



שעון קיץ

הקדמה למורה

בקרב נעבור בישראל לשעון קיץ. בלילה אחד מזיזים את השעון שעה קדימה, ולכן יש שינוי בשעות השינה ובשעות האור במהלך היום. יש אנשים שאוהבים את השינוי הזה ויש אנשים שפחות. המעבר ל**שעון קיץ** הוא אירוע המתרחש בכל שנה בסוף חודש מרץ, בתחילת האביב ומשפיע על חיי היומיום של כל התלמידים. עבור תלמידים עולים חדשים, זהו נושא מצוין לשלב בהוראת העברית משום שהוא משלב אוצר מילים מחיי היומיום (שעה, אור, שינה, רוח, הפסד, להזיז) תוך היכרות עם החברה בישראל.

מערך שיעור: "שעון קיץ"

קהל יעד: עולים חדשים (יסודי), רמת ביניים.

מטרות השיעור:

- התלמידים יכירו את המושג **שעון קיץ** ויבינו מהו השינוי המתבצע בשעה.
- התלמידים יבינו מדוע משנים את השעה ומה המטרה של **שעון הקיץ** (כלכלה וזמן פנאי).
- התלמידים ירחיבו את אוצר המילים ויתרגלו הבעה בעל פה ומיומנות קריאה.

אוצר מילים הכרחי להוראת הנושא:

- **להזיז:** לשנות. "להזיז את המחוגים".
- **זמן מקורי:** הסבירו שדווקא שעון החורף הוא הזמן שתמיד היה קיים ושעון קיץ הוא השינוי שנוסף.
- **להרוויח/להפסיד:** בשעון קיץ "מפסידים" שעת שינה אבל "מרוויחים" שעת אור.





שעון קיץ

פתיחה

היום נדבר על נושא שקשור לחיים של כולנו, **שעון קיץ**. בישראל, כמו במדינות רבות בעולם, משנים את השעה פעמיים בשנה. לפעמים זה מבלבל: הולכים לישון בשעה אחת וקמים בשעה אחרת.

ננסה להבין יחד מה זה שעון קיץ, למה עושים את השינוי הזה, ואיך זה משפיע על החיים שלנו. נשאל את התלמידים:

- מה השעה עכשיו בארץ שממנה הגעתם?
- האם במדינה שממנה הגעתם יש שעון קיץ? האם שמעתם על שעון קיץ? או שעון חורף?
- האם אתם אוהבים שיש הרבה שעות של אור? למה כן / למה לא. (עד שעה מאוחרת)

מערך השיעור

בטקסט שלפניכם תקראו מהו שעון קיץ, מתי משנים את השעה? איך משנים את השעה? ולמה משנים את השעה?

הערה למורה: הטקסט מופיע בהמשך המערך. יש לקרוא אותו במקטעים ולשאול שאלות הבנה וידע קודם לקריאת הפסקה.

פסקה 1: מתי זה קורה?

- האם אתם יודעים באיזה תאריך ובאיזו שעה בדיוק השעון 'מתחלף' השנה?

פסקה 2: איך זוכרים לאן להזיז את המחוגים?

- יש טריק קצר שקשור לאותיות של המילים 'קיץ' ו'חורף'. מישהו יכול לנחש איך הוא עוזר לנו לזכור לאן להזיז את המחוגים?

פסקה 3: מה זה אומר מבחינתנו?

- בלילה שבו מזיזים את השעון קדימה, האם לדעתכם נספיק לישון יותר או פחות? ומה יקרה לשעות האור בחוץ בערב?
- אם אנחנו מזיזים את השעון מהשעה 02:00 לשעה 03:00, האם הלילה שלנו יהיה ארוך יותר או קצר יותר? הסבירו למה.



שעון קיץ

מערך השיעור

פסקה 4: למה בכלל מזיזים את השעון ?

- למה לדעתכם המציאו את השינוי הזה? האם זה קשור לחיסכון בכסף או בחשמל?
- איזה שעון לדעתכם הוא השעון ה'אמיתי' והמקורי שהיה כאן קודם – שעון הקיץ או שעון החורף?

פסקה 5: טיפ חשוב לבוקר של יום שישי

- האם אנחנו צריכים להזיז את כל השעונים בבית בידיים, או שיש מכשירים שמעדכנים את השעה בעצמם?

למורה: ניתן לבקש מהתלמידים לסמן בטקסט את המשפטים שבהם מצאו את התשובות לשאלות של "איתור הפרטים" כדי לחזק את מיומנות הקריאה.



שעון קיץ - טקסט

האם שמתם לב שהימים הופכים לארוכים יותר? בקרוב מאוד כולנו נעבור לשעון קיץ. הנה כל מה שאתם צריכים לדעת כדי שלא תתבלבלו:

מתי זה קורה?

בשנת 2026, המעבר יתקיים בלילה שבין יום חמישי ליום שישי, ה-27 במרץ. בדיוק בשעה 02:00 לפנות בוקר, השעון "יקפוץ" שעה אחת קדימה ויהיה פתאום 03:00.

איך זוכרים לאן להזיז את המחוגים?

יש טריק פשוט מאוד שיעזור לכם תמיד לזכור: "קיץ - קדימה". מכיוון שהמילה "קיץ" מתחילה באות ק', אנחנו מזיזים את השעון קדימה.

מה זה אומר מבחינתנו?

- פחות שינה: בליל המעבר אנחנו מפסידים שעת שינה אחת.
- יותר אור: היתרון הגדול הוא שהשמש תשקע מאוחר יותר. זה אומר שיהיה לנו יותר זמן של אור בשעות הערב כדי לשחק בחוץ או לטייל.

למה בכלל מזיזים את השעון?

הסיבה העיקרית היא כלכלית (כספית). בעבר, המטרה הייתה להתאים את שעות הפעילות שלנו לשעות שבהן יש אור שמש, כדי לחסוך באנרגיה ובחשמל (כדי שלא נצטרך להדליק הרבה אורות בבית).

חשוב שתדעו שדווקא שעון החורף הוא הזמן המקורי, ושעון הקיץ הוא ה"שינוי" שאנחנו עושים בכל שנה מחדש.

טיפ חשוב לבוקר של יום שישי

רוב המכשירים החכמים שלכם (כמו טלפונים וטאבלטים) יתעדכנו באופן אוטומטי. כדי להיות בטוחים שהשעון המעורר יצלצל בזמן, כדאי לבדוק בהגדרות שהאפשרות "כיוון אוטומטי" או "זמן רשת" מופעלת.

אל תשכחו להזיז ידנית את שעוני הקיר בבית!

שיהיה לכולנו שעון קיץ מהנה ומלא באור!



הצעות לפעילויות

פעילות חקר בעולם

- כל תלמיד או זוג בוחרים מדינה בעולם ובודק האם גם שם מזיזים את השעון ומתי ומציגים את הידע שאספו בפני התלמידים.

תרגול טכני

- המורה יכולה להציג שעונים המורים על שעה מסויימת על המסך, והתלמידים צריכים לומר, לאן מזיזים את המחוג במעבר לשעון קיץ ("קיץ - קדימה"). ניתן לשאול אותם שאלות כמו: "אם עכשיו 02:00 ועברנו לשעון קיץ, ציירו את השעה החדשה".





שעון קיץ

פעילות בעד ונגד שעון קיץ

- פעילות דיבור - אפשר פעילות בזוגות: התלמידים משלימים משפטים:
 - אני אוהב שעון קיץ כי _____
 - אני לא אוהב שעון קיץ כי _____
- יש מדינות שהחליטו להפסיק להזיז את השעון ולהישאר באותו זמן כל השנה. האם אתם חושבים שזה רעיון טוב לישראל?
- מה אתם מעדיפים: שיהיה אור מוקדם בבוקר או שיהיה אור עד שעה מאוחרת בערב? הסבירו למה.

פעילות סיכום: נכון או לא נכון?

- חזרה על הידע שנלמד בשיעור ותרגול הבנת הנשמע: המורה מקריאה משפטים והתלמידים צריכים להגיד נכון / לא נכון.
 1. בשעון קיץ מזיזים את השעון שעה קדימה.
 2. שעון קיץ מתחיל בדרך כלל באביב.
 3. בשעון קיץ יש יותר אור בערב.
 4. בשעון קיץ מזיזים את השעון שעתיים קדימה.
 5. שעון קיץ עוזר להשתמש יותר באור השמש.
 6. כל המדינות בעולם משתמשות בשעון קיץ.
 7. יש אנשים שאוהבים שעון קיץ ויש אנשים שלא.



שעון קיץ

דרך ויזואלית לסכם את השיעור באמצעות האינפוגרפיקה:

שעון קיץ 2026: יוצאים לאור

ליל שישי, 27 במרץ 2026



למה זה טוב? המשמעות הכלכלית



חיסכון של מעל 100 מיליון ש"ח
נתוני משרד האגריקה:
חיסכון מצטבר עצום למשק, צמצום הוצאות חשמל לתאורה ומזגנים



התאמה בין השכמה לזריחה
התאמת שעת היקיצה לזריחת השמש משפרת את היעילות והפרודוקטיביות

השפעות על איכות החיים והבריאות



יותר שעות פנאי באור יום
חוספת שעת אור בערב לפעילויות חוץ, ספורט וזמן איכות משפחתי

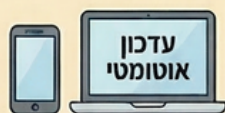


שיפור במצב הרוח
חשיפה מוגברת לאור שמש מעלה רמות סרוטונין ומסחיתה דכדוך



חוקפת הותגלות קצרה
ייתכן שיבוש זמני; מומלץ את שעת השינה בחצי שעה בימים שלפני המעבר

טיפים טכניים לעדכון השעון



מכשירים חכמים: עדכון אוטומטי
ודאו שבהגדרות אזור זמן "ירושלים" ואפשרות "כיוון אוטומטי" פעילה



שעונים ידניים: כיוון ידני
אל חשכו לכוון שעוני קיר, שעוני יד ומכשירי בית שאינם מחוברים לרשת



בדיקת פגישות ביומן
ודאו שפגישות ביומנים דיגיטליים מופיעות בשעה הנכונה לאחר המעבר