



משרד החינוך

# סרגל מאמץ והצלחה

\*בסיום הכתיבה, גזרו את שני הסרגלים והדביקו אותם זה לגב זה.

בחרו היגדים המתארים 'מאמץ' בלמידה' מתוך בנק הרעיונות או היגדים אחרים המציגים מאמצים אחרים שלכם וכתבו אותם על השנתות של סרגל המאמץ שלי.

## דוגמאות למאמצים:

שיננתי את החומר,  
קראתי,  
תרגלתי,  
הקשבתי,  
ניסיתי שוב,  
פניתי לעזרה,  
השקעתי זמן רב בלימודים,  
ויתרתי על משהו כדי ללמוד,  
חיפשתי מקורות חדשים,  
ניסחתי שוב,  
התמדתי,  
הרגשתי עייפות/ תסכול/  
מבוכה ולא נכנעתי...

סרגל  
המאמץ  
שלי



בחרו היגדים שמסמלים עבורכם הצלחה בלימודים מתוך בנק הרעיונות או היגדים אחרים המציגים הצלחות אחרות שלכם וכתבו אותם על השנתות של סרגל ההצלחה שלי.

## דוגמאות להצלחות:

הצלחתי לפתור תרגיל,  
עניתי נכון על שאלה,  
הבנתי הסבר,  
הבנתי את מה שקראתי,  
ביצעתי את הניסוי לפי ההוראות,  
המצאתי רעיון חדש,  
ניסחתי מסר מקורי,  
יצרתי משהו,  
עזרתי למישהו בלימודים,  
ביקשתי עזרה מחבר/ה,  
הקשבתי לרגשות שלי,  
הייתי מרוכז/ת,  
התאמצתי ולא ויתרתי.

סרגל  
ההצלחה  
שלי

