דפי עבודה · יום ההוקרה לפצועים

26.11 · עולים – עם תרגום

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____



1. מה היום ולמה

ב־**26.11** יש **יום הוקרה** לפצועים.

אלה אנשים שנפגעו כשהגנו עלינו: חיילים, שוטרים ואנשי ביטחון.

ביום הזה אנחנו אומרים להם: **תודה! אנחנו איתכם.**

Day of appreciation for wounded IDF soldiers and security forces · День признательности раненым солдатам ЦАХАЛа и сил безопасности

למה אומרים תודה לפצועים?

2. פציעה שרואים ושלא רואים

יש **פציעה שרואים**: למשל רגל, יד, כוויה, כיסא גלגלים.

יש **פציעה שלא רואים**: פחד, סיוטים, עצב, בהלה מרעש. גם זאת פציעה אמיתית.

עם עזרה, טיפול וחברים – אפשר להרגיש טוב יותר.

סמנו ✓ ליד מה שעוזר ומכבד:

להגיד שלום עם חיוך	☐
לבהות ולהצביע	☐
להקשיב	☐
לשאול "מה קרה לך שם?"	☐
לשאול "אפשר לעזור?"	☐
לצחוק על הפציעה	☐
להזמין לשחק יחד	☐
להתרחק כי לא נעים	☐

3. גיבורים של יום יום (סיפורים בדיוניים)

נועה – הכדור בידיים שלי



נועה נפצעה בגב.

היום היא נוסעת ב**כיסא גלגלים**.

בהתחלה היה לה קשה ועצוב.

אז היא התחילה לשחק **כדורסל בכיסאות גלגלים**.

היום היא שחקנית ומאמנת ילדים.

איך הרגישה נועה בהתחלה, ומה שינה את ההרגשה?

מה הקבוצה עשתה כשהכדור הראשון לא נכנס? למה זה היה חשוב?

משפחת אלמוג – כולנו בשיקום



מאיה בת 15. אח שלה, רועי, נפצע.

ההורים היו הרבה בבית החולים. למאיה היה קשה.

החברות שאלו אותה: "ואת? איך את מרגישה?" זה עזר לה.

רועי חזר הביתה, וכל המשפחה התחבקה.

איך הפציעה של רועי השפיעה על כל בני המשפחה?

מה עשו החברות של מאיה? מה מכל זה הכי עזר לדעתך?

4. מכתב הוקרה – כתיבה מדורגת

כותבים בכבוד: לא שואלים איך קרתה הפציעה ולא מתארים פציעות · לא כותבים "מסכן/ה" – כותבים בכבוד ובגובה העיניים · לא כותבים פרטים אישיים מלאים (כתובת, טלפון) · בלי פוליטיקה – רק תודה, הערכה ותקווה

פתיחה – למשל: שלום רב, / לך, הפצוע או הפצועה היקרים,

התודה – למשל: אני רוצה להגיד לך תודה על... / בזכותך אני יכול/ה...

איחול ותקווה – למשל: אני מאחל/ת לך... / אני מקווה ש...

סיום וחתימה – למשל: בהערכה ובאהבה, ___

5. שיר אקרוסטיכון: תקווה

ת _____

ק _____

ו _____

ו _____

ה _____

6. חידון

1. מה אומרים ביום ההוקרה?

☐ תודה! אנחנו איתכם ☐ לא אכפת לי ☐ להתראות

2. יש פציעה שלא רואים?

☐ כן, למשל פחד וסיוטים ☐ לא, רואים כל פציעה

3. מה זה תותבת?

☐ רגל או יד מיוחדת ☐ כיסא ☐ תרופה

4. חבר פצוע חוזר לכיתה. מה עושים?

☐ אומרים שלום בחיוך ☐ מצביעים עליו ☐ מתרחקים

5. נועה משחקת...

☐ כדורסל בכיסא גלגלים ☐ שחמט ☐ כדורגל על הדשא

6. כשקשה לי, אני...

☐ פונה ליועצת או לנאמני החוסן ☐ שומר/ת הכול בבטן ☐ בורח/ת

7. רפלקציה

מה למדתי היום?

איזה סיפור אהבתי?

למי אני רוצה להגיד תודה?

איך אני יכול/ה לעזור לחבר?

מילון · Glossary · Словарь

עברית	English	Русский
פצוע / פצועה	wounded (person)	раненый / раненая
פציעה	injury, wound	ранение, травма
יום הוקרה	day of appreciation	день признательности
הוקרה	appreciation, recognition	признательность, признание
הכרת תודה	gratitude	благодарность
כוחות הביטחון	security forces	силы безопасности
צה"ל	IDF – Israel Defense Forces	ЦАХАЛ – Армия обороны Израиля
שיקום	rehabilitation	реабилитация
פיזיותרפיה	physiotherapy	физиотерапия
תותבת	prosthesis	протез
כיסא גלגלים	wheelchair	инвалидная коляска
ספורט מותאם	adaptive sport	адаптивный спорт
פציעה נראית	visible injury	видимое ранение
פציעה בלתי נראית	invisible injury	невидимое ранение
פגיעה נפשית	emotional / mental injury	психологическая травма
פוסט־טראומה	PTSD – post-traumatic stress disorder	ПТСР – посттравматическое стрессовое расстройство
סיוט	nightmare	кошмар
חרדה	anxiety	тревога
חוסן	resilience	жизнестойкость, устойчивость
ערבות הדדית	mutual responsibility	взаимная ответственность
תקווה	hope	надежда
תמיכה	support	поддержка
משפחה	family	семья
התנדבות	volunteering	волонтёрство

יועצת	school counsellor	школьный консультант (психолог)

צריכים לדבר עם מישהו? פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים. ·
קישורי חוסן: https://hosen-links.sites.tab.bot/