🌊🔍 הצפה או לא?

דף תרגול · 🌊 הצפה רגשית – כשהכול מרגיש יותר מדי

✏️ יסודי · עולים חדשים

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

📒 **מילון חזותי**

🌊 הצפה – יותר מדי רגשות בבת אחת ❤️‍🔥 רגש – מה שמרגישים: שמחה, כעס, פחד 🌬️ נשימה – אוויר נכנס ויוצא

🔊 רעש – קול חזק 🎒 עומס – יותר מדי דברים 😴 עייפות – רוצים לישון 🍽️ רעב – רוצים לאכול

😨 פחד – מרגישים סכנה 😠 כעס – מרגישים "רותח" 😢 עצב – מרגישים בוכים 😌 להירגע – להיות שקט שוב

🤝 עזרה – מישהו עוזר לי

🔍 הצפה או לא? סמנו והסבירו

הקיפו 🌊 אם זו הצפה, או 🙂 אם לא – ונמקו.

המקרה	הצפה?	למה?
1. בַּטֶקֶס הָיָה רַעַשׁ חָזָק. נוֹעַם קָפָא, לֹא עָנָה לְאַף אֶחָד וְהִסְתַּכֵּל לָרִצְפָּה.	🌊 / 🙂	
2. מָאיָה הִתְוַכְּחָה בְּשֶׁקֶט עִם הַמּוֹרָה עַל זְמַן הַהַפְסָקָה וְהִסְבִּירָה מָה הִיא רוֹצָה.	🌊 / 🙂	
3. אֵיתָן קִבֵּל הַרְבֵּה מְשִׂימוֹת בְּבַת אַחַת, הִתְחִיל לִבְכּוֹת וְזָרַק אֶת הָעִפָּרוֹן.	🌊 / 🙂	
4. לִיאוֹר הִתְאַכְזֵב שֶׁהַמִּשְׂחָק נִגְמַר, אָמַר "חֲבָל" וְהָלַךְ לְשַׂחֵק בְּמַשֶּׂהוּ אַחֵר.	🌊 / 🙂	
5. לִפְנֵי הַמִּבְחָן נוֹגָה אָמְרָה שֶׁכּוֹאֶבֶת לָהּ הַבֶּטֶן וְלֹא הִצְלִיחָה לִכְתֹּב אַף מִלָּה.	🌊 / 🙂	
6. עוֹמֶר צָחַק וְצָעַק בְּשִׂמְחָה כְּשֶׁהַקְּבוּצָה שֶׁלּוֹ נִצְחָה.	🌊 / 🙂	

7 מה פירוש המשפט "לא כל התפרצות היא הצפה, ולא כל הצפה נראית כמו התפרצות"?

✏️ **זה אומר ש___**

_____

_____

_____

🧭 **צריכים עוד עזרה?** פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים. במצב של סכנה – פונים מייד למבוגר/ת קרוב/ה.