האור שבי – איך אני מאיר/ה לחבר/ה

האור שבי – אחריות אישית וחברות אמת · שיעור חינוך

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

א האור שלי

סמנו 3 חוזקות שהן "האור" שלכם (אפשר להוסיף חוזקה משלכם בסוף):

☐ הקשבה ☐ אכפתיות ☐ יושר ☐ אומץ ☐ הומור ☐ סבלנות ☐ נאמנות

☐ יצירתיות ☐ התמדה ☐ סקרנות ☐ אופטימיות ☐ מנהיגות ☐ ענווה ☐ נדיבות

☐ שמחה ☐ סלחנות ☐ _____

ב מתי האור שלי דלק?

כתבו רגע אחד מהשבוע האחרון שבו האור שלכם האיר למישהו:

.....

.....

.....

בזוגות: מה אמר לכם בן או בת הזוג? "ראיתי את האור שלך כש..."

.....

.....

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

האור שלי משפיע – אחריות אישית

האור שבי – אחריות אישית וחברות אמת · שיעור חינוך

ג מעגל האחריות שלי

3 דברים שבשליטתי	3 דברים שלא בשליטתי
1. _____	1. _____
2. _____	2. _____
3. _____	3. _____

שלושת צעדי האחריות על טעות. חשבו על טעות קטנה שעשיתם (אין צורך לשתף):

אמרתי	הבנתי	אני מתקן ומתקנת
"זה הייתי אני..."	"זה השפיע עליך כי..."	"עכשיו אני..."

ד חבר וחברה אמת

חבר אמת הוא מי ש...

.....

.....

.....

אני חבר או חברה אמת כש...

.....

כרטיס הדילמה שבחרתי: מס' ____. מה הייתי עושה, ולמה?

.....

.....

.....

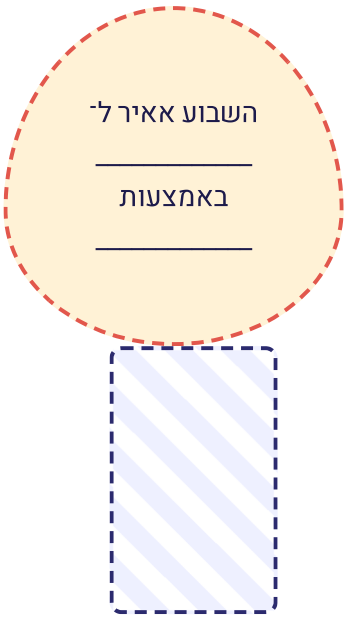
יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

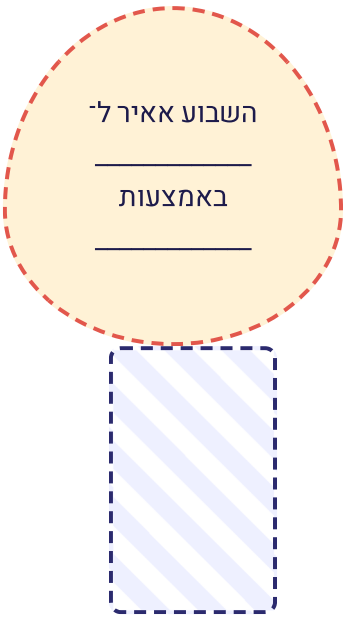
נר ההתחייבות

האור שבי – אחריות אישית וחברות אמת · שיעור חינוך

ה גזרו את הנר וכתבו על הלהבה

התחייבות אחת קטנה לשבוע הקרוב. את הנר מדביקים על "קיר האור" של הכיתה.





כרטיס יציאה

כמה אני מרגיש ומרגישה שהאור שלי משפיע על אחרים? 1 2 3 4 5

דבר אחד שאקח איתי מהשיעור:

.....

מילון קצר (לעולים ולכולם)

אור: משהו טוב שיש בי ואני נותן או נותנת לאחרים	**חוזקה**: דבר שאני טוב או טובה בו
אחריות: אני בוחר או בוחרת מה לעשות, ומתקן או מתקנת	**חבר / חברה**: מישהו שאוהב אותי ונשאר איתי
לבחור: להחליט מה לעשות	**לעזור**: לעשות משהו טוב בשביל מישהו
סוד: דבר שמספרים רק לאדם אחד	**טעות**: משהו שעשיתי לא נכון, בלי כוונה
לסלוח: לא לכעוס יותר על מה שקרה	**להבטיח**: להגיד "אני אעשה" ולעשות

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

כרטיסי דילמה 1–6

האור שבי – אחריות אישית וחברות אמת · שיעור חינוך

1 הסוד הכבד

חבר קרוב סיפר לכם בסוד שהוא מרגיש רע מאוד כבר שבועות ולא רוצה לקום בבוקר. הוא ביקש שלא תספרו לאף אחד.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

2 התמונה בקבוצה

בקבוצת הכיתה מישהו העלה תמונה מביכה של תלמידה, וכולם מגיבים בצחוק. היא עדיין לא ראתה.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

3 העתקה רביעית

חברה טובה מבקשת להעתיק מכם את שיעורי הבית, כבר בפעם הרביעית החודש. "את/ה הכי טוב/ה בזה".

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

4 החדש בכיתה

תלמיד שעלה ארצה לפני חודש יושב לבד בכל הפסקה. החברים שלכם אומרים: "הוא מוזר, עזבו אותו".

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

5 המטען השבור

שברתם בטעות את המטען של חבר. הוא לא ראה, ואף אחד לא יודע שזה אתם.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

6 המסיבה

כל החבורה הוזמנה למסיבה, חוץ מחברה אחת. מבקשים מכם לא לספר לה ולא להעלות תמונות.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

כרטיסי דילמה 7–12

האור שבי – אחריות אישית וחברות אמת · שיעור חינוך

7 הלחץ להבריז

החבורה מתכננת לברוח משיעור, ולוחצים עליכם להצטרף: "אל תהיו חנונים".

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

8 השמועה

שמעתם שמועה על חבר שלכם. אתם לא בטוחים שהיא נכונה, ומישהו מבקש שתעבירו אותה הלאה.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

9 ההבטחה

הבטחתם לעזור לחברה ללמוד למבחן ביום שלישי, ואז קיבלתם הזמנה לבילוי כיף בדיוק באותה שעה.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

10 דעה כנה

חבר טוב שואל מה דעתכם על הסרטון שהכין לתחרות. אתם חושבים שהוא לא מוצלח.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

11 המשחק ברשת

במשחק ברשת החברים מהצוות שלכם מקללים ומשפילים שחקן אחר. גם אתם בצוות.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

12 בין שני חברים

שני חברים טובים שלכם רבו, וכל אחד מבקש שתהיו רק בצד שלו.

מה חבר או חברה אמת היו עושים? · מה האחריות שלי כאן? · איך האור שלי יכול לעזור?

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות