

הבנת הנקרא - קטעים לתרגול

מקבץ 8

הבנת הנקרא

לפניכם שלושה קטעים ובסוף כל אחד מהם שאלות. קראו כל קטע בעיון וענו על השאלות שאחריהם.

קטע I

(1) באזור הקוטב הצפוני האקלים קיצוני וקשה מאוד לאורך כל השנה: בקיץ הטמפרטורה הממוצעת היא 3 מעלות צלסיוס, ובחורף הטמפרטורות יורדות עד 50 מעלות צלסיוס מתחת לאפס.

האסקימואים החיים באזור הקוטב הצפוני הסתגלו לחיים בתנאי קור. בעבר גרו האסקימואים באיגלו, בית דמוי כיפה, הבנוי מסוג מיוחד של לבני קרח יבש מאוד שבתוכו בועות אוויר קטנות. לבני קרח אלו מבודדות את פנים האיגלו מן הקור ושומרות על החום בו. כיום גרים האסקימואים בבתי עץ מחוממים, אבל במסעות הציד שלהם, כשהם נמצאים הרחק ממקום יישוב ונתקלים בסופות שלג, הם בונים לעצמם איגלו לשהות בו.

מכיוון שהגברים האסקימואים נמצאים בחוף חודשים ארוכים בשנה, וחשיפת העור לקור עשויה לגרום לכוויות קור, הם מקפידים לכסות את כל גופם בבגדים העשויים מפרוות כלבי ים. גם האוויר שנושמים האסקימואים צריך לעבור דרך בד או פרווה מפני שללא החימום הזה הוא מזיק לדרכי הנשימה.

האקלים הקר משפיע גם על תזונתם של האסקימואים. בטמפרטורות נמוכות כל כך אי-אפשר לגדל ירקות ופירות, והאסקימואים אוכלים בעיקר בשר נא, כלומר בשר לא מבושל. יש סברה שלפיה מקור המילה 'אסקימו' בשפה האינדיאנית, ופירושה "אוכל בשר נא". השומן שבבשר מספק לאסקימואים אנרגיה, והיא שומרת על חום גופם. בתזונת האסקימואי אפשר למצוא גם לחם ותפוחי אדמה כי הם יכולים להחזיק מעמד בקור העז. האקלים הקר משפיע גם על הרגלי השתייה: מכיוון שהמים קפואים, צריך לחמם את הקרח על האש ולהמס אותו, ורק אז אפשר להכין תה ומרק מן המים שהתקבלו.

גופו של האסקימואי הסתגל עם הזמן לטמפרטורות נמוכות מאוד, ולכן, למרות הקשיים הרבים, האסקימואים אינם מתלוננים על הקור.

השאלות

1. לפי הפסקה הראשונה, מדוע האקלים בקוטב הצפוני נחשב לאקלים קשה מאוד?

- (1) משום שהפער בין הטמפרטורות בחורף לטמפרטורות בקיץ גדול
- (2) משום שהאסקימואים עדיין לא למדו כיצד להתמודד עם הקור
- (3) משום שהטמפרטורה בחורף אף פעם אינה עולה על 50 מעלות מתחת לאפס
- (4) משום שהטמפרטורות באזור זה נמוכות מאוד

2. מתי האסקימואים בונים איגלו?

- (1) כאשר אין הם מצליחים לבנות בית מעץ
- (2) כאשר אין להם לבוש חם דיו
- (3) בזמן שהם נמצאים במסעות ציד
- (4) בעונת החורף, כאשר הטמפרטורות נמוכות במיוחד

3. לפי הפסקה השנייה, מדוע האסקימואים משתמשים בסוג מיוחד של קרח בבניית האיגלו?

- (1) כי הוא נוח לבנייה
- (2) כי בועות האוויר שבו מאפשרות מעבר חופשי של אוויר מן החוץ פנימה
- (3) כי הוא אינו גורם לכוויות קור
- (4) כי הוא מאפשר שמירה על החום בתוך האיגלו

4. מה הנושא העיקרי שהקטע עוסק בו?

- (1) מסעות הציד של האסקימואים בקוטב הצפוני
- (2) הסתגלותם של האסקימואים לתנאי קור קיצוניים
- (3) המאכלים שמהם ניזון האסקימואי החי בקוטב הצפוני
- (4) לבני הקרח שמהן בונים האסקימואים איגלו

קטע II

(1) ייתכן שתל-אביב תהיה העיר הראשונה בעולם שתפעל בה מערכת רכבות אווירית עתידנית. מדובר בשיטת תחבורה עירונית ראשונה בסוגה, והחברה המתכננת אותה היא החברה האמריקנית "סקייטרן". החברה בונה את קרוניות הרכבת בשיתוף עם נאס"א, סוכנות החלל האמריקנית.

(5) קרוניות הרכבת יהיו קטנות, עשויות מאלומיניום, ובכל אחת מהן מקום לשני נוסעים. הן ינועו על מסילה שתמוקם בגובה של שבעה מטרים מעל הקרקע, ותיתמך בעמודים, שישמשו גם נקודות הטענה. התאוצה הראשונית של הקרוניות תינתן להן בכוח חשמלי, ולאחר מכן הקרוניות עצמן ייצרו גל מגנטי וינועו באמצעותו ללא צורך במקור אנרגיה נוסף. מהירותן של הקרוניות עשויה להגיע עד 250 קמ"ש. התחנות ימוקמו על גגות בניינים, וקרונית שתעצור בתחנה לא תעכב את הקרוניות ש"יטוסו" אחריה. (10) בינתיים התוכנית נשמעת דמיונית ורחוקה, אולם מנכ"ל "סקייטרן", ג'רי סנדרס, משוכנע שהדבר יקרה. לדבריו, הוא זוכה לשיתוף פעולה ממשרדי הממשלה בישראל, והם מבטיחים לצמצם את הקשיים הביורוקרטיים. "מדובר במערכת זולה, מהירה ואקולוגית, ובנוחות של נסיעה במכונית פרטית במהירות גבוהה פי כמה", אומר סנדרס. השימוש בשיטה זו אמור להיות זול מן השימוש ברכבת תחתית, ולמעשה, מכל שיטת תחבורה ציבורית אחרת.

סנדרס הסביר שהחלטה לבחור דווקא בתל-אביב כעיר הראשונה לביצוע הפרויקט התקבלה משום (15) שתל-אביב היא אחת הערים המובילות בעולם מבחינת חדשנות, ונראה למתכננים שיהיה קל לקדם בה את התוכנית. בתחילה תיבנה תשתית לרכבת החדשה בקטע דרך קצר, התשתית תיבחן, ואז יתקדמו הלאה. ימים יגידו אם הרכבת העתידנית תהיה למציאות.

השאלות

5. לפי הפסקה הראשונה, מה החידוש במערכת הרכבות המתוכננת בתל-אביב?

- (1) היא תפעל רק בעיר תל-אביב
- (2) היא תופעל בידי חברה ישראלית וחברה אמריקנית
- (3) היא תהיה מערכת רכבות אווירית
- (4) הקרוניות שלה יהיו דומות לחלליות

6. מה אינו נכון לפי הפסקה השנייה?

- (1) ג'רי סנדרס מאמין שהתוכנית תצא אל הפועל
- (2) המערכת החדשה תהיה זולה מכל מערכת תחבורה ציבורית אחרת
- (3) משרדי הממשלה בישראל מערימים קשיים בירוקרטיים בדרך למימוש התוכנית
- (4) הנסיעה ברכבת האווירית תהיה מהירה מן הנסיעה במכונית פרטית

.7 בשורה 12 כתוב: "השימוש בשיטה זו". לאיזו שיטה הכוונה?

- (1) לשיטת נסיעה במהירות גבוהה
- (2) לשיטה של נסיעה נוחה במכונית פרטית
- (3) לשיטת תחבורה של מערכת רכבות אווירית
- (4) לשיטת תחבורה של רכבת תחתית

.8 לפי הפסקה האחרונה, מדוע נבחרה דווקא העיר תל-אביב לביצוע הפרויקט?

- (1) משום שהיא נחשבת לעיר חדשנית
- (2) משום שקל לבנות בה את הרכבת בקטע דרך קצר
- (3) משום שרק בה תהפוך התוכנית למציאות
- (4) משום שאפשר להפעיל בה את התוכנית בשלבים, ולהתקדם בהדרגה

.9 בשורה האחרונה כתוב: "ימים יגידו אם הרכבת העתידנית תהיה למציאות". כלומר -

- (1) יהיה אפשר לממש את התוכנית בזמן קצר
 - (2) יידרשו ימים רבים כדי לאשר את התוכנית
 - (3) קשה להחליט אם תל-אביב היא העיר המתאימה לביצוע התוכנית
 - (4) עדיין אי-אפשר לדעת אם התוכנית תצא אל הפועל
-

קטע III

- (1) ידוע שהצחוק משפר את מצב הרוח וטוב לבריאות. אבל כיצד הצחוק משפיע על הבריאות? כשצוחקים משתחררים במוח אנדורפינים. אנדורפינים הם חומרים המקנים הרגשה טובה ומפחיתים דיכאון וחרדה. הצחוק גם מעורר את התיאבון: חולים שהתיאבון שלהם ירוד מתעודדים לאכול כשמצחיקים אותם, וכך בריאותם הכללית מתחזקת.
- (5) למעשה, הצחוק הוא מין התעמלות קלה לגוף. כמו בכל פעילות גופנית, כשאדם צוחק, הלב שלו דופק מהר מהרגיל, קצב הנשימה שלו גובר ואיברי גופו מקבלים יותר חמצן. הודות להגברת פעילותה של מערכת הנשימה, חומרי הפסולת מסולקים ביעילות רבה יותר ומערכת החיסון של הגוף מתחזקת. הצחוק אף עשוי להועיל למי שחושש לעלות במשקל - צחוק גדול, המכונה "צחוק בריא", עשוי להעלות את קצב שריפת הקלוריות בשיעור של עד עשרים אחוזים. מחקר שנעשה בעת האחרונה באוניברסיטת קליפורניה עקב במשך שנה אחר אנשים שצפו בקומדיות טלוויזיה רבות ומצא אצלם עלייה ניכרת (10) בריכוז של חומרים חיוניים בדם - כמו נוגדנים, המגבירים את העמידות בפני מחלות. מחקרים אחרים הראו שאנשים הסובלים מכאבים מוטרדים מהם פחות כשהם צוחקים. אומנם ייתכן שהצחוק רק מסיט את תשומת ליבם מהכאב, אבל גם אם הוא אינו מרפא ממש, הוא עשוי להקל את הכאב ולשפר את ההרגשה הכללית.
- (15) אם כן, כדאי להתייחס לצחוק ברצינות. מתברר שכדאי לצפות לעיתים קרובות בסרטי קומדיה או בסדרות מצחיקות, כדאי לספר בדיחות בארוחות משפחתיות וכדאי לבלות עם חברים בעלי חוש הומור. כל אלה עשויים להיטיב את בריאותנו.

השאלות

10. כיצד מוסבר בפסקה הראשונה הקשר בין צחוק למצב רוח?

- (1) הצחוק מעורר תיאבון, ועלייה במשקל משפרת את מצב הרוח
- (2) הצחוק גורם לשחרור חומרים במוח המשפיעים לטובה על מצב הרוח
- (3) דיכאון וחרדה גורמים לשחרור אנדורפינים, והם מעוררים צחוק
- (4) הצחוק יוצר איזון בין הרגשה טובה לתחושות שליליות

11. בשורה 3 כתוב: "חולים שהתיאבון שלהם ירוד". במקום המילה ירוד אפשר לכתוב -

- (1) איטי
- (2) רדוד
- (3) מועט
- (4) קצר

12. המחקר מאוניברסיטת קליפורניה, המתואר בפסקה השנייה, הראה כי אצל אנשים שצפו בקומדיות רבות בטלוויזיה הייתה -

- (1) עלייה בקצב זרימת הדם
- (2) עלייה בתשומת הלב לכאבים
- (3) התגברות של כאבים מטרידים כאשר הם צוחקים
- (4) עלייה בריכוז הנוגדנים בדם

13. לפי הפסקה האחרונה, מה מומלץ לעשות כדי לצחוק?

- (1) לצפות בטלוויזיה, לאכול עם המשפחה ולבלות עם חברים
- (2) ליהנות מקומדיות, מבדיחות ומבילוי עם אנשים מצחיקים
- (3) להשתתף בקומדיות, בארוחות ובמפגשים חברתיים
- (4) לצפות בתוכניות על ארוחות משפחתיות

14. איזה מהמשפטים הבאים מסכם את הנאמר בקטע?

- (1) כדי להיות בריא מומלץ לצחוק כל הזמן, ואין צורך בפעילות גופנית אחרת
- (2) דרך הפעולה של הצחוק ידועה לכול והוכחה במחקרים רבים
- (3) הצחוק טוב לאדם כי הוא משפר את בריאותו ואת מצב רוחו
- (4) כל אדם זקוק לצחוק כדי לשמור על בריאותו הנפשית ועל משקלו

מפתח תשובות נכונות

קטעים לתרגול מקבץ 8

קטע ראשון

מספר השאלה	1	2	3	4
התשובה הנכונה	4	3	4	2

קטע שני

מספר השאלה	5	6	7	8	9
התשובה הנכונה	3	3	3	1	4

קטע שלישי

מספר השאלה	10	11	12	13	14
התשובה הנכונה	2	3	4	2	3