

רעיונות מקוריים: יהודית ינאי - מורה לחנ"ג
בי"ס זבולון המר
ראשון לציון

יום החינוך הגופני בסימן אחדות תשע"ט-2019

רעיונות מקוריים: יהודית ינאי
מורה לחנ"ג
בי"ס זבולון המר
ראשון לציון

יום החינוך הגופני בסימן אחדות תשע"ט

תחנות פעילות

1. **"זר של אחדות"** – המטרה לרכז את כל הפרחים באגרטל בזמן קצוב מראש. מיומנויות: זריזות ודיוק – הפעילות תתבצע במספר סבבים, והזמן המוקצב לכל סבב 60 שניות. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שסידרה זר גדול יותר. הציוד הנדרש: 2 אגרטלים (לא שבירים) ופרחים מנייר קרפ/או מפלסטיק.



המשימה: שני מעגלים, התלמידים מעבירים פרח מיד ליד ואחרון רץ להניח בתוך האגרטל הניצב במרכז המעגל. ה"פרח" השני יוצא לדרך רק כאשר הפרח הוצב בתוך האגרטל.



2. **"כדורי האחדות שלי"** – המטרה היא לא להפיל את הכדור לריצפה. מיומנויות: זריקה ותפיסה – הפעילות תתבצע בשתי קבוצות העומדות בשני טורים משני צידי הרשת. המשימה: על התלמיד למסור את הכדור מעל הרשת לתלמיד הנמצא בצד השני של הרשת, לאחר המסירה הוא עובר לסוף הטור, התלמיד שקיבל את הכדור צריך למסור בחזרה מעל הרשת לתלמיד השני וכך הלאה.. הקבוצה המנצחת היא הקבוצה שהיו לה מספר קטן של נפילות.



הציוד הנדרש: רשת כדורעף/גומי מתוח בין שני עמודים.

3. **"מגדל של אחדות"** – המטרה לבנות מגדל של ערכים המובילים לאחדות. מיומנות: דיוק, זריזות ומוטוריקה עדינה.

ניתן להוסיף דרגת קושי ולקבוע מראש את סדר בניית המגדל. הציוד הנדרש: קופסאות מכל סוג עטופות בלבן ועליהן מודבקים מילות של ערכים כמו: נתינה, קבלה, סבלנות, התחברות, אהבה, פירגון, שמחה, וכו'.

המשימה: הקוביות מפוזרות במרכז כאשר זוג תלמידים אחד עומד בצד ימין של הקוביות והזוג האחר בצד שמאל. עם מתן האות על התלמידים להעביר קובייה אחת בלבד לקו מתוחם בצד שלהם ולחזור לקחת את הקובייה השניה וכך הלאה... בפרק זמן של 20 שניות ולבנות את המגדל הגבוה ביותר.



4. **"פירגונים של אחדות"** – המטרה הכרת משפטים חיוביים כדי

לעודד ולפרגן. מיומנות: מהירות ומוטוריקה עדינה.
כגון: "אין כמוך!", "את/ה אלוף/ה" "היית נהדרת", "כיף לשחק
איתך", "יש מה ללמוד ממך", שימוש במדבקות אימוג'י.
הציוד הנדרש: לוח ועליו מודבקים המשפטים
המשימה: שני טורים במרחק 15 מטר מהלוח. התלמידים
עומדים בשני טורים עם מתן האות הראשונים בכל טור רצים
מדביקים את האימוג' המתאים ליד המשפטים, חוזרים
נותנים "כיף" לילד השני וכך הלאה/ מרוצי שליחים.



5. **"הכוח שבאחדות"** – המטרה להדגיש את כוחה של האחדות.

מיומנות: הפעלת כוח ידיים, יציבות ושיווי משקל.
הציוד הנדרש: שני ספסלים שוודים/ניתן להוסיף דרגת קושי בהליכה
על ספסל הפוך. משקולות להחזקה בשתי ידיים בזמן ההליכה/מקופסאות קרטון
קטנות כמו של פיצה. לעטוף ועליהן כיתוב של ערכים המובילים לאחדות
כמו: פירגון, אהבה, סליחה, יושר, הערכה וכו'.
המשימה: הליכת שווי משקל מבלי להפיל את "המשקולות"
ומבלי ליפול מהספסל.



6. **"שרשת האחדות שבי"** - המטרה ליצור שרשרת ארוכה עם הערכים הנלמדים.

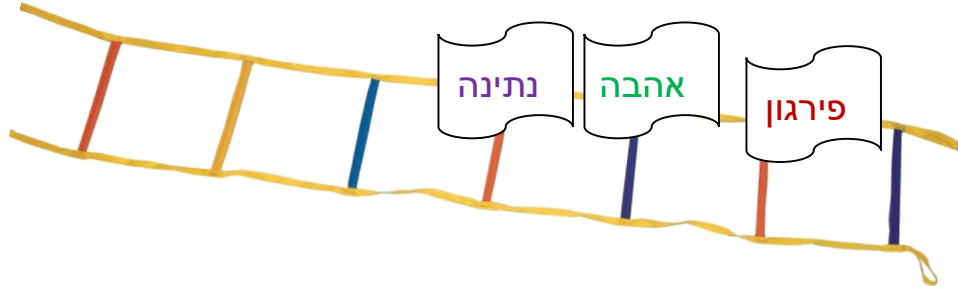
מיומנות: ציות להוראה, מהירות ומוטוריקה עדינה.
הציוד הנדרש: גלילים מכל סוג/ניתן לקנות וניתן לאסוף גלילי נייר טואלט ולעטוף
בשני צבעים לשתי קבוצות, שני חבלים באורך שני מטר. (לוח שעליו רשומים כל
הערכים שכתובים על הגלילים. מדבקות סמיילי) למורה הקורא את הערך.
המשימה: שתי קבוצות מתמודדות כל ילד בקבוצה מקבל גליל ועליו כתוב הערך,
כל קבוצה בצבע שונה. שתי הקבוצות עומדות בשורה, המורה מכריז את שם
הערך ועל התלמיד לרוץ ולהשחיל את הגליל בחבל ששייך לקבוצה שלו ונמצא
במרחק 20 מטר. וחוזר במהירות לקבוצה. המגיע ראשון מקבל מדבקה.
המנצח: מנצחת הקבוצה שצברה מספר רב של מדבקות/סיימה ראשונה את
הגלילים. התלמידים צריכים להקפיד שהגלילים לא יצאו" מהחבל.



רעיונות מקוריים: יהודית ינאי - מורה לחנ"ג
בי"ס זבולון המר
ראשון לציון

7. **"סולם האחדות"** המטרה להוסיף ערכים.

מיומנות: קפיצות בשתי רגליים צמודות מבלי לצאת מהשלב ולקרא בקול רם את הערך המופיע בשלב.
הציוד הנדרש: שני סולמות ריצפתיים/ניתן להכין סולם רצפתי בגיר, בקבוקים ועליהם שילוט של הערכים משני צידי הסולם.
המשימה: התלמידים עומדים בשני טורים. על התלמיד לקרוא בקול רם את הערך ולקפוץ בשתי רגליים לתוך השלב/ הריבוע. הפעילות היא להגיע לשלב האחרון של הסולם מבלי לחזור.
המנצח: התלמיד שקפץ ללא יציאה מהריבוע תינתן מדבקה להצלחה.



8. **"אחדות סובבת עולם"** – המטרה שיתוף פעולה עולמי המביאה לאחדות ועולם

טוב יותר. (איכות הסביבה, אקלים עולמי) ערך עולמי הדורש אחדות.
מיומנות: שליטה בריצה לאחור "סחרחורת" עם מכשיר ביד ודיוק.
ציוד נדרש: דגלי עולם על מוטות בגובה 1.10 מ' ניתן להצמיד סקוצ' למוט ועליו הדגל או שם המדינה/ או מדבקה
כדורים בצורת גלובוס ניתן לקנייה, דלי/ ולדרגת קושי גבוה יותר ניתן להשתמש בקופסא של מזון תינוקות (מטרנה).

המשימה: כל תלמיד בתורו מחזיק את המוט ועליו להקיף בריצה את המוט 10 סיבובים. (המורה סופר את הסיבובים) לאחר מכן על התלמיד לרוץ עם המוט במסלול של 3 מ' המסומן מבלי לצאת מהקווים ולהכניס את המוט לקופסא/לדלי.
המנצח: תלמיד שלא יצא מהמסלול והצליח להכניס את המוט ישר לקופסא.



רעיונות מקוריים: יהודית ינאי - מורה לחנ"ג
בי"ס זבולון המר
ראשון לציון

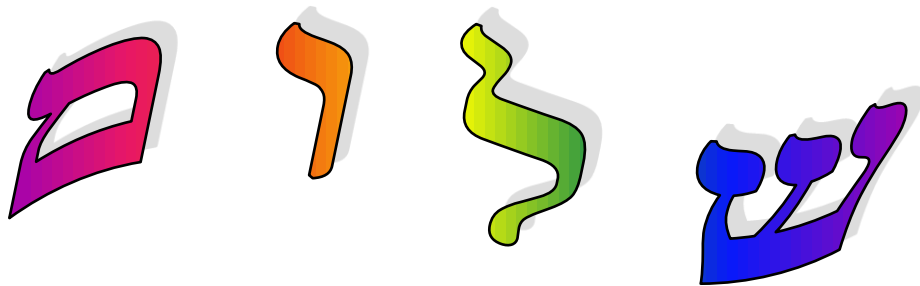
9. **"אחדות המובילה לשלום"** - המטרה הנאה בהנעה, גיבוש חברתי ושיתוף פעולה.

מיומנות: זריזות, סדר ומשמעת.

הציוד הנדרש: כיתוב על הרצפה את המילה שלום בגדול/ניתן לכתוב שלום שטיח פלסטיק ענק או נילון שקוף. תוף מרים.

המשימה: על התלמידים לעמוד בתפזורת מסביב ללכת מסביב למילה שלום עם מתן האות בתוף של המורה על התלמידים לבנות בגופם את המילה שלום. רצוי להסביר לקבוצה שניתן בכל צורה ליצור את המילה שלום תוך כדי עמידה ישיבה, הרמת ידיים, שילוב ידיים, ידיים לצדדים וכו'.

התלמידים צריכים לתכנן ולהחליט על האופן שיציגו את המילה "שלום".
כל התלמידים יקבלו מדבקות על סדר ומשמעת.



10. **"אולימפיאדת האחדות שלי"** המטרה הכרת סמל האולימפיאדה ושיתוף כל היבשות לאירוע של אחדות עולמי בספורט.

הציוד הנדרש: הכנת סמל אולימפיאדה בעזרת חישוקים ובתוך כל חישוק כתוב ערך המוביל לאחדות כגון: הגינות, כבוד, סבלנות, התמדה והערכה.

המשימה: קליעה בכדור טניס/ספוג אל אחד החישוקים בסמל האולימפי כאשר החישוקים תלויים/ניתן גם להניחם על הריצפה.

מרחק הקליעה עפ"י גיל המשתתפים.

מנצח: תלמיד שהצליח לקלוע אל תוך החישוק.

