

## שיעור קטעי קריאה

### מבוא

החלק האחרון בכל פרק מילולי הוא קטע קריאה עליו נשאלות בין 5 ל-6 שאלות. הקטעים כתובים ברמה המזכירה מאמרים אקדמיים, ועוסקים בנושאים שונים ומגוונים, כגון היסטוריה, פילוסופיה, ספרות, סוציולוגיה ופסיכולוגיה והתחומים המדעיים השונים.

השאלות מתחלקות לשלושה סוגים:

- שאלות נקודתיות:** שאלות העוסקות בעובדות הנתונות בקטע או למשמעותם של ביטויים המופיעים בו. שאלות כאלה נזהה באמצעות מכוון בשאלה, שיכול להופיע כמספר של שורה בו מופיע הביטוי הספציפי או עוגן טקסטואלי, למשל צירוף מילים שאותו נחפש בקטע.
- שאלות הסקה:** בהן התשובה אינה נתונה בקטע אלא צריך להסיק אותה ממנו. בשאלות כאלה יכולה להיות הפניה לשורה או לפסקה, אולם התשובה אינה מופיעה בו כלשונה.
- שאלות כלליות:** למשל, מהי מטרתו העיקרית של הקטע, מה יכולה להיות כותרת מתאימה עבורו ושאלות הנוגעות למבנה הקטע. ייתכנו גם שאלות המנוסחות על דרך השלילה, למשל "מה לא ניתן להסיק מהקטע".

### דגשים

- ✓ סדר השאלות הנקודתיות וההסקתיות הוא לפי סדר הדברים בקטע, ושאלות כלליות נשאלות בדרך כלל בתחילת או בסוף מקבץ השאלות.
- ✓ בכל סוגי השאלות, יש להקפיד לקרוא את כל התשובות בטרם מסמנים את התשובה שלדעתנו היא התשובה הנכונה. זאת, משום שיכולות להופיע תשובות שהן נכונות בחלקן או שיידמו כנכונות בקריאה מהירה.
- ✓ שימו לב שבפיתרון השאלות אין להתבסס על ההיגיון הבריא שלנו או על ידע כללי, אלא רק על האמור בקטע. אמנם, בשאלות הסקה אנו נדרשים להגיע למסקנות שאינן מצוינות במפורש בקטע, אך כל מסקנה צריכה להיות מבוססת על המידע הנתון בקטע.
- ✓ הדרך הטובה ביותר ללמידה היא תרגול. באמצעותו תלמדו להכיר את סגנון השאלות ודרכן את האבחנה בין עיקר לטפל, שהכרחית לקריאה והבנה מהירה של קטעי הבנת הנקרא בבחינה הפסיכומטרית.

מבחינת ניהול זמנים, אנו ממליצים להקדיש כ-7 דקות לקטע הקריאה ולשאלות עליו, אולם שימו לב ובחנו את עצמכם - אם אתם זקוקים לזמן רב או מועט יותר, ייתכן שתעדיפו לתכנן את הזמנים מעט אחרת.

## גישות לפתרון קטעי קריאה

קיימות מספר דרכים אפשריות לגשת לקטעי הבנת הנקרא בעברית, וכדאי לבחון את כולן, לבחור את הדרך המתאימה ביותר ולדבוק בה במהלך התרגול. תרגול עקבי של אחת מהדרכים יביא לתוצאות הטובות ביותר.

### קריאת הקטע קודם לפתרון השאלות

לפי גישה זו, קוראים את הטקסט כולו, תוך סימון מילות מפתח, משפטים חשובים וכתובת/הבנת הגרעין הרעיוני בכל פסקה במילים בודדות (נקדיש לכך כ-3 דקות). לאחר מכן, עונים על השאלות לפי סדר הופעתן. כאשר שאלה עוסקת בפסקה או מילה מסוימת, נחזור ונקרא כמה משפטים מהאזור המתאים בקטע לצורך ריענון הזיכרון.

**יתרונות:** הכרת הגרעין הרעיוני של הקטע ורוח הדברים מקלה בזיהוי מסיחים בשאלות ומקנה תחושת בטחון.  
**חסרונות:** דורשת קצב קריאה מהיר, ייתכן כי לא נזכור את כל המידע הדרוש עם סיום הקטע.  
**למי מתאימה הגישה?** נבחנים בעלי קצב קריאה מהיר יחסית ושליטה טובה בשפה, המיומנים בקריאה של טקסטים עיוניים בעברית.

### קריאת פסקה בודדת ומענה על השאלות המתאימות

לפי גישה זו, קוראים פסקה בודדת בכל פעם. במהלך הקריאה יש לסמן מילים חשובות ומשפטים חשובים בפסקה ולענות על השאלות המתאימות לפסקה זו בלבד. נשים לב כי לא ניתן לענות על שאלות כלליות (מטרת הקטע, כותרת לקטע) לפני שקראנו את כל הפסקאות. לכן, אם ניתקל בשאלות אלו, נדחה את פתרון עד לסיום קריאת כל הפסקאות. מכאן ניתן להבין שאין בגישה זו מתן פטור מקריאת הקטע כולו בסופו של תהליך.

**יתרונות:** קל יותר לזהות ולזכור פרטים, קריאה ממוקדת יותר של הקטע מאפשרת לרדת לעומקם של דברים מבלי להתבלבל מעודף מידע.

**חסרונות:** לא ניתן לענות על שאלות כלליות לפני שקוראים את הקטע כולו, חוסר הכרות עם הגרעין הרעיוני של הקטע ורוח הדברים מקשה על פתרון השאלות.

**למי מתאימה הגישה?** נבחנים בעלי קצב קריאה איטי יותר, בעלי קושי להתרכז דקות ארוכות באופן רציף בטקסט, ונבחנים שמוצאים עצמם ללא זמן רב בסוף הפרק.

### קריאת השאלות קודם לקריאת החלקים הרלוונטיים בקטע

לפי גישה זו, ראשית קוראים את השאלה ורק לאחר מכן מחפשים את הקטע הרלוונטי בטקסט עצמו. יש לנקוט משנה זהירות בגישה זו, שכן ייתכנו מסיחים שקל לטעות בהם אם לא מכירים את הגרעין הרעיוני של הקטע כולו או של פסקה מסוימת. לאחר קריאת השאלה, מוטב לסמן לצד האזור הרלוונטי בקטע את מספר השאלה אליה יש לחזור כדי שלא להתבלבל וכן לסמן את המידע המתאים בקטע עצמו (ראו הסבר בהמשך השיעור לגבי מילות מפתח בשאלות). רצוי לקרוא לפחות מספר שורות מהקטע, ולא משפט בודד כדי לשים לב לפרטים משמעותיים שעלולים לשנות את משמעות הדברים.

**יתרונות:** קל יותר לזהות ולזכור פרטים, קריאה ממוקדת יותר של הקטע מאפשרת לרדת לעומקם של דברים מבלי להתבלבל על ידי עודף מידע.

**חסרונות:** לא ניתן לענות על שאלות כלליות לפני שקוראים את הקטע כולו, קשה יותר לזהות מסיחים, קל להתבלבל ולפספס את העיקר.

**למי מתאימה הגישה?** נבחנים בעלי קצב קריאה איטי יותר, שאינם מצליחים להתמודד עם קריאה רציפה של קטע או של פסקה שלמה, ושסובלים ממחסור בזמן.

## קטע לדוגמה

השתחררות מתחושת כאב גורמת לרוב לתחושת הנאה וסיפוק. קשר מיוחד ומוזר זה בין הנאה לכאב מצוי כבר ברמה הפיזיולוגית. המערכת האנדורפינית, הממונה על מניעת העברת תחושת כאב באמצעות סינפסות אל תאי עצב, משמשת גם לשליטה בפעולתם של תאי עצב המווסתים את שחרור המוליך העצבי דופמין, המעורר את המערכת הממונה על מרכז התגמול וההנאה במוח.

### רעיון מרכזי של פסקה 1 – קיים קשר בין כאב להנאה שקשור בפעילות של המערכת האנדורפינית.

הקשר ההדוק בין הנאה לבין כאב מופיע, למשל, בתופעות המאפיינות את השימוש בסמים ממשפחת האופיאטיים. סמים אלו, ובהם הירואין, פועלים לדיכוי מערכת העצבים המרכזית. שימוש בהרואין, למשל, גורם לתחושת אופוריה, חמימות וסיפוק, ולתחושה כללית טובה, אך מינונים גבוהים יכולים לגרום לעיוותים בראייה ולחלומות בהקיץ. חלק מן הסמים האופיאטיים (דוגמת מורפין) משמשים ברפואה כמשככי כאבים. למעשה, קיים תיעוד כבר מהמאה השלישית לפני הספירה אודות שימוש בחומרים אלה לצרכים רפואיים, ביניהם הרגעה, שיכוך כאבים, טיפול בשלשול ועוד. עם התקדמות המחקר על המוח נתגלה כי במוח, במערכת העיכול ובשלייה קיימים קולטנים לחומרים מסוג זה, אשר מיוצרים בגוף גם באופן טבעי. אלו אותם אנדורפינים המופרשים בגוף במינונים קבועים, פועלים לשיכוך כאבים וגורמים לתחושת הנאה.

### רעיון מרכזי של פסקה 2 – סמים אופיאטיים מדכאים מערכת העצבים המרכזית ומראים את הקשר בין הנאה לכאב. חומרים כאלה משוחררים בגוף גם באופן טבעי.

מערכות הגוף מתאימות את עצמן למינוני הסמים המסופקים להן. כך, שימוש חוזר בסם גורם להוצרות סבילות ברמה המטבולית והתאית. הראשונה גורמת להשפעה חלשה יותר של הסם לאחר שימוש בכמות זהה של החומר, בשל ייצור מוגבר של אנזימים המפרקים אותו במהירות רבה יותר. האחרונה חמורה יותר, ונגרמת משינויים המתחוללים בתאי המוח ובתאי העצב. בכל שימוש בסם מסוג האופיאטיים התאים מפתחים סבילות, המאפשרת להם לתפקד "כרגיל" חרף הרמה הגבוהה של הסם. כתוצאה מכך, אלו סמים ממכרים מאוד. כל הפסקה של שימוש בסם, אפילו לכמה שעות או יממה, תגרום להופעתם של תסמיני גמילה קשים ביותר, ביניהם צמרמורות, חום, כאבי שרירים, שלשולים, חרדה ורגישות יתר לכאב. זהו ביטוי נוסף לקשר הגופני שבין הכאב וההנאה. אותו הסם שגרם בתחילה לתחושות הנאה ואופוריה אינו גורם לתופעות אלה יותר, אך המכור זקוק לו על מנת להמנע מתחושות הכאב המלוות את הגמילה.

### רעיון מרכזי של פסקה 3 – הסבילות שנוצרת בגוף לשימוש בסמים אופיאטיים – ברמה המטבולית והתאית הופכת אותם לממכרים וזהו ביטוי נוסף לקשר בין הנאה וכאב.

החומרים הרפואיים ממשפחת האופיאטיים פועלים על אותם מנגנוני סבילות. מסיבה זו, בתכניות גמילה רבות עושים שימוש בחומרים סינטטיים המהווים תחליף לסם, דוגמת מתדון ובופנפרין, הנלקחים מדי יום או יומיים. אלה אינם גורמים לתחושות אופוריה, ומשתחררים מן הקולטנים לאט, וכך מקלים על תסמיני הגמילה ומאפשרים המשך תפקוד.

### רעיון מרכזי של פסקה 4 – תחליפי הסם פועלים על מנגנוני הסבילות – הם לא גורמים לאופוריה וגם משתחררים לאט וכך מקלים על תסמיני הגמילה.

לאחר שסימנו רעיונות חשובים, מושגים וסיבות בטקסט, והבנו מה הרעיון המרכזי של כל פסקה, יהיה לנו קל יותר לענות על השאלות הנלוות.

## השאלות

1. מה הקשר הפיזיולוגי בין כאב לבין הנאה המתואר בפסקה הראשונה?

- (1) אותם תאי עצב משתתפים ביצירת תחושת הכאב וביצירת תחושת הנאה
- (2) המערכת האנדורפינית קשורה במניעת כאב וגם ביצירת תחושת הנאה
- (3) המערכת האנדורפינית אחראית למניעת כאב וכך גורמת תחושת הנאה
- (4) שליטה בתאי העצב המעוררים תחושת הנאה יכולה להוביל למניעת כאב

### שאלה 1 - פתרון מפורט

שאלה זו היא שאלת נקודתית, שהתשובה בה מופיעה בפסקה הראשונה. נחפש בה את המילים "הקשר בין הנאה לכאב" שסימנו בפסקה:

"קשר מיוחד ומוזר זה בין הנאה לכאב מצוי כבר ברמה הפיזיולוגית. המערכת האנדורפינית, הממונה על מניעת העברת תחושת כאב באמצעות סינפסות אל תאי עצב, משמשת גם לשליטה בפעולתם של תאי עצב המווסתים את שחרור המוליך העצבי דופמין, המעורר את המערכת הממונה על מרכז התגמול וההנאה במוח".

בפסקה אכן מוצהר כי הקשר בין כאב להנאה קיים ברמה הפיזיולוגית. המשפטים הבאים לאחר הצהרה זו יפרטו באיזה קשר מדובר. ממבנה המשפט והשימוש במילה "גם", ניתן להבין שהמשותף לכאב ולתחושת הנאה היא המערכת האנדורפינית - מצד אחד היא אחראית למניעת תחושת כאב, ומצד שני היא אחראית גם לויסות שחרור הדופמין שמעורר תחושות הנאה.

נשים לב כי לא מדובר על קשר של סיבה ותוצאה בין מניעת הכאב לבין ההנאה. מדובר בשני תפקודים שונים של המערכת האנדורפינית, ולא מצוין שאחד מהם משפיע על השני.

**התשובה הנכונה היא (2).**

2. משמעות המילה "ונגרמת" (שורה 15) היא:

- (1) ייצור מוגבר של אנזימים
- (2) סבילות של התאים
- (3) השפעה חלשה יותר של הסם
- (4) ההתמכרות לסם

### שאלה 2 - פתרון מפורט

השאלה מכוונת אותנו לשורה ספציפית, נקרא גם שורה או שתיים לפני כדי לקבל את ההקשר: "שימוש חוזר בסם גורם להוצרות סבילות ברמה המטבולית והתאית. הראשונה גורמת להשפעה חלשה יותר של הסם לאחר שימוש בכמות זהה של החומר, בשל ייצור מוגבר של אנזימים המפרקים אותו במהירות רבה יותר. האחרונה חמורה יותר, ונגרמת משינויים המתחוללים בתאי המוח ובתאי העצב"

בשאלות מדובר על "האחרונה", שהיא הסבילות התאית, משום שהיא מופיעה אחרונה בסדר, לאחר הסבילות ברמה המטבולית (שהיא "הראשונה").

**התשובה הנכונה היא (2).**

3. איזו מהטענות הבאות לגבי הסמים האופיאטיים אינה מופיעה בקטע?

- (1) הם גורמים לדיכוי של מערכת העצבים המרכזית
- (2) הם פועלים על מנגנוני סבילות מטאבוליים ותאיים
- (3) הם עלולים לגרום להתפתחות מחלות נפשיות
- (4) הם ממכרים ביותר

#### שאלה 3 – פתרון מפורט

שאלה זו נראית כשאלה על הקטע כולו, אך הופעתה כשאלה שלישית מראה לנו שהתשובה אמורה להופיע עד הפסקה השלישית (אחרי שורה 15), כלומר, ששלושה מאפיינים של הסמים ממשפחת האופיאטיים אמורים להופיע בחלק זה של הטקסט. בקטע לא מצוין כי סמים ממשפחת האופיאטים מובילים להתפתחות מחלות נפשיות. תשובה (1) מופיעה בשורה 6. "פועלים לדיכוי מערכת העצבים המרכזית" תשובה (2) מופיעה בשורות 14-15. "שימוש חוזר בסם גורם להוצרות סבילות ברמה המטבולית והתאית" תשובה (4) מופיעה בשורה 17. "אלו סמים ממכרים מאוד" **התשובה הנכונה היא (3).**

4. הקשר הגופני שיוצרים הסמים האופיאטיים בין כאב והנאה (שורה 19) בא לידי ביטוי בכך ש -

- (1) סמים אופיאטיים משמשים גם כמשככי כאבים
- (2) המכור נהנה מהסם למרות כאבי הגמילה
- (3) סמים אופיאטיים גורמים לשינוי במנגנוני הכאב וההנאה במוח
- (4) המכור עושה שימוש בסם שבעבר גרם להנאה כדי להמנע מכאב

#### שאלה 4 - פתרון מפורט

שאלה זו מפנה אותנו לשורה ספציפית. נקרא אותה: שורה 19: "זהו ביטוי נוסף לקשר הגופני שבין **הכאב וההנאה**. אותו הסם שגרם בתחילה לתחושות הנאה ואופוריה אינו גורם לתופעות אלה יותר, אך המכור זקוק לו על מנת להמנע מתחושות הכאב המלוות את הגמילה". בשורות שלפני מתוארת הסבילות שנוצרת בגוף לשימוש בסמים אופיאטיים (כך סיכמנו לעצמנו), ובכך, כך נאמר, ישנו ביטוי נוסף לקשר בין הנאה וכאב, קשר שמוסבר בשורה 20 – במקום הנאה, המכור משתמש בסם כדי להמנע מכאב. **התשובה הנכונה היא (4).**

5. מהפסקה האחרונה עולה כי היתרון של מתדון על פני הרואין נובע מ -

- (1) היותו סינטטי
- (2) פעולתו על אותם מנגנוני סבילות תאיים ומטאבוליים
- (3) מחירו הנמוך
- (4) השתחררותו האיטית מהקולטנים

#### שאלה 5 – פתרון מפורט

זוהי שאלה נקודתית, ושהתשובה עליה צריכה להיות מצויה בפסקה האחרונה, העוסקת בתחליפי סם :  
 "בתכניות גמילה רבות עושים שימוש בחומרים סינטטיים המהווים תחליף לסם, [...] אלה גורמים לתחושות  
 אופוריה, ומשתחררים מן הקולטנים לאט, וכך מקלים על תסמיני הגמילה ומאפשרים המשך תפקוד".

נכון שהחומר הוא סינטטי ופועל על אותם מנגנוני סבילות כמו הירואין, אך על פי הטקסט, ההבדל בינו לבין  
 ההירואין הוא שהוא אינו גורם לאופוריה ומשתחרר מן הקולטנים לאט.  
**התשובה הנכונה היא (4).**

6. על פי האמור בקטע, מה עלול לקרות לאדם הצורך באופן קבוע מתדון?

- (1) הוא יסבול מעיוותים בראיה וחלומות בהקיץ
- (2) הוא יפסיק לחוש כאב
- (3) הוא יצטרך להשתמש במינון יותר גבוה כדי לקבל את אותה השפעה גופנית
- (4) הוא ייגמל מהתמכרותו להירואין

#### שאלה 6 – פתרון מפורט

זו שאלת הסקה, שכן אדם הצורך באופן קבוע מתדון אינו מופיע בטקסט. לפי הטקסט, מערכות הגוף מפתחות  
 סבילות לחומרים האופיאטיים, דוגמת הירואין, אך גם לחומרים שמשמשים בהם ברפואה, דוגמת מתדון. לכן,  
 אדם הצורך באופן קבוע מתדון יפתח סבילות לחומר, ויצטרך להשתמש במינונים יותר גבוהים כדי לקבל את  
 אותה השפעה מהסם.  
**התשובה הנכונה היא (3).**

#### סיכום

השאלות על קטעי הקריאה בוחנות את מידת ההבנה של טקסט נתון, החל מהבנת מילים ספציפיות, דרך הבנת  
 פסקאות ורעיונות מסויימים ועד להבנת הקטע בכללותו.

נסו את כל הדרכים המוצעות ובחרו את זו הנוחה לכם ביותר. בכל שאלה נתונה, קראו בתשומת לב את החלק  
 הרלוונטי לה בטקסט, ובחנו היטב את כל התשובות, משום שייתכן שתהיינה תשובות שיתאימו רק באופן חלקי, או  
 תשובות שיראו הגיוניות אך לא ייתאמו את מה שנאמר בקטע. כמו בכל נושא, גם בנושא זה תרגול רב יביא לשיפור,  
 ובנוסף מומלץ מאוד לקרוא ספרים בעברית כדי לשפר את מהירות הקריאה ולהרחיב את אוצר המילים.