

אמת מול אשליה ברשת

ערכה להדפסה • לכיתות ג'-י"ב, עולים וחני"מ • קריאה והבנה

סוגת הטקסט: טור אישי בבלוג • נושא: פילטרים, סטוריז ודימוי גוף

מטרות

- לאתר מידע ולהבחין בין מה שמוצג לבין מה שקורה באמת
- לזהות את מטרת הכותבת ואת מבנה הטור
- לגבש עמדה אישית מנומקת על השוואה ברשת

מהלך שיעור - 45 דקות

5 ד'	פתיחה: "מתי השוואה לאחרים עוזרת לנו, ומתי היא פוגעת?"
10 ד'	קריאה ראשונה בקול + קריאה שנייה עם עיפרון (סימון מילים לא מוכרות)
8 ד'	חלק א' - שחייה (בזוגות), בדיקה במליאה
10 ד'	חלק ב' - צלילה: סימון, מיון, שפה ומבנה
8 ד'	חלק ג' - מעמקים: משימת תיבה + מעגל שיח קצר
4 ד'	כרטיס יציאה

גרסת 10 דקות: קריאה ← 2 שאלות שחייה ← סימון אחד ← שורה בכרטיס היציאה.

תשובות

חטי"ב	שחייה: 1. ארבעים ושלוש • 2. הריב עם האח והקור • 3. מעלה לפעמים גם תמונות לא מושלמות ♦ סימון: "אנחנו משווים את מאחורי הקלעים שלנו" ♦ מיון: בסטורי: שקיעה כתומה, חיוך גדול, שיער מתבדר ברוח מאחורי הקלעים: 43 ניסיונות צילום, ריב עם האח, עור מוחלק בפילטר ♦ אוצר מילים: פתאום הבנתי
חטי"ע	שחייה: 1. לעורר מודעות להשוואה בין 'מאחורי הקלעים' ל'חלון הראווה' • 2. מרחיבה את הדיון מהאישי לציבורי ומציגה עמדות מנוגדות • 3. ניגוד ♦ סימון: "אנחנו משווים את מאחורי הקלעים שלנו" ♦ מיון: טענה: האחריות מוטלת גם על הרשתות, הרשתות מתוגמלות על כל דקה מול המסך טענת נגד: איש אינו יכול להגן עלינו מפני עצמנו מסקנה: מודעות אישית לצד מסגרת ציבורית
יסודי	שחייה: 1. אוזניים של חתול • 2. עצובה ♦ סימון: "הפילטר הוא משחק" ♦ מיון: אמיתי: החיבוק של אמא, החיוך של מאיה בבוקר משחק / פילטר: אוזניים של חתול, עיניים נוצצות בתמונה
עולים	שחייה: 1. פילטר • 2. טוב ♦ סימון: "זו לא אני באמת" ♦ מילון: פילטר=filter - שינוי של תמונה • תמונה=photo • אמיתי=real • מרגישה=feels • להעלות=to post / upload
חני"מ	תמונות: מצלמת • משחק ♦ מיון: אמיתי: חיבוק, החיוך שלי פילטר: אוזני חתול בתמונה, נצנצים בתמונה

מעגל שיח

1. מתי השוואה לאחרים עוזרת לנו, ומתי היא פוגעת?
2. מה הייתם רוצים שילדים צעירים יידעו על פילטרים?
3. איך נראית 'רשת חברתית בריאה' בעיניכם?

מתווה מצגת (איורים בסגנון תלת־ממדי חמוד)

1. שקופית פתיחה: דמות תלת־ממדית חמודה מול מראה שמראה 'גרסה מושלמת'
2. מה רואים בסטורי ומה קורה מאחורי הקלעים
3. שאלות לפני שמשווים
4. מה מחזק אותי (גש"ר מאח"ד)
5. כרטיס יציאה: משפט אחד שלוקחים הביתה

🌐 מרחב בטוח: הפעילות היא תמיכה ולמידה – לא טיפול. מותר לא לשתף. כל דאגה לשלומו/ה של תלמיד/ה – פונים ליועצת. מודלים לשילוב: גש"ר מאח"ד · עש"ן ד"ק · מעש"ה.



שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

הסטורי שלי והחיים שלי

טור אישי בבלוג

אני אוהבת לצלם. באמת. אבל בשבוע שעבר קרה לי משהו שגרם לי לחשוב. העליתי סטורי מהחוף: שקיעה כתומה, שיער מתבדר ברוח, חיוך גדול. תוך שעה – עשרות תגובות של לבבות. מה שלא רואים בסטורי: צילמתי ארבעים ושלוש פעמים עד שיצא 'נכון'. הפעלתי פילטר שמחליק את העור ומאיר את העיניים. ובין צילום לצילום רבתי עם אחי, היה לי קר, והחול נכנס לי לכל מקום. בלילה גללתי בסטוריז של אחרים וחשבתי: כולם נראים מושלמים. ואז נפל לי האסימון – גם הם צילמו ארבעים ושלוש פעמים. גם להם היה קר. אנחנו משווים את מאחורי הקלעים שלנו לחלון הראווה של אחרים.

אז החלטתי על שלוש שאלות שאני שואלת לפני שאני משווה: מה לא רואים בתמונה? מה הייתי מרגישה אילו הייתי פוגשת את האדם הזה בלי מסך? ומה אני אוהבת בעצמי שאין לו שום קשר לתמונה? אני ממשיכה לצלם. אבל עכשיו, לפעמים, אני מעלה גם תמונה עם שיער מבולגן. מסתבר שגם עליה יש לבבות.

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. כמה פעמים צילמה הכותבת עד שהתמונה 'יצאה נכון'?

☐ ארבע ☐ ארבעים ושלוש ☐ מאה

2. מה לא נראה בסטורי?

☐ השקיעה הכתומה ☐ הריב עם האח והקור ☐ החיוך

3. מה עושה הכותבת היום?

☐ הפסיקה לצלם ☐ מעלה לפעמים גם תמונות לא מושלמות ☐ מצלמת רק עם פילטר

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. סמנו בטקסט בצבע את המשפט שמבטא את הרעיון המרכזי של הטור, והעתיקו אותו:

2. מיינו: מה ראו בסטורי ומה קרה מאחורי הקלעים?

- שקיעה כתומה · 43 ניסיונות צילום · חיוך גדול · ריב עם האח · עור מוחלק בפילטר · שיער מתבדר ברוח

מאחורי הקלעים 🎬	בסטורי 📱

3. מה פירוש הביטוי "נפל לי האסימון"?

- הפסדתי כסף ○ פתאום הבנתי ○ נבהלתי

חלק ג' - מעמקים 🧠

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

משימת תיבה: כתבו פסקה: האם לדעתכם כדאי להעלות גם תמונות 'לא מושלמות'? נמקו בשני נימוקים. רמז: השתמשו בשאלה אחת מתוך שלוש השאלות של הכותבת.

💡 אפשר להיעזר בגשיר מאחיד (גוף · שכל · רגש · מערכת אמונות · חברה · דמיון) ובמילות קישור: ראשית · בנוסף · לעומת זאת · לכן · לסיכום.

לשיחה בזוגות: מתי השוואה לאחרים עוזרת לנו, ומתי היא פוגעת?



כרטיס יציאה · אמת מול אשליה ברשת שם: _____

דבר אחד שלא רואים בתמונה:

שאלה אחת שאשאל את עצמי לפני שאני משווה:

משהו שאני אוהב/ת בעצמי (בלי קשר לתמונה):



שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

הסטורי שלי והחיים שלי

טור אישי בבלוג

- 1 אני אוהבת לצלם. באמת. אבל בשבוע שעבר קרה לי משהו שגרם לי לחשוב. העליתי סטורי מהחוף: שקיעה כתומה, שיער מתבדר ברוח, חיוך גדול. תוך שעה – עשרות תגובות של לבבות.
- 2 מה שלא רואים בסטורי: צילמתי ארבעים ושלוש פעמים עד שיצא 'נכון'. הפעלתי פילטר שמחליק את העור ומאיר את העיניים. ובין צילום לצילום רבתי עם אחי, היה לי קר, והחול נכנס לי לכל מקום.
- 3 בלילה גללתי בסטורי של אחרים וחשבתי: כולם נראים מושלמים. ואז נפל לי האסימון – גם הם צילמו ארבעים ושלוש פעמים. גם להם היה קר. אנחנו משווים את מאחורי הקלעים שלנו לחלון הראווה של אחרים.
- 4 אז החלטתי על שלוש שאלות שאני שואלת לפני שאני משווה: מה לא רואים בתמונה? מה הייתי מרגישה אילו הייתי פוגשת את האדם הזה בלי מסך? ומה אני אוהבת בעצמי שאין לו שום קשר לתמונה?
- 5 אני ממשיכה לצלם. אבל עכשיו, לפעמים, אני מעלה גם תמונה עם שיער מבולגן. מסתבר שגם עליה יש לבבות.
- 6 ובכל זאת, נשאלת השאלה אם הפתרון הוא רק אישי. יש הטוענים שהאחריות מוטלת גם על הרשתות עצמן, המתוגמלות על כל דקה שבה אנו נשארים מול המסך, ועל כן מעודדות תוכן מלוטש ומושווה. לעומתם, יש הסבורים שאיש אינו יכול להגן עלינו מפני עצמנו, ושחינוך לצריכה ביקורתית חשוב יותר מכל חוק. נראה כי האמת נמצאת באמצע: מודעות אישית לצד מסגרת ציבורית שמחייבת, למשל, סימון תמונות שעברו עיבוד.

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מהי מטרתה העיקרית של הכותבת בטור?

- ☐ לשכנע להפסיק להשתמש ברשת ☐ לעורר מודעות להשוואה בין 'מאחורי הקלעים' ל'חלון הראווה'
- ☐ ללמד איך לצלם שקיעה

2. מה תפקידה של הפסקה האחרונה ("ובכל זאת...") במבנה הטקסט?

- ☐ מסכמת את הסיפור האישי בלבד ☐ מרחיבה את הדיון מהאישי לציבורי ומציגה עמדות מנוגדות
- ☐ מביאה דוגמה נוספת לצילום

3. מה היחס הלווי שמבטאת המילה "לעומתם"?

- ☐ ניגוד ☐ סיבה ☐ תוצאה

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.



כרטיס יציאה · אמת מול אשליה ברשת שם: _____

דבר אחד שלא רואים בתמונה:

שאלה אחת שאשאל את עצמי לפני שאני משווה:

משהו שאני אוהב/ת בעצמי (בלי קשר לתמונה):

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

המראה של מאיה

טור אישי בבלוג

מאיה צילמה תמונה עם פילטר. בתמונה היו לה עיניים נוצצות ואוזניים של חתול.
כל החברים כתבו לה: "וואו! איזו יפה!"
אבל בערב מאיה הסתכלה במראה ופתאום הרגישה עצובה. "אני לא נראית כמו בתמונה",
חשבה.
אמא שלה חיבקה אותה ואמרה: "הפילטר הוא משחק. את – את אמיתית, וזה הכי יפה."

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה היה בפילטר של מאיה?

☐ אוזניים של חתול ☐ כובע של ליצן ☐ משקפיים גדולים

2. איך מאיה הרגישה מול המראה?

☐ שמחה ☐ עצובה ☐ כועסת

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. סמנו בטקסט בצבע את המשפט שבו אמא מסבירה מה זה פילטר, והעתיקו אותו:

2. מה אמיתי ומה משחק?

אוזניים של חתול • החיבוק של אמא • עיניים נוצצות בתמונה • החיוך של מאיה בבוקר

אמיתי 😊	משחק / פילטר 😬

חלק ג' – מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

משימת תיבה: מה הייתם אומרים למאיה כדי שתרגיש טוב? כתבו או ציירו. 

לשיחה בזוגות: מתי השוואה לאחרים עוזרת לנו, ומתי היא פוגעת? 



כרטיס יציאה · אמת מול אשליה ברשת שם: _____ 

דבר אחד שלא רואים בתמונה:

שאלה אחת שאשאל את עצמי לפני שאני משווה:

משהו שאני אוהב/ת בעצמי (בלי קשר לתמונה):

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

אמת מול אשליה ברשת

טור אישי בבלוג

נעה מעלה תמונה לרשת.

בתמונה יש פילטר. הפנים שלה נראות אחרות.

כלם כותבים: "יפה מאוד!"

אבל נעה חושבת: "זו לא אני באמת."

היא מעלה תמונה חדשה, בלי פילטר. היא מרגישה טוב.

מחסן מילים: פילטר (filter – שינוי של תמונה) • תמונה (photo) • אמת (real) • מרגישה (feels) • להעלות (to post / upload)

חלק א' – שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה יש בתמונה הראשונה?

☐ פילטר ☐ חתול ☐ ים

2. איך נעה מרגישה בסוף?

☐ רע ☐ טוב ☐ עיפה

חלק ב' – צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. מתחו קו בין המילה לפירוש:

real	•	•	פילטר
feels	•	•	תמונה
to post / upload	•	•	אמת
filter – שינוי של תמונה	•	•	מרגישה
photo	•	•	להעלות

2. לחצו על המשפט: מה נעה חושבת?, והעתיקו אותו:

חלק ג' – מעמקים

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

משימת תיבה: השלימו: אני אוהב/ת בעצמי ש... (אפשר לכתב גם בשפה שלכם) 

לשיחה בזוגות: מתי השוואה לאחרים עוזרת לנו, ומתי היא פוגעת? 



כרטיס יציאה • אמת מול אשליה ברשת שם: _____ 

דבר אחד שלא רואים בתמונה:

שאלה אחת שאשאל את עצמי לפני שאני משווה:

משהו שאני אוהב/ת בעצמי (בלי קשר לתמונה):

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

אמת מול אשליה ברשת

טור אישי בבלוג

דנה מצלמת תמונה. 📷

יש פילטר. זה משחק. 🤖

דנה אמיתית. דנה יפה. 😊

חלק א' - 🌊 שחייה על פני השטח

בחלק הזה מאתרים מידע שכתוב בטקסט במפורש. הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה דנה עושה?



אוכלת



משחקת כדור



מצלמת

2. פילטר הוא...



בית



אריה



משחק

חלק ב' - 🏠 צלילה

בחלק הזה צוללים פנימה: מסיקים, מחברים, בודקים מבנה ושפה.

1. מה אמיתי? 🇮🇱

החיוך שלי 😊

נצנצים בתמונה ✨

חיבוק 🤗

אוזני חתול בתמונה 🐱

פילטר 🤖

אמיתי 😊

בחלק הזה חושבים, מביעים עמדה ויוצרים. אין תשובה אחת נכונה.

מה אני אוהב/ת בעצמי? (הקיפו)

אני יודע/ת לצייר

אני עוזר/ת

אני מצחיק/ה

אני חבר/ה טוב/ה

אני אמיץ/ה



איך אני מרגיש/ה?



כרטיס יציאה · אמת מול אשליה ברשת שם: _____

דבר אחד שלא רואים בתמונה:

שאלה אחת שאשאל את עצמי לפני שאני משווה:

משהו שאני אוהב/ת בעצמי (בלי קשר לתמונה):