GuyAI
מבית GOOL בגרויות

סוג הבחינה: בגרות
מועד הבחינה: חורף מאוחר תשפ"א, 2021
מספר השאלון: 011231
שם התלמיד/ה: _____

עברית: לשון

שאלון מותאם

הוראות לנבחן

שים לב: בבחינה זו יש הנחיות מיוחדות. יש לענות על השאלות על פי ההנחיות.

א. משך הבחינה: שעתיים.

ב. מבנה השאלון ומפתח ההערכה: בשאלון זה שלושה פרקים.

פרק א — שם המספר — 20 נקודות

פרק ב — תחביר / פרק ג — מערכת הצורות — יש לבחור באחד הפרקים — 80 נקודות

סך הכול — 100 נקודות

ג. חומר עזר מותר בשימוש: דף עזר לנבחן (עמ' 10-11).

ד. הוראות מיוחדות: 1. יש לקרוא את הטקסטים שבעמודים 4-9 ולענות על השאלות בגוף שאלון זה, לפי ההוראות.

2. הקפד על כתיב נכון, על כללי הדקדוק ועל פיסוק הגיוני.

שים לב: בסוף הבחינה מצורפים דפי טיוטה לשימושך. אין להוסיף דפים אחרים למחברת הבחינה.

ההנחיות בשאלון זה מנוסחות בלשון זכר ומכוונות לנבחנות ולנבחנים כאחד.

הנחיות מיוחדות למועד זה: בפרק ב (תחביר) חמש שאלות 2–6 ובפרק ג (מערכת הצורות) חמש שאלות 7–11, לכל שאלה — 24 נקודות. "תוכל לענות, באופן מלא או חלקי, על כל השאלות, אך מספר הנקודות שתוכל לצבור בפרק לא יעלה על 80 נקודות."

בהצלחה!

השאלות

פרק א: חובה — שם המספר

(20 נקודות)

(קרא את שלושת הטקסטים שלפניך. השאלות בפרקי הלשון הן בזיקה לטקסטים.)

ענה על שאלה 1.

1. (20 נקודות)

במשפטים שלפניך **הקף** את הצורה הנכונה של כל שם מספר מבין האפשרויות המודגשות.

- בשנת **אלפיים ושמונה עשר / אלפיים ושמונה עשרה** נערכה ברוסיה תחרות גביע העולם בכדורגל (המונדיאל).
- בשלבי המוקדמות למונדיאל התחרו 209 נבחרות על **שלושים ושניים / שלושים ושתיים** מקומות.
- ישראל קיוותה לנצח את **שלוש / שלושת** הנבחרות: אלבניה, מקדוניה וליכטנשטיין, אך התבדתה.
- במשחקי חצי הגמר ניצחה צרפת את בלגיה בתוצאה אֶחָד-אפס / אַחַת-אפס.
- במשחק הגמר בין נבחרת קרואטיה לנבחרת צרפת שנערך ב**חמש עשרה / חמישה עשר** ביולי, ניצחה נבחרת צרפת, וזכתה בתואר אלופת העולם.
- כ־ **שבעת אלפים / שבע אלף** אוהדים ליוו את קבוצת הפועל באר שבע במשחקה נגד מכבי פתח תקווה לפני שלוש שנים.
- ילדים בני **שנים עשר / שתים עשרה** שעוסקים בספורט סבורים שהדבר החשוב ביותר בספורט הוא לנצח.
- חברות טיולים מציעות לציבור אוהדי הכדורגל חבילות תיירות, ובהן טיסות ישירות, כרטיסים למשחק, שהות של **שלושה / שלוש** לילות במלון וארוחות בוקר.
- ממחקר חדש שעסק בתופעת ההעתקות עלה כי **שישה עשר / שש עשרה** אחוזים מן הסטודנטים בישראל הגישו עבודות שאדם אחר כתב בעבורם.
- מן המחקר עלה כי מספר הסטודנטים שהעתיקו עבודות מן האינטרנט היה גדול פי **שניים / שתיים** ממספר הסטודנטים ששילמו למישהו שיכתוב בעבורם את העבודה.

פרק ב: תחביר

לפניך שני פרקים: פרק ב — תחביר ופרק ג — מערכת הצורות.

בחר ב**פרק שלמדת:** פרק ב — תחביר או פרק ג — מערכת הצורות.

בפרק שבחרת ענה על השאלות לפי ההוראות.

ציין את שם הפרק שבחרת: _____

(80 נקודות)

בפרק זה חמש שאלות 2-6. לכל שאלה — 24 נקודות. תוכל לענות, באופן מלא או חלקי, על כל השאלות, אך מספר הנקודות שתוכל לצבור בפרק לא יעלה על 80 נקודות.

שים לב: תוכל להיעזר בדף העזר לנבחן (עמ' 10-11).

---

2. (24 נקודות)

לפניך שלושה משפטים.

(1) **מי שאינו מנסה אינו נכשל.** _____

(2) **האסטרטגיה של התחרות מעודדת ריבים, ולעיתים קרובות היא פוגעת בשיתוף הפעולה בין העמיתים בעבודה.** _____

(3) **כשחברי הקבוצה משתפים פעולה ביניהם, יעילות העבודה גדלה.** _____

א. ציין ליד כל משפט את הסוג התחבירי שלו.

ב.
- אם המשפט מורכב — תחם את הפסוקית/הפסוקיות שבו, וציין מעל כל פסוקית שתחמת את התפקיד התחבירי שלה.
- אם המשפט הוא משפט איחוי — תחם את איבריו.

ג. ציין את התפקיד התחבירי של המילים והצירופים המסומנים בקו.

במשפט (1): **אינו** _____

במשפט (2): **הפעולה** _____

במשפט (3): **יעילות העבודה** _____

3. (24 נקודות)

א. לפניך משפט.

מה גרם למשבר בענף הבנקאות העולמי?

נתח את המשפט: ציין מעל כל מילה את התפקיד התחבירי שלה.

ב. לפניך שני משפטים.

(1) **העתקת עבודות היא עבירה חמורה על תקנון האוניברסיטה.**

(2) **שיעור ההעתקות של עבודות עלה בחמישים אחוז בארבע השנים האחרונות.**

- המר את שני המשפטים במשפט מורכב, שיבטא את הקשר הלוגי הקיים ביניהם.
- המר את שני המשפטים במשפט איחוי, שיבטא את הקשר הלוגי הקיים ביניהם.

4. (24 נקודות)

א. לפניך משפט ובו חלק כולל.

בסביבה הישגית המאמנים בוחנים גם את איכות הביצועים של הספורטאים, ולא רק את תוצאות התחרות.

(1) סמן בקו את החלק הכולל במשפט.

(2) ציין את התפקיד התחבירי של החלק הכולל. _____

(3) לפניך ארבעה משפטים. הקף את המשפט שיש לו את אותה המשמעות כמו של המשפט הנתון.

- בסביבה הישגית המאמנים בוחנים קודם את איכות הביצועים של הספורטאים, ורק אחר כך את תוצאות התחרות.
- בסביבה הישגית המאמנים בוחנים את איכות הביצועים של הספורטאים ואת תוצאות התחרות.
- בסביבה הישגית אין המאמנים בוחנים אלא את תוצאות התחרות.
- בסביבה הישגית אין המאמנים בוחנים את תוצאות התחרות, אלא את איכות הביצועים של הספורטאים.

(שים לב: סעיפים ב-ג של השאלה בעמוד הבא.)

ב. לפניך שלושה זוגות משפטים, ובכל משפט מילה מסומנת בקו.

זוג 1: • **התאוריה של ד"ר גאן נהפכה למעשה.**

- **המתאבק הפך את יריבו על הגב.**

זוג 2: • **אם נעשה זאת, נזכה בפרס הגדול ביותר.**

- **התחרות בין הספורטאים נעשתה קשה.**

זוג 3: • **הישגיות היא הרגשה אישית.**

- **בזכות נחישותה היא השיגה הישגים נאים.**

ציין מעל כל מילה המסומנת בקו את התפקיד התחבירי שלה.

ג. לפניך שני משפטים, ובכל אחד מהם המילה "למעשה" מסומנת בקו. ציין מעל כל מילה מסומנת את התפקיד התחבירי שלה במשפט.

(1) **התנגדתי למעשה זה מפני שהוא סותר את עמדתי.**

(2) **רוב המתחרים במרוץ טוענים שהם אינם שותפים למשחק התחרותי, אולם, למעשה, הם שמים לב היטב מי לפניהם ומי אחריהם.**

5. (24 נקודות)

א. לפניך שני משפטים מורכבים, ובכל אחד מהם המילית "כי" מוגדלת.

(1) **המחשבה כי התחרויות מלחיצות את הילדים מאפיינת הורים רבים.**

(2) **ההנהלה ממעטת בתחרויות בבית הספר כי היא מעדיפה לימודים באווירה נעימה.**

- בכל אחד מן המשפטים תחם את הפסוקית הפותחת במילית "כי", וציין מעליה את התפקיד התחבירי שלה.
- המר את **משפט (2)** במשפט מסוג תחבירי אחר, בלי לשנות את משמעותו. _____

ב. לפניך משפט.

המעבדות מלאות במדענים צעירים ומבריקים שכבר לא מדברים זה עם זה בגלל הפחד שאחד מעמיתיהם ישיג הישגים מרשימים יותר משלהם.

פְּרק את המשפט לשלושה משפטים.

(1) _____

(2) _____

(3) _____

6. (24 נקודות)

א. לפניך משפט ובו תמורה.

פעילויות של תחרויות מפתחות אצל הילדים מיומנויות חשובות, כמו אמפתיה, התמדה ומשחק לפי תור.

- העתק מן המשפט את התמורה. _____
- העתק את המילה/המילים שהתמורה ממירה. _____
- ציין את התפקיד התחבירי של המילה/המילים שהתמורה ממירה. _____

ב. לפניך שלושה משפטים. כתוב אותם בקטע לכיד.

(1) בארגונים רבים נהוגה שיטה של המרצת עובדים לפעולה באמצעות יצירת תחרות בין עובדים.

(2) מחקר חדש מזהיר מפני יצירת תחרות בארגון.

(3) העובדים נהפכים ליריבים והארגון נהפך לשדה קרב.

ג. לפניך משפט ובו מילים מסומנות בקו.

מאמנים מיומנים מחזקים את החוסן הנפשי של המתאמנים שלהם ומנטרלים את הנטייה שלהם לתחרותיות מוגזמת.

ציין מעל כל מילה המסומנת בקו את חלק הדיבור שאליו היא שייכת.

(שים לב: לא את התפקיד התחבירי.)

פרק ג: מערכת הצורות

(80 נקודות)

בפרק זה חמש שאלות 7-11. לכל שאלה — 24 נקודות. תוכל לענות, באופן מלא או חלקי, על כל השאלות, אך מספר הנקודות שתוכל לצבור בפרק לא יעלה על 80 נקודות.

שים לב: תוכל להיעזר בדף העזר לנבחן (עמ' 10-11).

---

7. (24 נקודות)

לפניך שבעה משפטים. בכל משפט יש פועל מודגש ובסוגריים אותו הפועל מנוקד.
ציין בטבלה את השורש ואת הבניין של כל אחד מן הפעלים המודגשים.

הפועל	השורש	הבניין
מאמנים אינם **מביאים** (מְבִיאִים) בחשבון את הנזקים שסביבה תחרותית גורמת לספורטאי.		
מחקרים **הוכיחו** (הוֹכִיחוּ) שיש סטודנטים שמעתיקים עבודות.		
המאמן **מתוסכל** (מְתֻסְכָּל) מנזקי התחרות בתחום הספורט.		
נותרנו (נוֹתַרְנוּ) ללא כלים ליצירת קשרים חברתיים.		
חשוב שהשחקנים יעריכו את המאמן ויזדהו (יְזַדֵּהוּ) איתו.		
המעבדות **מלאות** (מְלֵאוֹת) במדענים שאינם משתפים פעולה ביניהם.		
ספורטאי שמסיים מרתון **חש** (חָשׁ) אושר.		

8. (24 נקודות)

לפניך שישה צירופי מילים ובכל אחד מהם שם עצם מודגש.
ציין את השורש של שם העצם המודגש, והקף את שם הפועל הנדרש על פי ההנחיה.
(1) **רָצוֹן** עז

- ציין את השורש של המילה **רָצוֹן**. _____
- הקף את שם הפועל שנגזר מאותו השורש בבניין הפעיל.

לָרוּץ, לְהַרְצוֹת, לְהַמְרִיץ

(2) **קִנְאָה** בין קבוצות

- ציין את השורש של המילה **קִנְאָה**. _____
- הקף את שם הפועל שנגזר מאותו השורש בבניין פיעל.

לְהַקְנוֹת, לְהִתְקַנֵּא, לְקַנֵּא

(3) **תּוֹעֶלֶת** בריאותית

- ציין את השורש של המילה **תּוֹעֶלֶת**. _____
- הקף את שם הפועל שנגזר מאותו השורש בבניין פיעל.

לְיַעֵל, לְהִתְיַעֵל, לְהוֹעִיל

(4) **מֵרוּץ** הלפיד

- ציין את השורש של המילה **מֵרוּץ**. _____
- הקף את שם הפועל שנגזר מאותו השורש בבניין קל (פָּעַל).

לָהָרִיץ, לָרוּץ, לָתֵרֶץ

(5) כביש ללא **מוֹצָא**

- ציין את השורש של המילה **מוֹצָא**. _____
- הקף את שם הפועל שנגזר מאותו השורש בבניין הפעיל.

לִמְצֹא, לָצֵאת, לְהוֹצִיא

(6) **מִבְנֶה** חדש

- ציין את השורש של המילה **מִבְנֶה**. _____
- הקף את שם הפועל מאותו השורש בבניין נפעל.

לִבָּנוֹת, לְהַבְנוֹת, לְהִבָּנוֹת

9. (24 נקודות)

א. לפניך משפטים, ובהם שמות פעולה מודגשים. ציין מעל כל שם פעולה את הבניין שלו.

- הַ**פְגִיעָה** במדע גדולה במיוחד כי **הִתְקַדְּמוּת** בתחום זה דורשת **שִׁתּוּף** פעולה בין המדענים.
- מה הביא ל**הוֹזָלָה** של המוצר?
- **שִׂיחָה** בין עמיתים בעבודה יכולה לקדם את עבודת הצוות.
- במושג תחרותיות יש **הַשְׁוָאָה** בין אדם לחברו.
- עקב ריבוי ההעתקות החלו להפעיל מנגנוני **בַּקָּרָה** על עבודות הסטודנטים.

ב. לפניך ארבעה משפטים, ובהם צורות בינוני מודגשות.

(1) ההורים טענו שבמשחק היה שיפוט **מַפְלֶה**.

(2) פגשתי אדם **מַרְשִׁים**.

(3) בתחרות משקיעים מאמץ **מֻגְבָּר**.

(4) שמעתי לעצת ה**מְאַמֵּן**.

- **הקף** את צורת הבינוני היוצאת דופן מבחינת חלק הדיבור.
- ציין את חלק הדיבור ה**משותף** לצורות הבינוני האחרות. _____
- ציין את ה**שורש** ואת ה**בניין** של כל אחת מצורות הבינוני המודגשות במשפטים.

מַפְלֶה (משפט 1) השורש _____ הבניין _____

מַרְשִׁים (משפט 2) השורש _____ הבניין _____

מֻגְבָּר (משפט 3) השורש _____ הבניין _____

מְאַמֵּן (משפט 4) השורש _____ הבניין _____

10. (24 נקודות)

א. לפניך ארבעה זוגות מילים. בכל זוג **הקף** את המילה שנוצרה בדרך של בסיס וצורן סופי.

(1) **איכות, טעות**

(2) **שחקן, מקצוען**

(3) **פְּסלון, ניצחון**

(4) **תפנית, כפית**

ב. לפניך שתי קבוצות מילים. בכל קבוצה **הקף** את המילה היוצאת דופן מבחינת המשקל.

קבוצה 1: **מְשִׁיכָה, מְעִילָה, מְצִיאָה, מְרִיבָה**

קבוצה 2: **תְּאוּצָה, תְּפוּסָה, תְּנוּבָה, תְּשׁוּבָה**

ג. לפניך צירופים ובהם שמות המסתיימים בצורן סופי.

משחק **רְאשׁוֹן**, מסקנות **חשובות**, ספורט **אתגרי**, הפסקה **ארוכה**, לדבר **צרפתית**

(1) בטבלה שלפניך מיין את השמות המודגשים לשתי קבוצות לפי סוג הצורן הסופי שלהם.

צורן גזירה	צורן נטייה

(2) ציין ליד כל מילה שמיינת בטבלה את משמעות הצורן הסופי בה.

11. (24 נקודות)

נכתב ונבדק על ידי צוותי GOOL בגרויות ו-GuyAI · www.guyai.co.il

א. לפניך קטע שחסרים בו **פעלים**. קרא אותו, וכתוב בכל מקום ריק את הפועל המתאים, על פי השורש שבסוגריים. אין צורך לנקד.

תחרות ספורט _____ (ג-ד-ר) פעילות ספורטיבית בידורית בין שני משתתפים או יותר. מטרתו של כל מתחרה היא _____ (ז-כ-י/ה) בהישג מסוים. לעיתים קרובות תחרויות _____ (ק-י-ם) במסגרת אירוע מיוחד, כמו אולימפיאדה. התחרות _____ (י/ו-ס-ף) מוטיבציה ו_____ (א-ת-ג-ר) את המשתתפים למתוח את גבולות היכולת שלהם. בתחרות הנערכת במסגרת מסוימת יש כללים ברורים שהמתחרים מחויבים _____ (צ-י-ת) להם. אנשים רבים _____ (פ-ו-ק) הנאה רבה מעצם התחרות, והתחרות _____ (ח-ש-ב) בריאה וחיובית כל עוד היא נעשית במידה הראויה.

ב. לפניך קטע שחסרים בו **שמות עצם**. קרא אותו, וכתוב בכל מקום ריק את שם העצם המתאים, על פי השורש שבסוגריים. אין צורך לנקד.

תחרות יכולה להפחית אדישות ועצלנות ולהיות מקור _____ (ה-נ-י/ה) לאנשים רבים. התחרות גם גורמת לאנשים להשקיע _____ (א-מ-ץ) רבים יותר ב_____ (שׁ-ו-ם) המוטלות עליהם, כדי להשיג _____ (י/ו-צ-א) טובות יותר.

יש לכך גם _____ (ס-ב-ר) מדעי: ה_____ (ש-ת-ף) בתחרות מגבירה את הפעילות הפיזיולוגית והפסיכולוגית של הגוף, וכך הביצועים משתפרים. אולם מחקר חדש מזהיר מפני _____ (ש-פ-ע) התחרות על המתחרים.

לפי המחקר, התחרות משפיעה באופן שונה על כל אדם. יש אנשים שהתחרות מעוררת בהם _____ (ר-ג-ש), ויש אנשים שהתחרות מעוררת בהם _____ (ח-ו-ש) של חרדה.

נספח 1 – מאמרים

טקסט 1

תחרות קטלנית

מרגרט הפרנן

א בשנת 2008, השנה שבה פרץ המשבר הכלכלי העולמי, ריאיינתי בנקאי בכיר שעבד בבנק אמריקני גדול. ידוע שאחד הגורמים למשבר הכלכלי היה שהבנקים נתנו הלוואות לאנשים שלא הייתה להם יכולת להחזיר את ההלוואה. בריאיון עם הבנקאי ניסיתי להבין מדוע נתנו הבנקים הלוואות כאלה. תשובתו של הבנקאי הפתיעה אותי: "כדי להתחרות בהצלחה בבנקים האחרים שהציעו הלוואות כאלה, נאלצנו גם אנו להציע אותן". ההסבר של הבנקאי סותר את התפיסה הקלסית כי לתחרות יש תועלת. בשוק הבנקאות התחרותי הבנקים חיקו זה את זה. כולם למעשה פעלו באותו אופן, וכך גרמו למשבר הגדול. התחלתי לתהות שמא יש תחומים נוספים שגם בהם התחרות מזיקה. כשהתחלתי לבדוק את העניין, גיליתי דברים מדהימים.

ב בתחום החינוך תחרות בין סטודנטים גורמת להם לחץ מופרז להצליח בכל מחיר. זאת הסיבה למגפת ההעתקות. בבריטניה מעריכים כי בארבע השנים האחרונות עלה שיעור ההעתקות בחמישים אחוז לפחות. כל העבודות האקדמיות במדינה זו נבדקות כיום בתוכנה לזיהוי פְּלַגְיָאט[1], והממצאים של בדיקות אלה מוכיחים בבירור כי התלמידים הפנימו מסר פשוט: לא הדרך חשובה, אלא התוצאה.

ג אי אפשר לדון בתחרות בלי להתייחס לתחום הספורט. גם בתחום זה מצאתי דפוס דומה. טרוויס טייגארט, מנהל הסוכנות האמריקנית נגד סמים בספורט, מתוסכל זה שנים מתופעות כמו רמאות, שימוש בסמים ופציעות קשות בספורט. מחקר שערך טייגארט מראֶה שאומנם הציבור מעריך מאוד את הערכים שהספורט מלמד — הוגנות, משמעת, סבלנות ועבודת צוות, אך כולם מאמינים שהדבר החשוב ביותר בספורט הוא לנצח. גם ילדים מבינים זאת, והראיה לכך היא ששמונים אחוז מן הילדים העוסקים בספורט נוטשים עיסוק זה לפני גיל 12. אם רק הניצחון חשוב ואתה לא מצליח לנצח, אז למה לשחק?

ד משיחות שניהלתי עם אתלטים בריטים, שבילדותם השקיעו את כל זמנם באימונים ואף השתתפו באולימפיאדה, התברר לי שכיום, בבגרותם, הם מתקשים להשתלב בעולם מורכב שבו אין מדדים ויעדים בחיי היום־יום. שנים של התמקדות בעיסוק אחד הותירו אותם ללא כלים להתמודד עם עולם שמצריך ליצור קשרים חברתיים ולפתח יחסים של הדדיות.

ה התחרות פוגעת גם במדע: המעבדות מלאות במדענים צעירים ומבריקים שכבר לא מדברים זה עם זה בגלל הפחד שאחד מעמיתיהם ישיג הישגים מרשימים יותר משלהם. הפגיעה במדע גדולה כי התקדמות בתחום הזה מצריכה מן המדענים שיתוף של מידע, שאלות ותובנות.

ו תחרות אמורה לעודד יצירתיות, פרודוקטיביות[2] והישגיות. אך למעשה היא מעודדת ריבים ופוגעת בשיתוף הפעולה. יש חברות מסחריות שבהן המנהלים מדרגים את עובדיהם לפי מידת תרומתם לחברה. שיטת פעולה זו בהכרח יוצרת תחרות בין העובדים, ופוגעת בנכונות שלהם לסייע זה לזה בענייני עבודה. סיוע הדדי הוא הגורם החשוב ביותר ליעילות העבודה.

נכתב ונבדק על ידי צוותי GOOL בגרויות ו-GuyAI · www.guyai.co.il

ז צרכנים נוטים לחשוב שהתחרות בין היצרנים מיטיבה עימם משום שהיא מגדילה את אפשרויות הבחירה של הקונים ומוזילה את המוצרים. בעיני הצרכנים זוהי תחרות חיובית, כי הם מעוניינים לקנות מוצר איכותי וזול, אולם הם אינם שואלים את עצמם מהי התוצאה של התחרות הזאת: מהו הערך האמיתי של המוצר שרכשו, או במילים אחרות מה הביא להוזלת המוצר. התשובה היא למשל שאת הבגדים הזולים שאנחנו קונים מייצרים פועלים שעובדים בתנאים ירודים ומקבלים משכורת רעב בעבור עבודתם המאומצת.

ח אולם המחיר הגבוה ביותר שאנו משלמים בשל התחרות הוא הדעיכה ביכולת שלנו לשתף פעולה והרס ההון החברתי שלנו, כלומר התערערות הקשרים בין יחידים ובין קבוצות בחברה ופגיעה בעזרה ההדדית. אומנם לכולנו יש יֵצֶר תחרות מלידה, אך יש בנו גם כישרון ומרץ לעבוד ולחיות בצוותא. אסור לדכא את יצר התחרותיות האנושי. עם זאת האתגר שלנו כעת הוא לזהות בתוך עצמנו ובמוסדותינו את הכישרון, את הסבלנות ואת הכישורים החברתיים הנדרשים כדי לשתף פעולה בינינו. אם נצליח לעשות זאת, יהיה זה הפרס הגדול ביותר.

(1) פְּלַנְיָאט — גַּבֶּה ספרותית, העתקת רעיונות של אדם אחר ללא ציון המקור.

(2) פרודוקטיביות — יצרנות, יכולת לייצר ולהפיק.

מעובד על פי הפרנן, מ' (2014). תחרות קטלנית. **אלכסון**. אוחזר מאתר alaxon.co.il.

טקסט 2

מה הן הישגיות ותחרותיות בספורט?

ליאור זך־מאור

א רבים נוהגים להחליף בין המושג "תחרותיות" ובין המושג "הישגיות", גם במחשבה וגם בשיחה. שני המושגים לכאורה דומים מאוד, אך לא כך הוא הדבר, במושג "תחרותיות" הכוונה למאמץ שאדם משקיע כדי להקדים או להיות טוב יותר מאדם אחר, ואילו "הישגיות" היא השאיפה להגיע להישגים. ההישגיות היא אישית לחלוטין ואינה קשורה בהשוואה או ביחס לאדם אחר.

ב לילד קטן שמצליח לקרוא משפט בלי שגיאות או ללכת לבד לבית הספר יש תחושה של הישג. הוא מרגיש גאה בעצמו. תחושת הישג זו אינה שונה בהרבה מתחושת ההישג של מבוגר שסיים לימודים אקדמיים או רכש בית בעצמו. לספורטאי שמסיים מרתון בפעם הראשונה או מצליח לסיים אימון קשה יש תחושה של הישג גדול. הוא מרגיש אושר וגאווה עצמית. ההישג הוא תחושה אישית.

ג תחרותיות היא תכונה. יש אנשים שאפשר לומר עליהם שהם "תחרותיים". יש להם מניע פנימי חזק לנצח או לפחות לנסות לנצח בכל דבר שהם עושים. הם יתקשו להתמודד עם הפסד, לעיתים אפילו לילדיהם, במשחק "מונופול", למשל. לאנשים כאלה הניצחון הוא "קדוש", והוא המטרה הנעלה תמיד, וכמעט בכל מחיר. מכאן שלאדם התחרותי איכות הביצוע חשובה פחות מן הניצחון.

נכתב ונבדק על ידי צוותי GOOL בגרויות ו-www.guyai.co.il · GuyAI

ד אירועי ספורט מאורגנים מכוּנים כמעט תמיד "תחרות" או "מֵרוץ". השתתפות באירוע ספורט תחרותי מבוססת על הצורך האנושי במשחק. אומנם רוב המתחרים יטענו שהם משתתפים באירוע הספורט רק בשביל עצמם, כלומר מטרתם היא לשבור שיא אישי, והם אינם שותפים למשחק התחרותי, אולם למעשה זה לא כך. כמעט כל המשתתפים במרוץ שמים לב מי לפניהם ומי אחריהם. אם מישהו מקדים אותם, הם יסיימו בִּסְפְּרִינְט[1] רק כדי לעקוף ולנצח אותו. אילו המשתתפים לא היו "שותפים למשחק התחרותי", כפי שהם מעידים על עצמם, הם לא היו אמורים לנסות לנצח בכל מחיר. ההתנהגות הזאת מעידה שהם אכן "שותפים למשחק התחרותי". הם רוצים לסיים בניצחון, לסיים לפני הספורטאי שלפניהם, גם אם הוא החבר הטוב ביותר שלהם, שמתאמן איתם בכל יום. התחרותיות מבצבצת מבעד להישג האישי.

ה ספורטאים ומאמנים נוהגים לומר שכדי להשתפר צריך לשהות בסביבה תחרותית ולהתאמן בה, וכן להיות מוקף בספורטאים חזקים כמוך וחזקים ממך, כי הם ידחפו אותך להשתפר בכל יום ובכל אימון. אולם סביבה תחרותית מדיי יכולה להיות גם מזיקה והרסנית ולגרום לספורטאי להתאמן מעבר לגבולות היכולת שלו ואף להיפצע. המתאמן עלול להישבר גופנית ונפשית, ומרוב "תחרותיות" הוא עלול להגיע מותש לתחרות האמיתית.

ו לעומת זאת סביבה הישגית מדגישה את חשיבות התהליך, את השיפור ביכולת, את החוסן הנפשי, ומנטרלת את הנטייה לתחרותיות מוגזמת ואת יצר הניצחון. בסביבה הישגית הספורטאים מוערכים על פי מידת הרצינות וההשקעה שלהם ועל פי האופן שבו הם מתמודדים עם קשיים ועם מכשולים. בסביבה כזאת הספורטאי נמדד על פי איכות הביצועים שלו ולא רק על פי הניצחונות. ספורטאי שהביצוע שלו טוב יקבל חיזוקים חיוביים, ואילו ספורטאי שהביצוע שלו גרוע יקבל ביקורת, גם אם הוא מסיים את האימון ראשון וגם אם הוא חזק מחברו לאימונים. הספורטאים מבינים שאם הם יתאמנו יחד הם יתקדמו וישתפרו, והמטרה הזאת חשובה להם יותר מן הרצון לנסות לנצח את האחר ולהתחרות זה בזה. בסביבה הישגית את התחרותיות משאירים ל... תחרות עצמה.

(1) ספרינט — מֵרוץ למרחק קצר במהירות מָרבִּית; בעברית מָאוּץ.

מעובד על פי זך־מאור, ל' (2016). מהי הישגיות ותחרותיות בספורט סיבולת? אוחזר מאתר shvoong.co.il.

טקסט 3

תחרות טובה לילדים

דֵּבָן מקגינס

א בעבור הורים רבים "תחרות" היא מילה גסה. הם סבורים שתחרות עלולה לגרום ללחץ מופרז על הילדים. לדעתם, ילדים רוצים להיות הטובים ביותר ולנצח בתחרות, וכשהם אינם עומדים בציפיות, הם מתאכזבים. כדי להגן על הילדים מפני אכזבה, אימהות ואבות שכוונתם טובה מכריזים שכל הילדים ניצחו או נמנעים מראש ממצבים של תחרות.

נכתב ונבדק על ידי צוותי GOOL בגרויות ו-www.guyai.co.il · GuyAI

ב אך האם מַדף מלא בגביעי השתתפות במקום גביעי ניצחון טוב יותר להתפתחות הילד? לא בהכרח. מומחים להתפתחות הילד מציינים שתחרויות שנערכות מדי פעם עשויות דווקא להיטיב עם הילדים. התחרות מכינה אותם להצלחות ולהפסדים בהמשך החיים — הרי בעתיד הם לא תמיד יצליחו להשיג את כל מטרותיהם. פעילויות שיש בהן תחרות יעזרו להם לפתח מיומנויות חשובות כמו אמפתיה, התמדה ומשחק לפי תור והן ישמשו אותם בהמשך חייהם.

ג "תחרות עוזרת לילדים ללמוד שלא תמיד הטובים ביותר או המבריקים ביותר הם שמצליחים, אלא מי שעובדים קשה ודבקים בעבודתם, והיא מפתחת אצלם הערכה עצמית ותחושת מסוגלות עצמית[1]", אומר דוקטור טימותי גאן, מומחה בהתפתחות הילד, מקליפורנייה. הצד החיובי בתחרות הוא שילדים לומדים להיות שחקנים בקבוצה. דוגמה לכך היא המשחק השיתופי. במשחק כזה משתתף אחד יכול להצטרף למשתתפים אחרים, להתגבש לקבוצה ולנצח יחד. לדברי רונדה קלוסטרמן, מורה לחינוך גופני בבית ספר יסודי בקליפורנייה, "במשחק שיתופי הילדים לומדים לפתור בעיות בצוות ורוכשים מיומנויות לחיים, כמו עשייה לטובת הכלל".

ד ההורים צריכים לשים לב כיצד ילדיהם מתנהגים במצבים של תחרות. לדברי ד"ר גאן, ילדים רבים מתקשים לקבל הפסד במשחק, במקרים כאלה ההורים צריכים להסביר להם שזכייה בתחרות אינה העיקר, אלא המאמצים הרבים שהילד השקיע בתחרות ובאימונים לקראתה. ההורים צריכים לחזק את הילדים באמצעות המסר שאם הם השקיעו מאמץ ולמדו מן הניסיון, אפשר גם להפסיד. גם התנהגות מאופקת של ההורים (כמו לא להאשים את השופט בהפסד) יכולה לשמש דוגמה רבת עוצמה עבור הילדים לגישה חיובית ונכונה לתחרות.

ה שינוי דרך החשיבה של ילדים על תחרות הוא דבר חשוב שאין להמעיט בערכו. "אני מאמין שכדי ליצור גישה חיובית לתחרות, ילדים צריכים ללמוד שהמתחרה החשוב ביותר הוא הם עצמם", אומר ד"ר גאן. לד"ר גאן הייתה הזדמנות להפוך את התאוריה שלו למעשים כאשר בנו בן החמש הפסיד בתחרות ריצה. ד"ר גאן בחר שלא למקד את תשומת הלב של בנו בהשוואת ריצתו לשאר הילדים, אלא בשיפור שהשיג בתוצאה לעומת התוצאה הקודמת. "לימדנו אותו שהוא לא צריך להתמקד במהירות הריצה של האחרים, אלא להתחרות רק בשעון", הוא אומר. "קבענו לו זמנים להשלים מרחקים מסוימים, וכך הוא הפסיק להרגיש שהוא מתחרה בילדים האחרים והתחיל להרגיש שהוא מתחרה בעצמו. בעקבות זאת הוא עבר מחוויה של כישלון לחוויה של הצלחה והמשיך ליהנות מתחרויות ריצה".

(1) מסוגלות עצמית — האמונה של האדם בנוגע ליכולת שלו לבצע משימה ולהתמודד עם אתגרים.

מעובד על פי מקגינס, ד' (2016). מדוע תחרות טובה לילדים? אוחזר מאתר המגזין parents.com.