות \_\_\_\_\_\_\_\_\_
* כל אדם חייב להיבדק במכונת אמת \_\_\_\_\_\_\_\_\_

שימו לב, כל שאלה נכונה וכל סעיף בשאלה 6 מזכים אתכם ב-10 נקודות.

אחרי שסיימתם לענות על כל השאלות, בדקו את תשובותיכם בסוף החוברת ורשמו כמה נקודות צברתם

**מה למדתי על עצמי בפעילויות שהיו עד כה?**

1. זכרתי טוב יותר כששמעתי טקסט שהמורה הקריאה- נכון/לא נכון
2. זכרתי טוב יותר כשקראתי בעצמי- נכון/לא נכון
3. זכרתי באותה מידה כשקראתי בעצמי את הטקסט וכשהמורה הקריאה את הטקסט- נכון/לא נכון
* משימה 5- שאלות בנוגע לתנאים מסייעים ללמידה

סמן בכל סעיף את ההיגד המשקף באופן המדויק ביותר את העדפותיך בלמידה.

**למידה עם חברים/לבד**

1. אני אוהב/ת ללמוד יחד עם אחרים. עם חברים קל לי יותר להתרכז, איני חולם/חולמת, איני מבזבז/ת זמן.
2. אני אוהב לבצע פרויקטים יחד עם שניים- שלושה מבני הכיתה.
3. אני אוהב/ת ללמוד לבד. כך אני מתרכז/ת טוב יותר, אחראי/ת על ההתקדמות.

**למידה ברצף/עם הפסקות**

1. אני אוהב/ת לבצע מטלות שלב אחד בכל פעם כלומר לעשות הפסקות בין כל שלב בלמידה.
2. אני זקוק להפסקות תכופות בעת הלמידה.

**למידה בסביבה שקטה/עם רעשי רקע**

1. קשה לי להתרכז בדברים שנאמרים אם יש רעש רקע.
2. קל לי יותר לעבוד בסביבה שקטה.
3. אני לומד/ת טוב יותר כשמוזיקה מתנגנת ברקע.

**ארגון הסביבה**

1. שולחן העבודה שלי מסודר בדרך כלל, בעיקר לקראת תחילת עבודה.
2. אינני מארגן/מארגנת את החומרים ושולחן העבודה שלי לפני התחלת הלמידה. אני מתחיל/ה ללמוד ותמיד מסתדר/ת.
* משימה 6- שאלון אבחון עצמי לזיהוי סגנון הלמידה של התלמיד/ה

לפניך שאלון הכולל 3 חלקים ובכל חלק 9 היגדים. קרא/י כל היגד בעיון.

כתוב/כתבי בטור המתאים את הניקוד המתאר באופן הטוב ביותר את מידת התאמתו של ההיגד אילך. השתדל/י לבחור ניקוד 1 או 5 בכמה שיותר משפטים כדי שנדע בצורה הברורה ביותר איזה סגנון למידה מתאים לך.

אפשרויות הניקוד:

1=לא מתאים בכלל.

2=מתאים לעיתים רחוקות.

3=מתאים לפעמים.

4=מתאים לעיתים קרובות.

5=כמעט תמיד מתאים.

חלק א'- חזותי

|  |  |
| --- | --- |
| **ההיגד** | **הניקוד** |
| אני נהנה/נהנית לשרבט (לצייר ולקשקש) וגם בסיכומים שלי ובמחברות שלי שי הרבה תמונות, חיצים, קוים ועיגולים וכדו'. |  |
| אני זוכר/ת דברים טוב יותר אם אני כותב/ת אותם, גם אם אינני חוזר/ת ומעיין/ מעיינת בדברים בכתבתי. |  |
| כשאני מנסה לזכור מספר טלפון, אני מדמיין/מדמיינת אותו בראשי. |  |
| במהלך בחינה כשאני נזכר/ת במידע, אני יכול/ה לראות בדמיון את המחברת ובה כתוב המידע. |  |
| אני מעדיף/מעדיפה להסתכל על אדם שמדבר, כדי להיות מרוכז/ת במה שהוא אומר. |  |
| אני זוכר/ת טוב יותר דברים שקראתי מאלו שנמסרו לי בע"פ. |  |
| קשה לי להבין בדיחה או סיפור כשאני רק שומע/ת אותם. אני צריך/צריכה גם לקרוא אותם. |  |
| בזמן פתרון בעיות אני מעדיף/מעדיפה לארגן את מחשבותיי על ידי כתיבתן. |  |
| כשעליי ללמוד דבר חדש אני עושה זאת באמצעות קריאת ספרים או מאמרים או באינטרנט. |  |
| **סה"כ ניקוד בחלק א'** |  |

חלק ב'- שמיעתי

|  |  |
| --- | --- |
| ההיגד | הניקוד |
| במהלך קריאה אני קורא/ת בקול, כדי "לשמוע את המילים בראש". |  |
| כשאני צריך/צריכה לזכור מידע, אני משנן/משננת זאת שוב ושוב בקול רם והדבר עוזר לי. |  |
| כשאני רוצה להבין משהו, אני מבין/מבינה טוב יותר, אם אני מסביר/ה זאת למישהו אחר. |  |
| במהלך השיעור אינני צריך/צריכה לרשום כדי לזכור את מה שהמורה אומרת. לעיתים כתיבה אף מפריעה לי להקשיב. |  |
| אני זוכר/ת טוב יותר מה אנשים אומרים ולא מה הם לובשים או איך הם נראים. |  |
| אני מעדיף/ מעדיפה לשמוע חדשות ברדיו מאשר לקרוא אותן בעיתון. |  |
| אני יכול/ה להבין בקלות מה שהדובר אומר, אפילו כשעיני עצומות או כשאיני מסתכל/ת עליו ישירות. |  |
| אני מדבר/ת לעצמי במהלך פתרון בעיות או במהלך כתיבה. |  |
| אני מעדיף/מעדיפה לקבל הסבר בעל פה מאשר לקרוא הוראות. |  |
| **סה"כ ניקוד בחלק ב'** |  |

חלק ג'- תנועתי

|  |  |
| --- | --- |
| ההיגד | הניקוד |
| אני לא אוהב/ת להקשיב להוראות או לקרוא אותן. אני מעדיף/מעדיפה פשוט להתחיל לעשות. |  |
| אני לומד/ת באופן הטוב ביותר כאשר מראים לי איך לעשות משהו. |  |
| אני זוכר/ת בעיקר דברים שהתנסיתי בהם באופן מעשי. |  |
| אני נהנה/נהנית ללמוד ע"י בניה ויצירה של דברים. |  |
| אני מניע/ה את שפתיי בזמן קריאה. |  |
| אני כותב/ת סיכומים וראשי פרקים, אך חוזר/ת וקורא/ת אותם לעיתים רחוקות. |  |
| כדי לזכור חומר לימודי עליי לכתוב או להעתיק אותו. |  |
| אני חושב/ת טוב יותר כשיש לי אפשרות לנוע. אני מרגיש/ה לא נוח מאחורי שולחן. |  |
| אני זוכר טוב יותר לבצע מטלות כאשר אני כותב את זה לפני כן. |  |
| **סה"כ ניקוד בחלק ג'** |  |

**סיכום השאלון**

כעת בדוק/בדקי באיזה חלק קיבלת את הניקוד הגבוה ביותר.

החלק שבו קיבלת את הניקוד הגבוה ביותר משקף את ערוץ הלמידה המועדף שלך.

יש לדעת שלעיתים אנו משתמשים בסגנונות למידה שונים במצבים שונים.

אנשים רבים משלבים סגנונות למידה שונים ולא נתמכים אך ורק בסגנון למידה אחד.

לאחר שאיתרת את סגנון/סגנונות הלמידה המועדף/ים עליך כעת בחר/י אסטרטגיות למידה מתאימות מתוך הרשימה הבאה.

* משימה 7- יישום אסטרטגיות למידה

קרא את רשימת האסטרטגיות המופיעות בעמוד הבא, וסמן כמה אסטרטגיות שנראות לך יעילות ביותר עבורך בהתאם לסגנון הלמידה האישי שלך. עליך ליישם את האסטרטגיות שבחרת על אחד המקצועות הנלמדים ולהגיש זאת למורה.

**בהצלחה רבה!**

**תמצית עקרונות הלמידה על פי סגנונות הלמידה השונים**

**סגנון חזותי – ויזואלי**

* + את/ה מפיק/ה תועלת מראיית המידע.
	+ אתה מטיב לזכור חומר שקראת מאשר חומר לימודי ששמעת.
	+ רשום את המידע ואל תסתמך על הקשבה בלבד.
	+ השתמש בטכניקה של מיפוי: טבלאות, תרשימי זרימה, דיאגרמות, ציר זמן המציגים את הרעיונות העיקריים והקשרים ביניהם.
* כאשר אתה מנסה להיזכר במידע עצום עיניים ונסה לשחזר את התרשימים שיצרת.
* הדגש רעיונות מרכזיים במרקר. כאשר אתה חוזר על החומר קרא הדגשים.
* להשתמש בהמחזות חזותיות, כגון: מפות עולם, גלובוס, איורים, קומיקס וכו'.
* צפיה בסרטים, הצגות, מצגות וכדו'.
* זכירה ע"י דימוי חזותי של החומר הנלמד.

**סגנון למידה שמיעתי**

* + אתה מפיק מידע רב יותר משמיעה, הרצאה, חומר מוקלט, האזנה לעצמך.
	+ אתה בד"כ זוכר את מה ששמעת או שאמרת בעצמך.
	+ קרא בקול את מה שאתה לומד או הקלט והאזן לקולך- החזרה המילולית מקבעת את הדברים במוח.
	+ אתה אוהב דיונים בכיתה ושיחה עם חברים- למד עם מישהו אחר.
* השתדלו לגוון בקול ולהשתמש באינטונציה.
* שימוש באתרים שמאפשרים הקראה.
* הסבר החומר לחבר (או אפילו לעצמי).
* זכירה ע"י חריזה, מנגינה שמתאימים לנושא הנלמד.
* הקפדה על נוכחות קבועה בשיעור מכיוון שהשלמת החומר ע"י צילום סיכום אינה יעילה באותה המידה.
* ישיבה בקדמת הכתה כדי לשמוע טוב יותר את דברי המורה.

**סגנון למידה קינסתטי תנועתי**

* נסה למצוא דרכים מעשיות ויצירתיות לחזור על המידע, כגון: משחקים והפעלות שונות.
* כתיבת שאלות/חידות אודות החומר הנלמד.
* כאשר אתה קורא טקסט הנע את אצבעותיך לאורך השורות.
* הדגש מידע חשוב על ידי העברת קווים/מרקר.
* ענה על שאלות בכתב מילים קשות כתוב באוויר או על דף מספר פעמים.
* לזכירת מידע מורכב בנה טבלאות או גרפים.
* לימוד תוך כדי הליכה.
* שינון החומר בכתב.
* כתיבת סיכום של החומר (עדיף על פני הקלדה).

**תשובות למשימות בחוברת העבודה**

* תשובות למשימה מספר 1- משימות חזותיות

**שקופית מספר 2-** ניתן לראות שני דברים: אביר רוכב על סוס ומולו דרקון יורק אש וכן ניתן לראות פנים של גבר בפרופיל.

**שקופית מספר 3-** ניתן לראות שני דברים: דמות של זקן וזקנה בפרופיל מתבוננים זה בזה וכן גבר ואישה מקסיקנים יושבים והגבר מנגן בגיטרה.

**שקופית מספר 4-** ניתן לראות שני דברים: דמות של אדם מבוגר קרח וזקן בפרופיל וכן דמויות של גבר ואישה עומדים זה לצד זה.

**שקופית מספר 5-** ניתן לראות שני דברים: דמות של זקן

**שקופית מספר 6-** בשקופית זו רואים 6 דמויות: פיל, שימפנזה, חתול, כלב, עכבר וסוס.

**שקופית מספר 7-** ניתן לראות שני דברים: דמות של אישה מבוגרת בפרופיל וכן ניתן לראות דמות של בחורה צעירה מאחור.

* תשובות למשימה מספר 3- תשובות לשאלות על הסיפור "שוד בצהרי היום"
1. בנק בעפולה
2. יום שני
3. בשעה 11
4. 3 ליצנים
5. צהוב, כחול, ירוק
6. הליצנים על הכובעים הצהוב והירוק
7. מר סומך
8. 10,000 ₪
9. עופר הקופאי
10. שני ליצנים נתנו הופעה והסיחו את דעתם של האנשים ובזמן זה הליצן השלישי התגנב לקופה וגנב את הכסף.
* תשובות למשימה מספר 4- תשובות לטקסט "מכונת אמת"

1-ב

2-ב

3-ג

4-ב

5-ד

6- להלן תשובות לכל אחד מהמשפטים בשאלה 6

* לא נכון
* נכון
* לא נכון
* לא נכון
* לא נכון
* משימה 5- זכירת מילים בודדות

נורמת זכירה של מילים לגיל 15 שנים היא בין 5 מילים ל-7 מילים. זכירה של פחות מ-5 מילים היא נמוכה מהנורמה וזכירה של יותר מ-7 מילים היא מעל הנורמה.