

חוברת תרגול

🕯️ ואין איש שאין לו נר – בוקר אמהות ובנות

מסלול: 🟣 אמא ובת רגיל

יצרה: רוית ראש בן ישי

שם: _____ כיתה: _____

🧭 איך עובדים עם החוברת?

- 📖 קוראים את דף התזכורת.
- 🌱 שלב א' – מזהים ומתאימים · 🌿 שלב ב' – מבינים ובוחרים · 🌳 שלב ג' – מיישמים וכותבים.
- 🔁 חזרה מסכמת ו־✅ בדיקה עצמית בסוף.
- 🎮 רוצים עוד? המשחקים באתר: ner-shel-kol-achat.sites.tab.bot

📖 תזכורת – מה למדנו?

🕯️ הנר שבפנים

- בתוך כל אחת ואחד מאיתנו דולק אור. לא נר של שעווה, אלא כוח פנימי : טוב לב, אומץ, שמחה, סקרנות, יכולת לעזור. גם כשבחוץ חשוך – האור הזה נשאר.
- ובספר משלי (כ, כז) נאמר: "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" – הנשמה עצמה נמשלת לנר.
- מכבים את האורות (או רק מנמיכים). מי שלא נוח לה – משאירה עיניים פתוחות, זה בסדר גמור.
- שקט של חצי דקה. מה מרגישים כשאי אפשר לראות?
- המנחה מדליקה נר לד אחד באמצע. מה השתנה בחדר? מה השתנה בתוכנו?

🌈 אין נר כמו שלי – הכוחות שלנו

- באותו משפט ידוע נאמר גם שאין נרו של אדם כנר של חברו. לכל אחת אור בגוון אחר, בעוצמה אחרת, במקום אחר. ודווקא בגלל זה – יחד אנחנו מאירות יותר.
- סמנו (כל אחת לבד) שלושה כוחות שיש בך, ושלושה כוחות שאת רואה בשנייה. אחר כך משווים.
- חוכמה ושיקול דעת
- נדיבות ונתינה
- שמחה ואופטימיות

🗝️ האוצר שמתחת לתנור

- זהו סיפור עם חסידי עתיק, שמסופר בגרסאות רבות. הנה הוא בקיצור, במילים שלנו.
- היה היה איש עני, שגר בבית קטן בקצה העיירה. לילה אחד חלם שבעיר רחוקה, מתחת לגשר גדול, טמון אוצר. בבוקר צחק לעצמו. אבל החלום חזר שוב, ועוד פעם.
- סיפר לו האיש על החלום. צחק השומר: "בגלל חלום נסעת עד כאן? גם אני חלמתי שבעיירה רחוקה, בביתו של איש עני, מתחת לתנור, מחכה אוצר – ואני לא רץ לחפש!"
- הבין האיש שהדרך כולה נועדה רק כדי לשמוע את המשפט הזה. חזר הביתה, חפר מתחת לתנור שלו – ומצא את האוצר.
- מהו האוצר בסיפור, ומה הוא מסמל אצלנו?

🌙 פרשת ויצא – אור בלילה

- הפרשה פותחת ביציאה לדרך בחושך, וממשיכה בגילוי מפתיע: האור והקדושה היו שם כל הזמן.
- רש"י (על כח, י) מעיר ש "יציאת צדיק מן המקום עושה רושם" – כשאדם טוב עוזב, מרגישים שהאור שלו חסר. האור של כל אחת משפיע על הסביבה, גם כשהיא לא שמה לב.
- כשיעקב מתעורר הוא אומר: "אָכֵן יֵשׁ ה' בַּמָּקוֹם הַזֶּה וְאָנֹכִי לֹא יָדָעְתִּי" (כח, טז). בדיוק כמו בסיפור האוצר: הטוב היה כאן, רק לא ראינו אותו.
- מתי הרגשת כמו יעקב בדרך – לבד, בלילה, לא יודעת מה יהיה?
- מה היה ה"סולם" שלך – מה חיבר אותך שוב לכוח ולתקווה?

✨ טקס פתיחה וטקס סיום

- מעגל: הזוגות יושבות במעגל. במרכז – נר לד גדול ("נר הכיתה").
- מילה אחת: כל זוג אומר מילה אחת שמתארת איך הגיעו הבוקר ("עייפה", "נרגשת", "סקרנית").
- האור עובר: המנחה מעבירה נר לד קטן מיד ליד. מי שמחזיקה אותו אומרת: "אני מביאה היום אור של..." (למשל "של צחוק", "של סבלנות").
- המשפט המרכזי: כולן אומרות יחד "ואין איש שאין לו נר", והמנחה מסבירה בקצרה את הרעיון.
- כל אמא ובת מקבלות נר לד כבוי ונר קטן "שמש".

🫙 יצירה משותפת ומכתב לאור שלך

- חומרים לכל זוג: צנצנת זכוכית או גביע שקוף, נייר טישו צבעוני, דבק פלסטי מדולל, טושים, סרט, נר לד קטן, 6 פתקי נר מנייר.
- מדביקות פיסות טישו על הצנצנת – כל אחת בצבעים שהיא בוחרת. הצבעים המעורבבים הם "שני האורות" שלכן.
- על שלושה פתקים האמא כותבת כוחות של הבת, ועל שלושה – הבת כותבת כוחות של האמא.
- מגלגלות את הפתקים, קושרות בסרט ומכניסות לצנצנת. מעל – נר הלד.
- בבית: בכל פעם שיום חשוך – שולפות פתק וקוראות.

🖥️ מצגת הבוקר

- מצגת קצרה להקרנה לאורך הבוקר. כל שקופית היא תחנה במערך (ראו דף המורה).
- 👆 החליקו או לחצו על החצים. במסך מלא – מקרינים לכיתה.
- בוקר אמהות ובנות · פרשת ויצא
- מה מרגישים כשאי אפשר לראות? ומה קורה כשנדלק נר אחד?
- "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" (משלי כ, כז) לכל אחת אור – כוח פנימי.

🌱 שלב א' – מזהים ומתאימים

תרגיל 1: 🤝 כוח ומעשה – משחק התאמה

✏️ כתבו ליד כל פריט את האות של בן הזוג המתאים.

פריט	האות	בן הזוג
1. סבלנות	____	א. מתאמנת שוב ושוב עד שמצליחה
2. הקשבה	____	ב. מחכה בתור בלי לכעוס
3. נדיבות	____	ג. ממציאה משחק מקופסה ריקה
4. אומץ	____	ד. מחלקת מהכריך שלה לחברה
5. יצירתיות	____	ה. מחייכת ומרימה את מצב הרוח בבית
6. שמחה	____	ו. זוכרת להשקות את העציץ כל יום
7. אחריות	____	ז. שואלת חברה עצובה: "מה קרה?"
8. חמלה	____	ח. כותבת פתק תודה לאמא
9. התמדה	____	ט. אומרת אמת גם כשקשה
10. הכרת תודה	____	י. שומעת עד הסוף בלי להפריע

תרגיל 2: 🧺 לב, מחשבה או עשייה? – משחק מיון

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה.

מאגר מילים: פתרון בעיות · סליחה · אהבה · יצירתיות · הקשבה · אפייה עם המשפחה · סידור החדר · חוכמה · אימון בספורט · התנדבות · סקרנות · חמלה · עזרה בבית · סבלנות · תכנון

💛 כוח של הלב	🧠 כוח של המחשבה	🙌 כוח של העשייה

🌿 שלב ב' – מבינים ובוחרים

תרגיל 3: 💡 חידון האור

✏️ הקיפו את התשובה הנכונה.

1. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"?

א. רק לאנשים מיוחדים יש אור ב. לכל אדם יש אור וכוח בתוכו

ג. לכל אדם צריך לקנות נר ד. נר דולק רק בחגים

2. מה הרעיון שאין נר של אחת כמו נר של אחרת?

א. יש נרות טובים ונרות רעים ב. לכל אחת אור אחר ומיוחד ג. צריך להחליף נרות

ד. כל הנרות זהים

3. "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" – באיזה ספר זה כתוב?

א. תהלים ב. משלי ג. בראשית ד. רות

4. מתי יעקב עצר ללון בדרך?

א. כשהשמש שקעה ב. כשירד גשם ג. בצהריים ד. בבוקר

5. מה ראה יעקב בחלומו?

א. באר מים ב. סולם שראשו מגיע השמימה ג. אוצר מתחת לגשר ד. נר גדול

6. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?

א. שלא יצטרך ללכת ב. שיהיה עשיר מיד ג. "אנכי עמך ושמרתיך"

ד. שיחזור מחר הביתה

7. מה אמר יעקב כשהתעורר?

א. "אכן יש ה' במקום הזה ואנכי לא ידעתי" ב. "אין כאן כלום" ג. "אני רוצה לחזור לישון"

ד. "זה היה רק חלום"

8. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

א. רבקה ב. שרה ג. לאה ד. רחל

9. בסיפור העם, איפה נמצא האוצר בסוף?

א. מתחת לגשר ב. אצל השומר ג. בעיר הגדולה ד. בבית של האיש, מתחת לתנור

10. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

א. לעמוד בצד בלי אור　　ב. להדליק את שאר הנרות　　ג. לקשט בלבד

ד. לכבות את הנרות

11. נר שמדליק נר אחר – מה קורה לאור שלו?

א. הוא לא נחלש, והחדר מואר יותר　　ב. הוא נכבה　　ג. הוא עובר לנר השני

ד. הוא נעשה קטן

12. מה זה "הכרת הטוב"?

א. לראות את הטוב שקיבלתי ולומר תודה　　ב. לזכור רק דברים עצובים　　ג. לקבל מתנות

ד. לדעת הרבה מילים

13. מהי "אבוקה"?

א. מנורת רחוב　　ב. נר קטן מאוד　　ג. לפיד גדול שנוצר מכמה להבות　　ד. סוג של חנוכייה

14. לפי רש"י, מה קורה כשאדם טוב עוזב מקום?

א. שוכחים אותו מיד　　ב. המקום נעשה שמח יותר　　ג. מרגישים שהאור שלו חסר

ד. אף אחד לא שם לב

תרגיל 4: מסבירים במילים שלנו

✏️ לכל שאלה כתובה התשובה הנכונה. הסבירו במשפט אחד או שניים למה היא נכונה.

1. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"? ← התשובה: לכל אדם יש אור וכוח בתוכו. למה?

_____

_____

2. מה הרעיון שאין נר של אחת כמו נר של אחרת? ← התשובה: לכל אחת אור אחר ומיוחד. למה?

_____

_____

3. "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" – באיזה ספר זה כתוב? ← התשובה: משלי. למה?

_____

_____

4. מתי יעקב עצר ללון בדרך? ← התשובה: כשהשמש שקעה. למה?

🌳 שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: 🪜 מה קודם? – משחק סדר

✏️ כתבו בכל ריבוע את מספר השלב לפי הסדר הנכון.

1. סיפור האוצר

☐	האיש חוזר ומוצא אוצר בביתו
☐	השומר מספר על החלום שלו
☐	הוא יוצא לדרך ארוכה
☐	האיש חולם על אוצר מתחת לגשר
☐	השומר שואל מה הוא מחפש

2. הלילה של יעקב

☐	יעקב יוצא מבאר שבע
☐	הוא חולם על סולם
☐	הוא מתעורר ואומר "ואנכי לא ידעתי"
☐	ה' מבטיח לשמור עליו
☐	השמש שוקעת והוא עוצר ללון

3. טקס "כמו השמש"

☐	האמא מדליקה את הנר של הבת
☐	הבת מדליקה את הנר של האמא
☐	כל זוג מדליק את הזוג שלידו
☐	מכבים את אור החדר ומסתכלים על האור הגדול
☐	כל זוג מקבל נר לד ונר שמש

תרגיל 6: 🃏 קלפי שיחה לאמא ולבת

✏️ ענו בכתב על הכרטיסים.

1. (🌱 נעים להכיר) מה היה המשחק האהוב עלייך כשהיית בגילי?

2. (🌱 נעים להכיר) איזה מאכל מזכיר לך בית?

3. (🕯️ הנר שלי) איזה כוח שלך היית רוצה שכולם יכירו?

4. (🕯️ הנר שלי) מתי הרגשת גאה בעצמך השבוע?

5. (🌙 כשחשוך) מה עוזר לך להירגע כשקשה?

6. (🌙 כשחשוך) מי האדם שאת פונה אליו ביום רע?

7. (🙏 תודה) על מה את רוצה להודות היום?

8. (🙏 תודה) מי עשה לך טוב השבוע?

9. (🪜 חלומות וסולמות) מה החלום הכי גדול שלך?

10. (🪜 חלומות וסולמות) איזה צעד קטן אפשר לעשות כבר מחר בדרך לחלום?

תרגיל 7: ✍️ אתגרי כתיבה

✏️ בחרו לפחות שניים וכתבו תשובה מלאה.

1. כתבי במשפט אחד: מה האור שלך?

2. כתבי על מה את רוצה לומר היום "הפעם אודה".

3. בחרי כוח אחד מהמשחק וכתבי דוגמה מהחיים שלך.

4. כתבי כוח שאת רואה באמא, ומעשה שמראה אותו.

5. איזה סל הכי מלא אצלך? ואצל אמא?

6. כתבי בשלושה שלבים: מה את עושה ביום חשוך כדי למצוא שוב אור?

🔁 חזרה מסכמת

שאלות מכל הנושאים – בלי להציץ בחוברת!

1. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

א. רחל ב. רבקה ג. לאה ד. שרה

2. בסיפור העם, איפה נמצא האוצר בסוף?

א. בעיר הגדולה ב. מתחת לגשר ג. אצל השומר ד. בבית של האיש, מתחת לתנור

3. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?

א. שיהיה עשיר מיד ב. "אנכי עמך ושמרתיך" ג. שיחזור מחר הביתה

ד. שלא יצטרך ללכת

4. מה אמר יעקב כשהתעורר?

א. "זה היה רק חלום" ב. "אני רוצה לחזור לישון" ג. "אין כאן כלום"

ד. "אכן יש ה' במקום הזה ואנכי לא ידעתי"

5. מתי יעקב עצר ללון בדרך?

א. בצהריים ב. כשהשמש שקעה ג. בבוקר ד. כשירד גשם

6. לפי רש"י, מה קורה כשאדם טוב עוזב מקום?

א. המקום נעשה שמח יותר ב. מרגישים שהאור שלו חסר ג. שוכחים אותו מיד

ד. אף אחד לא שם לב

7. מהי "אבוקה"?

א. לפיד גדול שנוצר מכמה להבות ב. סוג של חנוכייה ג. מנורת רחוב ד. נר קטן מאוד

8. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

א. לקשט בלבד ב. להדליק את שאר הנרות ג. לכבות את הנרות

ד. לעמוד בצד בלי אור

✍️ משפט משלי

✏️ כתבו משפט אחד שמשתמש בשני הפריטים יחד.

1. אומץ + אומרת אמת גם כשקשה

2. סבלנות + מחכה בתור בלי לכעוס

3. נדיבות + מחלקת מהכריך שלה לחברה

4. התמדה + מתאמנת שוב ושוב עד שמצליחה

✅ בדיקה עצמית

סמנו ✔ בעמודה המתאימה:

נושא	😀 אני יודע/ת	🙂 כמעט	🤔 צריך עוד תרגול
🕯️ הנר שבפנים			
🌈 אין נר כמו שלי – הכוחות שלנו			
🗝️ האוצר שמתחת לתנור			
🌙 פרשת ויצא – אור בלילה			
✨ טקס פתיחה וטקס סיום			
🫙 יצירה משותפת ומכתב לאור שלך			
🖥️ מצגת הבוקר			

💭 מה למדתי? מה עדיין קשה לי?

🔑 מפתח תשובות למורה – אמא ובת רגיל

🌱 שלב א' – מזהים ומתאימים

תרגיל 1: 🤝 כוח ומעשה – משחק התאמה

פריט	האות	בן הזוג
1. סבלנות	ב	א. מתאמנת שוב ושוב עד שמצליחה
2. הקשבה	י	ב. מחכה בתור בלי לכעוס
3. נדיבות	ד	ג. ממציאה משחק מקופסה ריקה
4. אומץ	ט	ד. מחלקת מהכריך שלה לחברה
5. יצירתיות	ג	ה. מחייכת ומרימה את מצב הרוח בבית
6. שמחה	ה	ו. זוכרת להשקות את העציץ כל יום
7. אחריות	ו	ז. שואלת חברה עצובה: "מה קרה?"
8. חמלה	ז	ח. כותבת פתק תודה לאמא
9. התמדה	א	ט. אומרת אמת גם כשקשה
10. הכרת תודה	ח	י. שומעת עד הסוף בלי להפריע

תרגיל 2: 🧺 לב, מחשבה או עשייה? – משחק מיון

💛 כוח של הלב	🧠 כוח של המחשבה	🙌 כוח של העשייה
סליחה	פתרון בעיות	אפייה עם המשפחה
אהבה	יצירתיות	סידור החדר
הקשבה	חוכמה	אימון בספורט
חמלה	סקרנות	התנדבות
סבלנות	תכנון	עזרה בבית

🌿 שלב ב' – מבינים ובוחרים

תרגיל 3: 💡 חידון האור

1. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"?
✔ ב. לכל אדם יש אור וכוח בתוכו

2. מה הרעיון שאין נר של אחת כמו נר של אחרת?
✔ ב. לכל אחת אור אחר ומיוחד

3. "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" – באיזה ספר זה כתוב?
✔ ב. משלי

4. מתי יעקב עצר ללון בדרך?
✔ א. כשהשמש שקעה

5. מה ראה יעקב בחלומו?

✔ ב. סולם שראשו מגיע השמימה

6. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?

✔ ג. "אנכי עמך ושמרתיך"

7. מה אמר יעקב כשהתעורר?

✔ א. "אכן יש ה' במקום הזה ואנכי לא ידעתי"

8. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

✔ ג. לאה

9. בסיפור העם, איפה נמצא האוצר בסוף?

✔ ד. בבית של האיש, מתחת לתנור

10. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

✔ ב. להדליק את שאר הנרות

11. נר שמדליק נר אחר – מה קורה לאור שלו?

✔ א. הוא לא נחלש, והחדר מואר יותר

12. מה זה "הכרת הטוב"?

✔ א. לראות את הטוב שקיבלתי ולומר תודה

13. מהי "אבוקה"?

✔ ג. לפיד גדול שנוצר מכמה להבות

14. לפי רש"י, מה קורה כשאדם טוב עוזב מקום?

✔ ג. מרגישים שהאור שלו חסר

תרגיל 4: מסבירים במילים שלנו

1. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"? ← התשובה: לכל אדם יש אור וכוח בתוכו. למה?

💡 הנר הוא משל לכוח הפנימי שיש בכל אחת ואחד.

2. מה הרעיון שאין נר של אחת כמו נר של אחרת? ← התשובה: לכל אחת אור אחר ומיוחד. למה?

💡 כל אחת מאירה בדרך שלה, ויחד יש אור שלם.

3. "נֵר ה' נִשְׁמַת אָדָם" – באיזה ספר זה כתוב? ← התשובה: משלי. למה?

💡 משלי כ, כז.

4. מתי יעקב עצר ללון בדרך? ← התשובה: כשהשמש שקעה. למה?

💡 בראשית כח, יא: וילן שם כי בא השמש.

🌳 שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: 🪜 מה קודם? – משחק סדר

1. סיפור האוצר

5	האיש חוזר ומוצא אוצר בביתו
4	השומר מספר על החלום שלו
2	הוא יוצא לדרך ארוכה
1	האיש חולם על אוצר מתחת לגשר
3	השומר שואל מה הוא מחפש

2. הלילה של יעקב

1	יעקב יוצא מבאר שבע
3	הוא חולם על סולם
5	הוא מתעורר ואומר "ואנכי לא ידעתי"
4	ה' מבטיח לשמור עליו
2	השמש שוקעת והוא עוצר ללון

3. טקס "כמו השמש"

3	האמא מדליקה את הנר של הבת
2	הבת מדליקה את הנר של האמא
4	כל זוג מדליק את הזוג שלידו
5	מכבים את אור החדר ומסתכלים על האור הגדול
1	כל זוג מקבל נר לד ונר שמש

תרגיל 6: 🃏 קלפי שיחה לאמא ולבת

1. (🌱 נעים להכיר) מה היה המשחק האהוב עלייך כשהיית בגילי?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. (🌱 נעים להכיר) איזה מאכל מזכיר לך בית?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

3. (🕯️ הנר שלי) איזה כוח שלך היית רוצה שכולם יכירו?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

4. (🕯️ הנר שלי) מתי הרגשת גאה בעצמך השבוע?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

5. (🌙 כשחשוך) מה עוזר לך להירגע כשקשה?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

6. (🌙 כשחשוך) מי האדם שאת פונה אליו ביום רע?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

7. (🙏 תודה) על מה את רוצה להודות היום?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

8. (🙏 תודה) מי עשה לך טוב השבוע?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

9. (🪜 חלומות וסולמות) מה החלום הכי גדול שלך?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

10. (🪜 חלומות וסולמות) איזה צעד קטן אפשר לעשות כבר מחר בדרך לחלום?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

תרגיל 7: ✍️ אתגרי כתיבה

1. כתבי במשפט אחד: מה האור שלך?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. כתבי על מה את רוצה לומר היום "הפעם אודה".

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

3. בחרי כוח אחד מהמשחק וכתבי דוגמה מהחיים שלך.

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

4. כתבי כוח שאת רואה באמא, ומעשה שמראה אותו.

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

5. איזה סל הכי מלא אצלך? ואצל אמא?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

6. כתבי בשלושה שלבים: מה את עושה ביום חשוך כדי למצוא שוב אור?

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

🔁 חזרה מסכמת

1. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

✔ ג. לאה

2. בסיפור העם, איפה נמצא האוצר בסוף?

✔ ד. בבית של האיש, מתחת לתנור

3. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?

✔ ב. "אנכי עמך ושמרתיך"

4. מה אמר יעקב כשהתעורר?

✔ ד. "אכן יש ה' במקום הזה ואנכי לא ידעתי"

5. מתי יעקב עצר ללון בדרך?

✔ ב. כשהשמש שקעה

6. לפי רש"י, מה קורה כשאדם טוב עוזב מקום?

✔ ב. מרגישים שהאור שלו חסר

7. מהי "אבוקה"?

✔ א. לפיד גדול שנוצר מכמה להבות

8. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

✔ ב. להדליק את שאר הנרות

✍️ משפט משלי

1. אומץ + אומרת אמת גם כשקשה

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. סבלנות + מחכה בתור בלי לכעוס

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

3. נדיבות + מחלקת מהכריך שלה לחברה

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

4. התמדה + מתאמנת שוב ושוב עד שמצליחה

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.