



חוברת המידע המלאה
והנחיות ללמידה נכונה

תלמידים יקרים,

מטרתנו היא להעניק לכם חווית למידה מושלמת, ואת כל הכלים המתאימים להצלחה בבחינה הפסיכומטרית.

החוברת שאתם אווזים כעת בידיכם מכילה הנחיות כלליות לתקופת הלימוד, וכן מידע כללי על הבחינה הפסיכומטרית. חוברת זו הינו הקדמה כללית לכל ספרי הלימוד שלנו, ולכן מומלץ לקרוא אותה בעיון לפני התחלת הלימוד, ולחזור ולקרוא בה בהמשך הדרך.

בהזדמנות זו, אנו שמחים להזכיר את קבוצת הלמידה הייעודית שלנו בפייסבוק, ועל אפשרותכם לקחת חלק פעיל בהן – חפשו בפייסבוק את הקבוצה הספציפית למועד שלכם, לדוגמה: "ניב רווח פסיכומטרי – מועד פברואר 2016", ובקשו להצטרף אליה.

אזור תלמידים

ב"אזור התלמידים" באתר עומדות לרשותכם **שתי תכניות לימוד** – האחת של 80 יום ואחת מקוצרת של 56 יום. שתי התוכניות כוללות את כל חומר הלימוד, פרט לחלק של יסודות מתמטיים שאינו נכלל בתוכנית המקוצרת.

כמו כן, לרשותכם כלים נוספים באתר – **תוכנת המילים החינמית** שמכילה את כל המילים שבמילונים שלנו, ומאפשרת להיבחן על מילים שלא זוכרים, בחינות עבר של המרכז הארצי לבחינות ולהערכה בצירוף פתרונות מלאים, וכן פתרונות מלאים לבחינות הסימולציה שלנו.

אם אתם מעוניינים **בבדיקת חיבור** עליכם להתקשר למספר 0773330740. העלות לבדיקת חיבור הינה 59 שקלים לחיבור.

**בהזדמנות זו נאחל לכם תקופת לימוד פורה ומהנה,
וכמובן בהצלחה בבחינה עצמה ובקבלה ללימודים!
צוות ניב רווח פסיכומטרי.**

* הטקסט נכתב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד והוא מיועד כמובן לנשים ולגברים כאחד.

תוכן סניינים

4	הרשמה לבחינה הפסיכומטרית
6	מבנה הבחינה הפסיכומטרית
8	תוכן הפרקים בבחינה
10	ציוני הבחינה הפסיכומטרית
14	לימוד אוצר מילים ושינון
16	ניהול זמן בבחינה הפסיכומטרית
20	סימולציות
23	תחקור תהליך הלמידה
25	הנחיות ליום הבחינה
28	מה להביא לבחינה

הרשמה לבחינה הפסיכומטרית

בבואכם לבחור את מועד הפסיכומטרי אליו תיגשו, קחו בחשבון את תאריך הרישום האחרון לשנת הלימודים במוסד ובחוג הספציפיים בהם אתם מתעתדים ללמוד ואת התאריך האחרון בו ניתן להגיש למוסד זה את ציוני הפסיכומטרי. מומלץ לברר זאת מבעוד מועד ישירות מול מוסד הלימודים כדי לא לפספס שנת לימודים. בנוסף, יש לקחת בחשבון את פרק הזמן הדרוש לכם להתכונן לבחינה הפסיכומטרית, כאשר לרוב מדובר על תקופה של כחודשיים-שלושה.

עבור האוניברסיטאות, ציוני מועד אפריל הם, לרוב, האחרונים שניתן לשלוח על מנת להתקבל לשנת הלימודים הקרובה, ואולם, ברוב המכללות, ואף בחלק מהחוגים באוניברסיטאות, ניתן להתקבל על סמך ציוני מועד יולי. כפי שאנו ממליצים תמיד, הקפידו לבדוק את מדיניות המוסד ו/או החוג הספציפי בו ברצונכם ללמוד.

הרישום לבחינה הפסיכומטרית נעשה באתר האינטרנט של המרכז הארצי לבחינות ולהערכה:

www.nite.org.il

מועדי הבחינה

בכל שנה יש 5 מועדי בחינה: פברואר, אפריל, יולי, אוקטובר ודצמבר. לעיתים חל מועד אוקטובר דווקא בחודש ספטמבר, ולעיתים חל מועד אפריל דווקא במרץ. תאריכי הבחינה שונים משנה לשנה ולכן חובה לברר את התאריך המדויק באתר "המרכז הארצי לבחינות ולהערכה".

אחרי תאריך סיום ההרשמה לקראת מועד פסיכומטרי מסוים, קיימת אפשרות של הרשמה מאוחרת לבחינה, אם כי **הרשמה מאוחרת זאת כרוכה בתוספת תשלום** ובשיבוץ גיאוגרפי לבחינה בהתאם לצרכי המרכז הארצי לבחינות ולהערכה והאוניברסיטאות בהן מתקיימת הבחינה הפסיכומטרית, מבלי להתחשב בהעדפותיכם. לעיתים מדובר במוסד לימודים אחד בלבד בו ישובצו כל המאחרים להירשם באופן מרוכז.

psychometry.co.il | 1-800-750-760

תקופת צינון בין בחינות

בין כל שני מועדים אליהם מותר לכם לגשת קיימת "תקופת צינון" של מועד בחינה אליו אינכם יכולים לגשת. במילים אחרות, מותר לגשת "מועד כן מועד לא". אם ברצונכם לשריין אפשרות לגשת פעמיים לבחינה לקראת שנת הלימודים הקרובה, עליכם לבדוק את מועדי הפסיכומטרי מבעוד מועד, ולתכנן צעדיכם בהתאם. לדוגמה, אם נבחנו בבחינה של מועד פברואר, לא תוכלו לגשת למועד אפריל, אך כן תוכלו לגשת למועד יולי.

כמה פעמים ניתן לגשת?

באפשרותכם לגשת למבחן הפסיכומטרי מספר פעמים, ללא כל הגבלה, כאשר הציון הגבוה ביותר שתוציאו, ולא הציון האחרון, הוא שנחשב, כלומר, אם עשיתם מבחן נוסף וקיבלתם ציון נמוך מזה שהוצאתם בפעם הראשונה, הציון הגבוה ייחשב על אף שהוא הציון הישן מבין השניים, כל עוד הציון הקודם שהוצאתם הינו בתוקף. תוקפו של הציון הפסיכומטרי נע בדרך כלל בין 7 שנים ל-10 שנים, אך כדי להימנע ממצבים לא נעימים, רצוי לבדוק את מדיניות המוסד בו ברצונכם ללמוד.

מבנה הבחינה הפסיכומטרית

הבחינה הפסיכומטרית מורכבת מתשעה פרקים: הפרק הראשון הינו מטלת כתיבה שהזמן המוקצב לכתיבתה הוא 30 דקות, ולאחריה יופיעו שמונה פרקי שאלות ברירה ("שאלות אמריקאיות") שהזמן המוקצב לכל אחד מהם הוא עשרים דקות. כל פרק משמנת הפרקים שאינם מטלת כתיבה, עוסק באחד משלושה תחומים: חשיבה מילולית, חשיבה כמותית או אנגלית. סדר הפרקים הללו אינו קבוע.

הבחינה נמשכת 190 דקות – שלוש שעות ועשר דקות.

בכל אחד מתחומי הבחינה (כמותי, מילולי ואנגלית) ישנם כמה סוגי שאלות בכל פרק, לדוגמה: בפרקים מילוליים מופיעות שאלות מסוג "אנלוגיות". **שאלות מאותו הסוג יופיעו לרוב יחד ובסדר קושי עולה**, למעט בחלק הבנת הנקרא בעברית ובאנגלית, בו השאלות מסודרות על פי רוב לפי סדר ההופעה בקטע.

פרקי הפיילוט במבחן

מתוך שמונת פרקי הברירה, רק שישה משמשים לקביעת הציון (בתוספת מטלת הכתיבה): שני פרקים מכל תחום. שני הפרקים הנוספים מהווים פרקי "פיילוט" (ניסיון), אשר אינם מחושבים בציון הסופי. במהלך הבחינה עצמה, לא תדעו אילו פרקים משמשים כפרקי פיילוט, ומומלץ ביותר לא להמר בנושא זה.

לפרקי הפיילוט שתי מטרות מרכזיות: ראשית, הם נועדו לאפשר השוואה בין נבחני מועדים שונים, באופן שוטף. דבר זה נחוץ על מנת להשוות את סולם הציונים בין מועדים שונים ולמנוע מצב בו הציון יושפע מהבדלי רמות בין המועדים בשל רמת הקושי של השאלות או בשל הבדלים ברמות בין הנבחנים. בנוסף, פרקי הפיילוט נועדו להבטיח את איכותן של השאלות, כך שיכולת המיון שלהן תהיה מדויקת ככל הניתן. לפני ששאלה מופיעה בפרק המשמש לקביעת הציון, עליה לעבור מבחנים שונים המבטיחים את איכותה. בחלק מפרקי הפיילוט תופענה שאלות שנמצאות בשלב בדיקת האיכות, ושאלות שתעבורנה בהצלחה את בדיקות המרכז הארצי לבחינות ולהערכה עשויות להופיע בעתיד בפרקי אמת שימשו לקביעת הציון.

אפשרויות למבנה הבחינה הפסיכומטרית

כל נוסח של הבחינה הפסיכומטרית יכול לכלול את אחד מהמבנים הבאים (סדר הפרקים שונה בכל פעם):

- מבנה א':** שלושה פרקי כמותי, שלושה פרקי מילולי, שני פרקי אנגלית. (פיילוטים בכמותי ובמילולי).
- מבנה ב':** שלושה פרקי כמותי, שני פרקי מילולי, שלושה פרקי אנגלית. (פיילוטים בכמותי ובאנגלית).
- מבנה ג':** שני פרקי כמותי, שלושה פרקי מילולי, שלושה פרקי אנגלית. (פיילוטים במילולי ובאנגלית).

מותר לנחש בפסיכומטרי?

גיליון התשובות של הבחינה הפסיכומטרית נסרק ע"י מחשב, ואין כל התחשבות בדרך שבה פתרתם את השאלה (פתרון מלא או חלקי). כמו כן, בבחינה הפסיכומטרית מחושבות רק התשובות הנכונות, ואינכם מאבדים נקודות על תשובות שגויות. גם במקרים בהם ניחשתם, כל עוד ניחשתם בצורה נכונה, עדיין תזכו באותן נקודות בהן זכה גם מי שפתר את השאלה מתחילתה ועד סופה.

לכן, אל תשאירו אף תשובה ריקה, ונחשו ניחוש מושכל ככל הניתן.

תוכן הפרקים בבחינה

מטלת הכתיבה

במסגרת הרפורמה שנערכה במתכונת הבחינה הפסיכומטרית בשנת 2012 נוסף למבחן הפסיכומטרי פרק מטלת כתיבה, המהווה 25% מהציון המילולי. לרשות הנבחנים 30 דקות לכתיבת המטלה.

פרקי החשיבה המילולית

כל פרק חשיבה מילולית כולל **23 שאלות**, שהזמן המוקצה לפתרון הוא **20 דקות**. מבנה פרק מילולי:

- 6 שאלות מסוג אנלוגיות
- 11-12 שאלות הבנה והסקה (ובתוכן 3 שאלות מסוג השלמת משפטים)
- טקסט שלאחריו 5-6 שאלות הבנת הנקרא

יש לציין כי ידיעת עברית ברמת שפת אם אינה מבטיחה ציון גבוה בפרקי החשיבה המילולית, שכן סוגי השאלות וכישורי השפה והחשיבה המופיעים בהם חדשים בניסוחם עבור רוב הנבחנים.

פרקי האנגלית

פרקי האנגלית בבחינה הפסיכומטרית משפיעים הן על ציון הפסיכומטרי שלנו, ומשמשים גם לשם קביעת רמת הידע של הנבחנים בשפה האנגלית. רמת הידע באנגלית משפיעה על כמות הקורסים באנגלית בהם יהיה על הנבחן להשתתף במהלך לימודיו באקדמיה.

פרקי האנגלית כוללים **22 שאלות**, והזמן המוקצה לפתרון הוא **20 דקות**. מבנה פרק אנגלית:

- 8 שאלות השלמת משפטים
- 4 שאלות ניסוחים מחדש
- שני קטעי קריאה, בכל אחד 5 שאלות

כל פרק כמותי כולל **20 שאלות**, והזמן המוקצה לפתרון הוא **20 דקות**.
בניגוד לפרקי אנגלית וחשיבה מילולית, מבנה הפרק אינו קבוע, ונושאי השאלות בו מעורבים.

הנושאים בפרקי החשיבה הכמותית

פרקי החשיבה הכמותיים כוללים ארבעה נושאים מרכזיים, ובתוכם תתי נושאים רבים:

- 1. אלגברה:** כולל בתוכו שאלות בנושאי שברים פשוטים או עשרוניים והפעולות החשבוניות הנלוות להם, סוגי והגדרות מספרים (שלמים, עוקבים, זוגי/אי-זוגי ועוד), פעולות חשבוניות במספרים זוגיים ואי זוגיים, סימני חלוקה של מספרים וגורמיהם השונים, מושג השארית, כפולות מספרים, חזקות ושורשים, נוסחאות כפל מקוצר, משוואות וביטויים אלגבריים בנעלמים או במספרים, שאלות מילוליות הנשענות על משוואות וביטויים אלגבריים והצגת תרגיל אלגברי בעזרת אותיות.
- 2. בעיות כמותיות:** כולל בתוכו נושאים כדוגמת בעיות באחוזים, בעיות יחסים, בעיות ממוצע, בעיות צירופים, בעיות הסתברות, בעיות תנועה ובעיות הספק.
- 3. גיאומטריה:** כולל נושאים כדוגמת ישרים, זוויות, סוגי משולשים, תכונותיהם, דמיון בין משולשים, סוגי מרובעים ותכונותיהם, מצולעים משוכללים ומצולעים שונים, מעגלים ותכונותיהם, דמיון בין צורות, מערכת צירים קרטזית, צורות דו ממדיות וחישובי שטחים, צורות תלת ממדיות וחישובי נפחים, שטחי מעטפת ושטחי פנים.
- 4. הסקה מתרשים:** חלק הכולל תרשים או טבלה ולאחריו 4-5 שאלות הנוגעות לו הבוחנות יכולת להתבונן בנתונים ולהסיק מתוכם מסקנות.

ציון הבחינה הפסיכומטרית

הציון הכללי בפסיכומטרי נע בין 200, שהוא הציון הנמוך ביותר, לבין 800, שהוא הציון הגבוה ביותר. בנוסף לציון הכללי, מתקבל גם ציון עבור כל אחד מתחומי הבחינה (חשיבה כמותית, חשיבה מילולית וידע באנגלית) הנע בין 50 ל-150. ציון של 150 מתקבל כאשר פותרים נכונה את כל השאלות.

לציון המתקבל עבור פרקי האנגלית חשיבות הנוגעת לקורסי האנגלית אותם יצטרך הנבחן ללמוד באוניברסיטה. ציון של 134 ומעלה מעניק פטור מקורסי אנגלית באוניברסיטה. מספר הקורסים אותם ילמד מי שקיבל מתחת ל-134 הוא קורס אחד עד שלושה קורסים.

החלוקה לרמות השונות משתנה בין מוסד למוסד, הן מבחינת הציונים הנדרשים לכל רמה והן מבחינת שם הרמה עצמה. באופן גס, ניתן לחתוך את הציונים באופן הבא:

ציון האנגלית בפסיכומטרי	רמת הקורס באנגלית
134 ומעלה	פטור מלימודי אנגלית
120-133	מתקדמים 2
100-119	מתקדמים 1
95-99	טרומ מתקדמים 2
85-94	טרומ מתקדמים 1
78-84	מתחילים 2
64-77	מתחילים 1

ציון בדגש כמותי ומילולי

בנוסף לציון הכללי ("ציון רב תחומי") בבחינה, מקבל כל נבחן שני ציונים נוספים בסקאלה שבין 200 ל-800. הציונים הללו שונים האחד מהשני במשקל שניתן בחישובם לכל אחד מחלקי הבחינה. חלוקה זו מאפשרת למוסדות הלימוד לבחור לאילו מהציונים להתייחס בבואם לקבל את המועמד ללימודים, בהתאם למסלול הלימודים אליו הוא מגיש מועמדות. יש לציין כי כל פקולטה רשאית לבחור לאיזה ציון להתייחס בבואה למיין את המועמדים.

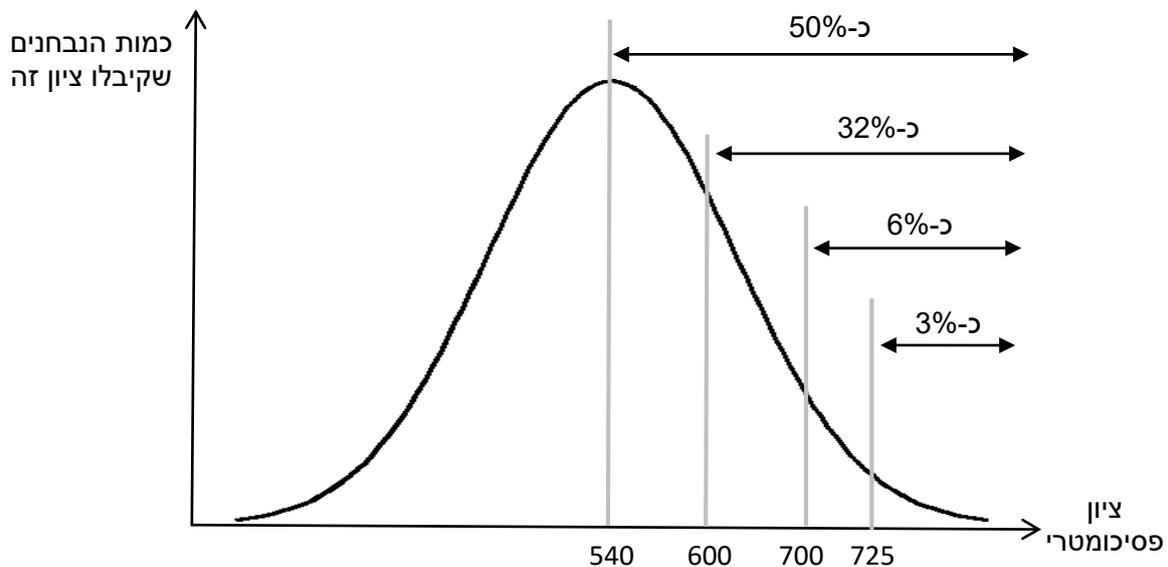
סוגי ציונים

ציון רב תחומי: משקל של 40% לחשיבה כמותית, 40% לחשיבה מילולית, 20% לאנגלית.
ציון בדגש כמותי: משקל של 60% לחשיבה כמותית, 20% לחשיבה מילולית, 20% לאנגלית.
ציון בדגש מילולי: משקל של 60% לחשיבה מילולית, 20% לחשיבה כמותית, 20% לאנגלית.

ממוצע הציונים והתפלגות הציונים

הציון הממוצע במבחן הפסיכומטרי הוא 540 בקירוב. מכיוון שמדובר בהתפלגות ציונים נורמאלית ('עקומת גאוס'), המשמעות היא שכ- 50% מהאוכלוסייה מקבלים ציון פסיכומטרי גבוה מציון זה, וכ- 50% מהאוכלוסייה מקבלים ציון נמוך מציון זה. כ- 50% מהאוכלוסייה מקבלים ציון שבין 500 ל- 600.

על פי נתוני אמת שמפרסם המרכז הארצי לבחינות ולהערכה, כ- 32 אחוזים מכלל הנבחנים מקבלים ציון הגבוה מ- 600, כ- 17 אחוזים מקבלים ציון הגבוה מ- 650, כ- 6 אחוזים מקבלים ציון הגבוה מ- 700, וכ- 3 אחוזים מקבלים ציון הגבוה מ- 725.



הפסיכומטרי כמבחן יחסי

ציוני הנבחנים בבחינה הפסיכומטרית נקבעים לא רק לפי הישגיהם בבחינה, אלא גם לפי הישגיהם של נבחנים אחרים במועד בו נבחנו ובמועדים קודמים. המרכז הארצי לבחינות ולהערכה מחשב את ציוני הנבחנים, כך שהבדלים בין מועדי בחינה שונים, בין שפות שונות ובין נוסחים שונים של בחינות, לא ישפיעו על הציון. זו גם הסיבה לכך שלמרכז הארצי לבחינות ולהערכה לוקח כחודש לעבד את הנתונים עד לשליחת הציונים לנבחנים. ההשוואה שעורך המרכז הארצי לבחינות ולהערכה מטרתה להבטיח שהציון שיקבל כל נבחן לא יושפע באופן דרסטי מהבדלי נוסחי בחינה וממשתנים נוספים.

☐ האם אפשר לקבל 800?

על אף יחסיות הבחינה, ניתן לומר כי הציון 200 מושג תמיד רק כאשר אין מענה ולו על שאלה נכונה אחת במבחן, והציון 800 מושג תמיד רק כאשר יש מענה נכון על כל השאלות שהופיעו בבחינה. אם במועד מסוים לא ענה איש נכונה על כל השאלות, אף אחד לא יקבל את הציון 800, אלא יקבל ציון הקרוב לציון זה.

☐ משקלה של שאלה בודדת

על סמך טבלאות ציונים והתפלגותם שמפרסם המרכז הארצי לבחינות ולהערכה מעת לעת, ניתן להעריך (בצורה גסה אמנם) את הניקוד שמקבלת שאלה בודדת בבחינה הפסיכומטרית. הרעיון הכללי הוא שבמבחן הפסיכומטרי, ככל שנפתור נכונה יותר שאלות, לא רק שנקבל יותר נקודות, אלא שנקבל גם מספר גבוה יותר של נקודות עבור כל שאלה שפתרנו נכונה.

שימו לב: אין חשיבות למספרה של השאלה שפתרנו, אלא לכמות השאלות שפתרנו בסך הכל.

כך למשל, אם אדם א' פתר נכון את שאלות 1-10 וחברו פתר נכון את שאלות 11-20, יקבלו שניהם את אותו הציון בדיוק, כיוון ששניהם פתרו נכון 10 שאלות בדיוק, ואין זה משנה אילו שאלות הם פתרו. חשוב שתזכרו שהרעיון הוא לא לפתור את השאלות הקשות ביותר, אלא לפתור כמה שיותר שאלות בצורה נכונה ולא להתעכב על שאלה ספציפית. אם אינם מצליחים לפתור שאלה מסוימת, שימו את האגו בצד, ועברו לשאלה הבאה.

☐ קבלת תוצאות הפסיכומטרי

כחודש לאחר מועד המבחן (לפעמים לוקח הדבר חמישה שבועות) ניתן יהיה לצפות בציונים באתר האינטרנט של המרכז הארצי לבחינות ולהערכה (מי שאינו מעוניין במשלוח הציון במייל יכול לבקש שליחה בדואר).

הצפייה בציון מתאפשרת בעזרת הקוד האישי שתקבלו לאחר ההרשמה לבחינה, והוא מופיע בנוסף על הספח שתקבלו בבחינה עצמה. אם נרשמתם ללימודים טרם קבלת הציון, מומלץ ליידע את מוסד הלימודים בדבר המועד המשוער בו תקבלו את הציון.

לימוד אוצר מילים ושינון

ציון גבוה בפסיכומטרי מושפע במידה רבה מעושר לשוני בעברית ובאנגלית. להרחבת אוצר מילים, לשיפור מהירות הקריאה ולשיפור ההבנה מההקשר, הן באנגלית והן בעברית, מומלץ לקרוא לפחות חצי שעה ביום חומרים התואמים את רמתכם – ספרים, עיתונים, מאמרים מאתרי אינטרנט ועוד.

בעברית, מומלץ לקרוא ספרות הכוללת אוצר מילים רחב ורלוונטי לבחינה, כדוגמת ספריהם של מאיר שלו, דויד גרוסמן, עמוס עוז, א.ב. יהושע ועוד.

כמה זמן כל יום? אנחנו ממליצים לקרוא לפחות חצי שעה ברציפות מדי יום.

באנגלית, מומלץ לקרוא ספר התואם את רמתכם ויאפשר לכם רצף קריאה, או ספר שכבר קראתם בעברית אף במקרים בהם הוא כתוב באנגלית גבוהה. המטרה היא לעבוד על **רצף קריאה ועל הבנה מתוך הקשר**.

כמה זמן כל יום? אנחנו ממליצים לקרוא לפחות חצי שעה ברציפות מדי יום.

כיצד לשנן אוצר מילים?

כלי נוסף בו ניעזר על מנת לייעל את מהלך הלמידה (גם בהרחבת אוצר המילים וגם בתחום הכמותי) הוא השינון. את השינון חשוב לבצע בסביבה נקיה ושקטה וללא הסחות דעת או גירויים חיצוניים. כדי שנקלוט את החומר בצורה האיכותית ביותר רצוי להימנע מרעשי רקע כמו טלוויזיה או מוזיקה ולהקפיד על עבודה במקום מסודר ונקי - לעתים גם עומס חזותי יכול להקשות עלינו לשנן.

כדי לשנן בצורה יעילה מומלץ לחלק את החומר למנות קטנות ולהקדיש זמן רב לכל מנה: מנה היא למשל 7-8 מילים, וזמן רב הוא כ-2-1 דקות לפחות לכל פריט. על מנת שלא נשכח את החומר שכבר שינונו, חשוב שנחזור עליו פעמים רבות, למשל – לפני שאנו מתחילים לשנן אוצר מילים חדש נבצע חזרה על חלק מאוצר המילים שאנו כבר יודעים.

טיפים ללמידת אוצר מילים

- ✓ נשנן מילים שאיננו מכירים, כמו גם מילים מוכרות שמשמעותן המילונית שונה מכפי שחשבנו.
- ✓ נעבוד במקבצים: הכמות המומלצת למקבץ הוא 7-8 מילים (כדאי לצמצם מקבצים קשים יותר).
- ✓ זמן העבודה הרציף המומלץ לשינון הוא כחצי שעה: נפרוס לעצמנו את זמני השינון במהלך היום.
- ✓ נחזור בכל יום על המילים של היום הקודם, ונבצע חזרות שבועיות על כלל המילים של אותו השבוע.

כלי עזר לשינון מילים

כלי חשוב בו ניתן לעשות שימוש הוא **יצירת הקשר אישי** (אסוציאציה): מה המילה מזכירה לנו? כמו מה היא נשמעת? כמו מה היא נראית? מה משמעות המילה? ננסה ליצור למילה קשר עם דבר מוכר. דרך אחרת היא להשתמש במילה בשיחות יומיומיות כדי להכניס אותה למאגר המילים ה"מדוברות" שלנו.

אנו ממליצים לעבוד עם **תוכנת המילים שבאתר**, המאפשרת למידת אוצר מילים בצורה נוחה, הדרגתית ויעילה. אם יש מילים שמקשות עלינו במיוחד - נדגיש מילים אלה ונקדיש להם זמן נוסף.

שינון בפרקי החשיבה הכמותית

מומלץ להגיע למצב שבו אנו לא נעזרים בדף הנוסחאות בכלל בעת פתירת פרקי החשיבה הכמותית. את רוב הנוסחאות נזכור אוטומטית (ללא צורך בשינון מכוון) אחרי למידת הנושא שהנוסחה קשורה אליו. אם אחרי למידת הנושא יש נוסחאות מסוימות או תכונות מסוימות שאנו מתקשים בהבנתן ועקב כך גם מתקשים לזכור אותן - נשנן אותן (כל כללי השינון שחלים בעת שינון מילים חלים גם כאן).

על מנת לבחון את עצמנו בשינון כמותי נוכל להיעזר במבחן הדף החלק: ננסה לכתוב כמה שיותר מידע על נושא מסוים. בנוסף, לעתים העתקה מרובה של החומר (לכתוב אותו שוב ושוב) יכולה לעזור לנו לזכור.

⌚ ניהול זמן בהחינה הפסיכומטרית

⌚ למה חשוב לנהל זמנים?

ניהול זמנים נכון נועד לאפשר לנו לנצל את הזמן המוגבל שלרשותנו לפתרון שאלות שהסיכוי לפתור אותן גבוה יותר עבורנו, ולכן הוא אחד הכלים החשובים ביותר עבורנו. באופן כללי ניתן לומר כי כמעט מחצית מהשאלות במבחן נחשבות לשאלות קלות (יחסית...) שמרבית האוכלוסייה תפתור, כשליש מהשאלות מוגדרות כבינוניות, וכחמישית בלבד נחשבות שאלות קשות.

ניהול זמנים פירושו הקדשת הזמן הקצוב לשאלות הקלות והבינוניות, ורק אם נותר זמן, להקדישו לפתרון השאלות הקשות. חלוקת הזמנים המומלצת יכולה להתאים לכל תלמיד, וניתן לעשות בה התאמות לפי העדפות אישיות או לפי יכולות אישיות.

חשוב לציין כי ככל שנתקדם בתהליך הלמידה נוכל להבחין במה אנחנו חזקים יותר ובמה פחות. לפעמים נעדיף לפתור שאלה קשה בנושא בו אנחנו חזקים לעומת שאלה קלה יותר בנושא בו אנחנו חלשים.

⌚ מתי להתחיל לתרגל לפי זמנים?

האם לתרגל לפי זמנים כבר מההתחלה? התשובה שלנו היא לא. כאשר אנו נמצאים בתחילת תהליך הלמידה, הדגש העיקרי הוא על הפנמה מלאה של חומר הלימוד, כלומר: שליטה מלאה בכללים, הגדרות, נוסחאות ודרכי הפתרון שלמדנו. לכן, כאשר אנו ניגשים לנושא חדש, אין טעם להתחיל תרגול לפי הזמנים המומלצים לפני שהושגה שליטה בחומר הנלמד.

חשוב לציין כי שליטה מלאה לא בהכרח מביאה ל-100% הצלחה בכל מקבץ, שכן לרובנו, כמעט תמיד, יהיו טעויות בחלק מהשאלות. לכן, לעיתים, גם הצלחה ב-60% מהשאלות בנושא מסוים היא מדד מספק לצורך התחלת תרגול בזמן מוגבל.

8 איך מתרגלים לפי זמנים?

בתרגול מקבצים: יש לקבוע את זמני התרגול לפי ניהול הזמנים באותו הנושא, כלומר, בהתאם לזמן המוקצב לכל שאלה. כאשר הסתיים הזמן הקצוב לכל מקבץ, יש לסמן עד לאיזו שאלה הגעתם, ולהמשיך לפתור את המקבץ עד סופו.

בתרגול בחינות: חובה לעשות שימוש בסטופר. אל תעבדו עם האופציה של "ספירה לאחור", כדי למנוע בלבול בין הזמן שעבר לזמן שנותר. בנוסף, אפסו את הסטופר רק במעבר בין פרקים, וזאת בכדי להיות מודעים לזמן שנותר לכל פרק (מומלץ לקרוא את ההסבר המקיף בנוגע לניהול זמן בסימולציות זה בהמשך החוברת).

8 ניהול זמנים - חשיבה מילולית

✓ **אנלוגיות:** בבחינה 6 שאלות מסוג זה.

אנו ממליצים להקדיש **כחצי דקה לכל שאלה**, כלומר 3 דקות לכל ה-6.

✓ **שאלות הבנה והסקה:** חלק זה כולל 11-12 שאלות, כש-3 מתוכן הן שאלות מסוג "השלמת משפטים". שימו לב שסדר השאלות בחלק זה הוא ברמת קושי עולה, ולכן יש להקדיש פחות מדקה לשאלות הראשונות להאט את הקצב ככל שנתקדם. אנו ממליצים לעבוד לפי מכסת זמנים של 11 דקות כאשר יש 12 שאלות הבנה והסקה בפרק, ולפי מכסת זמנים של 10 דקות כאשר יש 11 שאלות הבנה והסקה בפרק. כפי שבוודאי הבנתם, מדובר **בפחות מדקה לשאלה**.

✓ **קטעי קריאה:** כ-5-6 שאלות מסוג זה. ההמלצה היא לעבור מספיק זמן מראש לקטע הקריאה, כדי לא להילחץ ולקרוא אותו מהר מדי עקב מחסור בזמן, דבר העלול "לרסק" את ההצלחה בחלק זה. ההמלצה היא להקדיש 7 דקות לקטע עם 6 שאלות, ו-6 דקות לקטע עם 5 שאלות.

8 ניהול זמנים - פרקי אנגלית

✓ **שאלות השלמת משפטים:** בנושא זה יופיעו בדרך כלל 8 שאלות.

אנו ממליצים להקדיש לחלק זה **3 דקות** (קצת יותר מ-20 שניות לשאלה). מי מכם שאוצר המילים שלו רחב ומקיף לא יזדקק ליותר מ-20 שניות לכל שאלה, ומי שחזק פחות, ייתכן ועדיף לו לדלג על שתי השאלות האחרונות, ולהשקיע את הזמן בחלקים האחרים - שכן שם הבנה מתוך הקשר תורמת מאוד לפתרון השאלה. ככל שתתקדמו בתרגול תחושו מה רמתכם ומה נכון עבורכם.

✓ **שאלות ניסוחים מחדש:** בנושא זה יופיעו בדרך כלל 4 שאלות.

אנו ממליצים להקדיש לחלק זה **4 דקות**, כלומר כדקה לשאלה.

✓ **שאלות הבנת הנקרא:** בנושא זה יופיעו בדרך כלל שני קטעים שאחרי כל אחד מהם יופיעו 5

שאלות. אנו ממליצים לעבור לקטע הראשון בהבנת הנקרא כאשר רואים בסטופר שעברו, לכל היותר, 7 דקות מתחילת הפרק (3 דקות של השלמת משפטים פלוס 4 דקות של ניסוחים מחדש). הקטע הראשון לרוב קל יותר מהשני - אם כי יכול להיות ארוך ממנו (אורך אינו מעיד על רמת קושי). הקושי מתבטא במורכבות הנושא, במורכבות הניסוחים וברמת אוצר המילים. את 13 הדקות שנותרו לסוף הפרק מומלץ לחלק כך שלקטע השני יוקצב יותר זמן: **לסיכום:** אנו ממליצים להקציב **6 דקות לקטע הראשון**, ו-**7 דקות לקטע השני**.

8 ניהול זמנים – חשיבה כמותית:

כידוע, סדר השאלות בפסיכומטרי נע מהקל אל הקשה. בניגוד לדעה הרווחת, סדר השאלות בפרקים הכמותיים (1-20) אינם בסדר ליניארי עולה, אלא הפרק הכמותי מחולק למקטעים, ובכל אחד מהם השאלה הראשונה תהיה הקלה ביותר, והאחרונה הקשה ביותר.

לרוב, יחולק הפרק לשלושה מקטעים: שני מקטעים של "שאלות ובעיות" ומקטע אחד של "הסקה מתרשים". סדר המקטעים אינו קבוע, וכך גם מספר השאלות בכל מקטע, למעט במקטע השאלות מסוג "הסקה מתרשים", בו בכל מקרה 4 או 5 שאלות. לעיתים יופיעו בפרק הכמותי 2 מקטעים בלבד: כאשר ייפתח הפרק בשאלות "הסקה מתרשים", או כאשר יסתיים הפרק ב"הסקה מתרשים" (פחות שכיח).

⌘ אסטרטגיית ניהול זמנים בפרק כמותי:

בשל מבנה הפרק שאינו תמיד ידוע, קשה להמליץ על אסטרטגיית ניהול זמנים קבועה, אולם הרעיון הכללי הוא כזה: חשוב להסתכל בכותרת המקטע על מנת לראות כמה שאלות כולל כל מקטע, ובהתאם לכך לחלק את הזמן. כך למשל, אם הכותרת היא "שאלות ובעיות - שאלות 1-8", ברור ששאלות 7-8 יהיו קשות מאשר השאלות הראשונות שיופיעו במקטע הבא, למשל "הסקה מתרשים - שאלות 9-12".

החלוקה הבסיסית היא **דקה לשאלה**. בדוגמה לעיל, לא רצוי להתעכב על המקטע הראשון מעבר ל- 8 דקות. כאשר חלפו 8 דקות, כדאי לנחש את השאלות שלא הספקתם, ולעבור לשאלות הראשונות במקטע הבא, שמבחינה סטטיסטית יהיו קלות יותר. אגב, איננו סבורים שיש לדחות את "הסקה מתרשים" לסוף. אם מודעים לניהול הזמנים אין צורך ממשי לעשות כן.

⌘ בשאלות שלא הצלחתם לפתור תוכלו:

- ✓ להציב את התשובות בשאלה - אם זה אפשרי.
- ✓ להציב מספרים בשאלה - אם זה אפשרי.
- ✓ לבצע הערכת סדר גודל - וכך לבצע ניחוש מושכל.
- ✓ לפסול תשובות - רק אם ברור לכם לפי מה אתם פוסלים.
- ✓ לבצע ניחוש קבוע – מבחינה סטטיסטית עדיף תמיד לנחש את אותה תשובה.

⌘ הערה כללית הנוגעת לכל הפרקים

אנו ממליצים להקדיש את חצי הדקה האחרונה בכל פרק לצורך וידוא שסימנתם את כל השאלות במקום הנכון בגיליון התשובות וכי לא השארתם תשובות שאינן מסומנות.

מה הן סימולציות?

סימולציות הן מבחני דמה שמטרתן להכין אותנו בצורה המציאותית ביותר לבחינה הפסיכומטרית עצמה. את הסימולציה יש לנסות לקיים בתנאים דומים ככל הניתן לבחינה האמיתית, כאשר יום לפני כל סימולציה יש לבצע חזרה על נושאים בהם אנו מתקשים. מומלץ לרכז נושאים אלו במחברת דגשים ולעבור עליה מידי פעם. כדי לדמות תנאי בחינה, יש לבצע מבחן שלם ברצף (מטלת כתיבה + 8 פרקי בחינה), ולהשתדל להימנע מהסחת הדעת.

מה להביא לבחינת סימולציה?

- ✓ תעודת זהות – כדי שבבחינה עצמה לא נשכח.
- ✓ לפחות 3 עפרונות HB2 מחודדים.
- ✓ מחק – אנו ממליצים להשתמש בעפרונות עם מחק, אך גם להביא מחק בנפרד.
- ✓ מחדד.
- ✓ סטופר לא מרעיש.
- ✓ שתייה – נסו להימנע משתייה מרובה במהלך הבחינה.
- ✓ אוכל – נסו להימנע מאוכל מרעיש ומלכלך.

איך להתנהל במהלך הסימולציה?

- ✓ יש להקפיד על עבודה רגועה, יסודית ומסודרת.
- ✓ יש לסמן תשובות בדף התשובות באופן מסודר ולהקפיד על כתיבה ברורה במטלת הכתיבה.
- ✓ אם לא הצלחתם לפתור שאלה, יש להמשיך כרגיל ולשמור על קור רוח.
- ✓ לקחת הפסקות רק במידת הצורך, רצוי בסוף פרק (רק אם נותר לכם זמן).

איך מתחקרים סימולציה?

תחקור סימולציה נעשה במטרה להשתפר לקראת הסימולציה הבאה ולקראת בחינת האמת. יש לאבחן טעויות (מקצועיות/לא מקצועיות) ולהפיק לקחים בהתאם לשיטת התחקור. את הלקחים שהפקנו יש לכתוב במחברת הדגשים ולקרוא אותם לפני הסימולציה הבאה (מומלץ לקרוא את ההסבר המקיף בנוגע לנושא זה בהמשך החוברת).

ניהול זמנים במהלך הסימולציה

ראשית, יש להקפיד על עבודה בהתאם לזמנים מוגדרים מראש לכל נושא ושאלה, וזאת בהתאם למה שהוסבר בחוברת זו. זכירת משך הזמן המוקדש לכל נושא ושאלה תאפשר לכם להעריך את מספר השאלות שפתרתם ביחס לזמן המומלץ ולהתארגן בהתאם. שימו לב שגם אם הזמן שמוקדש לנושא חלף ולא הספקתם לפתור שאלה מסוימת, יש להקיף תשובה במחברת הבחינה ולהשחיר את האליפסה המתאימה בגיליון התשובות. אין להשאיר סימונים ריקים שעלולים לגרום להסטת תשובות. זכרו גם שאין ניקוד שלילי בבחינה, כך ששווה לנחש אם לא יודעים, ולסמן לעצמכם את השאלות הללו.

אם נותר לכם זמן בסוף הפרק, יש לחזור לשאלות אותן סימנתם כשאלות שלא הצלחתם לפתור או ככאלו שאינכם בטוחים בתשובה שסימנתם, ולנסות לפתור אותן. זו כמובן הזדמנות נוספת לוודא שהנכם מסמנים את התשובה לשאלה המתאימה בדף התשובות, ושלא התבלבלתם עם שאלה אחרת.

ניהול זמנים - חשיבות פסיכולוגית

ניהול זמנים נכון משפיע לטובה על התחושה האישית במהלך הבחינה הפסיכומטרית. מלחיץ מאוד לגלות כי הזמן המוקדש לפרק מסוים עומד לחלוף וטרם הגעתם לשאלה האחרונה לפרק. ניהול זמנים נכון מאפשר להגיע לשאלה האחרונה בפרק לקראת סוף הזמן המוקדש לכל פרק, גם אם ניחשתם בחלק מהשאלות, משום שבאופן זה תוכלו לפחות להתפנות נפשית ליתר השאלות ולפתור אותן נכון.

אם כן, ניהול זמנים נכון מאפשר לכם להשקיע בשאלות בהן סיכויי ההצלחה שלכם הם הגדולים ביותר. בכל מקרה, פתרון שאלות תחת לחץ זמנים קשה עלול לעלות לכם בנקודות, ולכן עדיף להימנע ממצב זה ולתכנן את הזמנים שלכם מבעוד מועד.

פתרון סימולציות - דגשים נוספים

נסו לתזמן את יציאותיכם לשירותים רק כאשר סיימתם פרק ונותר לכם זמן עד לסיומו, דבר אשר יקרה לרוב בפרקים בהם אתם חזקים. הימנעו משתייה מרובה ומאכילת ארוחת בוקר גדולה ביום הבחינה. אם תרגישו כי אתם מוכרחים לצאת להתפנות, זכרו כי עדיף לאבד זמן מפרק אותו טרם סיימתם מאשר להתאפק ולפגוע ביכולתכם להתרכז לאורך הבחינה כולה.

חשוב להתמתח בין הפרקים. התמתחות מזרימה את הדם ומעוררת, ולכן גם מסייעת לריכוז.

✓ תחקור תהליך האמירה

✓ מהו תחקור?

תחקור הינו בדיקה מעמיקה של תשובותיכם ושגיאותיכם בכל מקבץ או סימולציה, ואף בכל שאלה בודדת באשר היא. תחקור נכון הוא המפתח לשיפור ולהצלחה בבחינה.

בדיקה מעמיקה של תשובותיכם תאפשר לכם להבין את הגורמים שהובילו אתכם להצלחה או לכישלון בשאלה מסוימת, כמו גם את המקור לקשיים שלכם בנושאי הבחינה השונים. לכן, עליכם ללמוד כיצד לתחקר בצורה נכונה את השאלות, את מקבצי התרגילים ואת הסימולציות.

✓ איך מתחקרים?

במהלך התחקור נעבוד בשלבים מסודרים:

1. יש לבדוק את אינדקס התשובות הנכונות, ולסמן נכון/לא נכון ליד כל שאלה שפתרתם. שימו לב: בשלב זה אסור עדיין לבדוק את ההסברים המפורטים לשאלות.
2. את השאלות בהן טעיתם עליכם לנסות לפתור שוב, לבד וללא הגבלת זמן, מבלי שרשמתם לעצמכם מה אמורה להיות התשובה הנכונה לפי אינדקס התשובות. עליכם לנסות ולהגיע לפתרון הנכון מתוך ידיעה שהתשובה שסימנתם קודם אינה התשובה הנכונה.
3. לאחר שפתרתם את השאלות בהן טעיתם, עליכם לבדוק שוב באינדקס התשובות כדי לבדוק האם הפעם הצלחתם להגיע לתשובה הנכונה, וכך חוזר חלילה ככל שהזמן מאפשר לכם. נפיק הרבה יותר מהשאלה אם נגיע בעצמנו לפתרון הנכון.
4. יש לקרוא את הפתרון המלא מהספרים.
5. יש לבצע השוואה בין הפתרון המלא שמופיע בספר לבין הדרך בה פתרתם את השאלה. גם אם אופן הפתרון שלכם זהה לפתרון אשר מופיע בספר, עליכם לבדוק כי לא ביצעתם טעויות בתהליך הפתרון. אם אופן הפתרון שלכם שונה מהפתרון אשר מופיע בספר, עליכם לבדוק כי אופן הפתרון שלכם נכון.
6. אם אינם בטוחים בנכונות הפתרון שלכם, תוכלו להיעזר במדריכים בקבוצות הלימוד בפייסבוק.

✓ איך משתפרים?

כדי להשתפר וללמוד בצורה יעילה נאבחן את סוג הטעויות שלנו כדי להימנע מהן בעתיד: אם מדובר בטעויות **מקצועיות**, יש לבצע חזרה מקיפה על חומר הלימוד עד שנשלט בו בצורה מלאה. לעתים הטעויות שלכם יהיו טעויות **לא מקצועיות**: תחת סוג זה נכללות כל הטעויות שעשינו "בטעות", מחוסר תשומת לב, מעבודה פזיזה ולא מסודרת: טעויות חישוב, טעויות סימון (פתרתי נכון וסימנתי תשובה לא מתאימה), לא עניתי על מה שנשאלתי, לא קראתי נכון את הנתונים, פספסתי מילים בשאלה.

ההתמודדות עם טעויות לא מקצועיות היא לעתים קשה יותר מההתמודדות עם טעויות מקצועיות. על מנת להימנע מטעויות אלה, נאבחן בדיוק **מה הכשיל אותנו**. אם עבדנו בצורה חפזה, נאט את הקצב. אם הייתה לנו טעות חישוב, נעבוד בשלבים מסודרים, נימנע מביצוע חישובים בראש (נכתוב אותם בדף), נעבוד על הטכניקה שלנו (במידת הצורך גם נשנן חישובים מסוימים). אם טעינו בסימון, נקפיד על עבודה מסודרת. אם לא ענינו על מה שנשאלנו, נדגיש את הדבר עליו אנו נשאלים. אם פספסנו חלק בשאלה – יש לקרוא את כל השאלה ורק לאחר מכן להתחיל לתכנן את הפתרון.

✓ ניהול מחברת דגשים

כדי לא לחזור על אותה טעות פעמיים ננהל מחברת דגשים. במחברת זו נכתוב למה טעינו ומה עלינו לעשות כדי להימנע מטעויות אלה בעתיד (רצוי שהלקח יהיה על דרך החיוב). במחברת הדגשים יש להתנסח במילים פשוטות ובשפה שלנו.

אם אנו מזהים **טעות חוזרת** – נדגיש אותה ונחשוב על דרכים נוספות להימנע ממנה. מדי כמה ימים נקרא את הלקחים שהפקנו ונוודא שאנחנו מיישמים אותם.

הנחיות ליום הבחינה

הגעתם ליום הבחינה!

נתחיל מהסוף ונאחל לכם המון בהצלחה בבחינה!

נקווה שזו לכם הפעם האחרונה בה תפגשו את הבחינה הפסיכומטרית, לנצח.

יום לפני הבחינה

לא מומלץ לתרגל יום לפני הבחינה, בטח שלא נושאים חדשים שלא הגעתם אליהם בעבר. אפשר בהחלט לחזור על שיעורים כתובים ועל מחברת הדגשים, אולם חשוב לזכור שלמידה, לדוגמה של אוצר מילים, עלולה לגרום ללחץ מיותר ולכן רצוי להימנע גם ממנה ביום שלפני.

בלילה שלפני, מטבע הדברים, חלקכם או כולכם תהיו בלחץ, דבר המשפיע על כמות ואיכות השינה. למזלכם, האדרנלין יעשה את שלו במהלך הבחינה ואתם תהיו בסדר גמור.

הגעה לאוניברסיטה/מכללה

אנו ממליצים להגיע למקום הבחינה מספר ימים לפני הבחינה, על מנת לוודא שאתם יודעים כיצד להגיע למוסד הלימודים ולכיתה הספציפית שבה שובצתם. לאלו מכם שלא יוכלו להגיע לפני מועד הבחינה, מומלץ להגיע כשעה לפני התחלת הבחינה, אולם קחו בחשבון שלעתים המתנה זו עשויה להיות מורטת עצבים.

ההתמצאות באוניברסיטה או במכללה בה אתם עושים את הבחינה לעיתים אינה קלה, וחלק ממוסדות הלימוד גדולים ובהם עשרות כיתות בחינה בכל מועד. אם תגיעו מוקדם תספיקו גם למצוא את הכיתה בה הנכם נבחנים, גם ללכת לשירותים במידת הצורך, ובכלל להתרגל למקום ולאווירה, ואולי אף לפגוש חברים שירגיעו אתכם.

🕒 כניסה לכיתה ואישור הגעה

על דלת הכיתה בה הנכם נבחנים תמצאו רשימה של מי שנבחן באותה הכיתה. נציגי המרכז הארצי לבחינות ולהערכה תולים את הרשימה על הדלת מבעוד מועד. אם אתם נבחנים בבוקר, בשעה 9:00 יאפשרו לכם הבוחנים להיכנס לכיתה. בכניסה תידרשו להציג תעודת זהות למשגיח/ה שעומדים בפתח הדלת, ולאחר מכן מציגים את תעודת הזהות ונרשמים אצל המשגיח השני שיושב בשולחן ליד הלוח.

לאחר ההרשמה, נותן המשגיח לכל נבחן שני דפי תשובות: האחד עבור מטלת הכתיבה, והשני עבור שמונת פרקי הברירה. המשגיח גם יורה לכם באיזה מקום בכיתה עליכם להתיישב. את התיקים וחפציכם האישיים שאינם דרושים לצרכי הבחינה תתבקשו לשים בצד הכיתה או ליד הלוח בקדמת הכיתה. אם אתם מעוניינים לצאת מהכיתה מרגע כניסתכם ועד לשעת התחלת הבחינה, יש לקחת אתכם את תעודת הזהות, ולהציגה שוב כאשר תחזרו לכיתה.

🕒 הוראות כלליות לפני הבחינה

בשעה 09:25 תיסגר הדלת, והמשגיחים יחלו בהקראת ההוראות הכלליות לבחינה, כגון לכתוב רק בעיפרון, ויבהירו שאין לעשות שימוש במחשבון או בטלפון סלולרי וכדומה. לאחר הקראת ההוראות הכלליות, יחלקו המשגיחים את חוברות הבחינה, ויציינו בפניכם שאין לפתוח אותן עד לקבלת הוראה מפורשת לעשות כן. מטלת הכתיבה מצויה באותה החוברת כמו שמונת פרקי הברירה.

בשלב זה עדיין אסור לפתוח את חוברות הבחינה. שימו לב: אין צורך להשחיר את תעודת הזהות, אך המשגיחים ינחו אתכם לבדוק ולוודא שמספר תעודת הזהות שלכם מוזן כראוי על גבי דף התשובות. בנוסף, יהיה עליכם לרשום את מספר מחברת הבחינה ואת נוסח הבחינה על גבי דף התשובות. לבסוף, תידרשו לחתום על הצהרה מאחורי דף התשובות, לפיה הנבחן הוא אכן מי שנרשם וכי אתם כשירים להיבחן.

⌚ מטלת הכתיבה והסברים נוספים

השלב הבא הוא הסבר פרטני בנוגע למטלת הכתיבה, ומיד לאחריו יוקצב זמן של חצי שעה בדיוק להשלמת המטלה. בתום חצי השעה, יאספו המשגיחים את החיבורים ויסבירו לכם בנוגע להמשך מהלך הבחינה. בין היתר תונחו כיצד להשחיר בצורה נכונה את האליפסות על גבי דף התשובות, ותידרשו לסמן תשובה בשדה "שאלות לדוגמה". **שימו לב:** אסור לקפל את דף התשובות.

⌚ שמונת פרקי הפסיכומטרי

לאחר מתן ההסברים הללו, יוקצב הזמן לפרק שאלות הברירה הראשון, ומכאן ואילך יוקצבו 8 פעמים 20 דקות בדיוק - 20 דקות לכל פרק (אם המשגיח טועה בזמנים, זו זכותכם וחובתכם להעיר לו על כך).

בתום כל פרק, יתחיל מיד הפרק הבא, ללא הפסקות. זכרו שקיים איסור לדפדף לפרקים קודמים, אז הקפידו לסיים כל פרק בטרם תעברו לפרק הבא. אם במהלך הפרק אתם מעוניינים לצאת לשירותים, יש להצביע ולקבל רשות מהמשגיחים, שאחד מהם בדרך כלל יתלווה אליכם מחוץ לכיתה. שימו לב, היציאה מהכיתה היא על חשבון הזמן המוקצב לפרק, ולא תזכו לקבל הארכה כלשהי בגין יציאה זו.

⌚ סיום הבחינה הפסיכומטרית

בסיום הבחינה הפסיכומטרית תתבקשו להפסיק לסמן בדף התשובות. לאחר מכן יאספו את דף התשובות והמשגיחים יחלקו דף משוב על מהלך הבחינה. לאחר שסיימתם למלא את המשוב החזירו אותו למשגיחים. רק לאחר מכן ניתן יהיה לצאת מהכיתה. **נדגיש:** עליכם לציין במשוב אם דבר מה חריג או בעייתי קרה במהלכה. אם לא תכתבו זאת, תישלל מכם הזכות להתלונן על כך בשלב מאוחר יותר. היה ומדובר בדבר מה ממנו סבלה כל הכיתה, ניתן לבקש בעל פה מהמשגיחים כי ימלאו זאת אף הם בדיווחיהם למרכז הארצי לבחינות ולהערכה, אך עדיין עליכם לעשות זאת גם באופן אישי באמצעות טופס המשוב.

⌚ כיתת מאחרים

אם הגעתם באיחור לכיתה והדלת סגורה, ייצא אליכם אחד המשגיחים ויסביר לכם איך להגיע לחדר הבקרה של המרכז הארצי לבחינות והערכה, בו נמצאים נציגיו. שם יסבירו לכם איך להגיע לכיתת המאחרים.

מה להביא לבחינה

תעודת זהות וזימון לבחינה

- ✓ **תעודת זהות:** בלי תעודת זהות פשוט לא תוכלו להיבחן. תעודת הזהות שלכם היא התעודה היחידה בה מכיר המרכז הארצי לבחינות ולהערכה!
- ✓ **זימון לבחינה:** לא חובה, אך כדאי להביאו עמכם, כי עליו רשום החדר בו אתם נבחנו. בקיצור - אין סיבה שלא להביא אותו, אבל גם אין סיבה להילחץ אם איבדתם אותו. במקרה כזה תוכלו לפנות לאחד מנציגי המרכז הארצי לבחינות ולהערכה שיוכל לברר עבורכם באיזה חדר אתם נבחנו.

כלי כתיבה

- ✓ **עפרונות:** לא עיפרון אחד, אלא מספר עפרונות. כדאי פשוט לקנות חפיסה חדשה של עפרונות לפני הבחינה (מסוג 2HB) ולחדד אותם מראש במידת הצורך, וכך לא תיאלצו לחדד את אותו העיפרון ולבזבז זמן יקר. יש המביאים את כל החפיסה לבחינה, ומחליפים עיפרון מדי פרק.
- ✓ **מחקים:** רצוי לקנות את העפרונות שיש עליהם מחק, ובכך לחסוך את השימוש באביזר נוסף. המחיקה של מחקים אלו יותר קטנה ומדויקת, דבר המקל על המחיקות בדף התשובות עצמו.
- ✓ **מחדד:** גם אם הבאתם חפיסה שלמה של עפרונות, מומלץ להביא מחדד, על כל מקרה.

אוכל ושתייה

- ✓ **שתייה:** כדאי, אך אין צורך להפריז בשתייה, מסיבות מובנות. בקבוק קטן של חצי ליטר יעשה את העבודה. השתייה במבחן היא לא כדי למנוע התייבשות, אלא רק לצורכי התרעננות.
- ✓ **אוכל:** כנ"ל. אין צורך בארוחות שלמות, אלא רק במשהו קטן כדי להרגיע את הבטן. ממילא מרוב לחץ קצת קשה לאכול. קרוב לוודאי שתשמעו את חבריכם מנהלים דיונים פילוסופיים/אקדמיים אודות ההשפעה של שוקולד, פירות יבשים וכו' על המוח האנושי, אבל בינינו, התרכזו בעיקר ותאכלו מה שבא לכם.

הסטופר הוא החבר הכי טוב שלנו ☺. הקפידו לבטל את הצלצול שבסטופר, שכן אם לא תעשו כן, הבוחנים יוכלו להחרים אותו בגין הפרעה למהלך התקין של הבחינה. אין צורך באופציה של הספירה לאחור, אלא רק באופציה של מדידת הזמן. בסוף כל פרק אפסו את השעון והתחילו את המדידה מחדש. אם סיימתם לפתור לפני הזמן, אל תאפסו את השעון מיד אלא חכו לתום הפרק. כך תוכלו לדעת כמה זמן יש למנוחה.

דברים נוספים שעשויים להיות שימושיים:

משככי כאבים, גומייה לשיער, טישו.

אם תבחרו להשתמש באטמי אוזניים, הקפידו להתנסות בהם לפני יום הבחינה. חשוב לציין כי ניתן להשתמש באטמים, ועל האטמים להיות אטמי אוזניים פשוטים בלבד. במידה והאטמים מחוברים בחוט, יש לגזור את החוט כדי למנוע חשד שמדובר במכשיר שמע כלשהו. אין להשתמש באוזניות מגן נגד רעש. זכרו, האחריות על שמיעת הוראות הבוחן מוטלת על הנבחן!

מה אסור להביא לבחינה?

אין להכניס לחדר הבחינה: טלפון נייד (גם לא לשימוש בתור שעון) סטופר או שעון מצפצף, שעון עם אפשרות חישוב, נגן מוזיקה או כל חפץ אחר שעלול להפריע לשאר הנבחנים. בכל מקרה אין להיעזר בשום חומר עזר: לא מחשבון, לא דפי טיוטה ולא דפי נוסחאות, ולכן אל תביאו אותם עמכם לבחינה.

מה כדאי ללבוש לבחינה?

כדאי לבוא לבחינה עם מספר אביזרי לבוש, שכן לא ניתן לדעת מה תהיה הטמפרטורה בתוך חדר הבחינה. כדי להימנע ממצבים במהלכם תקפאו מקור שלוש וחצי שעות או תמותו מרוב חום, הקפידו להביא חולצות באורכים שונים, ולהתלבש בהתאם לתנאי מזג האוויר. אגב - אם ניתן לפתוח טיפה חלון ולהזרים לחדר קצת אוויר נקי - מומלץ ביותר, אפילו אם טיפה קר באותו יום. אין כמו אוויר נקי כדי לעזור לחשיבה.

לסיכום

לא תאמינו כמה מהר הזמן עובר במבחן הפסיכומטרי!

בהנהל3חנה!