



חוברת עבודה

מבוא לבינה מלאכותית • קורס למתחילים מאפס

השם שלי: _____ תאריך התחלה: _____

20 תרגילים • 20 בחנים קצרים • 3 בחני שבוע • בוחן מסכם • פרויקט
גמר • תעודה

מהדורת אותיות גדולות

זכויות יוצרים ותנאי שימוש

© כל הזכויות שמורות לעמרם אברמוביץ' / עולם החסד. אין להעתיק, לשכפל, להפיץ, לצלם, לתרגם, למכור או לעשות כל שימוש בחומר זה, כולו או חלקו, ללא אישור מראש ובכתב מבעל הזכויות. החומר מיועד לשימוש אישי בלבד של מי שרכש את הקורס או קיבל אישור.

נוצר על ידי עמרם אברמוביץ' · עולם החסד · olamhachesed.com

Copyright and terms of use

© All rights reserved to Amram Abramovich / Olam HaChesed. No part of this material may be copied, reproduced, distributed, photographed, translated, sold or used in any way, in whole or in part, without prior written permission from the copyright holder. This material is intended solely for the personal use of those who purchased the course or received permission.

Created by Amram Abramovich · Olam HaChesed · olamhachesed.com

לקבלת אישורים / admin@olamhachesed.com · 050-303-4614

איך משתמשים בחוברת

- בכל יום: קוראים את השיעור במסמך הקורס, ואז ממלאים כאן את הדף של אותו יום.
- כותבים את **הפרומפט** שהשתמשתם בו ואת **מה שיצא**. כך תבנו לעצמכם ספריית פרומפטים אישית.
- מסמנים ☐ ← ☒ כשסיימתם את המשימה "עשיתי משהו!".
- עונים על הבוחן הקצר. התשובות בסוף החוברת. אין ציונים, רק התקדמות!
- אפשר להדפיס, או למלא במחשב (Word / Google Docs).
- **פרטיות:** אל תכתבו כאן סיסמאות, מספרי אשראי או את מילת הקוד המשפחתית.

מעקב ההתקדמות שלי

יום	השיעור	מה יצרתי	סיימתי
1	מה זה בכלל AI?		☐
2	פותרים חשבון ומדברים		☐
3	אומנות הבקשה: נוסחת 4 החלקים		☐
4	איך המחשב "לומד"?		☐
5	AI טועה, ובודקים		☐
6	משוחחים, לא פוקדים		☐
7	כתיבה בבית ובעבודה		☐
8	מצלמים, מעלים ושואלים		☐
9	ללמוד כל דבר עם AI		☐
10	ארבעה עוזרים, משימה אחת		☐
11	AI שמצייר		☐
12	מעצבים הזמנה וכרטיס		☐

יום	השיעור	מה יצרתי	סיימתי
13	שיר וקול		☐
14	סרטון ראשון		☐
15	אמיתי או מזויף?		☐
16	חיפוש ומחקר עם מקורות		☐
17	מחברת חכמה למסמכים שלכם		☐
18	"קוד בלי לדעת קוד"		☐
19	סוכנים, אוטומציה ומילים שתשמעו		☐
20	פרויקט גמר וחגיגה		☐

5 כללי הזהב

גוזרים לאורך הקו המקווקו ותולים על המקרר

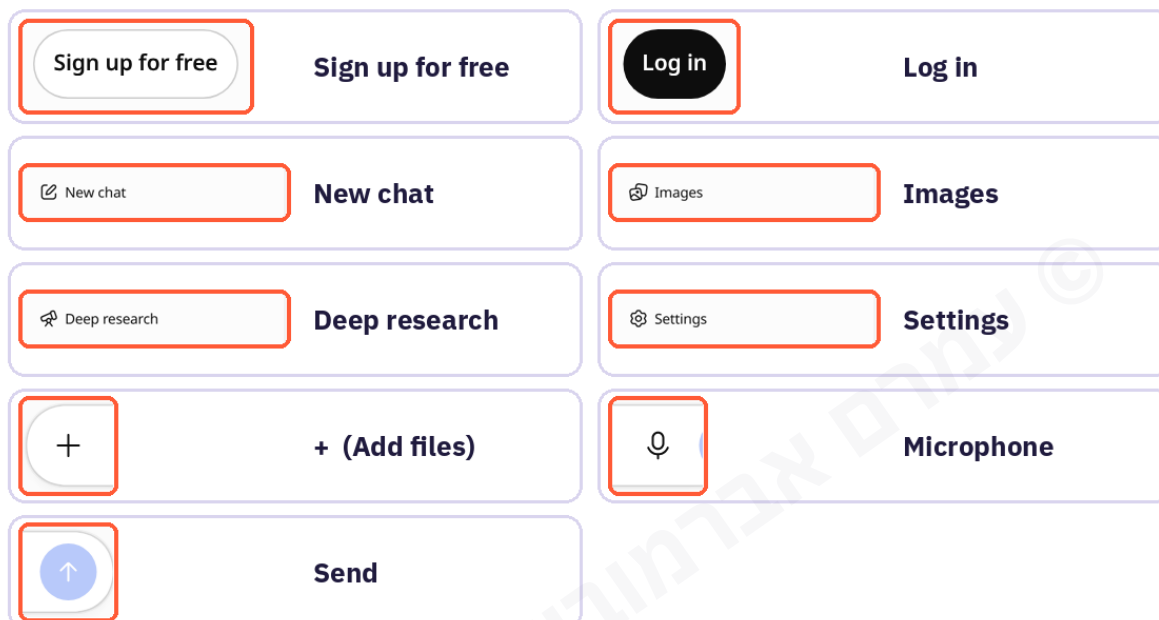
- 1. AI הוא עוזר, לא אורקל.** הוא יודע הרבה, אבל גם טועה וממציא. בודקים כל מספר, שם, תאריך ומקור, ובמיוחד בבריאות, כסף ומשפט. הוא לא תחליף לרופא, לעורך דין או ליועץ.
- 2. פרטיות קודם.** לא מקלידים לצ'אט מספר תעודת זהות, מספר כרטיס אשראי, סיסמאות, מידע רפואי אישי או פרטים של אנשים אחרים.
- 3. משוחחים.** אם התשובה לא טובה, לא מתייאשים: מבקשים "קצר יותר", "פשוט יותר", "תן 3 אפשרויות".
- 4. מכבדים אנשים.** לא יוצרים תמונות, קולות או סרטונים של אנשים אמיתיים בלי רשותם, ושומרים על תוכן מכובד וצנוע.
- 5. נהנים.** אין שאלות טיפשיות. ה-AI לא מתעייף ולא שופט.



מילון הכפתורים: המילים באנגלית שתראו

ברוב כלי ה-AI הכפתורים כתובים באנגלית. למטה: כפתורים אמיתיים מ-chatgpt.com, ואחריהם פירוש המילים הנפוצות.

Real buttons from chatgpt.com (logged out, October 2026)



כפתורים אמיתיים מ-chatgpt.com (בלי חשבון, אוקטובר 2026)

מה כתוב על הכפתור	מה זה אומר	איפה נפגוש
Sign up	הרשמה: פתיחת חשבון חדש	יום 2
Log in / Sign in	כניסה לחשבון שכבר יש לכם	יום 2
Continue with Google	כניסה עם חשבון ה-Gmail, בלי סיסמה חדשה	יום 2
Stay logged out	להמשיך בלי חשבון	יום 1

מה כתוב על הכפתור	מה זה אומר	איפה נפגוש
Verify	אימות: אישור שזה אתם (בדרך כלל כפתור במייל)	יום 2
Settings	הגדרות: שפה, פרטיות, זיכרון	ימים 2, 10
New chat	שיחה חדשה	יום 3
Attach / Upload / +	צירוף תמונה או קובץ	יום 8
Copy / Paste	העתק / הדבק	ימים 1, 6
Download	הורדה ושמירה בטלפון או במחשב	ימים 11–14
Share	שיתוף: שליחה או קבלת קישור	ימים 12, 18
Create / Generate	צור עכשיו (תמונה, שיר, סרטון)	ימים 11–14
Tools	כלים נוספים: חיפוש, מחקר, Canvas, וידאו	ימים 14, 16, 18
Preview	תצוגה מקדימה של התוצאה	יום 18
Custom	התאמה אישית (למשל סגנון שיר משלכם)	ימים 10, 13
Deep Research	מחקר מעמיק: חיפוש ארוך שקורא הרבה מקורות וכותב דוח	יום 16

מה כתוב על הכפתור	מה זה אומר	איפה נפגוש
Studio	"סטודיו": האזור ב-Gemini Notebook שבו יוצרים תוצרים	יום 17
Audio Overview	סקירה קולית: סיכום מוקלט בסגנון פודקאסט של המקורות	יום 17
Gems / Projects / GPTs	עוזר מותאם אישית משלכם, עם הוראות קבועות	יום 19
Upgrade / Get Plus / Pro	מעבר לתשלום, לא צריך בשביל הקורס	בכל מקום
Not now / Skip	לא עכשיו / לדלג	בכל מקום

נתקעתי: מה עושים?

כולם נתקעים לפעמים. זו אף פעם לא אשמתכם, ואי אפשר לקלקל כלום. מצאו את הבעיה שלכם בטבלה.

מה קרה	מה עושים
לא מוצא את הכפתור	המסך עשוי להיראות מעט אחרת מהתמונה. מחפשים את אותה מילה (ראו מילון הכפתורים) או את אותו סמל. עדיין כלום? מגדילים את החלון, גוללים למטה, או לוחצים על ≡ או ... (שם מתחבאים תפריטים). או שואלים את ה-AI: "איפה כפתור ה-Upload ב-ChatGPT?"
"You've reached your limit" (נגמר השימוש החינמי)	זה רגיל בגרסאות החינמיות. מחכים כמה שעות (המכסה מתחדשת, בדרך כלל למחרת), או ממשיכים את אותו שיעור בעוזר אחר: Gemini, Claude, Grok או Copilot.
מבקשים ממני כרטיס אשראי	עוצרים . שום דבר בקורס לא דורש תשלום. סוגרים את החלון, או מחפשים Not now (לא עכשיו), Skip (דלג) או Continue with free . אף פעם לא מקלידים פרטי אשראי כדי "לפתוח" שיעור.
השפה התחלפה (הכול באנגלית או בשפה אחרת)	כותבים ל-AI: "ענה בעברית בבקשה". כדי להחליף את שפת התפריטים: General ← Settings Language ← (שפה).

מה קרה	מה עושים
השיחה נעלמה	פותחים את התפריט (☰), למעלה בצד) ומסתכלים ברשימת השיחות הקודמות; לוחצים על השיחה הרצויה. אם לא הייתם מחוברים לחשבון, השיחה לא נשמרת. בפעם הבאה נכנסים קודם לחשבון (יום 2).

שני טיפים זהב: 1) מצלמים את המסך עם הבעיה ומראים ל-AI או לחבר: "מה עושים כאן?". 2) סוגרים את הלשונית, פותחים שוב את האתר ומתחילים **New chat** (שיחה חדשה). זה פותר יותר בעיות ממה שנדמה.

דף למלווה מהמשפחה (עמוד אחד)

אם אתם יושבים ליד מישהו שלומד את הקורס, הדף הזה בשבילכם.

מה עוזר:

- **העכבר או הטלפון נשארים אצל הלומד.** מצביעים על המסך ומסבירים במילים: "הכפתור עם החץ, למטה בצד".
- **נותנים לטעות.** טעות היא הדרך ללמוד, ושום דבר כאן לא מתקלקל. מחכים כמה שניות לפני שעוזרים.
- **קוראים יחד את הצעדים בשיעור,** צעד אחד בכל פעם. התמונות מראות איפה ללחוץ.
- **עוזרים רק ברגעים הקשים:** אימות המייל (יום 2), העלאת תמונה (יום 8), Canva (יום 12), Gemini Notebook (יום 17) ודף האינטרנט (יום 18).
- **מתעניינים במה שנוצר.** ברכה, תמונה, שיר: מגלים עניין אמיתי.

מה לא עוזר:

- לא לוחצים במקום הלומד, ולא לוקחים את הטלפון "לשנייה".
- לא אומרים "זה קל" או "כבר אמרתי לך".
- לא פותחים חשבונות ולא מקלידים סיסמאות במקומו. הוא צריך לדעת את הסיסמה שלו (כתובה על נייר, שמורה בבית).
- לא ממהרים: 20–40 דקות ביום זה מספיק.

בטיחות: עוברים יחד על 5 כללי הזהב, וקובעים **מילת קוד משפחתית** (יום 15) נגד הונאות של קול מזויף.

מה זה בכלל AI?

זמן: כ-25 דקות · **מטרה:** להבין את הרעיון ולראות שהוא כבר סביבנו ·
כלים: ChatGPT (אפשר גם בלי חשבון)

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: כתבו בחוברת העבודה רשימה של 5 מקומות שבהם AI כבר נמצא בחיים שלכם. אחר כך שאלו את הצ'אט שאלה אחת על תחביב שלכם, והעתיקו לחוברת את המשפט הכי מעניין מהתשובה.
התוצר: רשימת "AI בחיים שלי" + השיחה הראשונה שלכם עם AI. מזל טוב!

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. פותחים את הדפדפן:
2. ייתכן שיקפוץ חלון שמזמין להירשם.
3. בתחתית המסך יש תיבה שכתוב בה משהו כמו Ask anything (= "שאלו כל דבר"), או בעברית "שאל כל דבר".
4. כותבים בעברית את השאלה הראשונה (ראו דוגמאות למטה), ולוחצים Enter או על החץ.
5. קוראים את התשובה.
6. העתקת משפט לחוברת:

הפרומפט שלי

5 מקומות שבהם AI כבר נמצא בחיים שלי

#	איפה	מה הוא עושה שם
1		
2		
3		
4		
5		

המשפט הכי מעניין מהשיחה הראשונה

להעמקה (רשות): שאלו שני עוזרים שונים (למשל ChatGPT ו-Gemini) בדיוק אותה שאלה, ורשמו הבדל אחד בין התשובות. אחר כך נסו לשאול שאלה בדיבור.

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. איזה משפט משתמש במילה "AI" בצורה הכי מדויקת?

- ☐ א. AI זה כל מחשב, כולל מחשבון פשוט
- ☐ ב. "AI" הוא שם של תוכנה של חברה אחת
- ☐ ג. Gemini הוא כלי AI אחד, ומחולל תמונות הוא סוג אחר של AI

2. מה מהבאים הוא פרומפט?

- ☐ א. כפתור החץ שליד תיבת הכתיבה
- ☐ ב. "תציע 3 שמות קצרים ומצחיקים לכלבלב החדש שלי"
- ☐ ג. התשובה שה-AI כותב לכם

3. במה מהבאים כנראה יש AI?

- ☐ א. תיבת המייל שמעבירה לבד הודעת הונאה לתיקיית הספאם
- ☐ ב. טיימר במטבח שמצלצל אחרי 10 דקות
- ☐ ג. מנורה שנדלקת כשלוחצים על המתג

יום 2

פותרים חשבון ומדברים

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** לפתוח חשבון בעוזר שיחה אחד לפחות, ולכתוב ברכה ראשונה · **כלים:** ChatGPT, Gemini, Claude, Grok (בוחרים אחד או שניים)

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: בחרו אדם אמיתי בחייכם שיש לו אירוע קרוב (יום הולדת, חג, הצלחה בעבודה). בקשו מה-AI ברכה אישית עבורו. בחרו את הגרסה שאהבתם, תקנו בה מילה או שתיים כדי שתהיה "שלכם", ושלחו אותה. **התוצר:** ברכה אישית ראשונה שנכתבה בעזרת AI, ונשלחה לאדם אמיתי.

צעד אחר צעד, עם תמונות

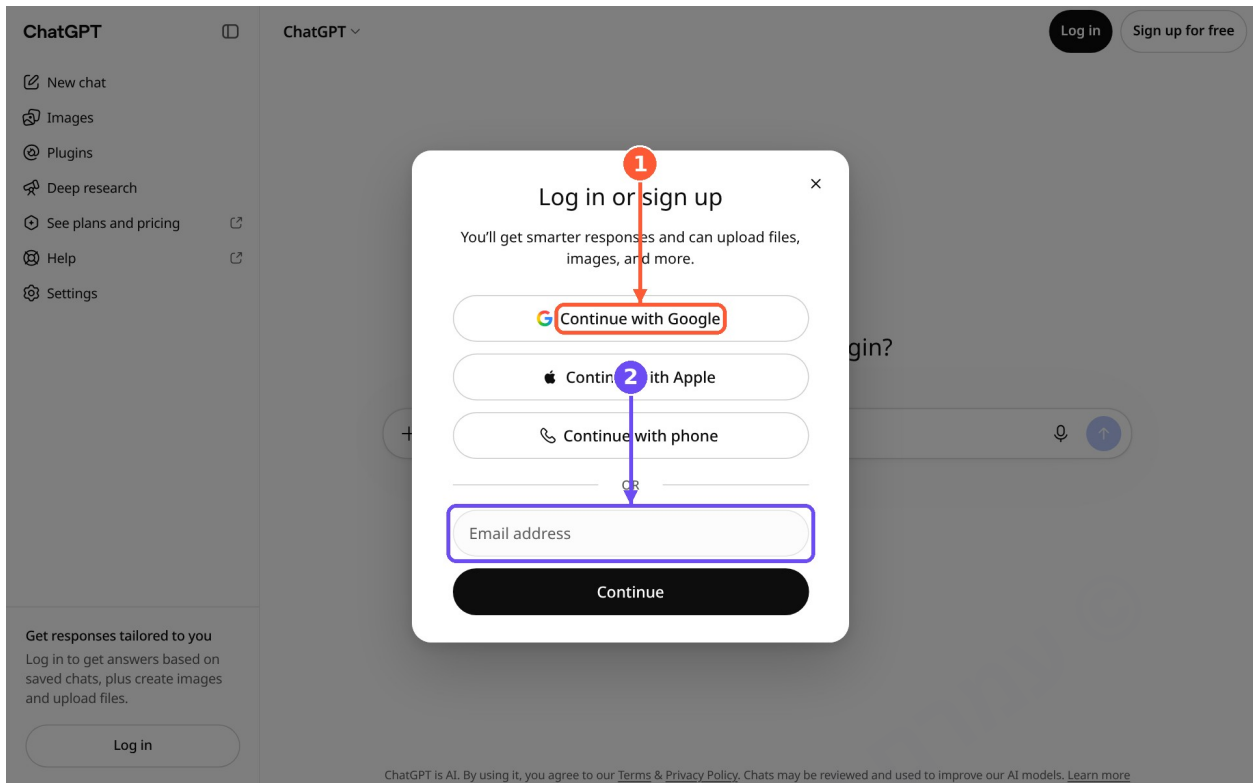
הצעדים המלאים מהקורס, עם המסכים האמיתיים. משאירים את הדף הזה פתוח ליד הכלי.

הדרך הפשוטה: ChatGPT עם חשבון ה-Google שלכם

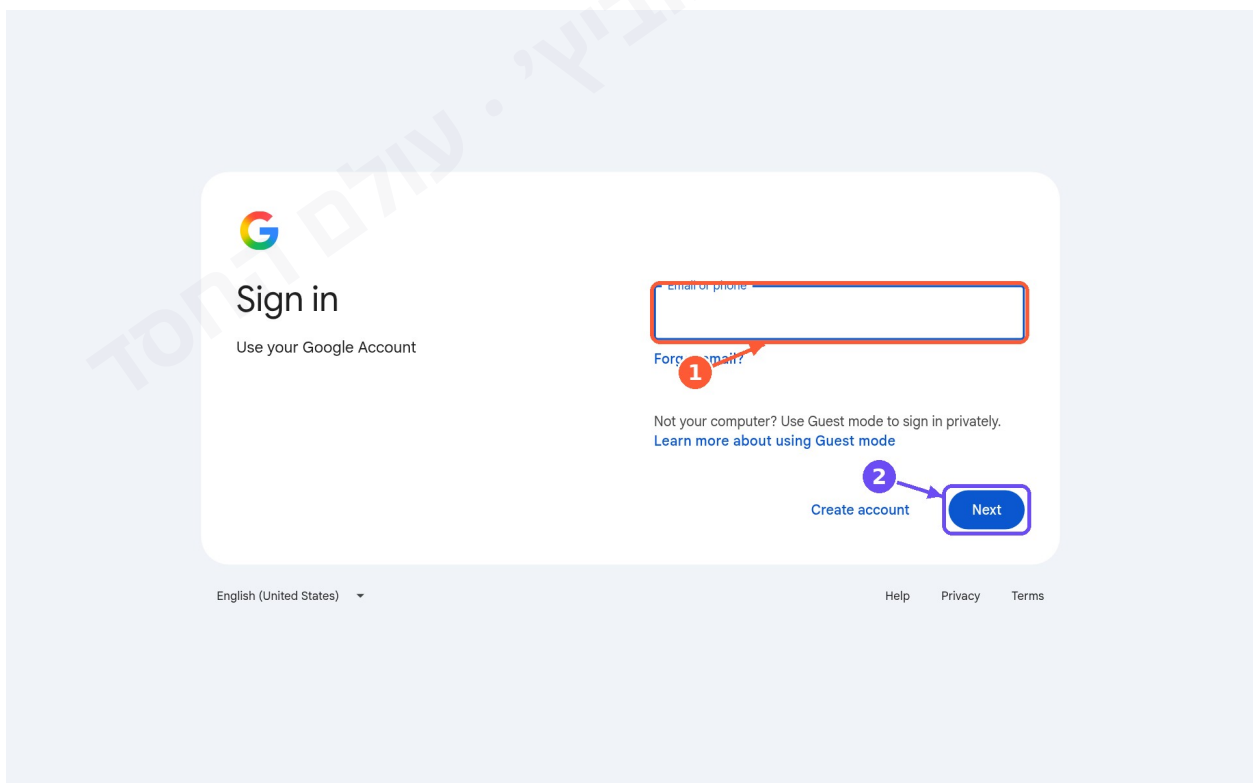
1. נכנסים ל-**chatgpt.com** (או מתקינים מחנות האפליקציות את האפליקציה הרשמית "ChatGPT" של OpenAI).
2. לוחצים **Sign up** (= הרשמה, פתיחת חשבון).
3. לוחצים **Continue with Google** (= המשך עם Google), ואז לוחצים על כתובת ה-Gmail שלכם ברשימה. זהו: אין סיסמה חדשה לזכור.
4. ייתכן שיבקשו שם ותאריך לידה. זו **בדיקת גיל** (לחלק מהכלים יש גיל מינימום, ראו נספח ג'), ואפשר למלא. לוחצים **Continue** (= המשך).
5. אתם בפנים. תראו את תיבת **Ask anything** מיום 1.



צילום מסך אמיתי של *chatgpt.com* (בלי חשבון, אוקטובר 2026): *Sign 1 up for free* (חשבון חדש) · *Log in 2* (חשבון שכבר יש לכם)



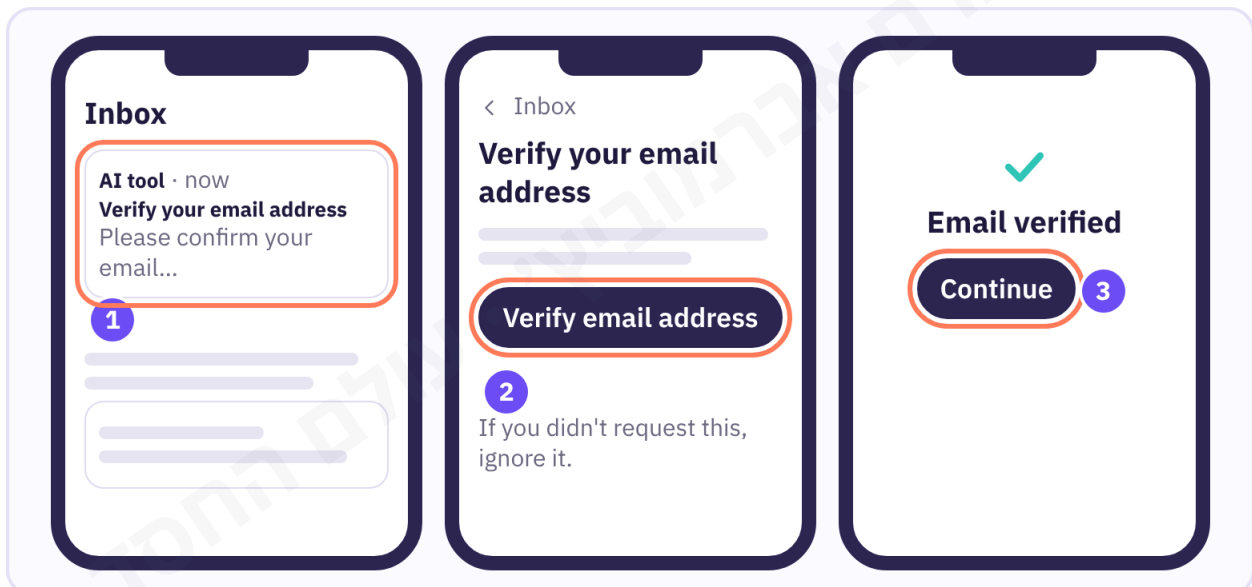
צילום מסך אמיתי של *chatgpt.com* (בלי חשבון, אוקטובר 2026): 1
 2 · *Continue with Google* או כותבים כתובת מייל



צילום מסך אמיתי של *accounts.google.com* (בלי חשבון, אוקטובר 2026):
 1 כתובת ה-Gmail שלכם · 2 *Next* (הבא)

אין Gmail? נרשמים עם כל כתובת מייל

1. בשלב 3 מקלידים את כתובת המייל בתיבה **Email address** ולוחצים **Continue**. בוחרים סיסמה חדשה ורשמים אותה במקום בטוח (לא בצ'אט).
2. עוזבים לרגע את הכלי ופותחים את **אפליקציית המייל**. תוך דקה תגיע הודעה מהכלי ("Verify your email" = אמתו את המייל). לא הגיעה? בודקים בתיקיית **ספאם** (Spam).
3. פותחים ולוחצים על הכפתור הגדול **Verify** (= אישור). חוזרים ללשונית או לאפליקציה של הכלי, וממשיכים משלב 4.



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. פותחים את אפליקציית המייל. תוך דקה מגיעה הודעה מהכלי (בודקים גם בספאם, **Spam**).
2. פותחים ולוחצים על הכפתור הגדול **Verify** (= אמת/אשר).
3. סיימתם. לוחצים **Continue**, או חוזרים ללשונית או לאפליקציה של הכלי.

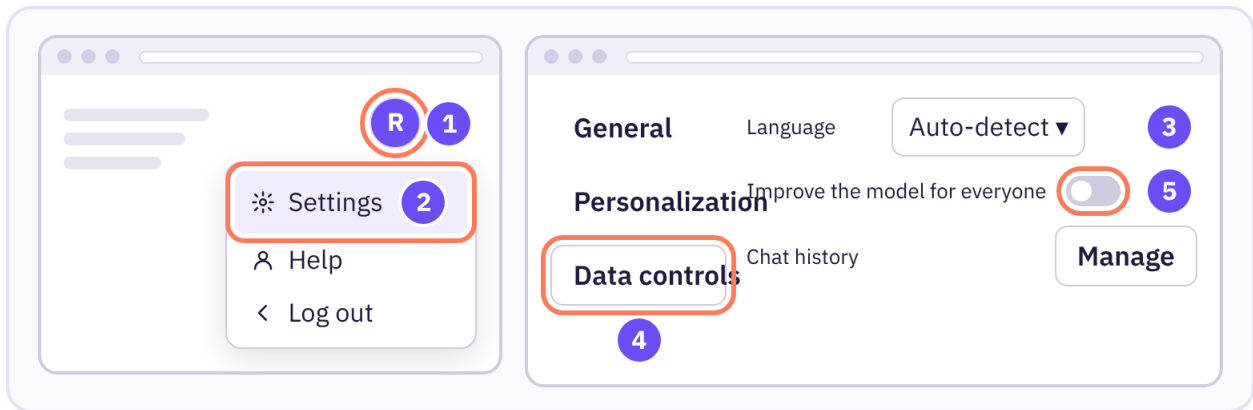
אישור כתובת המייל

Gemini (רשות היום): אם יש לכם Gmail, נכנסים ל-**gemini.google.com** (בטלפון: האפליקציה Google Gemini), לוחצים **Sign in** (= כניסה), בוחרים את אותו חשבון Google ולוחצים **Accept** (= אישור). זהו.

ליום 10 (אפשר לדלג כרגע): Claude (claude.ai) ו-**Grok** (grok.com) עובדים באותה דרך: **Continue with Google** ← **Sign up** או מייל. Claude עשוי לבקש מספר טלפון ולשלוח קוד חד-פעמי ב-SMS. זה כדי לחסום חשבונות מזויפים. לא נוח לכם? מדלגים על Claude: הקורס עובד עם כל עוזר.

הגדרה אחת שכדאי לבדוק היום (העיגול עם האות של השם ← **Settings** = הגדרות):

- **Improve the model for everyone** ← **Data controls** (שיפור המודל לכולם): מכבים אם לא רוצים שהשיחות ישמשו לאימון ה-AI.
- כשאתם שם, שימו לב ל-**Language** (שפת הכפתורים, אפשר לבחור עברית) ולמקום שבו מופיעות השיחות הקודמות.



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. לוחצים על העיגול עם האות הראשונה של השם או התמונה שלכם (בדרך כלל בפניה).
2. בוחרים **Settings** (הגדרות, סמל גלגל שיניים).
3. **Language** = שפת הכפתורים. **Auto-detect** = אוטומטי. אפשר לבחור עברית אם קיימת.
4. **Data controls** = מה נעשה עם השיחות שלכם.
5. **Improve the model for everyone** (שיפור המודל לכולם): מכבים אם לא רוצים שהשיחות ישמשו לאימון.

איפה נמצאות ההגדרות

נתקעתם? המסכים משתנים לעיתים קרובות. חפשו את המילה במילון הכפתורים שבתחילת הקורס, או שאלו את ה-AI עצמו: "איפה ההגדרות באפליקציה שלך?"

הפרומפט שלי

החשבונות שפתחתי

כלי	נרשמתי?	איך נכנסתי (Google / מייל / אחר)
ChatGPT	☐	
Gemini	☐	
Claude (יום 10)	☐	
Grok (יום 10)	☐	

למי הברכה ולאיזה אירוע

☐ שלחתי את הברכה!

להעמקה (רשות): התקינו את האפליקציה הרשמית בטלפון והתחברו עם אותו חשבון (השיחות יופיעו בשני המקומות). אחר כך הפעילו אימות דו-שלבי בחשבון ה-Google שלכם, לביטחון נוסף.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. נרשמתם לגרסה החינמית, והאתר מבקש פרטי אשראי. מה ההסבר הסביר?

- ☐ א. זו בדיקת אבטחה רגילה בכל אתר
- ☐ ב. כל כלי AI דורש אשראי, גם בחינם
- ☐ ג. הגעתם למסלול בתשלום: חוזרים אחורה ובוחרים באפשרות החינמית

2. לחצתם "Continue with Google". מה קורה עכשיו?

- ☐ א. Google משלמת בשבילכם על מנוי
- ☐ ב. קודם צריך לפתוח כתובת Gmail חדשה
- ☐ ג. בוחרים את חשבון ה-Google שלכם ונכנסים, בלי סיסמה חדשה

3. בהרשמה הכלי מבקש תאריך לידה. למה?

- ☐ א. כדי לנחש את הסיסמה שלכם
- ☐ ב. זו בדיקת גיל: לחלק מהכלים יש גיל מינימום
- ☐ ג. כדי להחליט באיזו שפה לענות

יום 3

אומנות הבקשה: נוסחת 4 החלקים

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** לכתוב פרומפט טוב שמביא תוצאה טובה כבר בפעם הראשונה · **כלים:** עוזר שיחה לבחירתכם

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו "לפני ואחרי": אותה משימה (הזמנה, ברכה או הודעה) עם פרומפט חלש ועם פרומפט חזק. העתיקו את שני הפרומפטים ואת שתי התשובות לחוברת, וסמנו מה ה-AI עשה טוב יותר בזכות כל אחד מ-4 החלקים.

התוצר: דף "לפני ואחרי" + פרומפט אישי מוכן לשימוש חוזר.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. פותחים שיחה חדשה (כפתור "New chat" או "צ'אט חדש", לרוב עם סימן עיפרון או פלוס).
2. כותבים פרומפט חלש:
3. פותחים שיחה חדשה נוספת, וכותבים פרומפט חזק לאותה משימה עם 4 החלקים.
4. משווים:
5. משפרים פעם אחת:

הפרומפט שלי

לפני ואחרי

אחרי (פרומפט חזק)	לפני (פרומפט חלש)	
		הפרומפט
		מה יצא
		ציון (1-5)

4 החלקים בפרומפט החזק שלי

חלק	מה כתבתי	מה זה שיפר
תפקיד		
משימה		

חלק	מה כתבתי	מה זה שיפר
הקשר		
פורמט		

להעמקה (רשות): הדביקו אחד הפרומפטים שלכם ובקשו: "שפר את הפרומפט הזה לפי נוסחת 4 החלקים, והסבר כל שינוי." אחר כך נסו לתת דוגמה לסגנון שאתם רוצים ("הנה הודעה שאהבתי: ...").

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. "תכנן סוף שבוע ברומא ל-2 מבוגרים בתקציב קטן." אילו שני

חלקים חסרים בנוסחה?

☐ א. הקשר ופורמט

☐ ב. תפקיד ופורמט

☐ ג. משימה והקשר

2. מה הכי משפר את הבקשה "כתוב פתק תודה"?

☐ א. "...לשכן שלי יוסי, שהשקה לי את העציצים שבועיים. 3 שורות חמות."

☐ ב. "...ושיהיה ממש טוב."

☐ ג. "...בבקשה, תודה רבה!"

3. התשובה רשמית מדי בשבילכם. מה ההודעה הבאה הכי טובה?

☐ א. לפתוח שיחה חדשה ולהדביק בדיוק אותו פרומפט

☐ ב. "תשאיר את התוכן, אבל תכתוב בטון חם ויום-יומי יותר."

☐ ג. "לא נכון. תנסה שוב."

איך המחשב "לומד"?

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** להבין, בלי מתמטיקה, איך עובד צ'אט כמו ChatGPT · **כלים:** עוזר שיחה לבחירתכם

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו "דף הסבר" על נושא שאתם אוהבים, ברמה של ילד בן 10, וענו על 3 שאלות שה-AI שאל אתכם. בנוס: שלחו את ההסבר לילד או לנכד ושאלו אותו אם הבין.
התוצר: דף הסבר אישי + ציון ראשון בבוחן ש-AI הכין לכם.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. פותחים שיחה חדשה ומבקשים מה-AI להסביר את עצמו:
2. בוחרים נושא שאתם אוהבים (מוזיקה, בישול, כדורגל, היסטוריה, גינון).
3. מבקשים הסבר על הנושא בשלוש רמות:
4. ניסוי טוקנים:
5. מבקשים מה-AI לבחון אתכם:

הפרומפט שלי

הנושא שלי

ההסבר "כמו לילד בן 10" במילים שלי

הציון שלי בבוחן של ה-AI: ____ / 3

להעמקה (רשות): בקשו: "המשך את המשפט הזה ב-3 דרכים סבירות שונות, ותגיד איזו הכי סבירה בעיניך: 'בשבת בבוקר אני אוהב...'". זה ניחוש הטוקן הבא בפעולה. אחר כך שאלו למה שיחות ארוכות "עולות" יותר טוקנים. עובדה למתקדמים: אחרי שלמדו לנחש, המודלים עוברים אימון נוסף מאנשים שמדרגים את התשובות שלהם (RLHF), למידת חיזוק ממשוב (אנושי). בגלל זה הם נשמעים מנומסים ועוזרים.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. איך מודל השפה למד לכתוב משפטים?

- ☐ א. הוא מחפש ברשת בכל פעם שאתם שואלים
- ☐ ב. מהנדסים הקלידו לו את כל חוקי הדקדוק אחד-אחד
- ☐ ג. התאמן בניחוש המילה הבאה על כמות עצומה של טקסט

2. מה זה "טוקן"?

- ☐ א. חתיכת טקסט קטנה, לרוב חלק ממילה, שהמודל קורא וכותב
- ☐ ב. מטבע שמשלמים על כל שאלה
- ☐ ג. סיסמה שפותחת את הצ'אט

3. איזה תיאור של "פרמטרים" נכון?

- ☐ א. השאלות שאתם מקלידים לצ'אט
- ☐ ב. חוקים שמתכנת כתב ביד
- ☐ ג. מיליארדי כוונונים קטנטנים בתוך המודל, שנקבעו באימון

יום 5

AI טועה, ובודקים

זמן: כ-35 דקות (כולל בוחן שבועי) · **מטרה:** לפתח ספקנות בריאה ולדעת לבדוק עובדות · **כלים:** עוזר שיחה + Google (או מנוע חיפוש אחר)

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: מלאו בחוברת את טבלת "בלש עובדות" (5 עובדות, מקור, $\sqrt{x}/?$). ואז כתבו לעצמכם **כלל אישי** אחד לבדיקת מידע, למשל: "כל מספר שאני מעביר הלאה, אני בודק במקור אחד לפחות".
התוצר: טבלת בדיקת עובדות + "הכלל שלי".

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. הזיה בכוונה:
2. בלש עובדות:
3. העתיקו את 5 העובדות לטבלה בחוברת.
4. בדקו כל עובדה בגוגל או באתר אמין.
5. לא הופיעה הזיה?
6. אם מצאתם טעות, כתבו לצ'אט:

הפרומפט שלי

טבלת בלש עובדות

#	העובדה שה-AI נתן	איפה בדקתי	✓ / ✗ / ?
דוגמה	מגדל אייפל גבוה כ-330 מטר	האתר הרשמי: toureiffel.paris	✓
1			
2			
3			
4			
5			

הכלל האישי שלי לבדיקת מידע

להעמקה (רשות): בקשו מה-AI לדרג את רמת הביטחון שלו בכל אחת מ-5 העובדות (גבוהה, בינונית, נמוכה), ובדקו קודם את ה"נמוכות". האם הדירוג שלו היה נכון?

איך הרגשתי היום?

□ 1 □ 2 □ 3 □ 4 □ 5 □ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. ה-AI נתן לכם ציטוט "של מדען מפורסם", כולל שם של ספר. מה ההנחה הכי בטוחה?

□ א. ייתכן שהוא מומצא: מוצאים את הספר או מקור אמין לפני שמשתמשים בו

□ ב. בציטוטים AI אף פעם לא טועה

□ ג. יש שם של ספר, אז זה בטוח אמיתי

2. איזו בקשה הכי צריכה בדיקה לפני שפועלים לפי התשובה?

□ א. "כתוב שיר מצחיק ליום הולדת"

□ ב. "תן 5 שמות למועדון קריאה"

□ ג. "מותר לקחת את משכך הכאבים הזה יחד עם התרופה ללחץ דם?"

3. ה-AI נתן קישור. הוא נפתח, אבל לא מזכיר בכלל את העובדה. מה עכשיו?

□ א. מתייחסים לעובדה כלא-בדוקה ומחפשים מקור אמין אחר

□ ב. הקישור עובד, אז העובדה אומתה

□ ג. שואלים שוב את ה-AI עד שהוא מסכים

בוחן שבוע 1 (חזרה)

1. איזו השוואה הכי מדויקת?

□ א. ChatGPT הוא הממציא של ה-AI

□ ב. AI הוא כמו המילה "רכב"; ChatGPT ו-Gemini הם כמו מכוניות של יצרנים שונים

□ ג. Gemini הוא פשוט גרסה חדשה של ChatGPT

□ ד. AI הוא מותג של מחשבים, כמו Apple

2. "אתה מאמן כושר. בנה לי תוכנית הליכה לשבוע. אני בן 65 עם ברכיים רגישות. בטבלה." איזה חלק הוא ההקשר?

- ☐ א. "בנה לי תוכנית הליכה לשבוע"
- ☐ ב. "אתה מאמן כושר"
- ☐ ג. "אני בן 65 עם ברכיים רגישות"
- ☐ ד. "בטבלה"

3. למה עוזר שיחה עלול לומר בביטחון תאריך לא נכון?

- ☐ א. בגרסה החינמית יש תשובות נכונות רק בבוקר
- ☐ ב. הוא משקר בכוונה כדי לבחון אתכם
- ☐ ג. תאריכים מוסתרים מטעמי פרטיות
- ☐ ד. הוא מנחש מילים שנשמעות סבירות, ולא בודק את התאריך

4. רוצים עזרה במכתב לבנק על חיוב שגוי. מה מדביקים בצ'אט?

- ☐ א. את סיסמת הבנק, כדי שייכנס לחשבון
- ☐ ב. את מספר הכרטיס המלא, כדי שיבדוק את החיוב
- ☐ ג. צילום של הכרטיס משני הצדדים
- ☐ ד. את תיאור המצב, עם [מספר חשבון] במקום המספר האמיתי

יום 6

משוחחים, לא פוקדים

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** ללמוד לשפר תשובה צעד אחר צעד, ולקבל תוצאה בטבלה · **כלים:** עוזר שיחה לבחירתכם

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: בנו תפריט שבועי אמיתי לבית שלכם, עם לפחות 3 סבבי שיפור, ורשימת קניות.

התוצר: טבלת תפריט + רשימת קניות, מוכנות לשימוש השבוע.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. כתבו רשימה של מה שיש לכם במקרר ובארון (או המציאו רשימה).
2. בקשו תפריט ארוחות ערב ל-5 ימים, בטבלה.
3. שפרו לפחות 3 פעמים:
4. בסוף:
5. שומרים את הטבלה.

הפרומפט שלי

התפריט השבועי שלי

יום	מנה	זמן הכנה	הערות
א'			
ב'			
ג'			
ד'			
ה'			

3 בקשות השיפור שלי

להעמקה (רשות): בקשו את התפריט "כ-CSV" (פורמט טבלה בטקסט פשוט), הדביקו ב-Google Sheets או ב-Excel וראו איך העמודות מופיעות. אחר כך בקשו סיכום של פסקה אחת לכל השיחה, כדי להדביק בשיחה חדשה בהמשך.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. התפריט מצוין חוץ מיום חמישי. מה הצעד הכי טוב?

- ☐ א. לבקש תפריט חדש לגמרי
- ☐ ב. לפתוח שיחה חדשה ולתאר שוב את כל המקרר
- ☐ ג. באותה שיחה: "תשאיר הכול, ורק תעשה את חמישי בלי בישול"

2. בשיחה ארוכה מאוד ה-AI מתחיל לשכוח את ההוראות מההתחלה. למה, ומה עוזר?

- ☐ א. החשבון מלא: מוחקים תמונות ישנות
- ☐ ב. חלון ההקשר התמלא: פותחים שיחה חדשה עם סיכום קצר
- ☐ ג. ה-AI עייף: מחכים שעה

3. פתחתם שיחה חדשה (הזיכרון כבוי). מה ה-AI יודע על התפריט מאתמול?

- ☐ א. הכול, כי זה אותו חשבון
- ☐ ב. רק את רשימת הקניות
- ☐ ג. כלום: מדביקים לו את מה שהוא צריך

כתיבה בבית ובעבודה

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** לנסח מיילים והודעות, לשפר טקסטים ולתרגם
· **כלים:** עוזר שיחה לבחירתכם

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: נסחו בעזרת ה-AI מייל או הודעה אמיתיים שדחיתם (תלונה, בקשה, תודה, התנצלות). הסתירו את הפרטים האישיים ב[סוגריים], בקשו שתי גרסאות, ובחרו.
התוצר: מייל מוכן לשליחה, שנכתב בפחות מ-10 דקות.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. בחרו מצב אמיתי שבו צריך לכתוב משהו לא נעים או חשוב.
2. כתבו ל-AI במילים שלכם (גם בעברית לא מסודרת) מה קרה ומה אתם רוצים.
3. בקשו מייל בטון מסוים ובאורך מסוים.
4. בקשו שתי גרסאות:
5. בקשו בדיקה אחרונה:
6. העתיקו, הוסיפו את הפרטים האמיתיים בעצמכם, ושלחו (אם רוצים).

הפרומפט שלי

המצב (בלי פרטים מזהים)

הגרסה שבחרתי

☐ רכה ☐ תקיפה ☐ אחרת: _____

☐ החלפתי פרטים אישיים ב-[שם] / [מספר לקוח]

להעמקה (רשות): בנו "תבנית טון" לשימוש חוזר ("כתוב בסגנון שלי: משפטים קצרים, חם, בלי סימני קריאה") ושמרו אותה בספריית הפרומפטים. אחר כך בקשו מה-AI לסמן כל משפט שהקורא עלול להבין לא נכון.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. ה-AI ניסח תלונה עם תאריך שגוי, ושלחתם אותה. מי אחראי?

☐ א. אף אחד, כי זו הייתה רק טיוטה

☐ ב. החברה שמפעילה את ה-AI

☐ ג. אתם: אתם המחברים ששלחו אותה

2. באיזו גרסה הפרטים האישיים מוסתרים נכון?

☐ א. "שלום, אני ד. לוי מרחוב האלון 12, לקוחה 2280-4471."

☐ ב. "שלום, אני [שם], לקוח מספר [מספר לקוח]. חויבתי פעמיים ב-[תאריך]."

☐ ג. "שלום, אני דנה לוי, לקוחה 2280-4471. חויבתי פעמיים ב-3 במרץ."

3. ביקשתם את אותה הודעה, אבל "מנומסת ותקיפה". מה אתם משנים?

- ☐ א. את הפורמט
- ☐ ב. את הטון
- ☐ ג. את הפרטיות

יום 8

מצלמים, מעלים ושואלים

זמן: כ-35 דקות · **מטרה:** להעלות תמונה או מסמך ולבקש הסבר וסיכום · **כלים:** ChatGPT / Gemini / Claude (כולם מאפשרים העלאת קבצים, עם מגבלות בגרסה החינמית)

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צלמו את מכתב הדוגמה (מהחוברת או מהמסך), כסו את השם ומספר הלקוח הבדויים, העלו אותו, וקבלו סיכום של 5 נקודות + "מה עליי לעשות, ועד מתי". בדקו בעצמכם שהסיכום נאמן למכתב בשתי נקודות לפחות. רוצים עוד ניסיון? העלו צילום של תווית מוצר, צמח או תפריט במסעדה, אף פעם לא מסמך אישי אמיתי.

התוצר: סיכום של מכתב הדוגמה, וההרגל להסתיר פרטים לפני כל העלאה.

צעד אחר צעד, עם תמונות

הצעדים המלאים מהקורס, עם המסכים האמיתיים. משאירים את הדף הזה פתוח ליד הכלי.

חשוב: מתרגלים רק עם מכתב הדוגמה. הכול בו בדוי: החברה, השם והמספרים. הוא מודפס גם בחוברת העבודה (יום 8). מצלמים את הדף המודפס, או מצלמים אותו בטלפון ממסך המחשב. לא משתמשים אף פעם במכתב, בחשבון או במסמך רפואי אמיתיים.

חברת המים "נחל"

(חברה בדויה, לתרגול בלבד)

לכבוד: דנה דוגמה, רחוב הדוגמה 12, עיר לדוגמה

מספר לקוח: 000-123-456 ¹

תאריך: 1 באוקטובר 2026

הנדון: החלפת מד המים בביתכם

שלום רב,

נחליף את מד המים בביתכם ב- **20 באוקטובר 2026**, בין 8:00 ל-12:00. מבוגר צריך להיות בבית כדי להכניס את הטכנאי. העבודה נמשכת כחצי שעה, ובזמן הזה לא יהיו מים.

אם המועד לא מתאים לכם, התקשרו אלינו עד **14 באוקטובר** במספר 03-0000000 כדי לקבוע מועד אחר. החלפת המד היא ללא תשלום.

שירות הלקוחות, חברת המים "נחל"

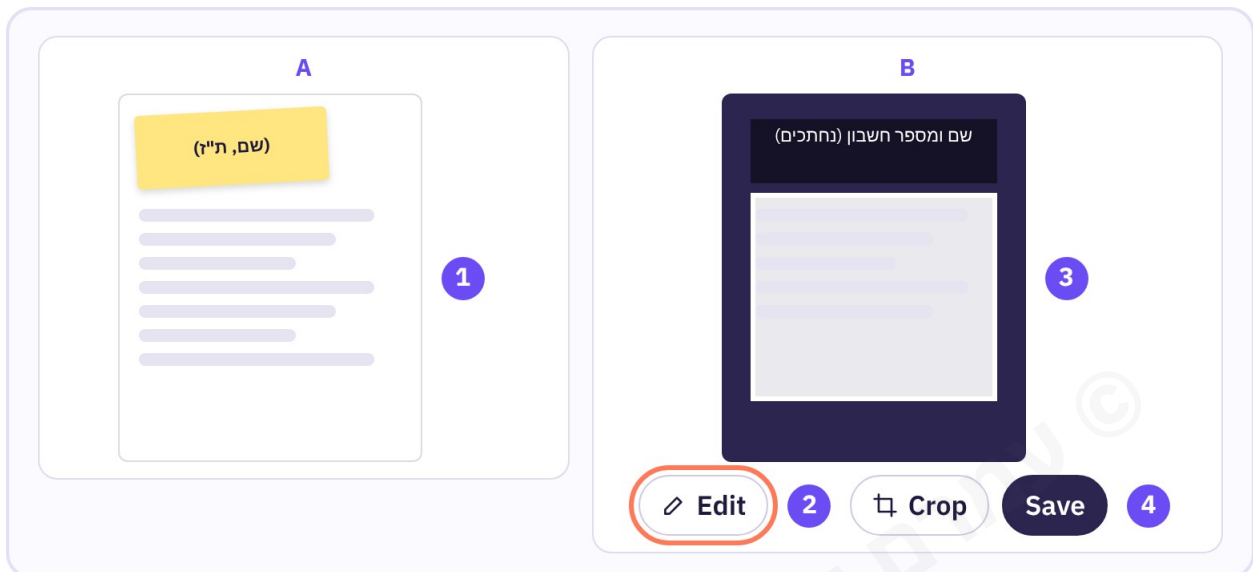
1. מתרגלים הסתרת פרטים: לפני הצילום מכסים בפתק את השם ואת מספר הלקוח הבדויים (בצהוב).

מכתב לדוגמה לתרגול: החברה, השם וכל המספרים בדויים

לפני שמעלים: מתרגלים הסתרת פרטים

• **הכי פשוט:** לפני הצילום מניחים פתק או דף על השם ומספר הלקוח (הבדויים).

- **כבר צילמתם?** פותחים את התמונה בגלריה, לוחצים **Edit** (עריכה) ואז **Crop** (חיתוך), וגוררים את קצוות המסגרת כך שהפרטים יישארו בחוץ. לוחצים **Save** (שמירה) או **Done** (סיום).



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. הכי פשוט: לפני הצילום מכסים את השם והמספרים בפתק או בדף.
2. כבר צילמתם? פותחים את התמונה בגלריה ולוחצים **Edit** (עריכה).
3. בוחרים **Crop** (חיתוך) וגוררים את קצוות המסגרת כך שהפרטים יישארו בחוץ.
4. לוחצים **Save** (או **Done**). מעלים את העותק החתוך.

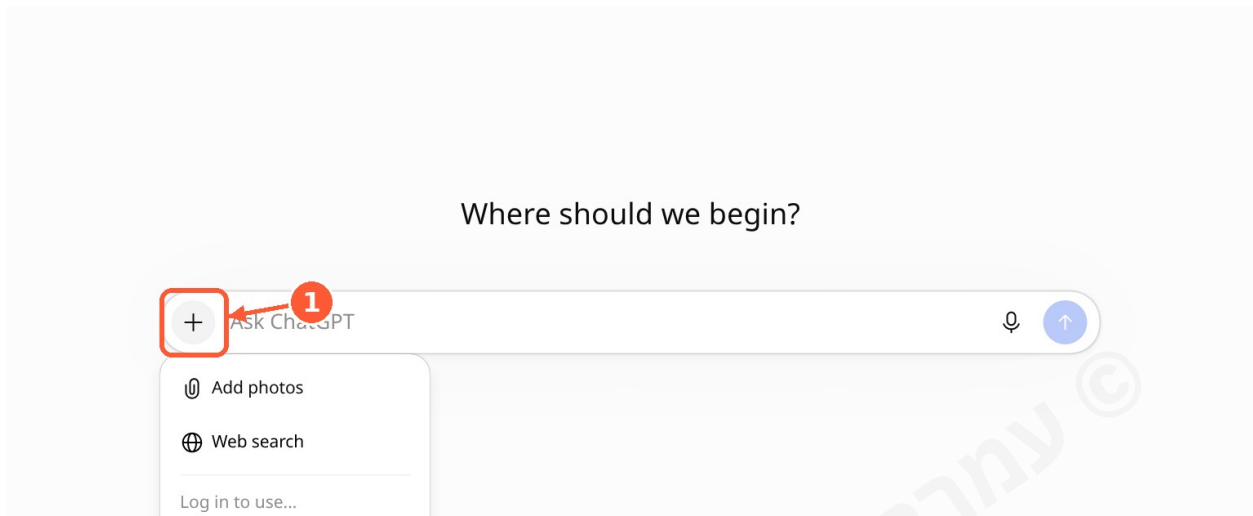
הסתרת פרטים: מכסים או חותכים

מעלים, צעד אחר צעד

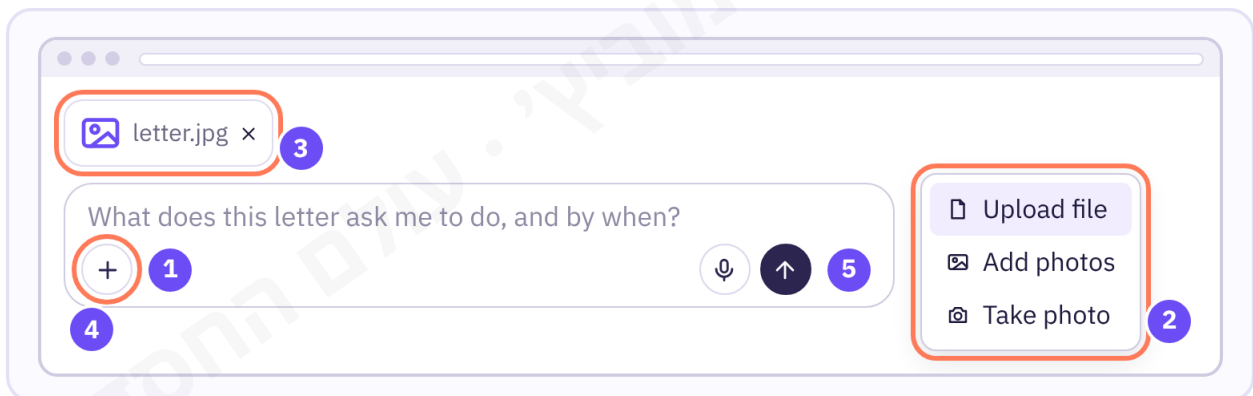
1. בתיבת הכתיבה מחפשים את כפתור ה-+ (לפעמים **אטב**). בדרך כלל הוא הוא בקצה התיבה.
2. לוחצים עליו. נפתח תפריט קטן: **Upload file** (= מסמך), **Add photos** (= תמונה מהגלריה) או **Take photo** (= לצלם עכשיו).
3. בוחרים את הקובץ או התמונה. מחכים שתופיע **תמונה קטנה שלו** ממש מעל תיבת הכתיבה: זה אומר שהוא צורף.

4. כותבים את השאלה, למשל "מה מכתב הדוגמה הזה מבקש ממני, ועד מתי?", ושולחים.

5. ממשיכים לשאול על אותו קובץ באותה שיחה.



צילום מסך אמיתי של chatgpt.com (בלי חשבון, אוקטובר 2026): 1 כפתור ה-+ · 2 התפריט שנפתח: Add photos & files (הוספת תמונות וקבצים)



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. לוחצים על + בקצה תיבת הכתיבה (לפעמים זה אטב).

2. נפתח תפריט קטן: **Upload file** = קובץ · **Add photos** = תמונה מהגלריה · **Take photo** = לצלם עכשיו.

3. מחכים שתופיע תמונה קטנה של הקובץ מעל התיבה: הוא צורף.

4. כותבים את השאלה.

5. שולחים.

צירוף תמונה או קובץ

הפרומפט שלי

מה העליתי (מכתב הדוגמה, או צילום של תווית, צמח או תפריט)

הסיכום ב-5 נקודות

☐ כיסיתי את השם והמספר הבדויים לפני ההעלאה ☐ בדקתי 2 נקודות מול המכתב

להעמקה (רשות): העלו שתי גרסאות של מסמך ציבורי (למשל תנאי השימוש של אפליקציה מהשנה שעברה ומהשנה) ושאלו "מה השתנה ביניהם?". או העלו צילום של גרף ובקשו 3 מסקנות עיקריות.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. איזו משימה דורשת עוזר שמבין גם תמונות (מולטימודלי)?

- ☐ א. לשאול מה לא בסדר בצמח שבתמונה ששלחתם
- ☐ ב. לבקש שיר על האביב
- ☐ ג. לבקש רשימה של צמחי בית קלים

2. אתם רוצים לתרגל העלאה של מכתב. במה משתמשים?

- ☐ א. בדף החשבון האחרון שלכם מהבנק
- ☐ ב. במכתב מהרופא
- ☐ ג. במכתב הדוגמה הבודי, עם השם והמספר מכוסים

3. ה-AI הסביר לכם כמה מושגים רפואיים. מה השימוש הנכון בהסבר?

- ☐ א. לשנות לבד את מינון התרופה
- ☐ ב. להבין את המושגים ולהכין שאלות לרופא
- ☐ ג. להתעלם מהרופא אם ה-AI חושב אחרת

יום 9

ללמוד כל דבר עם AI

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** להשתמש ב-AI כמורה פרטי סבלני, כולל בדיבור · **כלים:** עוזר שיחה + מצב קולי (Voice) באפליקציה

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: בנו תוכנית לימוד אישית של 5 ימים, השלימו את היום הראשון, ועברו בוחן של 5 שאלות. רשמו את הציון בחוברת.
התוצר: תוכנית לימוד אישית + בוחן ראשון שעברתם.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. בחרו נושא שתמיד רציתם להבין או מיומנות ללמוד (אנגלית לטיול, צילום בטלפון, ניהול תקציב, היסטוריה של העיר שלכם).
2. בקשו תוכנית לימוד קצרה:
3. עשו עכשיו את 10 הדקות הראשונות של "יום 1" בתוכנית (את השאר אפשר מחר).
4. בקשו מבחן קצר של 5 שאלות, שאלה אחת בכל פעם.
5. בונים קולי:

הפרומפט שלי

תוכנית הלימוד שלי

יום	מה לומדים	בוצע
1		☐
2		☐
3		☐
4		☐
5		☐

הציון שלי בבוחן: ____ / 5 ☐ ניסיתי מצב קולי

להעמקה (רשות): בקשו 10 כרטיסיות זיכרון על הנושא ולוח חזרות (יום 1, 3, 7). או השתמשו במצב הקולי לראיון עבודה מדומה של 5 דקות.

איך הרגשתי היום?

□ 1 □ 2 □ 3 □ 4 □ 5 □ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. הנכד צריך עזרה בשיעורי בית בחשבון. איזו בקשה הכי טובה?

□ א. "תסביר צעד אחר צעד איך פותרים תרגיל כזה, אבל אל תיתן את התשובות"

□ ב. "תכתוב את התשובות כך שייראו בכתב יד"

□ ג. "תפתור את כל 10 התרגילים ותראה את התשובות"

2. מתי שווה להפעיל מצב "חושב" (Reasoning)?

□ א. בתכנון טיול ל-3 ערים עם שעות רכבות ותקציב

□ ב. בכתובת ברכה של שתי שורות

□ ג. כשאומרים בוקר טוב

3. לא נוח לכם להקליד בטלפון. מה החלופה הכי קלה?

□ א. להתקין מקלדת גדולה יותר

□ ב. לבקש מחבר שיקליד בשבילכם

□ ג. ללחוץ על סמל המיקרופון או גלי הקול ולדבר

יום 10

ארבעה עוזרים, משימה אחת

זמן: כ-40 דקות (כולל בוחן שבועי) · **מטרה:** להכיר את ההבדלים בין העוזרים ולבחור "כלי בית" · **כלים:** ChatGPT, Gemini, Claude, Grok

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: ערכו "מבחן גדול" של אותו פרומפט ב-3-4 עוזרים, מלאו טבלת ציונים, ובחרו "כלי בית". הגדירו בו הוראה אישית אחת.

התוצר: טבלת השוואה אישית + עוזר שמוגדר בדיוק לטעמכם.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. במחשב:
2. העתיקו אותו פרומפט בדיוק לכולם (דוגמה למטה).
3. השוו ומלאו בחוברת טבלת ציונים:
4. בחרו "כלי בית" לשבועות הבאים.
5. בכלי שבחרתם:

הפרומפט שלי

המבחן הגדול: ציון 1-5

Grok	Claude	Gemini	ChatGPT	קריטריון
				בהירות
				עברית
				דיוק
				יצירתיות
				מהירות
				סה"כ

כלי הבית שלי, ולמה

ההוראה האישית הקבועה שכתבתי

להעמקה (רשות): תנו לכל העוזרים חידת היגיון קשה אחת (למשל סידור הושבה עם 5 כללים), פעם כשמצב "חושב" כבוי ופעם כשהוא מופעל. מי צדק, וכמה זמן זה לקח?

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. אתם משתמשים כל יום ב-Gmail וב-Google Drive. איזה עוזר מתחבר אליהם הכי טבעי?

☐ א. Grok

☐ ב. Gemini

☐ ג. Claude

2. אמרתם לעוזר "אני צמחוני" והוא זוכר את זה גם בשיחה חדשה. מה זה, ואפשר למחוק?

☐ א. זיכרון: אפשר לראות ולמחוק אותו בהגדרות

☐ ב. הוראות אישיות: אי אפשר למחוק אותן לעולם

☐ ג. חלון ההקשר: הוא מתרוקן לבד כל יום

3. בטלפון, איך משווים עוזרים בלי לפתוח ארבע לשוניות?

☐ א. מנסים את אותו פרומפט באפליקציה אחת, ואז בבאה, ורושמים ציון בדרך

☐ ב. פותחים את ארבע האפליקציות באותו רגע

☐ ג. אי אפשר לעשות את זה בטלפון

בוחן שבוע 2 (חזרה)

1. מכתב מהעירייה אומר שצריך "להגיש טופס ב' תוך 30 יום". אחרי שהעליתם אותו (עם פרטים מוסתרים), איזו שאלה הכי עוזרת?

- ☐ א. "תתרגם אותו לצרפתית"
- ☐ ב. "כתוב לי שיר על העירייה"
- ☐ ג. "זה מכתב נחמד?"
- ☐ ד. "מה בדיוק עליי לעשות, עד איזה תאריך, ומה יקרה אם לא אספיק?"

2. איזה פרט אסור להכניס לבקשה לניסוח המייל?

- ☐ א. התאריך של החיוב הכפול
- ☐ ב. מספר הכרטיס: 1234 4580 ...
- ☐ ג. [שם]
- ☐ ד. "מנומס אבל תקיף"

3. חברה רוצה לתרגל שיחה בספרדית בזמן הבישול, בלי ידיים. מה תציעו?

- ☐ א. מצב קולי באפליקציה של העוזר
- ☐ ב. הוראה אישית
- ☐ ג. מחקר מעמיק
- ☐ ד. מחולל תמונות

4. רוצים שכל תשובה תהיה קצרה ובשפה פשוטה, בלי לבקש בכל פעם. מה מגדירים?

- ☐ א. מודל חושב
- ☐ ב. שיחה חדשה בכל פעם
- ☐ ג. חלון הקשר גדול יותר
- ☐ ד. הוראה אישית קבועה

AI שמצייר

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** ליצור איור ראשון מתיאור במילים, ולשפר אותו
· **כלים:** יצירת תמונות בתוך ChatGPT, Gemini או Grok (Imagine)

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו 3 תמונות לשלושה נושאים שונים, בשלושה סגנונות שונים, ושמרו את האהובה עליכם. כתבו בחוברת את הפרומפט המנצח.
התוצר: איור מקורי ראשון, שמור בטלפון או במחשב.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. פתחו את הצ'אט שבחרתם וכתבו:
2. חכו כמה שניות עד דקה.
3. שפרו בשיחה:
4. אהבתם?
5. נגמרו התמונות?
6. בונים:

הפרומפט שלי

3 תמונות, 3 סגנונות

#	נושא	סגנון	הפרומפט
1			
2			
3			

הפרומפט המנצח

להעמקה (רשות): שמרו על אותה דמות ב-3 תמונות ("אותו ארנב קטן, עכשיו בים"), או בקשו לשנות רק חלק אחד בתמונה. תפגשו גם את המושג "הגדלת רזולוציה" (Upscaling): הגדלה וחידוד של תמונה בעזרת AI (ראו במילון).

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. ב"איור בצבעי מים של מגדלור בזריחה, ים שקט, ריבוע", איזה חלק

הוא הסגנון?

☐ א. "בצבעי מים"

☐ ב. "ריבוע"

☐ ג. "של מגדלור"

2. התמונות החינמיות נגמרו אחרי 3 ניסיונות. מה עכשיו?

- ☐ א. משלמים מיד, אין דרך אחרת
- ☐ ב. עוברים לעוזר אחר, או ממשיכים מחר
- ☐ ג. מוחקים את החשבון ונרשמים מחדש

3. צריך תמונה לסטורי בטלפון. איזו צורה?

- ☐ א. לאורך (9:16)
- ☐ ב. לרוחב (16:9)
- ☐ ג. ריבוע (1:1)

יום 12

מעצבים הזמנה וכרטיס

זמן: כ-40 דקות · **מטרה:** לשלב טקסט ותמונה להזמנה או כרטיס מעוצבים · **כלים:** Canva (בדפדפן או באפליקציה, יש גרסה חינמית) + עוזר שיחה

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: עצבו הזמנה או כרטיס לאירוע אמיתי או דמיוני (יום הולדת, ארוחת חג, מפגש מחזור, פתיחת עסק): נוסח מה-AI + איור מה-AI + עיצוב ב-Canva. הורידו כקובץ.

התוצר: הזמנה מעוצבת, מוכנה לשליחה.

צעד אחר צעד, עם תמונות

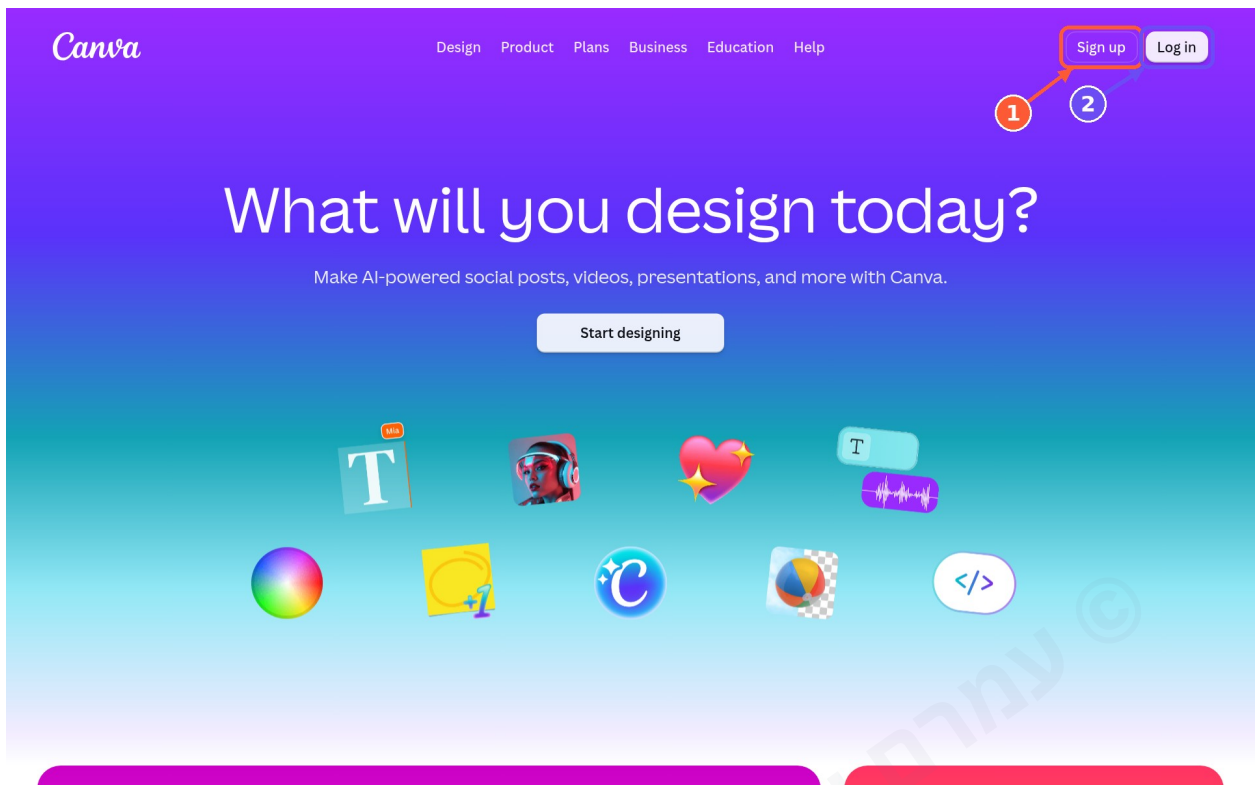
הצעדים המלאים מהקורס, עם המסכים האמיתיים. משאירים את הדף הזה פתוח ליד הכלי.

חלק 1: בצי'אט (10 דקות)

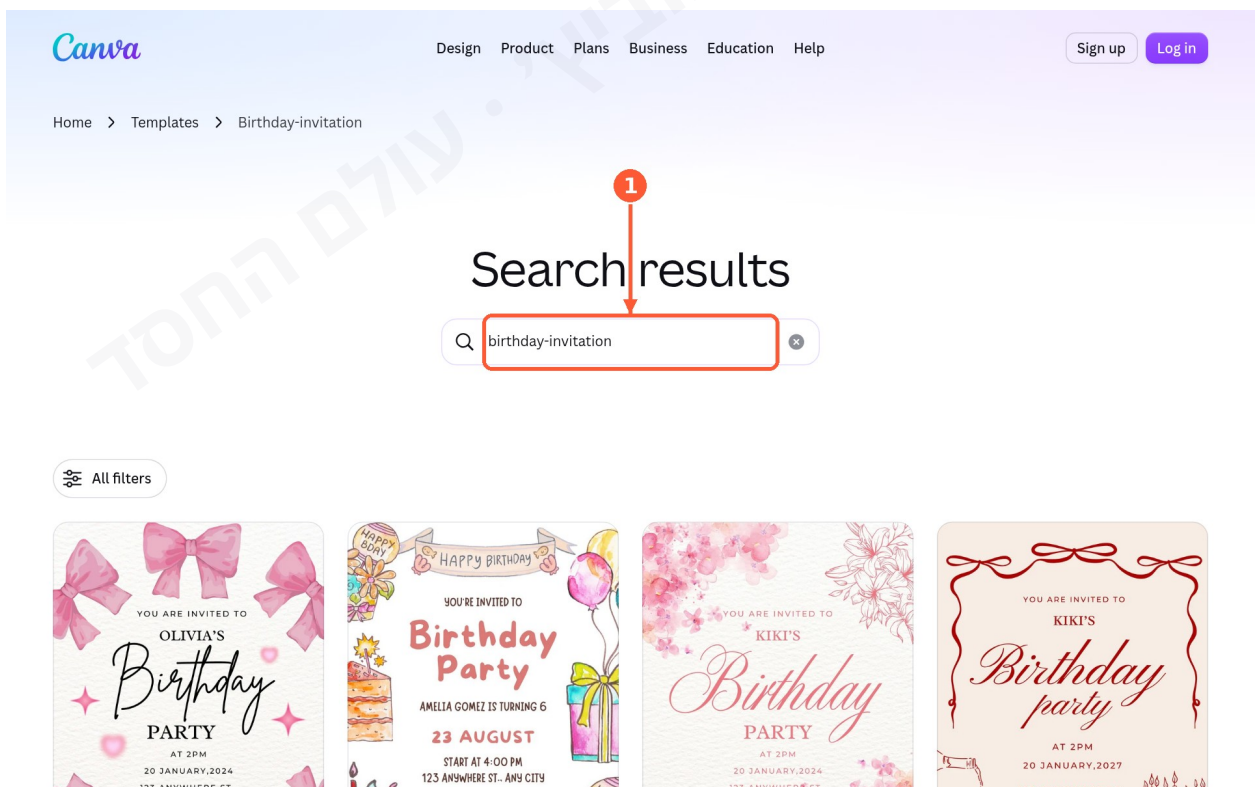
- 1. ניסוח:** בקשו מעוזר השיחה נוסח להזמנה (ראו פרומפט למטה) ובחרו גרסה.
- 2. תמונה:** בקשו רקע מתאים בלי שום טקסט ("...בלי שום כיתוב בתמונה"), ושמרו אותו (**Download**, כמו ביום 11).

חלק 2: ב-Canva (20 דקות)

- 3.** נכנסים ל-**canva.com**, לוחצים **Sign up** ובוחרים **Continue with Google** (כמו ביום 2). אפשר להעביר את Canva לעברית בהגדרות.
- 4.** בתיבת החיפוש למעלה כותבים **Invitation** (או "הזמנה") ולוחצים **Enter**. לוחצים על תבנית שאהבתם: היא נפתחת, מוכנה לעריכה.



צילום מסך אמיתי של canva.com (בלי חשבון, אוקטובר 2026): 1 Sign up (הרשמה) · 2 Log in (כניסה)



צילום מסך אמיתי של canva.com (בלי חשבון, אוקטובר 2026): 1 תיבת החיפוש: כותבים Invitation

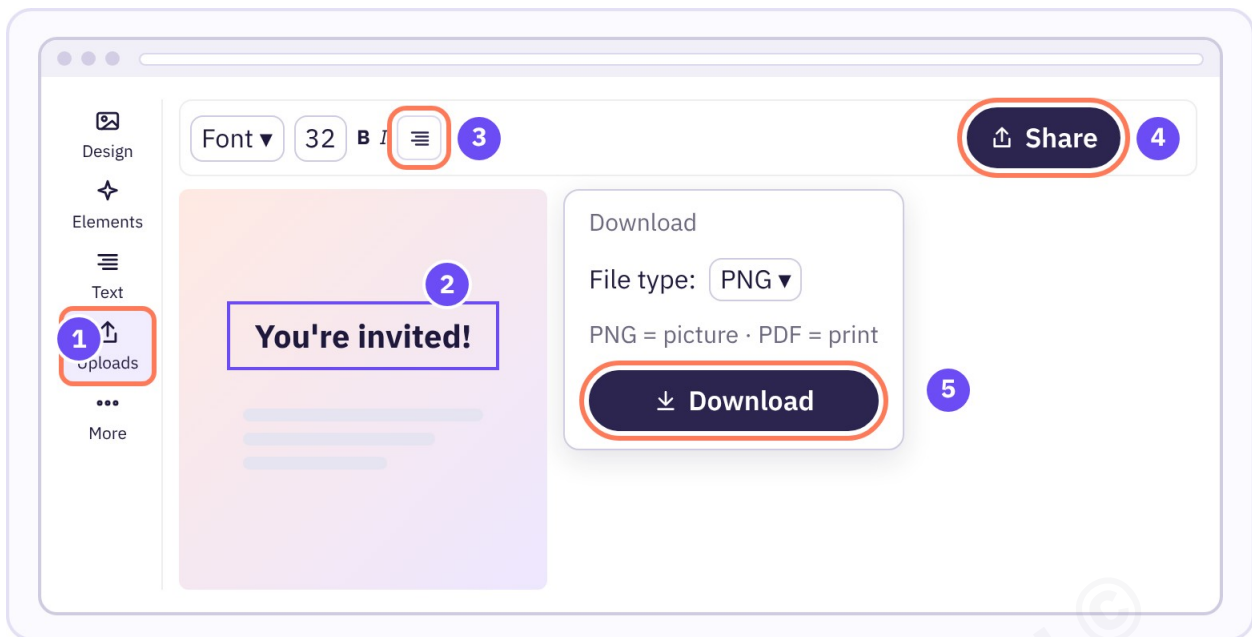
5. מוסיפים את התמונה: בתפריט שבצד לוחצים **Uploads** (העלאות)

← **Upload files**, ובחרים את התמונה. לוחצים עליה כדי להוסיף לעיצוב, וגוררים את הפינות עד שהיא מכסה את הרקע. (קשה לגרור? מסמנים את התמונה, פותחים את תפריט ... ומחפשים **Set image as background** = הגדר כרקע).

6. מחליפים מילים: לוחצים על תיבת טקסט, מוחקים את המילים לדוגמה וכותבים את שלכם. כדי שהטקסט יהיה מיושר לימין, מסמנים אותו ולוחצים על כפתור **היישור** (הסמל עם הקווים) בסרגל העליון.

7. בודקים: השמות, התאריך, היום בשבוע והשעה נכונים?

8. שומרים: **Share** (שיתוף, למעלה) ← **Download** (הורדה) ← בחרים **PNG** (תמונה לוואטסאפ או למייל) או **PDF** (להדפסה) ← **Download**.

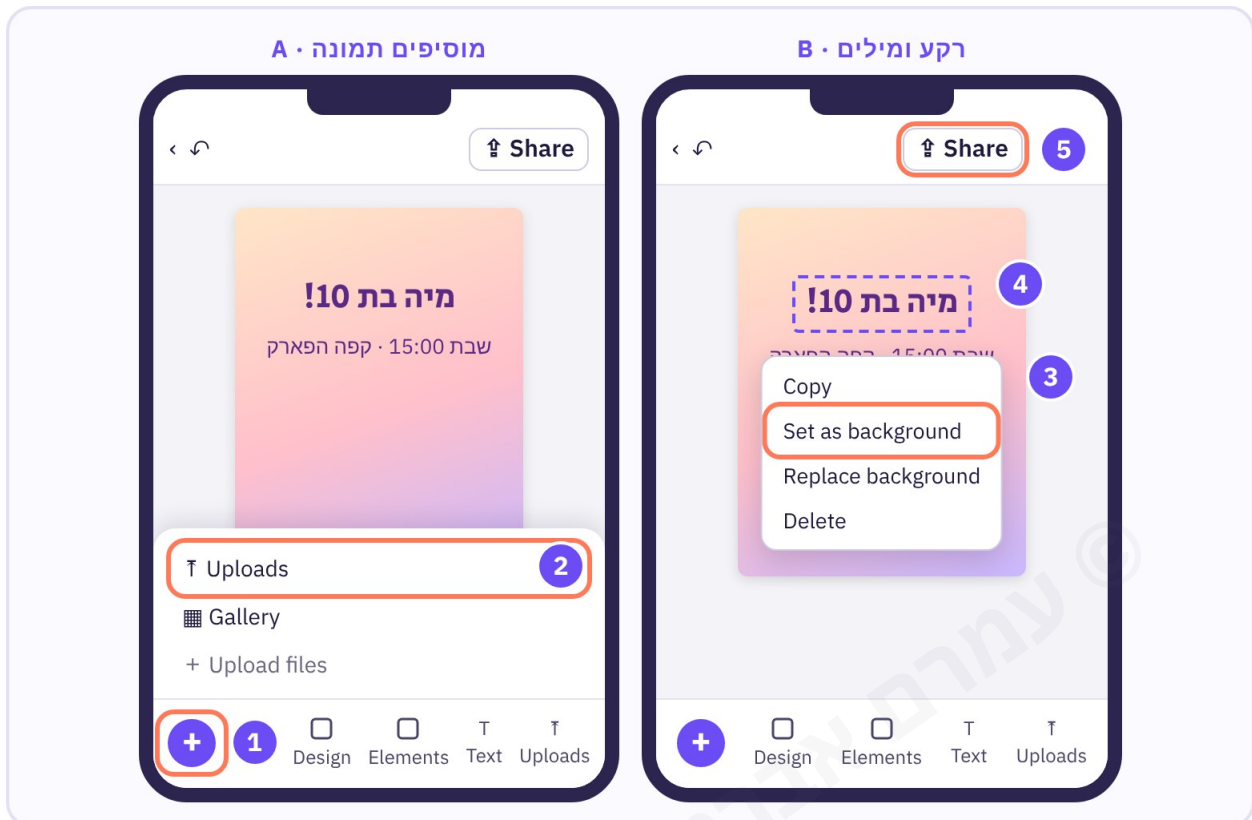


איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

- 1. Uploads** (משמאל) ← **Upload files** ← בוחרים את התמונה. לוחצים עליה כדי להוסיף, וגוררים אותה לרקע.
- 2.** לוחצים על תיבת טקסט, מוחקים את המילים לדוגמה וכותבים את שלכם.
- 3.** כפתור **יישור** (הקווים ≡): לוחצים עד שהטקסט מיושר כמו שרוצים (בעברית: לימין).
- 4. Share** (שיתוף, למעלה) ← **Download** (הורדה).
- 5.** בוחרים PNG (תמונה לשליחה) או PDF (להדפסה), ואז **Download**.

עריכת הטקסט והורדה

בטלפון (אפליקציית Canva): התפריט נמצא **בתחתית** המסך, לא בצד. כדי להוסיף את התמונה: לוחצים + **Uploads** (העלאות, או **Gallery**) ← בוחרים את התמונה. כדי להפוך אותה לרקע: **לחיצה ארוכה** על התמונה ← **Set as background** (הגדרה כרקע, או **Replace background**). כדי להחליף מילים: לוחצים פעמיים על הטקסט. כדי לשמור: לוחצים על חץ **Share/Download** למעלה ← **Download** (הורדה).



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. לוחצים + בתפריט שבתחתית המסך.
2. לוחצים **Uploads** (העלאות) או **Gallery** (גלריה), ובחרים את התמונה.
3. **לחיצה ארוכה** על התמונה ← **Set as background** (קביעה כרקע) או **Replace background** (החלפת רקע).
4. כדי לשנות מילים: לוחצים על הטקסט **פעמיים** וכותבים.
5. כדי לשמור: לוחצים על החץ **Share/Download** למעלה ← **Download** (הורדה).

אפליקציית Canva בטלפון: התפריט בתחתית המסך (איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי)

הפרומפט שלי

ההזמנה שלי

פרט	מה כתבתי
האירוע	
תאריך ושעה	
מקום	
אישור הגעה	

☐ נוסח מה-AI ☐ איור בלי כיתוב ☐ עיצוב ב-Canva ☐ הורדתי כקובץ

להעמקה (רשות): השתמשו ב-**Resize** (שינוי גודל) של Canva כדי ליצור מההזמנה גם גרסת סטורי לטלפון, או נסו את כלי ה-AI של Canva עצמה (חפשו "Magic" בתפריט) כדי ליצור קישוט.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. למה מוסיפים את מילות ההזמנה ב-Canva ולא בתוך תמונת ה-AI?

- ☐ א. אי אפשר להוריד תמונות AI
- ☐ ב. מחוללי תמונות עלולים לשבש שמות, תאריכים ואותיות, במיוחד בעברית
- ☐ ג. התמונות של Canva תמיד איכותיות יותר

2. בהזמנה כתוב "יום חמישי, 12.11". מה בודקים לפני ששולחים?

- ☐ א. שהתאריך באמת יוצא ביום חמישי, ושהשעה והמקום נכונים
- ☐ ב. רק שהגופן יפה
- ☐ ג. כלום: ה-AI כבר בדק

3. הטקסט בעיצוב מיושר לצד הלא נכון. איפה מתקנים?

- ☐ א. מסמנים את תיבת הטקסט, ולוחצים על כפתור היישור בסרגל העליון
- ☐ ב. יוצרים שוב את התמונה בצ'אט
- ☐ ג. מורידים כ-PDF במקום PNG

יום 13

שיר וקול

זמן: כ-35 דקות · **מטרה:** ליצור שיר אישי או הקראה, ולהבין את האחריות שבקול · **כלים:** Suno (שירים), ElevenLabs (הקראה), עוזר שיחה

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו **שיר אישי** ב-Suno או **הקראה** ב-ElevenLabs לאדם אהוב, והשמיעו לו (או שמרו להפתעה בפרויקט הגמר).
התוצר: קובץ שמע מקורי ראשון שלכם.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. מילים:
2. נכנסים ל-suno.com ונרשמים (Continue with Google או מייל).
3. לוחצים Create (= צור שיר חדש).
4. הדרך הקלה (Simple):
5. מילים משלכם (Custom = מותאם):

6. לוחצים Create ומחכים כדקה.

1. נכנסים ל-elevenlabs.io, נרשמים, ובוחרים Text to Speech (=) הקראת טקסט).

2. מדביקים טקסט קצר (ברכה, סיפור לילדים).

3. בוחרים קול:

4. לוחצים Generate (= צור), מאזינים ו-Download.

הפרומפט שלי

למי השיר או ההקראה

התיאור / הסגנון שכתבתי

☐ Suno ☐ ElevenLabs ☐ השמעתי למישהו!

להעמקה (רשות): הוסיפו למילים תגיות מבנה כמו [Verse] (בית), [Chorus] (פזמון) ו-[Bridge] (גשר), וראו איך השיר נבנה לפיהן. או צרו את אותה הקראה בשני קולות שונים והשוו.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בווחן קצר

1. חבר רוצה שיר "בקול של" זמר מפורסם למסיבה. מה נכון?

- ☐ א. לא בלי הסכמה מפורשת של אותו אדם: משתמשים באחד הקולות של הכלי
- ☐ ב. מותר אם מזכירים את שם הזמר
- ☐ ג. מותר אם זה רק למסיבה

2. במחולל שירים, מה מאפשר מצב "Custom"?

- ☐ א. לשבט את הקול שלכם
- ☐ ב. ליצור קליפ וידאו
- ☐ ג. להדביק מילים משלכם ולתאר את הסגנון בעצמכם

3. יצרתם שיר בגרסה החינמית ורוצים להשתמש בו בפרסומת לחנות. מה קודם?

- ☐ א. כלום: כל מה שיצרתם שלכם
- ☐ ב. בודקים את תנאי השימוש: בגרסה החינמית לרוב אסור שימוש מסחרי
- ☐ ג. מוסיפים את שם החנות למילים

יום 14

סרטון ראשון

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** להפוך תיאור או תמונה לסרטון קצר · **כלים:** Grok Imagine, Runway, (Veo) Gemini

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו סרטון אחד קצר: סרטון AI (מסלול א') או סרטון מצגת מהתמונות ומהשיר שלכם (מסלול ב'). שניהם נחשבים במלואם.
התוצר: הסרטון הראשון שלכם.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. מתכננים עם עוזר השיחה:
2. בוחרים כלי אחד מהטבלה ונכנסים עם החשבון.
3. ב-Gemini:
4. הדרך הקלה:
5. מחכים (עד כמה דקות), צופים ו-Download.
1. ב-Canva מחפשים Video ובוחרים תבנית מצגת.
2. מוסיפים 3 תמונות שיצרתם (Uploads), ואת השיר מיום 13 אם יש.
3. Share ← Download ← MP4 (קובץ וידאו שאפשר לשלוח).

הפרומפט שלי

נוסחת הסרטון שלי

חלק	מה כתבתי
מה רואים	
מה זז ואיך	
תנועת מצלמה	
אווירה וסגנון	

הכלי שבו יצרתי: ☐ Gemini (Veo) ☐ Grok ☐ Imagine ☐ Runway ☐ מצגת ב-Canva

להעמקה (רשות): כתבו עם עוזר השיחה "תסריט" של 3 שוטים (צילום רחב, תקריב, סיום), צרו כל שוט וחברו אותם ב-Canva. נסו להוסיף

הוראת מצלמה כמו "תנועה איטית שמאלה".

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. ניסיונות הווידאו החינמיים מעטים. מה הצעד הראשון הכי חכם?

☐ א. לתכנן ולשפר את הפרומפט עם עוזר השיחה

☐ ב. לבחור תמיד את האורך הכי ארוך

☐ ג. לנסות 10 פרומפטים מהירים ומעורפלים

2. "הנפש את איור האגם: המים מנצנצים, הסירות מתנדנדות." איזה

סוג משימה זו?

☐ א. הקראה (טקסט-לדיבור)

☐ ב. תמונה-לווידאו

☐ ג. חיפוש תמונה הפוך

3. נגמרו קרדיטי הווידאו בכל הכלים. מה האפשרות הטובה באותה

מידה?

☐ א. לוותר על הסרטון

☐ ב. להשתמש בחשבון של מישהו אחר

☐ ג. סרטון מצגת ב-Canva מהאיורים ומהשיר שלכם

יום 15

אמיתי או מזויף?

זמן: כ-35 דקות (כולל בוחן שבועי) · **מטרה:** לזהות זיופים והונאות, ולהגן על המשפחה · **כלים:** חיפוש תמונות הפוך (Google Lens), עוזר שיחה

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו "כרטיס ביטחון משפחתי", שלחו אותו לפחות לאדם אחד במשפחה, וקבעו (בעל פה!) מילת קוד משפחתית.

התוצר: כרטיס ביטחון + משפחה מוגנת יותר.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. משחק "אמיתי או AI?"
2. חיפוש הפוך:
3. כרטיס ביטחון:
4. מילת קוד:

הפרומפט שלי

משחק אמיתי או AI

תמונה	הניחוש שלי	התשובה
1		
2		
3		
4		
5		
6		

□ כתבתי כרטיס ביטחון ושלחתי ל: _____

□ קבענו מילת קוד משפחתית (בעל פה! לא כותבים אותה כאן)

להעמקה (רשות): חפשו "Content Credentials" (תווית קטנה "cr" שאתרים וכלים מסוימים מוסיפים כדי להראות איך תמונה נוצרה), וכתבו למשפחה "תסריט" של 3 שורות: מה עושים כשמישהו מתקשר ומבקש כסף.

איך הרגשתי היום?

□ 1 □ 2 □ 3 □ 4 □ 5 □ עשיתי משהו!

בוחן קצר

1. הודעה קולית "מהנכד" מבקשת כסף בדחיפות, ובסוד. מה הצעד הראשון?

□ א. מנתקים, מתקשרים אליו בחזרה למספר המוכר, ושואלים את מילת הקוד

□ ב. עונים ומבקשים את פרטי הבנק שלו

□ ג. שולחים סכום קטן, ליתר ביטחון

2. תמונה מזעזעת מסתובבת בקבוצת וואטסאפ. מה הבדיקה הכי אמינה?

□ א. מחפשים את המקור המקורי ועושים חיפוש תמונה הפוך

□ ב. מגדילים וסופרים אצבעות

□ ג. בודקים כמה אנשים שיתפו אותה

3. איפה שומרים את מילת הקוד המשפחתית?

□ א. מוצמדת בקבוצת הוואטסאפ המשפחתית

□ ב. מסכמים פנים אל פנים, ושומרים רק בזיכרון

□ ג. באפליקציית הפתקים בטלפון

בוחן שבוע 3 (חזרה)

1. איזה פרומפט משתמש בכל 5 החלקים של נוסחת התמונה?

- ☐ א. "בסגנון ספר ילדים, אור בוקר רך"
- ☐ ב. "פיקניק של דובונים, בסגנון ספר ילדים, אור בוקר רך, רקע של אחו, ריבוע"
- ☐ ג. "רקע של אחו, ריבוע, בלי טקסט"
- ☐ ד. "פיקניק של דובונים, ריבוע"

2. באיזה כלי תשתמשו לשיר יום הולדת עם שירה?

- ☐ א. Canva
- ☐ ב. ElevenLabs
- ☐ ג. Google Lens
- ☐ ד. Suno

3. למה בגרסאות החינמיות יש כל כך מעט ניסיונות וידאו?

- ☐ א. כי לסרטון צריך מצלמה אמיתית
- ☐ ב. וידאו דורש הרבה יותר כוח מחשוב מטקסט או מתמונות
- ☐ ג. כדי שאנשים לא יצרו סרטים ארוכים
- ☐ ד. כי כלי הווידאו עוד לא נבדקו

4. בתמונה ידיים מושלמות ואין שום פרט מוזר. מה זה אומר?

- ☐ א. שהיא בטוח AI
- ☐ ב. שהיא בטוח אמיתית
- ☐ ג. לא הרבה: זיופים טובים כבר לא מראים סימנים ברורים, ולכן בודקים את המקור
- ☐ ד. שהיא נוצרה ב-Canva

חיפוש ומחקר עם מקורות

זמן: כ-35 דקות · **מטרה:** לקבל תשובות עם קישורים, ולהפיק דוח מחקר קטן · **כלים:** Perplexity, מצב חיפוש ו"מחקר מעמיק" (Deep Research) ב-ChatGPT / Gemini / Grok

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: הפיקו דוח מחקר קטן על יעד לטיול (או על מוצר שאתם שוקלים לקנות), ובדקו 3 קישורים ממנו.
התוצר: דוח מחקר אישי עם מקורות שנבדקו.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. בחרו יעד לטיול (בארץ או בחו"ל).
2. שאלה מהירה ב-Perplexity:
3. מחקר מעמיק:
4. ה-AI עשוי לשאול שאלות הבהרה.
5. קוראים את הדוח, ופותחים 3 קישורים לבדיקה.

הפרומפט שלי

היעד או הנושא של המחקר

3 קישורים שבדקתי

#	הקישור / המקור	מה בדקתי	✓ / ✗
1			
2			
3			

להעמקה (רשות): בקשו שבסוף הדוח יהיה פרק "איפה המקורות לא מסכימים?", ובדקו מחלוקת אחת בעצמכם. השוו את אותה שאלה ב-Perplexity ובמצב החיפוש של עוזר שיחה.

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו! ☐

בוחן קצר

1. מה היתרון העיקרי של תשובה עם מקורות ממוספרים?

- ☐ א. היא תמיד קצרה יותר
- ☐ ב. אפשר ללחוץ ולבדוק מאיפה הגיעה כל טענה
- ☐ ג. מובטח שהיא נכונה

2. מתי שווה מחקר מעמיק ולא חיפוש מהיר?

- ☐ א. בתכנון טיול משפחתי של 4 ימים עם הרבה פרטים להשוואה
- ☐ ב. כדי לבדוק מה התאריך היום
- ☐ ג. כדי למצוא מילה נרדפת ל"שמח"

3. מקור [2] לא אומר את מה שכתוב בתשובה. מה זה אומר?

- ☐ א. האתר בטח מקולקל
- ☐ ב. כשיש כמה מקורות זה לא משנה
- ☐ ג. ייתכן שה-AI ציטט לא נכון: מתייחסים לטענה כלא-בדוקה

יום 17

מחברת חכמה למסמכים שלכם

זמן: כ-35 דקות · **מטרה:** לשאול שאלות על המסמכים שלכם ולקבל "פודקאסט" מסכם · **כלים:** Gemini Notebook (של Google), חינום עם חשבון Google

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו מחברת Gemini Notebook על נושא שמעניין אתכם, עם 2-3 מקורות, שאלו 3 שאלות, והפיקו סקירה קולית.
התוצר: מחברת חכמה אישית + "פודקאסט" על הנושא שלכם.

צעד אחר צעד, עם תמונות

הצעדים המלאים מהקורס, עם המסכים האמיתיים. משאירים את הדף הזה פתוח ליד הכלי.

המילים על המסך: Create new / New notebook = מחברת חדשה ·
Add source = הוספת מקור (חומר) · **Studio** = האזור שבו יוצרים
דברים מהמקורות · **Audio Overview** = סקירה קולית, כמו פודקאסט.

אין מסמך בהישג יד? השתמשו בדף אינטרנט: פתחו ערך בוויקיפדיה על נושא שאתם אוהבים, העתיקו את הכתובת משורת הכתובת, והוסיפו אותה כמקור מסוג **Website**.

איך מעתיקים קישור בטלפון: בדפדפן לוחצים פעם אחת על **שורת הכתובת** (למעלה, או למטה בספארי). הכתובת נצבעת בכחול (מסומנת); לוחצים **Copy** (העתק). או לוחצים על כפתור **Share** (שיתוף) ← **Copy link** (העתקת קישור). באפליקציית ויקיפדיה: **שיתוף** ← **העתקת קישור**. אחר כך, ב-Gemini Notebook, בוחרים **Website**, לחיצה ארוכה בתוך התיבה ← **Paste** (הדבק).

אין מסמך וגם אין קישור? מעלים כמקור את קובץ ה-PDF של הקורס הזה (intro-ai-course-he.pdf). הוא מתאים מצוין לתרגול.

1. נכנסים ל-notebook.google.com עם חשבון Google (Continue) **with Google**, כמו תמיד).
2. לוחצים **Create new** (או **New notebook**).
3. נפתח חלון **Add sources** (הוספת מקורות). בוחרים אחד: **Upload files** (קובץ PDF או מסמך), **Website** (מדביקים קישור) או

YouTube (מדביקים קישור לסרטון). מוסיפים 1–3 מקורות, בלי מידע אישי רגיש.

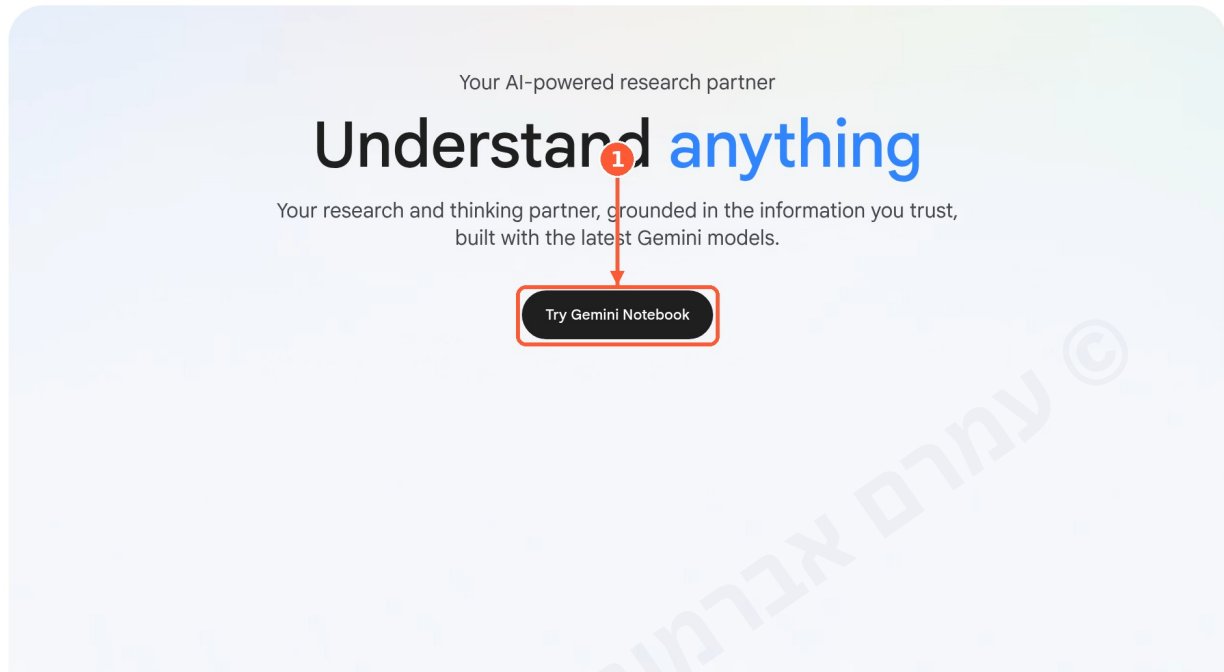
Gemini Notebook

Overview

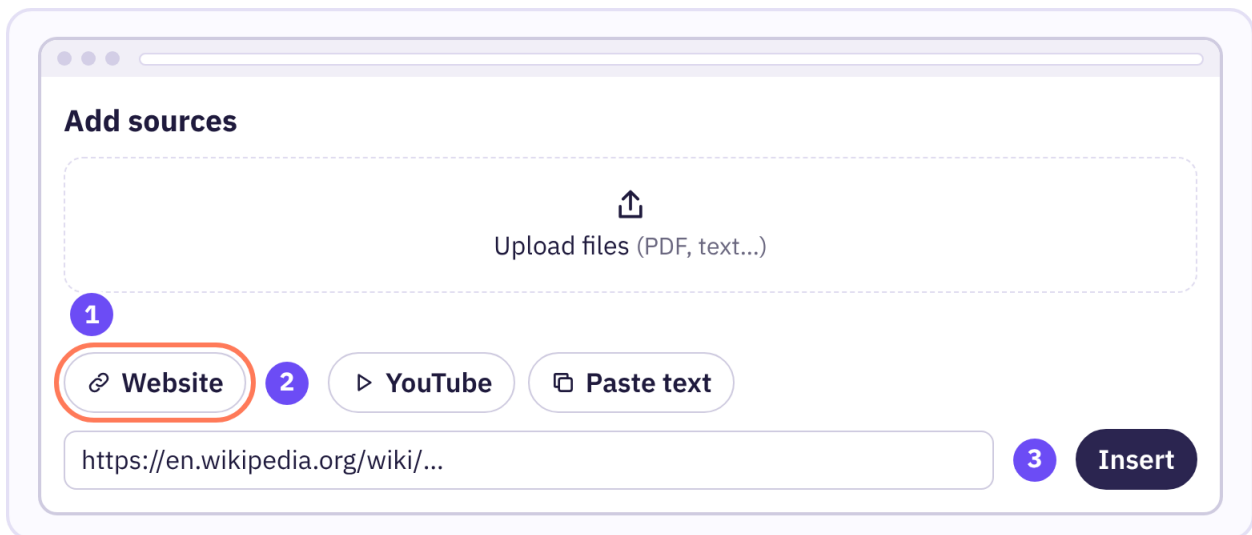
Plans



Get the App



צילום מסך אמיתי של notebook.google.com (בלי חשבון, אוקטובר 2026):
1 הכפתור שפותח את Gemini Notebook (ואז נכנסים עם Google)



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. Upload files = העלאת קבצים: PDF או מסמך מהמחשב או מהטלפון.

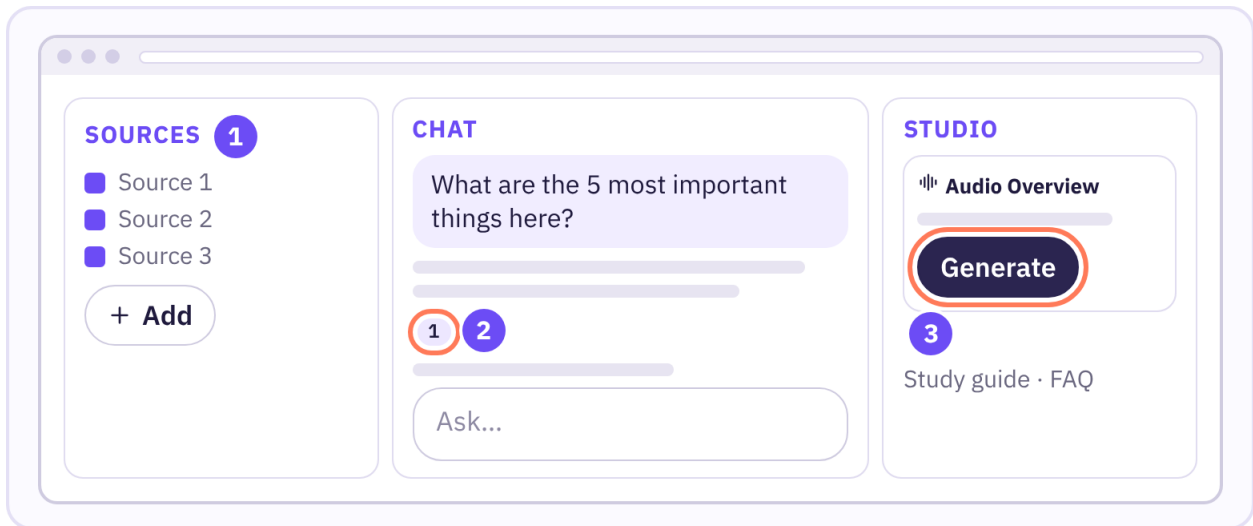
2. אין מסמך? בוחרים **Website** (קישור לאתר) או **YouTube**.

3. מדביקים את הכתובת (למשל ערך בוויקיפדיה שאתם אוהבים) ולוחצים **Insert** (הוסף).

הוספת מקור: קובץ, אתר או סרטון יוטיוב

4. בצ'אט שבאמצע שואלים: "מה 5 הדברים הכי חשובים כאן?". לוחצים על המספרים הקטנים כדי לראות מאיפה כל משפט.

5. באזור **Studio** לוחצים **Generate** ← **Audio Overview** (צור). זה לוקח כמה דקות, ואפשר בינתיים לעשות משהו אחר. אחר כך לוחצים  ומאזינים. (שפת הסקירה: בודקים בהגדרות השפה; האפשרויות משתנות).



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. **Sources** = המקורות שלכם. **Add** = הוספת מקור.
2. שואלים באמצע. המספרים הקטנים מראים מאיפה בדיוק כל משפט.
3. **Audio Overview** ← **Studio** (סקירה קולית) ← **Generate** (צור):
"פודקאסט" קצר על המקורות.

המחברת: מקורות, צ'אט ו-Studio

הפרומפט שלי

המקורות במחברת שלי

#	מקור (קובץ / קישור)
1	
2	
3	

3 שאלות ששאלתי

☐ הפקתי סקירה קולית. בשפה: _____

להעמקה (רשות): הוסיפו שני מקורות שלא מסכימים (למשל שתי ביקורות על אותו מוצר) ושאלו "במה המקורות האלה שונים?". אחר כך בקשו מ-Studio מדרוך לימוד או מפת חשיבה.

איך הרגשתי היום?

☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בווחן קצר

1. הוספתם ל-Gemini Notebook את הוראות ההפעלה של מכונת הכביסה ושאלתם על המסנן. מאיפה התשובה?

- ☐ א. מההוראות שהוספתם, עם הפניה למקום המדויק
- ☐ ב. מהידע הכללי של ה-AI
- ☐ ג. מהאתר של היצרן

2. מה זו "סקירה קולית" (Audio Overview)?

- ☐ א. הקלטה של הקול שלכם מקריא את המסמך
- ☐ ב. מוזיקת רקע לפתקים
- ☐ ג. שיחה קצרה בסגנון פודקאסט על המקורות שלכם

3. איזה מקור לא כדאי להוסיף?

- ☐ א. ערך בוויקיפדיה על ציפורים
- ☐ ב. הוראות ההפעלה של התנור
- ☐ ג. סריקה של הדרכון ושל התיק הרפואי שלכם

יום 18

"קוד בלי לדעת קוד"

זמן: כ-35 דקות · **מטרה:** לבנות דף אינטרנט קטן או משחק, רק בעזרת בקשות בעברית · **כלים:** Canvas ב-ChatGPT או ב-Artifacts, Gemini, Claude ב-

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: בנו דף אינטרנט או משחק קטן (ברכה, חידון, הזמנה אינטראקטיבית), שפרו אותו לפחות פעמיים, ושתפו קישור או צילום מסך עם מישהו. (קישור שפורסם הוא ציבורי: שום דבר פרטי בדף).
התוצר: "התוכנה" הראשונה שלכם, בלי שכתבתם שורת קוד אחת.

צעד אחר צעד, עם תמונות

הצעדים המלאים מהקורס, עם המסכים האמיתיים. משאירים את הדף הזה פתוח ליד הכלי.

הדרך הכי קלה למתחילים: Claude (claude.ai). אין כפתור לחפש: פשוט מבקשים, והדף מופיע לבד בחלון.

1. פותחים את **Claude** (או ChatGPT / Gemini): שם לוחצים קודם + **Tools** (ובוחרים **Canvas**).
2. מעתיקים אחת הבקשות לדוגמה למטה, מדביקים בתיבת הכתיבה ושולחים. (בבקשה כבר כתוב "בעברית, מימין לשמאל").
3. ליד הצ'אט נפתח חלון. לוחצים **Preview** (= תצוגה מקדימה) כדי לראות ולנסות את הדף. לא צריך להסתכל בלשונית **Code** (קוד).
4. מבקשים שינויים בעברית פשוטה: "צבעים יותר שמחים", "הוסף שאלה", "הגדל את הכפתור". בכל פעם מסתכלים שוב ב-**Preview**.
5. **שומרים ומשתפים:** לוחצים **Share** או **Publish** (פרסום) כדי לקבל קישור לשליחה. אין כפתור כזה? מצלמים מסך (יום 6) ושולחים.

זהירות: Publish יוצר קישור ציבורי. כל מי שיש לו את הקישור יכול לפתוח את הדף, גם אנשים שלא שלחתם להם, אם הקישור הועבר הלאה. לכן לא שמים בדף שום דבר פרטי: בלי שם מלא עם כתובת, בלי מספרי טלפון ובלי תמונות של ילדים. שם פרטי מספיק. התחרטתם? באותו מקום אפשר בדרך כלל לבטל את הקישור (**Unpublish** או **Delete link**). צילום מסך נשאר פרטי: רק מי שקיבל אותו רואה אותו.



Question what's next

Your thinking partner for big ambitions

Continue with Google

Continue with Apple

OR

Enter your email

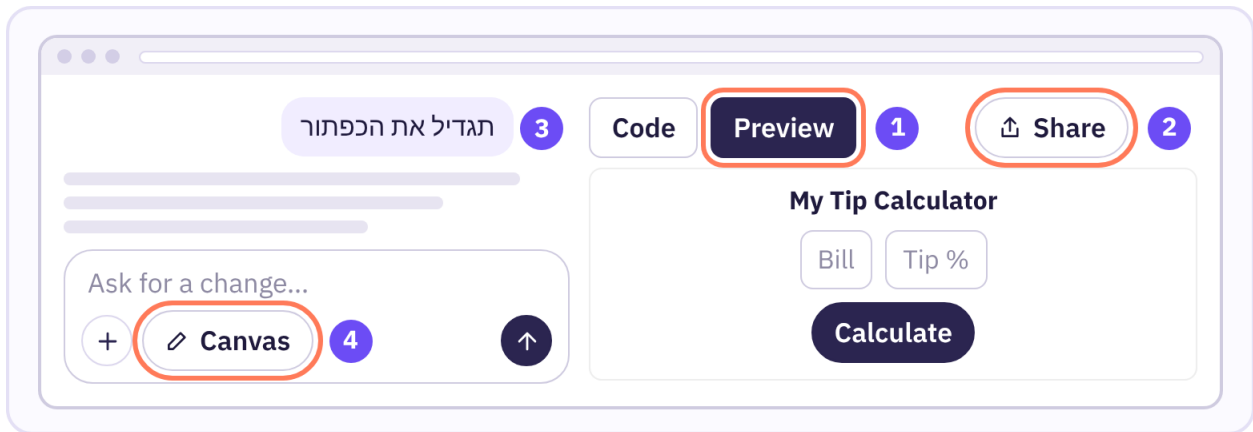
Continue with email

By continuing, you acknowledge Anthropic's [Privacy Policy](#).

Download desktop app



צילום מסך אמיתי של *claude.ai* (בלי חשבון, אוקטובר 2026): *Continue 1*
(ל-Claude צריך חשבון) *with Google*



איור להמחשה, לא צילום מסך אמיתי. הכפתורים והצבעים אצלכם עשויים להיראות מעט אחרת.

1. **Preview** = תצוגה מקדימה: רואים ומנסים את הדף. (= **Code** הקוד, לא צריך לקרוא אותו).
2. **Share / Publish** = מקבלים קישור לשליחה.
3. רוצים שינוי? פשוט מבקשים במילים פשוטות.
4. ב-ChatGPT וב-Gemini בוחרים **Canvas** (תחת + או **Tools**). ב-Claude החלון נפתח לבד.

תצוגה מקדימה, שיתוף ובקשת שינויים

הפרומפט שלי

מה בניתי

2 שיפורים שביקשתי

קישור או שם הקובץ

☐ אין בדף שלי שום דבר פרטי (קישור שפורסם הוא ציבורי: כל מי שיש לו אותו יכול לפתוח)

להעמקה (רשות): בקשו **נוסחה לגיליון:** "יש לי ב-Google Sheets עמודה A עם תאריכים ועמודה B עם סכומים. כתוב נוסחה שמחשבת את סך אוקטובר, והסבר איפה להדביק אותה." אחר כך בקשו מה-AI להסביר את הקוד של הדף שלכם ב-5 שורות פשוטות.

איך הרגשתי היום?

☐ עשיתי משהו! ☐ 5 ☐ 4 ☐ 3 ☐ 2 ☐ 1

בוחן קצר

1. ב-Canvas או ב-Artifacts, בשביל מה לשונית "Preview"?

- ☐ א. לפרסם את הדף לכל העולם
- ☐ ב. לקרוא את הקוד שורה שורה
- ☐ ג. לראות ולנסות את הדף המוכן בלי לקרוא קוד

2. הכפתור בדף שלכם קטן מדי. מה עושים?

- ☐ א. לומדים קודם שפת תכנות
- ☐ ב. פותחים שיחה חדשה ומתחילים מאפס
- ☐ ג. מבקשים במילים פשוטות: "תגדיל את הכפתור"

3. רוצים שאנשים יפתחו את הדף בטלפון שלהם. במה משתמשים?

- ☐ א. Share או Publish, כדי לקבל קישור
- ☐ ב. צילום מסך של הקוד
- ☐ ג. מדביקים את הקוד בהודעת SMS

יום 19

סוכנים, אוטומציה ומילים שתשמעו

זמן: כ-30 דקות · **מטרה:** להבין מה זה סוכן ובמה הוא שונה מצ'אט, ליצור עוזר מותאם משלכם, ולהכיר מושגים שתשמעו · **כלים:** עוזרים מותאמים ב-ChatGPT / Gemini / Claude

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: צרו עוזר מותאם אחד (GPT, Gem או פרויקט) למטרה בחייכם, ואספו בחוברת את 10 הפרומפטים הטובים ביותר שלכם. משימה מתוזמנת היא בונוס, אם המנוי שלכם מאפשר.

התוצר: עוזר אישי משלכם + ספריית פרומפטים.

הצעדים בקצרה (הוראות המלאות בקורס)

1. עוזר מותאם משלכם:
2. נותנים Name (שם), מדביקים Instructions (הוראות, דוגמה למטה), ולוחצים Save (שמירה) או Create.
3. מנסים:
4. ספריית פרומפטים:
5. רשות:

הפרומפט שלי

העוזר המותאם שלי (GPT / Gem / פרויקט): השם וההוראות שלי

AI והעולם שלנו: "השימוש הכי חשוב שלי ב-AI יהיה..., והדבר שלא אמסור ל-AI הוא..."

ספריית 10 הפרומפטים הכי טובים שלי

#	למה זה טוב	הפרומפט
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

להעמקה (רשות): עוד שלוש מילים לסקרנים. **API:** "שקע" שדרכו תוכנות מתחברות למודל AI (כך אפליקציות רבות "משתמשות ב-ChatGPT" מאחורי הקלעים). **כוונון עדין (Fine-tuning):** אימון נוסף של מודל על דוגמאות מסוימות כדי שיתמחה. **ComfyUI:** תוכנה מתקדמת שמתקינים על מחשב חזק כדי לבנות "תהליכי עבודה" של תמונות ווידאו מקופסאות מחוברות; לא נדרשת כאן, רק מילה שאולי תשמעו. אתגר: אם במנוי שלכם יש מצב סוכן, תנו לו משימה בלי סיכון ("השווה שעות פתיחה של 3 מוזיאונים") וצפו בכל צעד שהוא עושה.

איך הרגשתי היום?

1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו! ☐

בוחן קצר

1. מה ההבדל המרכזי בין עוזר שיחה לסוכן?

- ☐ א. סוכן עובד רק בלי אינטרנט
 - ☐ ב. סוכן הוא נציג שירות אנושי
 - ☐ ג. סוכן יכול גם לבצע צעדים בשבילכם, כמו לחפש ולמלא טפסים
- ### 2. סוכן מבקש את פרטי האשראי כדי להזמין מלון. מה הגישה הכי בטוחה?

- ☐ א. נותנים לו הכול כדי שיעבוד מהר
- ☐ ב. מאשרים בעצמכם כל צעד, ומתחילים במשימות בלי סיכון
- ☐ ג. נותנים לו סיסמה במקום כרטיס

3. מה ההבדל בין AI "מקומי" ל-AI "בענן"?

- ☐ א. מקומי רץ על המחשב שלכם (מחשב חזק); ענן רץ על השרתים של החברה
- ☐ ב. מקומי מדבר רק בשפה המקומית
- ☐ ג. ענן עובד רק בטלפונים

יזם 20

פרויקט גמר וחגיגה

זמן: כ-40 דקות שיעור + כשעתיים לפרויקט (אפשר לפרוס על כמה ימים) · **מטרה:** לחבר את כל מה שלמדתם לפרויקט אחד שימושי · **כלים:** כל מה שלמדתם

המשימה: עשיתי משהו!

המשימה: השלימו את 5 חלקי הערכה, עברו על רשימת הבדיקה, והציגו לאדם אחד לפחות.

התוצר: ערכת אירוע שלמה, שנבנתה כולה בידיים שלכם, בעזרת AI.

הצעדים בקצרה (ההוראות המלאות בקורס)

1. בחירה (5 דק'):
 2. תוכנית (10 דק'):
 3. יצירה (כשעה וחצי; רבים לוקחים יותר, וזה בסדר.
 4. בדיקה (15 דק'):
 5. הצגה (10 דק'):
 6. חגיגה:

הפרומפט שלי

תוכנית הפרויקט

האירוע: _____ תאריך: _____ מקום: _____

#	חלק	כלי	סטטוס
1	תכנון: לו"ז, משימות ותקציב		☐
2	הזמנה מעוצבת		☐
3	ברכה או נאום		☐
4	שיר או הקראה		☐
5	בדיקה ובטיחות		☐
בנוס	דף אינטרנט / סרטון / מחקר		☐

רשימת בדיקה לפני שמשתפים

- ☐ כל תאריך, שעה, כתובת ומחיר נבדקו מול המקור
- ☐ אין מספרי זהות, אשראי או מידע רגיש
- ☐ אין תמונות או קולות של אנשים אמיתיים בלי רשות
- ☐ התוכן מכובד ומתאים לכל הקהל
- ☐ קראתי הכול ותיקנתי כך שזה נשמע כמוני
- ☐ ציינתי שנעזרתי ב-AI, כשזה רלוונטי

הצגתי ל... ומה היה הכי מפתיע

איך הרגשתי היום?

- ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐ 5 ☐ עשיתי משהו!

בוחן מסכם (10 שאלות)

1. ה-AI סיכם לכם את חוזה השכירות. מה הצעד הבא הכי נכון?

- ☐ א. חותמים על החוזה לפי הסיכום
- ☐ ב. שולחים את הסיכום לבעל הדירה כתשובה
- ☐ ג. בודקים את הנקודות החשובות מול המקור, במיוחד תאריכים וכסף
- ☐ ד. מבקשים מה-AI לחתום בשבילכם

2. איזה פרומפט משתמש בכל ארבעת החלקים של הנוסחה?

- ☐ א. "ב-5 נקודות קצרות, בבקשה."
- ☐ ב. "אתה מורה סבלני. תסביר לי ריבית דריבית. אני בן 70 ולא טכני. ב-5 נקודות קצרות."
- ☐ ג. "תסביר ריבית דריבית."
- ☐ ד. "אתה מורה. תסביר ריבית דריבית."

3. ה-AI ממליץ על ספר, עם שם סופר ושנה, אבל אי אפשר למצוא אותו בשום מקום. מה הכי סביר?

- ☐ א. מנוע החיפוש מקולקל
- ☐ ב. ה-AI מפרסם אותו
- ☐ ג. הזיה: ה-AI המציא אותו
- ☐ ד. הספר סודי

4. מה מהבאים בטוח להדביק בצ'אט?

- ☐ א. קוד אימות שקיבלתם עכשיו ב-SMS
- ☐ ב. סיסמת הבנק
- ☐ ג. רשימת מצרכים למתכון
- ☐ ד. מספר תעודת זהות יחד עם השם

5. איזה כלי מתאים ל"תענה רק מתוך 3 קובצי ה-PDF שהעליתי"?

- ☐ א. Suno
- ☐ ב. Canva
- ☐ ג. Google Lens
- ☐ ד. Gemini Notebook

6. מייל "מהבנק" מבקש ללחוץ על קישור בדחיפות, אחרת החשבון ייסגר. מה עושים?

- ☐ א. לא לוחצים: פונים לבנק דרך האפליקציה או הטלפון הרשמיים
- ☐ ב. מעבירים לחברים ואז לוחצים
- ☐ ג. עונים עם הפרטים
- ☐ ד. לוחצים מהר לפני שייסגר

7. מה ההבדל בין עוזר שיחה לסוכן בהזמנת מלון?

- ☐ א. סוכן הוא אדם שעונה לטלפון
- ☐ ב. עוזר שיחה חינמי וסוכן הוא אותו דבר בתשלום
- ☐ ג. עוזר שיחה מציע מלונות; סוכן יכול גם לחפש ולמלא את ההזמנה, באישורכם
- ☐ ד. אין הבדל

8. מחולל התמונות כתב "יום הולדת" על התמונה. מה התיקון הכי טוב?

- ☐ א. מבקשים גופן גדול יותר בתמונה
- ☐ ב. יוצרים תמונה בלי טקסט, ומוסיפים את המילים ב-Canva
- ☐ ג. הופכים את התמונה לשחור-לבן
- ☐ ד. שולחים בכל זאת

9. רוצים להשתמש ב-AI בשאלה רפואית. מה הגישה הנכונה?

- ☐ א. להבין מושגים ולהכין שאלות, ולהחליט עם הרופא
- ☐ ב. לפעול לפי העצה במקום הרופא
- ☐ ג. לא להשתמש ב-AI לשום דבר
- ☐ ד. לשאול שוב ושוב עד שהוא מסכים

10. תשובה הגיעה עם 3 מקורות. מה הכי חשוב?

- ☐ א. להעתיק בלי לקרוא
- ☐ ב. לסמוך עליה כי יש קישורים
- ☐ ג. לספור את המקורות
- ☐ ד. לפתוח חלק מהם ולבדוק שהם אומרים את מה שנטען

תשובות לבחנים

בוחר	תשובות
יום 1: מה זה בכלל AI?	1. ג · 2. ב · 3. א
יום 2: פותחים חשבון ומדברים	1. ג · 2. ג · 3. ב
יום 3: אומנות הבקשה: נוסחת 4 החלקים	1. ב · 2. א · 3. ב
יום 4: איך המחשב "לומד"?	1. ג · 2. א · 3. ג
יום 5: AI טועה, ובודקים	1. א · 2. ג · 3. א
בוחן שבוע 1 (חזרה)	1. ב · 2. ג · 3. ד · 4. ד

בוּחַן	תשובות
יום 6: משוחחים, לא פוקדים	ג.1 · ב.2 · ג.3
יום 7: כתיבה בבית ובעבודה	ג.1 · ב.2 · ב.3
יום 8: מצלמים, מעלים ושואלים	ג.1 · א.2 · ג.3
יום 9: ללמוד כל דבר עם AI	ג.1 · א.2 · ג.3
יום 10: ארבעה עוזרים, משימה אחת	ג.1 · ב.2 · א.3
בוחן שבוע 2 (חזרה)	ד.1 · ב.2 · א.3 · ד.4
יום 11: AI שמצייר	ג.1 · ב.2 · א.3
יום 12: מעצבים הזמנה וכרטיס	ג.1 · ב.2 · א.3
יום 13: שיר וקול	ג.1 · א.2 · ג.3
יום 14: סרטון ראשון	ג.1 · ב.2 · ג.3
יום 15: אמיתי או מזויף?	ג.1 · א.2 · ב.3
בוחן שבוע 3 (חזרה)	ג.1 · ב.2 · ד.3 · ג.4
יום 16: חיפוש ומחקר עם מקורות	ג.1 · ב.2 · א.3
יום 17: מחברת חכמה למסמכים שלכם	ג.1 · א.2 · ג.3
יום 18: "קוד בלי לדעת קוד"	ג.1 · א.2 · ג.3
יום 19: סוכנים, אוטומציה ומילים שתשמעו	ג.1 · ב.2 · א.3
בוחן מסכם (10 שאלות)	ג.1 · ב.2 · ג.3 · ג.4 · ד.5 · א.6 · ג.7 · ב.8 · א.9 · ד.10



תעודת סיום

קורס "מבוא לבינה מלאכותית" למתחילים

אני, _____,

השלמתי 20 שיעורים ופרויקט גמר, ויצרתי בעזרת בינה
מלאכותית:

**ברכות · מיילים · תפריט · תמונות · הזמנה · שיר · סרטון · דוח
מחקר · דף אינטרנט · עוזר אישי · ערכת אירוע**

תאריך: _____ חתימה: _____