



חוברת תרגול

🕯️ ואין איש שאין לו נר – בוקר אמהות ובנות

מסלול: 🟢 אמא ובת חנ"מ

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.

🌈 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

🗝️ 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!"

🌙 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.

✨ 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").

🫙 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.

🖥️ 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

🌱 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. שומעת עד הסוף בלי להפריע
2. הקשבה	____	ב. ממציאה משחק מקופסה ריקה
3. נדיבות	____	ג. מחלקת מהכריך שלה לחברה
4. אומץ	____	ד. מחכה בתור בלי לכעוס
5. יצירתיות	____	ה. אומרת אמת גם כשקשה
6. שמחה	____	ו. מחייכת ומרימה את מצב הרוח בבית

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

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה.

מאגר מילים: יצירתיות · סקרנות · סבלנות · חוכמה · הקשבה · חמלה · סליחה · אהבה

💛 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. לכל אדם יש אור וכוח בתוכו ב. לכל אדם צריך לקנות נר

ג. רק לאנשים מיוחדים יש אור

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

א. כל הנרות זהים ב. לכל אחת אור אחר ומיוחד

ג. יש נרות טובים ונרות רעים

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

א. משלי ב. בראשית ג. תהלים

4. מתי יעקב עצר ללון בדרך?

א. בצהריים ב. בבוקר ג. כשהשמש שקעה

5. מה ראה יעקב בחלומו?

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

6. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?

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

7. מה אמר יעקב כשהתעורר?

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

ג. "זה היה רק חלום"

8. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

א. לאה ב. רחל ג. שרה

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?

_____

_____

🌳 שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: 🪜 מה קודם? – משחק סדר

✏️ כתבו בכל ריבוע את מספר השלב לפי הסדר הנכון.

1. סיפור האוצר

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

2. הלילה של יעקב

☐	הוא חולם על סולם
☐	יעקב יוצא מבאר שבע
☐	ה' מבטיח לשמור עליו
☐	השמש שוקעת והוא עוצר ללון

3. טקס "כמו השמש"

☐	הבת מדליקה את הנר של האמא
☐	כל זוג מקבל נר לד ונר שמש
☐	כל זוג מדליק את הזוג שלידו
☐	האמא מדליקה את הנר של הבת

תרגיל 6: 🃏 קלפי שיחה לאמא ולבת

✏️ ענו בכתב על הכרטיסים.

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

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

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

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

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

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.

🔁 חזרה מסכמת

שאלות מכל הנושאים – בלי להציץ בחוברת!

1. מה ראה יעקב בחלומו?

א. סולם שראשו מגיע השמימה ב. באר מים ג. נר גדול

2. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"?

א. לכל אדם יש אור וכוח בתוכו ב. לכל אדם צריך לקנות נר

ג. רק לאנשים מיוחדים יש אור

3. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

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

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

א. לכל אחת אור אחר ומיוחד ב. כל הנרות זהים ג. צריך להחליף נרות

✍️ משפט משלי

✏️ כתבו משפט אחד שמשתמש בשני הפריטים יחד.

1. אחריות + זוכרת להשקות את העציץ כל יום

_____

_____

2. הקשבה + שומעת עד הסוף בלי להפריע

_____

_____

✅ 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 חנ"מ

🌱 שלב א' – מזהים ומתאימים

תרגיל 1: 🤝 כוח ומעשה – משחק התאמה

פריט	האות	בן הזוג
1. סבלנות	ד	א. שומעת עד הסוף בלי להפריע
2. הקשבה	א	ב. ממציאה משחק מקופסה ריקה
3. נדיבות	ג	ג. מחלקת מהכריך שלה לחברה
4. אומץ	ה	ד. מחכה בתור בלי לכעוס
5. יצירתיות	ב	ה. אומרת אמת גם כשקשה
6. שמחה	ו	ו. מחייכת ומרימה את מצב הרוח בבית

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

💛 כוח של הלב	🧠 כוח של המחשבה	🙌 כוח של העשייה
סבלנות	יצירתיות	
הקשבה	סקרנות	
חמלה	חוכמה	
סליחה		
אהבה		

🌿 שלב ב' – מבינים ובוחרים

תרגיל 3: 💡 חידון האור

1. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"?
✔ א. 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?
✔ א. משלי

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

5. מה ראה יעקב בחלומו?
✔ ב. סולם שראשו מגיע השמימה

6. מה הבטיח ה' ליעקב בחלום?
✔ ב. "אנכי עמך ושמרתיך"

7. מה אמר יעקב כשהתעורר?

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

8. מי אמרה "הפעם אודה את ה'"?

✔ א. לאה

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.

🌳 שלב ג' – מיישמים וכותבים

תרגיל 5: 🪜 מה קודם? – משחק סדר

1. סיפור האוצר

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

2. הלילה של יעקב

3	הוא חולם על סולם
1	יעקב יוצא מבאר שבע
4	ה' מבטיח לשמור עליו
2	השמש שוקעת והוא עוצר ללון

3. טקס "כמו השמש"

2	הבת מדליקה את הנר של האמא
1	כל זוג מקבל נר לד ונר שמש
4	כל זוג מדליק את הזוג שלידו
3	האמא מדליקה את הנר של הבת

תרגיל 6: 🃏 קלפי שיחה לאמא ולבת

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

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

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

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

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

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

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

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

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

💡 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.

🔁 חזרה מסכמת

1. מה ראה יעקב בחלומו?

✔ א. סולם שראשו מגיע השמימה

2. מה פירוש "ואין איש שאין לו נר"?

✔ א. לכל אדם יש אור וכוח בתוכו

3. מה תפקיד השמש בחנוכייה?

✔ א. להדליק את שאר הנרות

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

✔ א. לכל אחת אור אחר ומיוחד

✍️ משפט משלי

1. אחריות + זוכרת להשקות את העציץ כל יום

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.

2. הקשבה + שומעת עד הסוף בלי להפריע

💡 תשובה אישית – בודקים נימוק ודוגמה.