

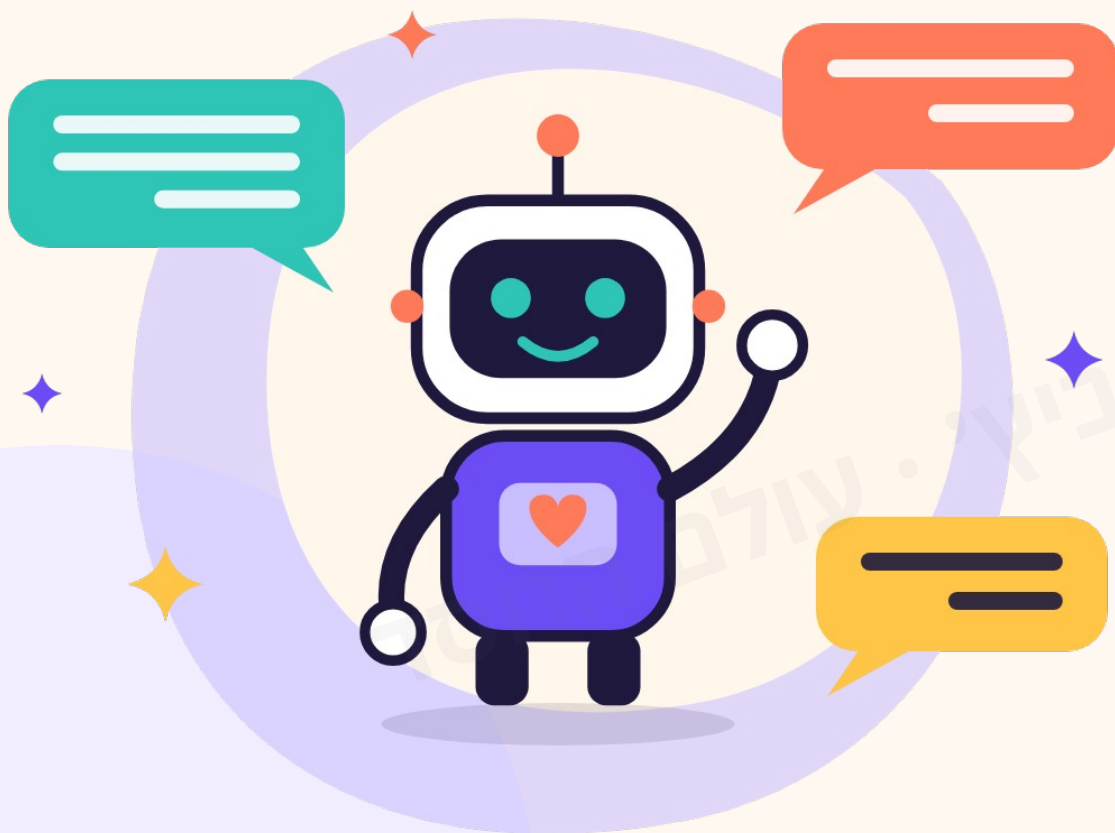
קורס למתחילים מאפס

מבוא לבינה מלאכותית

20 שיעורים יומיים • 4 שבועות • כ-30 דקות ביום

בלי ידע מוקדם, בלי מחשב חזק, רק דפדפן וסקרנות

מתחילים היום



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

הקורס בשבילכם, אם רק שמעתם את המילה AI

אין ז'רגון בלי הסבר, אין שאלות טיפשיות, ואי אפשר לקלקל כלום

מה תקבלו

- 20 יצירות אמיתיות משלכם
- ביטחון בשימוש בכלים המובילים
- הגנה מהונאות ופרטיות

כן צריך

- טלפון או מחשב עם דפדפן
- כ-30 דקות ביום
- נכונות לנסות ולטעות

לא צריך

- רקע טכני
- מחשב חזק או תוכנות
- תשלום: הגרסאות החינמיות מספיקות

קצת כל יום: כך בונים ביטחון

קצב מומלץ, אבל כל אחד מתקדם בקצב שלו

12

שעות בסך הכול (כולל פרויקט)

30

דקות בממוצע לשיעור

4

שבועות $\times 5$ ימים

20

שיעורים יומיים

מהיר: 2 שיעורים ביום $\leftarrow$ שבועיים · מומלץ: שיעור ביום $\leftarrow$ 4 שבועות (כ-2.5 שעות בשבוע) · רגוע: 3 שבוע $\leftarrow$ כ-7 שבועות

המסלול: מהשיחה הראשונה ועד פרויקט גמר

שבוע 1 · נעים להכיר	שבוע 2 · עוזר ביום-יום	שבוע 3 · AI יוצר	שבוע 4 · AI שעושה עבודה
1 מה זה בכלל AI?	6 משוחחים, לא פוקדים	11 AI שמצייר	16 מחקר עם מקורות
2 פותחים חשבון	7 כתיבה בבית ובעבודה	12 הזמנה וכרטיס	17 מחברת חכמה
3 נוסחת 4 החלקים	8 מצלמים ושואלים	13 שיר וקול	18 קוד בלי קוד
4 איך המחשב לומד	9 ללמוד כל דבר	14 סרטון ראשון	19 סוכנים ומושגים
5 AI טועה, ובדקים	10 4 עוזרים, משימה 1	15 אמיתי או מזויף?	20 פרויקט גמר!

כל שיעור בנוי אותו דבר, ונגמר ביצירה

40–20 דקות, 6 שלבים קבועים



בכל יום יוצאים עם משהו ביד: ברכה, טבלה, תמונה, שיר, סרטון, דף אינטרנט. ככה רואים התקדמות.

שבוע 1

נעים להכיר

מורידים את הפחד ומדברים עם AI בפעם הראשונה

יום 1 · מה זה בכלל AI?

יום 2 · פותחים חשבון ומדברים

יום 3 · אומנות הבקשה

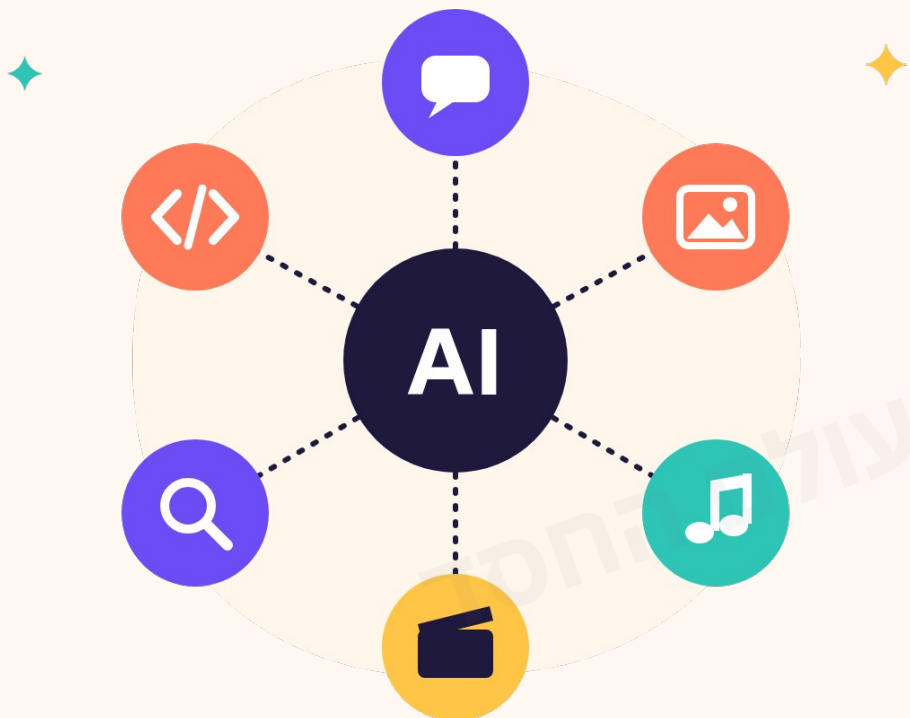
יום 4 · איך המחשב "לומד"?

יום 5 · AI טועה, ובודקים



"AI" הוא שם כללי, כמו המילה "רכב"

כמו שטויוטה וקיה מייצרות רכבים, OpenAI ו-Google מייצרות עוזרי AI



סוג AI	מה הוא עושה	דוגמאות
משוחח וכותב	עונה, כותב, מסכם, מתרגם	ChatGPT, Gemini, Claude, Grok
מצייר	תמונות מתיאור במילים	בתוך הצ'אטים, Canva
מדבר ושר	הקראה ושירים	ElevenLabs, Suno
מסריט	סרטונים קצרים	Veo, Grok Imagine, Runway
מחפש וחוקר	תשובות עם מקורות	Perplexity, Deep Research
כותב קוד	דפי אינטרנט קטנים	Canvas, Artifacts

ארבעה עוזרי שיחה, כולם עם גרסה חינמית

יום 2: פותחים חשבון אחד או שניים. לא צריך כרטיס אשראי.

Grok

של xAI

grok.com

הרשמה עם Google, Apple,
מייל או חשבון X

Claude

של Anthropic

claude.ai

הרשמה עם Google או מייל;
ייתכן אימות טלפון

Gemini

של Google

gemini.google.com

Sign in עם חשבון Google
(אותו של Gmail)

ChatGPT

של OpenAI

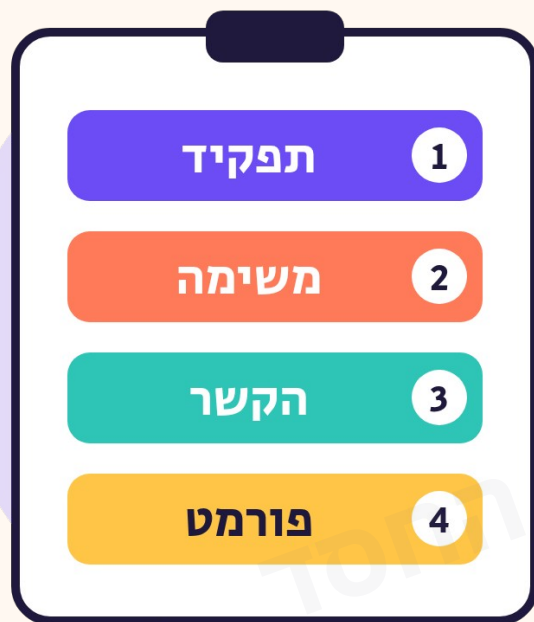
chatgpt.com

Sign up ← Google /
Apple / מייל ← אימות ← שם
ותאריך לידה

הממשקים מתעדכנים. לא מוצאים כפתור? חפשו Sign up / Log in / הרשמה, או שאלו את ה-AI עצמו. אפליקציות: רק מהחנות הרשמית ומהמפתח המקורי.

בקשה טובה = תשובה טובה

נוסחת 4 החלקים: תפקיד · משימה · הקשר · פורמט



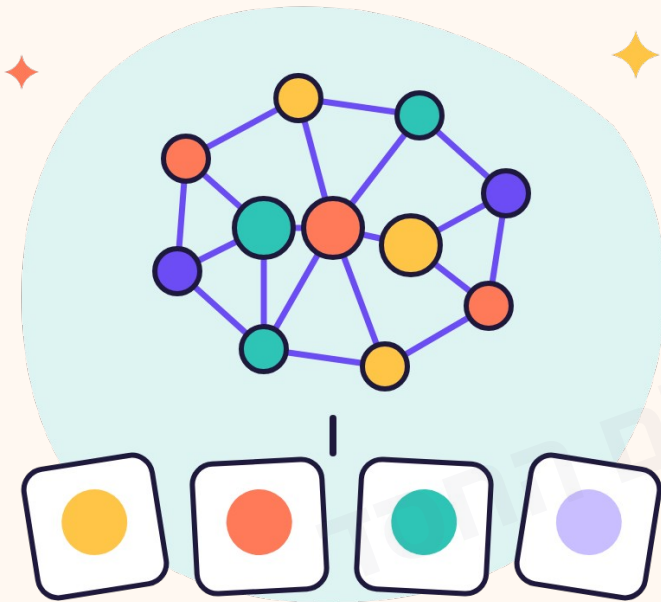
חלש: "תכתוב ברכה"

חזק: "אתה כותב ברכות מקצועי. כתוב ברכה חמה וקצרה (4 שורות) ליום ההולדת של אחותי מיכל, שאוהבת טיולים ואפיית עוגות. סגנון קליל עם קצת הומור."

טיפ הזהב: "לפני שאתה עונה, שאל אותי 3 שאלות שיעזרו לך."

המחשב לומד מהמון דוגמאות

כמו ילד שלומד מה זה "כלב" אחרי שראה הרבה כלבים



1 דוגמאות

המון טקסטים, תמונות וקולות

2 אימון

המחשב מחפש דפוסים, חודשים של עבודה

3 מודל

ה"מוח" שנוצר, כמו מתכון אחרי אלף ניסיונות

מודל שפה (LLM) מנחש את הטוקן הבא (מילה או חלק ממילה), כמו השלמה אוטומטית. פרמטרים הם מיליארדי "כפתורי כיוון" שכוונו באימון.

AI לפעמים ממציא. לכן בודקים.

"הזיה" = מידע שגוי שנשמע משכנע. כמו תלמיד שמנחש כדי לא לשתוק.



מבקשים מקור

1

"מאיפה המידע? תן קישור."

פותחים את הקישור

2

קיים? באמת אומר את זה?

מצליבים

3

גוגל, אתר רשמי, מקור שני

חובה לבדוק: בריאות, כסף, משפט ובטיחות. AI לא מחליף רופא או עורך דין.

שבוע 2

עוזר ביום-יום

תכנון, כתיבה, מסמכים ולמידה

יום 6 · משוחחים, לא פוקדים

יום 7 · כתיבה בבית ובעבודה

יום 8 · מצלמים, מעלים ושואלים

יום 9 · ללמוד כל דבר עם AI

יום 10 · ארבעה עוזרים, משימה אחת



התשובה הראשונה היא טיוטה. ממשיכים לשוחח.

ה-AI זוכר את מה שנאמר באותה שיחה, אז מבקשים רק את השינוי

"תסדר בטבלה"

"תן 3 אפשרויות"

"בשפה פשוטה יותר"

"קצר יותר"

"שאל אותי שאלות קודם"

"תחליף רק את יום שלישי"

"מה חסר כאן?"

"יותר רשמי"

התרגיל של יום 6: ייש לי במקרר ביצים, עגבניות, עוף, אורז וקישואים. תכנן ארוחות ערב ל-5 ימים למשפחה של 4, עד 40 דקות הכנה, בטבלה. ואז 3 סבבי שיפור ורשימת קניות.

AI כותב טיוטה, אתם מחליטים ושולחים

שימושים שכדאי לנסות

- מייל לא נעים, בטון נכון
- שתי גרסאות: "רכה" ו"תקיפה"
- תיקון שגיאות בלי לשנות משמעות
- תרגום פשוט ומנומס
- פוסט לעסק קטן
- בדיקה: "משהו נשמע לא מנומס?"

הבקשה

"חברת האינטרנט חייבה אותי פעמיים. כתוב מייל לשירות הלקוחות: מנומס אבל תקיף, עד 120 מילים. במקום פרטים אישיים כתוב [שם], [מספר לקוח], [סכום]."

[סכום]

[מספר לקוח]

[שם]

החלפת פרטים מזהים = התממה

לפני שליחה: קוראים, מתקנים, מוסיפים את הפרטים האמיתיים בעצמכם.

מצלמים, מעלים ושואלים: AI גם רואה וקורא

מולטימודלי = מבין טקסט, תמונה, קול ווידאו



תפריט בחו"ל

"תרגם והמלץ על מנות בלי בשר"



צמח בגינה

"למה העלים מצהיבים?"



תקנון ציבורי של אתר

"7 נקודות חשובות לצרכן"



מכתב הדוגמה (בדוי)

"מה מבקשים ממני ועד מתי?"

איך: לוחצים על + או "Attach" ליד תיבת הכתיבה ← בוחרים קובץ או מצלמה ← כותבים מה רוצים

לפני העלאה: מסתירים שם, תעודת זהות, מספר חשבון וכתובת. במסמכים רפואיים: מבינים מושגים, מחליטים רק עם הרופא.

אין "הכי טוב", יש "הכי מתאים לך"

יום 10: אותו פרומפט בארבעה עוזרים, ובחרים "כלי בית"

עוזר	חברה	חוזקות בולטות	חינם	מנוי בסיסי-מתקדם (משוער*)
ChatGPT	OpenAI	הכלי הכללי הנפוץ: כתיבה, תמונות, קול, מחקר	כן	\$20 Plus כ- · \$8 Go כ-
Gemini	Google	משתלב ב-Gmail ו-Drive, מסמכים ארוכים, וידאו	כן	\$20 AI Pro כ- · \$5 AI Plus כ-
Claude	Anthropic	כתיבה איכותית, מסמכים ארוכים, קוד	כן	\$20 Pro כ-
Grok	xAI	מידע עדכני מהרשת ומ-X, תמונות וידאו	כן	\$10 SuperGrok Lite כ- · \$30 SuperGrok כ-

*מחירים משוערים בדולר לחודש, לפני מס, נכון לאוקטובר 2026. משתנים לפי מדינה ועשויים להשתנות. אין צורך במנוי כדי להשלים את הקורס.

שבוע 3

AI יוצר

תמונות, הזמנות, שירים, סרטונים, וזיהוי זיופים

יום 11 · AI שמצייר

יום 12 · מעצבים הזמנה וקרטיס

יום 13 · שיר וקול

יום 14 · סרטון ראשון

יום 15 · אמיתי או מזויף?



מילים הופכות לתמונה

נוסחת 5 החלקים. בתוך ChatGPT, Gemini או Grok: "צור תמונה של..."



נושא

שולחן חג ערוך עם פירות ונרות

סגנון

צבעי מים

תאורה ואווירה

אור חם של ערב

רקע

רקע ביתי מטושטש

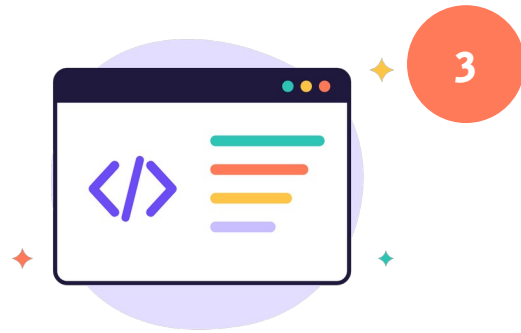
צורה

לרוחב (16:9)

מחוללי תמונות עובדים בשיטת "דיפוזיה": מתחילים מרעש ומנקים אותו צעד אחר צעד, כמו פסל שמסיר אבן.

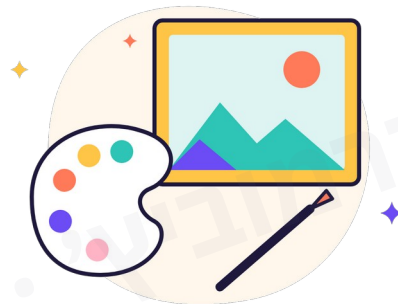
הזמנה מעוצבת בשלושה צעדים

הטקסט העברי נכנס ב-Canva, כי מחוללי תמונות עדיין טועים בכתיבה



העיצוב

ב-canva.com: תבנית "הזמנה", מעלים
את האזור, מחליפים טקסט, מורידים
PNG/PDF



האיור

"רקע חגיגי בצבעי מים, הרבה מקום ריק,
בלי שום כיתוב"



הנוסח

עוזר השיחה כותב 3 גרסאות להזמנה:
מה, מתי, איפה, אישור הגעה

שיר אישי או הקראה, בכמה דקות

יום 13



ElevenLabs

הקראה בקול טבעי, גם בעברית.
חינם: מכסה חודשית קטנה.
מנויים מכ-\$6 (משוער).

Suno

שיר עם מנגינה ושירה מתיאור או
ממילים. חינם: כמה שירים ביום.
Pro כ-\$10 לחודש (משוער).

**קו אדום: שיבוט קול רק של הקול שלכם, או של מי שנתן הסכמה
מפורשת. ושימוש מסחרי בשירים רק לפי תנאי השימוש.**

סרטון ראשון: שניות של קסם

וידאו הוא התחום היקר ביותר, אז מתכננים את הפרומפט מראש

נוסחה: מה רואים • מה זז ואיך • תנועת מצלמה • אווירה



כלי	איפה	חשוב לדעת (משוער)
Veo	בתוך Gemini	בעיקר במנויי Google AI
Grok Imagine	בתוך Grok	תמונות וסרטונים קצרים
Runway	runwayml.com	כ-125 קרדיטים חד-פעמיים בחינם

"שדה חמניות בשקיעה, החמניות מתנועעות ברוח, המצלמה מתקרבת לאט, אור זהוב, סגנון קולנועי"

3 כללים נגד הונאות וזיופים

קול ותמונה אפשר לזייף. למשל הונאת "הנכד בצרות, תעביר כסף עכשיו" עם קול מזויף



מסכמים פנים אל פנים, לא
בהודעה

מילת קוד משפחתית

1

מנתקים ומחייגים למספר
המוכר

מתקשרים בחזרה

2

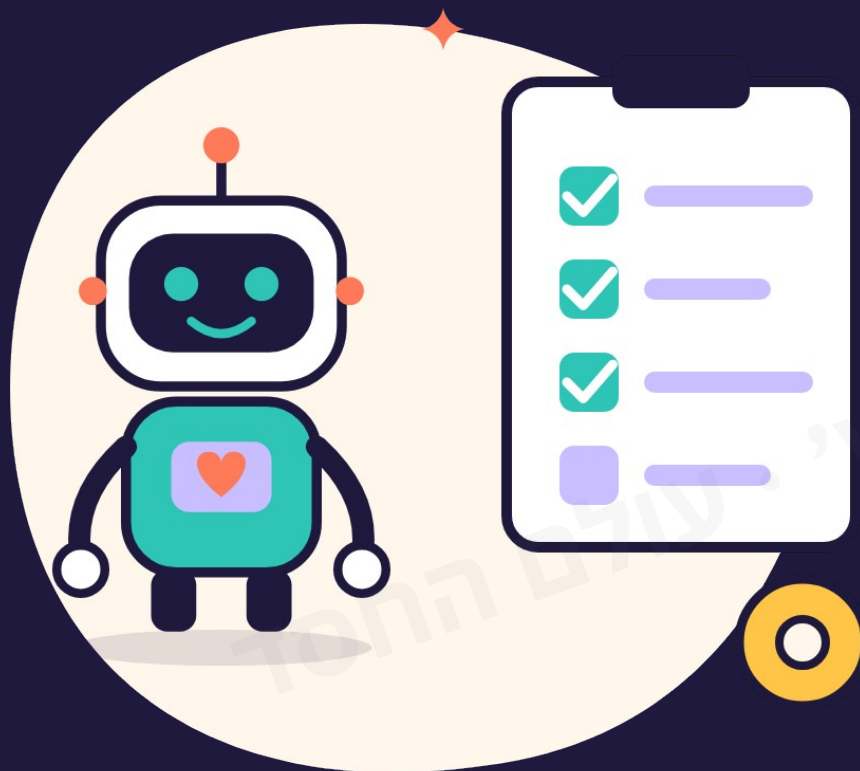
"עכשיו! סודי!" הוא סימן
אזהרה

לא ממהרים

3

תמונה חשודה? בודקים מי פרסם, ועושים חיפוש תמונה הפוך (Google Lens).
סימנים כמו "אצבעות מוזרות" נעלמים ככל שהכלים משתפרים.

שבוע 4



AI שעושה עבודה

מחקר, מסמכים, קוד בלי קוד, סוכנים ופרויקט גמר

יום 16 · חיפוש ומחקר עם מקורות

יום 17 · מחברת חכמה למסמכים

יום 18 · "קוד בלי לדעת קוד"

יום 19 · סוכנים ומילים שתשמעו

יום 20 · פרויקט גמר וחגיגה

תשובות עם מקורות

כמו מבחן עם חומר פתוח: ה-AI מחפש קודם ואז עונה. ואנחנו עדיין בודקים.



Perplexity

שאלה מהירה ← תשובה קצרה עם מספרי מקורות

חיפוש בצ'אטים

Grok-I ChatGPT, Gemini, Claude
מחפשים ברשת

מחקר מעמיק

קורא עשרות מקורות וכותב דוח עם קישורים

המשימה: דוח קטן על יעד לטיול. פותחים 3 קישורים ומסמנים ✓ / ✗.

המסמכים שלכם, ו"תוכנה" ראשונה בלי קוד

קוד בלי קוד · יום 18

- Claude-ב Gemini, Artifacts-וב ChatGPT-ב Canvas
- "בנה דף ברכה ליום הולדת, בעברית מימין לשמאל, עם כפתור קונפטי"
- רואים תצוגה מקדימה ומשפרים בעברית
- Publish = קישור ציבורי: שום דבר פרטי בדף



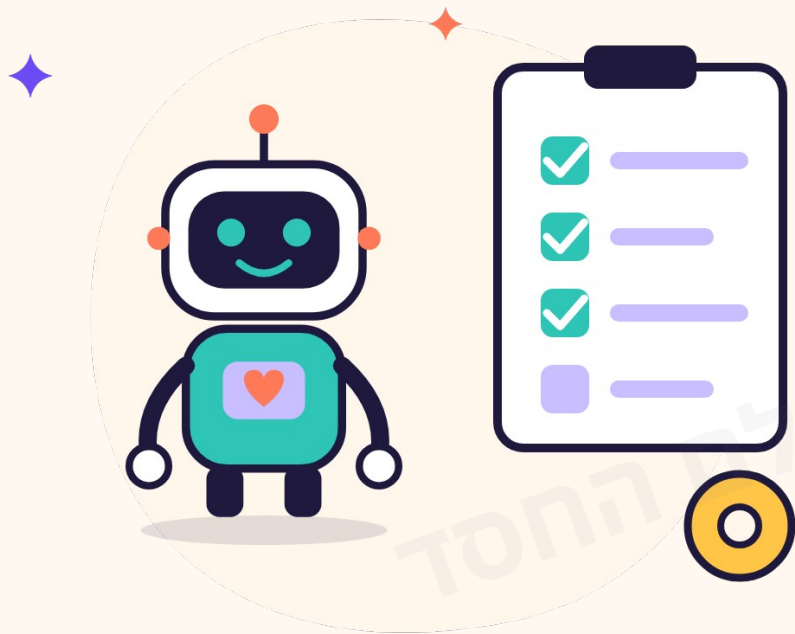
17 יום · Gemini Notebook

- notebook.google.com עם חשבון Google
- מעלים 1–3 מקורות: PDF, אתר, יוטיוב
- שואלים, ורואים מאיפה כל משפט
- "סקירה קולית": פודקאסט קצר על החומר שלכם



סוכן לא רק עונה, הוא גם עושה

יועץ מול עוזר אישי שגם מבצע



- משימה מתוזמנת: "כל יום ראשון ב-8:00, 3 רעיונות לארוחות"
- עוזר מותאם: Claude-ב, ChatGPT-ב, Gemini, Projects-ב, Gens
- כלל בטיחות: בלי סיסמאות, אשראי או שליחה בשמכם בלי אישור

מילים שתשמעו	בקצרה
קוד פתוח מול סגור	מתכון שפורסם בספר מול מנה במסעדה
מקומי מול ענן	על המחשב שלכם (דורש מחשב חזק) מול אצל החברה
מודל חושב (Reasoning)	חושב צעד אחר צעד לפני שעונה: איטי יותר, זהיר יותר
API · Fine-tuning	להעמקה: "שקע" לתוכנות · התמחות של מודל

פרויקט גמר: ערכת AI לאירוע

יום הולדת, ארוחת חג, מפגש משפחתי, פתיחת עסק. כשעתיים, אפשר לפרוס על כמה ימים.



תכנון

1

לו"ז, משימות ותקציב בטבלה

הזמנה מעוצבת

2

איור מקורי + Canva

ברכה או נאום

3

בנוסחת 4 החלקים

שיר או הקראה

4

Suno / ElevenLabs

בדיקה ובטיחות

5

עובדות, פרטיות, הצהרת AI

בנוס: דף אינטרנט · סרטון · מחקר

5 כללי זהב לכל החיים

5

נהנים

אין שאלות טיפשיות,
ה-AI לא שופט

4

מכבדים אנשים

בלי תמונה או קול של
אדם אמיתי בלי רשות

3

משוחחים

"קצר יותר", "3"
אפשרויות", "שאל אותי"

2

פרטיות קודם

בלי ת"ז, אשראי,
סיסמאות, מידע רפואי

1

עוזר, לא אורקל

בודקים מספרים, שמות
ומקורות

מתחילים בחינם. מנוי? רק כשמרגישים שחסר.

כל המחירים משוערים, בדולר לחודש, לפני מס, נכון לאוקטובר 2026, ועשויים להשתנות

קטגוריה	כלי	חינם?	מנוי (משוער)
עוזרי שיחה	ChatGPT · Gemini · Claude · Grok	כן	בסביבות \$20 (יש גם מסלולים זולים יותר)
חיפוש	Perplexity	כן	Pro כ-\$20
מסמכים	Gemini Notebook	כן	יכולות נוספות במנויי Google AI
עיצוב	Canva	כן	Pro, המחיר משתנה לפי מדינה
מוזיקה וקול	Suno · ElevenLabs	מוגבל	כ-\$10 · מכ-\$6
וידאו	Runway	קרדיטים חד-פעמיים	מכ-\$12–15

לפני רכישה בודקים בדף המחירים הרשמי. המחירים משתנים לפי מדינה ומתעדכנים מדי כמה חודשים.



מזל טוב!

לפני 20 יום רק שמעתם את המילה AI. היום אתם משוחחים, כותבים, מעצבים, מלחינים, חוקרים ובונים, ובבטחה.

מה הלאה: 10 דקות ביום עם ספריית הפרומפטים • כלי חדש פעם בחודש • ללמד מישהו אחר את נוסחת ה-4 החלקים