

קראו את הטקסטים, וענו על השאלות שאחריהם.



## ספרים רבותיי ספרים! 10 יתרונות חשובים של קריאת ספרים

מעובד על פי נפתלי ק, אתר "בא-במילי", יוני 2019.

אם אתם מרגישים שהרגלי הקריאה שלכם לוקים בחסר ומבוססים בעיקר על סטטוסים בפייסבוק או עדכוני חדשות, כדאי לכם להתחיל לשנות אותם מעט. לקריאת ספרים יש מספר יתרונות בלתי מבוטלים ומפתיעים שיעשו לכם טוב, ולאחר שתקראו על 10 מהם, כנראה שתמצאו ללכת לחנות הספרים הקרובים.

### גירוי מנטאלי

כמו השרירים בגוף שלנו, גם המוח שלנו דורש אימון כדי שימשיך לעבוד כראוי. קריאת ספרים, בשילוב הרכבת פאזלים ומשחקים אחרים, מהווים גירוי מנטאלי ושומרים על המוח שלנו חזק ובריא. גירוי מנטאלי של המוח מאט את תהליכי היווצרות אלצהיימר וקהיון (דימנציה).

### כישורי חשיבה אנליטית

כל מי שקרא ספר מתח, מכיר את התחושה בה אנו במירוץ, יחד עם הבלש, בדרך לפיתרון התעלומה, ותמיד מנסים להקדים ולפתור אותה לפניו. סיפורים כאלו מעודדים חשיבה אנליטית, ועוזרים לנו לפתח את היכולת שלנו לנתח דברים. כישורי החשיבה האנליטית באים לידי ביטוי גם כאשר אנו מעריכים אם הספר היה טוב או לא, וגם במהלך הקריאה כאשר אנו נחליט אם אנחנו מרוצים מהדרך בה הסיפור מתקדם ואיך אנחנו היינו פותרים את התעלומה.

5

### צבירת ידע

כל מה שתקראו בספרים ימלא את ראשכם בפיסות חדשות של ידע שיכולות לסייע לכם במקרים לא צפויים. ככל שתצברו יותר מידע, ככה תהיו מוכנים לכל אתגר בו תיתקלו. וזכרו תמיד, כל הידע שצברתם נשאר אצלכם, ואף אחד לא יכול לקחת אותו מכם.

10

### העשרת אוצר מילים

בדומה לידע, ככל שתקראו יותר כך גם תכירו יותר מילים וכן שימושים שונים למילים ופתגמים. בסופו של דבר המילים והפתגמים שלמדתם ימצאו את דרכם לאוצר המילים היום יומי שלכם, וכך תאמצו לעצמכם שפה רהוטה ועשירה שתשפיע על כושר הביטוי שלכם. רהיטות יכולה לסייע לכם בכל עבודה או מקצוע, ולגרום לכך שתוכלו לדבר בביטחון עם כל

15

אחד ובכל רמת שיחה. ידוע גם שלאנשים רהוטים יש סיכוי טוב יותר להתקדם בעבודה, מאשר אלה בעלי אוצר מילים מצומצם יותר.

### שיפור הזיכרון

בכל ספר שתמשיכו לקרוא לאחר הפוגה, תהיו חייבים להיזכר בפרטי הסיפור שכבר קראתם, בעלילות המשנה שימשיכו ובניואנסים הקטנים של הדמויות. המוח שלנו מסוגל לזכור דברים רבים כשאנו חוזרים אליהם וכך אנו מאמנים אותו. בכל פעם שאנחנו לומדים דבר מה חדש נוצר קשר במוח (סינפסה) שמתחזקת כאשר אנו נזכרים בו. פעולות רבות כאלה של זיכרון ממאמצות ומאמנות את המוח. נסו לקרוא כמה ספרים בו זמנית ובכל יום להמשיך לקרוא ספר אחר, כך תאתגרו את הזיכרון ואת המוח שלכם.

20

### הפגת מתח

לא משנה כמה מתח יש לכם בחיים האישיים, בעבודה או בכל עניין אחר, ספר טוב תמיד יכול להשכיח את הכל. בעזרת סיפורים ניתן להפליג בדמיון, להירגע ולהתנתק מבעיות העכשיו, בשונה מקריאת מאמר או חדשות שמשאירים אתכם בהווה.

25

### שיפור המיקוד והקשב

העולם שלנו כיום מבוסס אינטרנט, וכולנו מחלקים את הזמן שלנו בין כל כך הרבה דברים. תוך זמן קצר אנחנו יכולים לתקשר עם כמה אנשים בו זמנית, לבצע מטלות ולבדוק אתרי חדשות. התנהגות קדחתנית זו מסייעת לנו לעבוד על הרבה דברים, אך היא גם מורידה את היצרנות שלנו, מכיוון שאנחנו מתמקדים פחות בכל דבר ודבר. כשקוראים ספרים, כל הקשב שלנו ממוקד בסיפור, וכל העולם שמחוצה לו פשוט נעלם. נסו לקרוא 15-20 דקות לפני העבודה (בנסיעה בבוקר, אם אתם מגיעים בתחבורה ציבורית זה רעיון טוב), ואתם תתפלאו כמה מרוכזים תתחילו להיות.

30

### הקניית כישורי כתיבה

מלבד שיפור הזיכרון והקשב שלנו, כשאנו מתחילים לקרוא ספרים, פתאום עולה בנו חשק לכתוב בעצמנו, כך שכישורי הכתיבה שלנו משתפרים. כמו שמוזיקאים מושפעים ממוזיקאים אחרים, גם מספרים ניתן לשאוב רעיונות וסגנונות, ולקבל השראה ליצירות אישיות משלנו.

35

### רוגע

מעבר להפגת המתח, סוגים מסוימים של ספרים מסוגלים לגרום לתחושה חזקה של שלוה ורוגע. טקסטים רוחניים, למשל גורמים להורדת לחץ הדם ולתחושה עצמתית של נינוחות. בעוד שקריאת ספרי הדרכה לעזרה עצמית הוכחו כיעילים אצל אנשים הסובלים מתופעות דיכאון וממחלות נפש קלות.

40

### כל כך הרבה יתרונות בעלות כספית נמוכה

ספרים יכולים להיות יקרים מעט לפעמים, אבל ניתן למצוא אותם גם בזול מאוד או אפילו בחינם. חנויות הספרים מציעות לעתים מגוון ספרים בהנחות משמעותיות, ולפעמים אפילו ספרים ישנים במחיר מיוחד. כמוכן שאפשר גם לקחת בהשאלה ספרים בספרייה העירונית, אלה בדרך כלל לא לוקחים תשלום, או מחיר סמלי בלבד. וכמוכן תמיד אפשר לשאול ספרים מחברים או מבני משפחה, שיכולים גם להמליץ לכם על ספרים שאהבו במיוחד. למי שרגיל כבר לאמצעים האלקטרוניים, אפשר לרכוש ספרים בגירסה דיגיטלית ולקרוא אותם דרך קוראי ספרים אלקטרוניים (eBooks). כמו כן אפשר לחפש באינטרנט מידע על מכשירים כאלה, ועל מיני ספרים דיגיטליים שניתנים בחינם או במחירים מיוחדים.

## 5 יתרונות של ספרים אלקטרוניים

### על פני ספרים מודפסים

מעובד על פי מערכת פלאפון, אתר "פלאפון", מאי 2018.

**מה קורה כשאין לכם מקום בתיק או כשהספר בדיוק נגמר? ספר אלקטרוני הוא הפיתרון המושלם לכל חובבי הקריאה, שתכירו את היתרונות לא תבינו איך הסתדרתם בלעדיו עד היום!**

אין כמו לקרוא ספר טוב בחופשה, בדרך לעבודה באוטובוס או בסוף יום עמוס. אבל מה קורה כשאין לכם מקום בתיק, סתם לא מתחשק לכם לסחוב או כשהספר בדיוק נגמר? ספר אלקטרוני הוא הפיתרון המושלם לכל חובבי הקריאה, ואחרי שתכירו את היתרונות שלו לא תבינו איך הסתדרתם בלעדיו עד היום!

**1. קל ונוח, בכל מקום** – רגע לפני יציאה לחופשה אנחנו מארגנים לעצמנו "רשימת קריאה" של כל הספרים שחיכו לנו בסבלנות חודשים ארוכים. אלה שתמיד רצינו לקרוא, אבל לא הספקנו בגלל העבודה, מטלות הבית ושלל עיסוקים אחרים. הבעיה היא שהמזוודה כבר מלאה בבגדים, ואין דבר מאיים יותר מלגלות בשדה שחרגנו מהמשקל המותר. ספר אלקטרוני הוא למעשה "חנות ספרים" שלמה, שקל לקחת לכל יעד בלי להתמודד עם בעיות מקום או משקל יתר. למה לבחור "או-או", אם אפשר "גם וגם"?

**2. אינסוף ספרים** – עם ספר אלקטרוני אין סיבה לחשוש שהספר ייגמר, כי תמיד יש מה לקרוא. ספרים אלקטרוניים מציעים מגוון של אלפי ספרי קריאה, בכל שעה של היום ומכל מקום. כבר אין צורך לעצור בחנויות הספרים, כי החנות נמצאת אצלכם בכף היד.

**3. נוחות** – רוצים לקרוא בסביבה חשוכה, שכחתם את המשקפיים או לא מצליחים למצוא את העמוד המדויק בו עזבתם את הספר בפעם שעברה? עם ספר אלקטרוני כל הבעיות האלו נעלמות אחת ולתמיד. מכיוון שניתן להתאים את גודל האותיות, צבע הרקע וסוג הפונט להעדפות האישיות שלכם, תוכלו לקרוא גם בחושך, בטיסה ולמעשה בכל מקום. ומה לגבי איבוד הסימנייה ברגע הכי לא מתאים? עם ספר אלקטרוני לא צריך לזכור באיזה עמוד הייתם. הסוף לסימניות מאולתרות ולתחרות זיכרון עם עצמכם.

**4. ומה עם המחיר?** במקום לשלם עשרות שקלים על כל ספר בודד שתקראו, תוכלו להיחשף לכל התענוג הזה במחיר של רבע מספר מודפס אחד(!)

**5. דרך נהדרת לעודד את בני הנוער לקרוא** – בימינו, בני הנוער לא מתנתקים מטאבלטים ומהסמארטפונים שלהם, ויעדיפו אותם על פני ספר מודפס. ספרים דיגיטליים זמינים בטאבלט ובסמארטפון, ולכן אם אתם מעוניינים לעודד קריאה אצל הדור הצעיר בבית – זו הדרך הטובה ביותר.

## השאלות

1. כותרת טקסט א' היא:

**ספרים רבותיי ספרים!  
10 יתרונות חשובים של קריאת ספרים**

בטבלה שלפניכם יש שלושה היגדים בנוגע לכותרת.

סמנו ליד כל היגד אם הוא נכון או שאינו נכון.

ההיגדים	נכון	אינו נכון
1. בכותרת יש פועל.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2. בכותרת יש שם תואר.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3. בכותרת יש מילת יחס.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2

2. מה פירוש הביטוי "לוקה בחסר"? (טקסט א', כותרת משנה, שורה 1).

1  מתומצת

2  מורכב

3  יש בו חסרונות, לא מושלם.

4  מדאיג

3. א. בטקסט א', בשורה 5 כתוב: "... לפתור אותה."

למה מתייחסת המילה **אותה**?

ב. בטקסט א', בשורה 21 כתוב: "... וכך אנו מאמנים אותו."

למה מתייחסת המילה **אותו**?

4. מה פירוש המילה "ניואנסים"? (טקסט א', שורה 20).

1  שאלות.

2  רמזים.

3  הסברים.

4  סיבות.

5. בטקסט א', בשורה 19 כתוב: " בכל ספר שתמשיכו לקרוא לאחר הפוגה, תהיו

חייבים להיזכר בפרטי הסיפור שכבר קראתם, בעלילות המשנה שימשיכו  
ובניואנסים הקטנים של הדמויות. המוח שלנו מסוגל לזכור דברים רבים כשאנו  
חוזרים אליהם וכך אנו מאמנים אותו".

**הסבירו** משפט זה במילים שלכם.

---



---



---

6. לפניכם צירופי מילים מתוך טקסט א'.

כתבו ליד כל צירוף אם הוא **צירוף סמיכות** או צירוף של **שם ותוארו**.

סוג הצירוף	צירוף מילים
	יתרונות בריאותיים
	ספר מתח
	אוצר מילים
	שפה רהוטה
	חנויות ספרים
	ספרייה עירונית

**7. עמנואל קאנט אמר:**

**"קריאה משעשעת מועילה לבריאות כמו שתרגילי התעמלות מועילים לגוף".**

א. לפי דעתכם, לאיזה יתרון מתאים ציטוט זה ומדוע? (טקסט א')

---



---

ב. **לפי הטקסט**, כיצד קריאת ספרים משפרת את הזיכרון? (שורות 19-24)

---



---

**8. העתיקו מהפסקה האחרונה בטקסט א', שמות פועל שונים וכתבו ליד כל שם פועל את שם הפעולה המתאים לו.**

שם פועל	שם פעולה

**9. כתבו במילים את המספרים שבסוגריים.**

1. בחודשיים האחרונים קראתי (5) \_\_\_\_\_ ספרים שונים.
2. בכל יום הקדשתי (35) \_\_\_\_\_ דקות לקריאת ספר לפני השינה.
3. בחודשים הקרובים אקרא (2) \_\_\_\_\_ ספרים שקיבלתי במתנה.
4. הספרים נקנו במבצע: (3) \_\_\_\_\_ ספרים ב(99) \_\_\_\_\_ שקלים.

**10. סמנו ליד כל משפט אם הוא פעיל או סביל.**

המשפטים	פעיל	סביל
1. המוח שלנו מסוגל לזכור דברים רבים .	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2. מוזיקאים מושפעים ממוזיקאים אחרים.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3. כך תאתגרו את הזיכרון ואת המוח שלכם.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2

**11. לפניכם קטע מטקסט ב' העוסק ביתרונות הספרים האלקטרוניים.**

"במקום לשלם עשרות שקלים על כל ספר בודד שתקראו, תוכלו להיחשף לכל התענוג הזה במחיר של רבע מספר מודפס אחד"

הסבירו את הקשר בין שורות 42-49 בטקסט א', ובין הציטוט שבמסגרת.

---



---



---

**12. קראו את טקסט ב' וענו על השאלה:**

בשנים האחרונות נוספה האפשרות לקריאת ספרים באופן דיגיטלי. האם, לדעתכם, קריאת ספרים דיגיטליים עדיפה על פני קריאת ספרים מודפסים? נמקו את דעתכם. תוכלו להוסיף דוגמות מהמאמרים שקראתם ומניסיונכם האישי.

---



---



---



---



---







© "לשון מפות לקופסה" – נועה בן חמו

**בהצלחה!**