



משרד החינוך

# מערכת שידורים לאומית

# חינוך גופני מקצוע מוגבר לבגרות 5יח"ל

חלק א - 'הספורט באסלאם ובנצרות

שם המורה: מיכל אור



## מה נלמד היום

\*היחס של דת האסלאם לחינוך גופני

\*מהם המשחקים המותרים

\*מהם המשחקים האסורים

\*הסיבות לעידוד חינוך גופני

משחקי ילדים אצל הערבים \*

\* כיצד מצווה האסלאם לשמור על בריאות הגוף

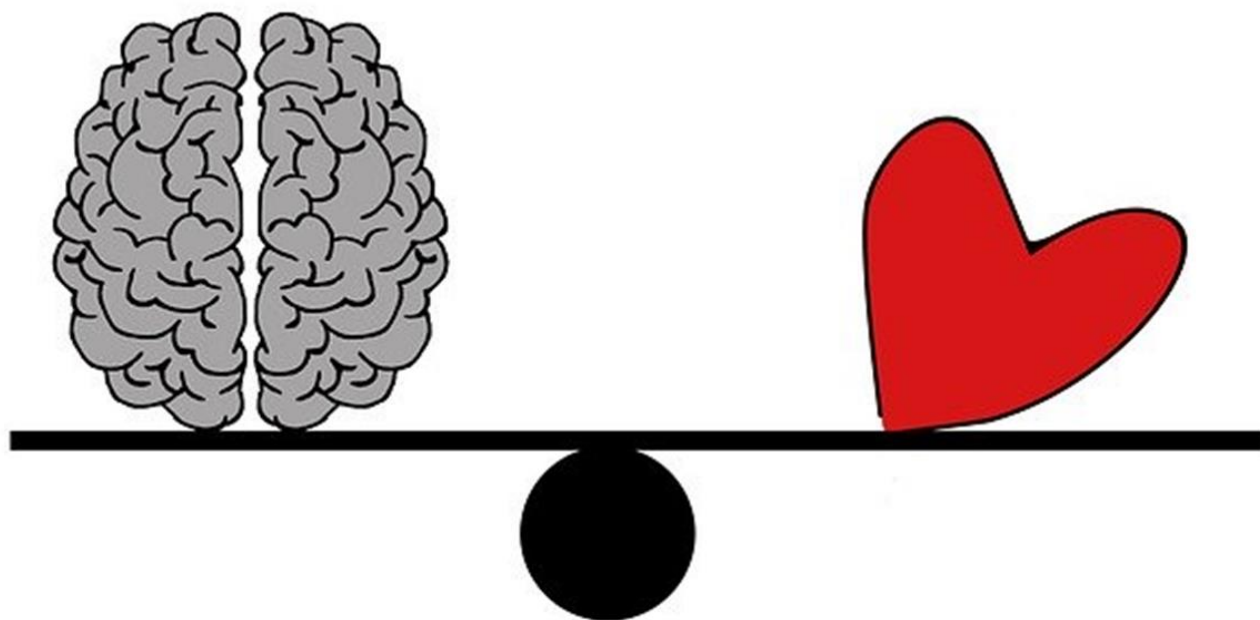
\*הקשר בין התפילה האסלאמית להתעמלות השוודית



הכעבה  
(האבן הקדושה)  
שנמצאת במכה  
ערב הסעודית

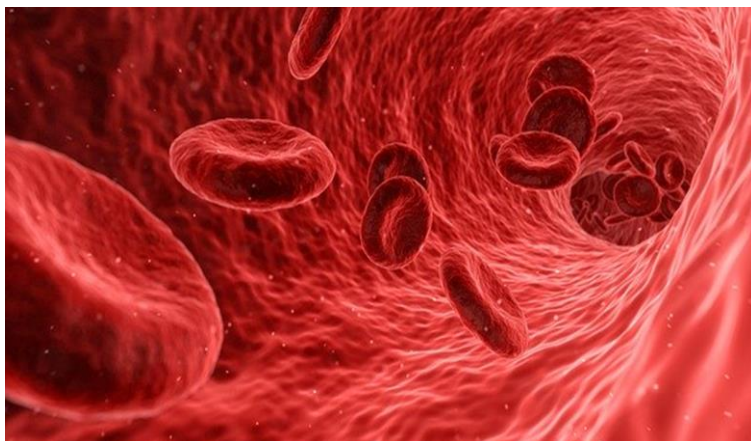


# אורח חיים מושלם כולל איזון בין הנפש והרוח לבין הגוף



כפי שהמוסלמי  
חייב בפולחן דתי  
כך, להזנת הרוח  
הוא מצווה לשמור  
על בריאותו  
הגופנית.

# הורים שימו לב :



בעורקיו של גוף  
חסון זורם דם בריא  
מלא כוח וחיוניות  
גוף חולני לא עומד  
בעבודה קשה

# האסלאם עודד נופש ובידור כדי לגרום לשמחת חיים



"שמחו את  
לבבכם שעות  
על שעות משום  
שהלב העצוב יכול  
להתעוור"

# קליעה למטרה בחיצים ! היא הטובה בשעשועים .

מי שמזניח את הקליעה משול לאדם  
שסירב לקבל את חסד האל .

\*הנביא מוחמד ביקש מאללה  
שהקולע המצטיין יהיה :סעד אבן  
אבו וקאס

\*גם האמאם אלשאפעי התמיד  
כל כך הרבה בקליעה עד שכמעט  
חלה בשפעת .

\*גם נשים יכלו לקלוע



# היאבקות



הסיפור של רוכאנה שהיה אלוף.  
הנביא ניצח אותו 3 פעמים  
בהיאבקות ולכן הוא התאסלאם

# סייף



הנביא מוחמד, עודד את אזרחי  
אתיופיה לעסוק בסייף.  
אשתו עאאישה ראתה משחק

# מירוצים

הנביא מוחמד התחרה  
עם אשתו עאאישה כדי לשמח  
אותה ולשמש דוגמה למאמיניו



# מרוצי סוסים



משחק ידוע אצל ערביי הגאהלייה  
המנצח נקרא תאר  
ימי התחרות כונו בשמות הסוסים  
המנצחים  
שבט עבס ושבט דוביאן הימרו על  
הסוסים דאחס ואלגברא ופרצה  
ביניהם מלחמה

# סוס פרד וחמור נבראו כדי לרכוב עליהם



# צורת התחרות

- קבוצות בנות 10 סוסים כל אחת
- הזירה נקראת - אלחלבה
- הזוכה נקרא - אלסאבק
- מקום שני נקרא - אלמוסלי
- האחרון נקרא - אלפיסקל
- המירוץ הגדול ביותר היה עם ארבעת אלף סוסים
- היה נפוץ בתקופת אומאים ועבסאים

# שחייה

"כל דבר שאין בו זכר  
אלוהים נחשב כשעשוע  
מזוהם המשכיח את  
האלוהים מלבד:  
הליכה בין 2 מטרות  
חינוך לרכוב על סוסים  
ליטוף בני משפחה  
שחייה"



\*היו שוחים עם סיר בשר על האש

# הצייד



אסור לצוד בזמן העלייה  
למכה  
והעלייה לקבר הנביא

\*מקור פרנסה  
\*מקור תענוג וחוויה  
\*משמש אימון ריצה לאנשי  
הצבא  
\*מחנך לערכים של אבירות  
מכשיר לקלוע בקשת  
וחיצים ,  
חרבות ורמחים  
\*מרגיל להתגבר על יצר הכעס  
\*מווסת עיכול  
\*מעניק שלוה

# משחק הפולו אלאכרה

משחק בכדור ע"י רכיבה על גבי סוס



# טובטאב - טניס



# אלבכה ואלג'ריד

פרש רכוב על סוס  
ובידו חרב



# משחקים אסורים באסלאם

## מלחמת שוורים



## קליעת חיצים בחיות

משחק אלים נחשב כמי  
שהרג נפש חיה הוא יקולל



## משחקים בין בהמות



# החינוך הגופני באסלאם



# הסיבות לכך שהאסלאם מעודד את ההורים והמחנכים להעניק חנ"ג:

1. ילדים המתאמנים בהליכה, בתנועה והתעמלות, העצלות מתרחקת מהם.
2. כשהילד קם, קודם ינוח, יאכל וישחק הרבה ומגיל 6 מתחיל ללמוד בביהס.
3. חשוב ללמוד כל עוד השכל זריז ופיקח כשייחלש השכל, יש לפנות למשחק. שכל עכור אינו בשל לחשיבה צלולה.
4. יש לשחק משחקים יפים כדי לנוח מעול הלמידה. לא לשחק משחקים קשים ומעייפים.
5. התעמלות שומרת על בריאות הגוף.
6. ילד זריז זיכרון צלול. ילד שקט יש לו בעיה פיזית או נפשית.
7. אהבה למשחקים מראה על ערך אישי גבוה.

# משחקי ילדים: בובות מעץ, מחבואים, כדור ומשחק הרכבת



# משחקי ילדים נוספים :

- חישוקים
- התעמלות
- כיסא הסולטן
- העמידה הסינית
- ים מלוח
- רכיבה על מקלות מטאטא
- קלאס - קפיצה על רגל אחת
- קפיצה (אלדבאח ואלדביח - כמו "חמור חדש")

## בריאות הגוף באסלאם



"אתה חייב לגופך"

- \*לא לאכול בהגזמה
- \*לשמור על משקל נאות
- \*להישמר ממחלות
- \*לחזק את השרירים



\*לא לשכוח לרחוץ: רגלים,  
ידיים, אוזניים, פנים ושיער.  
\*לגרגר לצחצח  
שיניים  
\*לקצוץ ציפורניים  
\*להוריד שיער מיותר

**5 פעמים ביום**

## אסור לשתות דם



## אסור לשתות יין



## אסור לאכול נבלה שנפלה ומתה או שמתה מנגיחה



## אסור לאכול חזיר



# התפילה היא מעין ספורט דתי ליציבות הגוף



חובה להתפלל  
חמש פעמים  
ביום

# התנועות בתפילה והקשר בינה ובין התעמלות שוודית

\*התפילה מתחילה בהרמת ידיים וסיבובי כתפיים למעלה ---  
תרגיל מומלץ בשבדיה כי זה מרחיב את החזה.

\*אחרי הרמת ידיים וקריאת הפאתיחה (בשם אללה הרחמן והרחום) (מתכופף לפניו ומניח ידיים על הברכיים -----הגוף מפיק תועלת מעמידה זו לפי האסכולה השבדית  
\*גוף מוטה לפניו הסגידה מועילה לכל מערכות הגוף: כפיפת ברכיים –מונעת התכווצות שרירים. כפיפת גו והנחת המצח על האדמה מועיל לקיבה ולמערכת העיכול, מהדקת את הרחם למקום.

\*אדם רע הוא מי שגונב מתפילתו –שהתנועה לא שלמה כמו שצריך.  
זמני התפילה: לפני זריחת השמש, בצהריים, לפני שקיעה, אחרי השקיעה ולפני השינה

## שאלת חשיבה

מהם שני ההבדלים בין התפילה באיסלם ובין התפילה ביהדות?

# חינוך גופני מקצוע מוגבר לבגרות 5יח"ל

חלק ב' - הספורט בנצרות

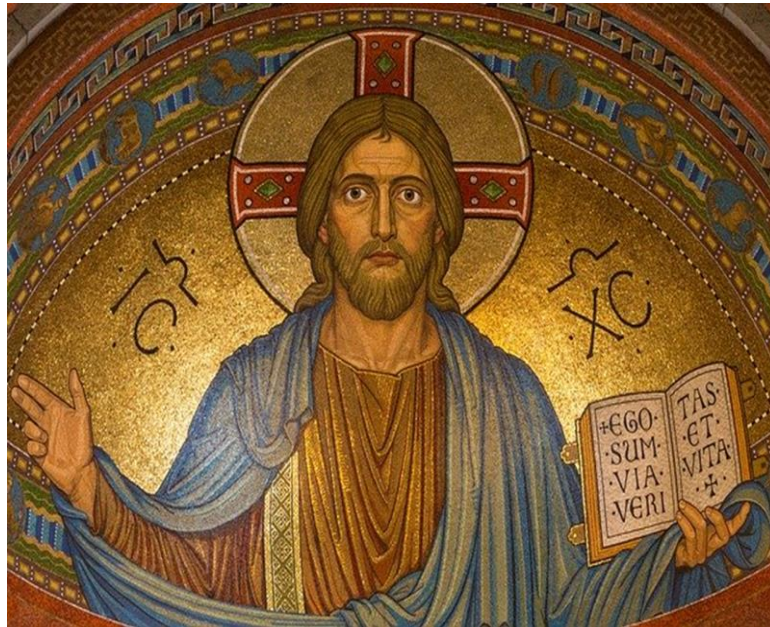
שם המורה: מיכל אור

# מה נלמד

• החינוך הגופני בנצרות

# החינוך הגופני בנצרות





ישו, שהוא המשיח של הנוצרים  
העריך את תענוגות הנפש  
והבריאות. היה בריא בגופו  
בשכלו וברוחו. הוא לא היה נזיר  
מתבודד. חי חיי מותרות.  
שאי אפשר לחיות מתוך, טען  
בדידות אבל כן חשוב להתבודד  
לטובתינו כדי להתמודד עם  
החיים.

חינוך גופני out -  
ריקוד דתי נוצרי in -

אני איש כנסייה מתנגד  
לחינוך הגופני

קלימנס מאלכסנדרייה  
?למה אתה מתנגד (בישוף)  
יש תועלת בריאותית  
באימונים ובמשחקי  
ספורט



קלימנס מאלכסנדרייה  
תמך בהחלת היאבקות,  
משחקי כדור והליכה  
ואפילו תרגולים נשיים.  
הכנסייה התנגדה לזה.

זה נראה לכם מוסרי? ככה  
משחקים ברומא!?

הגוף הוא כלי  
חטא!  
אנחנו מאמינים  
שצריך להתעלות  
נפשית על הגוף

זו עבודת אלילים!  
שמלווה בטקסים  
ועבודת הקיסר. זה  
לא מתאים לכנסייה



# אמבטיה רומית אסורה !!

לא על רקע בריאות וניקיון אלא בגלל שזה גורר הידרדרות



# סקירה היסטורית בענייני איסור החנ"ג



נוצרי שהיה נוכח בקרקס - הוחרם

בשנת 394 לספירה הקיסר החרים את  
המשחקים האולימפיים

נערך המשחק האחרון בהיאבקות 404 בשנת

תחרויות המרכבה והיאבקות חיות, המשיכו כרגיל

הריקוד שהוא הודיה לאל, נמשך עד שהופסק בלחץ  
הכנסייה.

הידעתם: רקדו גם בבית קברות כדי לכבד את המתים.

# התשת הגוף

הגוף החזק והזריז מכיל בתוכו שכל אדיש !  
כלומר יש לדכא את הגוף כדי לרומם את הרוח. הרוח  
פורחת רק בהשפלת הגוף

בנדיקט: "העצלות היא אויב הרוח"  
יש לעבוד קשה פיזית או ללמוד בספר דת כדי לא להיות  
עצלנים

# איסורים גופניים בנצרות

נוצרים יקרים,

\*אסור להתנקות ולהתרחץ

\*אסור לעשות אמבטיות חמות

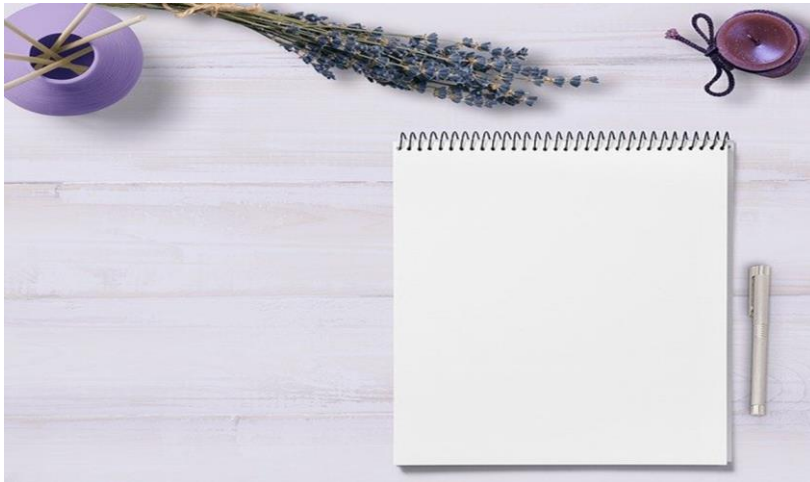
\*אסור לאכול בשפע .

\*רק אוכל מינימלי .

\*אסור לשחות

\*אסור לשחק עם הילדים

הקטנים שלכם, הכנסייה



# שאלות סיכום אסלם ונצרות

- \*הצג את עמדת האסלאם ביחס לתרבות החינוך הגופני.
- \*תאר שניים מהמשחקים שזכו לעידוד באסלאם.
- \*תאר שניים מהמשחקים שנאסרו לשימוש .
- \*מה אינו נחשב לשעשוע מזהם ?
- \*הסבר כיצד שיחקו במשחק הילדים "העמידה הסינית", "כיסא הסולטן" ו"משחק הרכבת".
- \*הסבר את עמדת המוסלמים לגבי שילוב משחקים בתהליך חינוך הילד.
- \*הצג את הקשר בין הפעילות הפיזית המתבצעת בעת התפילה המוסלמית לבין ההתעמלות השבדית .
- \*מהי עמדת הכנסייה כלפי החנ"ג מה היו השיקולים שעמדו בבסיס עמדה זו ?
- \*מהי עמדת הכנסייה בדבר קיום אירועי ספורט ?



# ישראל והתנועה האולימפית

## מה נלמד היום :

- הצטרפות ישראל לוועד האולימפי .
  - מתי שיחקו בפעם הראשונה
  - ההשפעות הפוליטיות על הספורט
  - הזהות היהודית
- 

# הועד האולימפי הארצישראלי

הועד האולימפי הבינלאומי הוקם בשנת 1884 ,  
שנה אחרי זה הוקם באיסטנבול מועדון ספורט ראשון של "מכבי"

- מכבי היתה בעד תחרויות עולמיות: ספורט לאלופים.
- הפועל לעומת זאת דגלה בספורט עממי ל"אלפים ולא לאלופים".



# ב 1933 הוקם הועד האולימפי בארץ ישראל

- 1936-הזמנה מהועד האולימפי הבינלאומי להשתתף במשחקים בברלין שהיה שם משטר הנאצי ישראל סירבה בנימוס.

- במשחקים האולימפיים בלונדון, 1948 הועד האולימפי בישראל ממש רצה להשתתף אבל הפעם נענה בסירוב. כי מדינת ישראל עדין לא קיבלה הכרה בינלאומית.



- גם מכבי וגם הפועל הגישו בקשה להצטרף לוועד האולימפי הבינלאומי. אי אפשר להכיר בשתי ועדים מאותה מדינה. יש מקום רק לאחד.
- הסכם פיפטי פיפטי – חלוקת תפקידים שווה בין הפועל למכבי

# 1952 השתתפות ראשונה במשחקים האולימפיים בהלסינקי



בשנים הראשונות ישראל השתתפה בתחרויות באסיה שהספורט הישראלי היה חבר בה.

בין הספורטאיות הבכירות היו אהובה קרביצקי קראוז (ק.לגובה).  
דבורה מרקוס (200 מ), ('חנה שזיפי 800 מ), ('אסתר רוט שחמורוב  
100 מ' משוכות, (אורית אברמוביץ) ק.לגובה).

נבחרת ישראל בכדורגל השתתפה במשחקים האולימפיים במונטריאול  
1976.



# השפעה גאו-פוליטית



- \*השגת הכרה
- \*יצירת קשרי ידידות ושיתוף פעולה
- \*הפצת תעמולה
- \*הקניית כבוד ויוקרה למדינה ולאזרחיה

# דוגמאות להשפעה פוליטית

- ב 1962 התקיימו התחרויות באינדונזיה, הם לא רצו להכניס את ישראל וגם את הרפובליקה הסינית למשחקים.
- מדינות ערב החלו להצטרף לארגון והם לחצו לגרש את ישראל מהארגון. ב 1974 אחרי מלחמת יום כיפור היה גל אנטי ישראלי מצד מדינות ערב (הם החרומו את כל המדינות שתומכות בישראל והם לא סיפקו להם נפט). (בנוסף ארגון האום קבע שציונות היא גזענות ..אח"כ היא חזרה בה מאמירה זו.
- בנוסף בשנות המלחמה הקרה, הגוש הסובייטי סירב להתחרות עם ישראלים או להגיע לתחרויות בישראל.

# דוגמאות להשפעה פוליטית

היו שני אירועים שנחרטו בזכרון:

- משחקי מלבורן קנדה 1956 נבחרת ישראל בכדורגל היתה צריכה להתחרות עם נבחרת ברית המועצות. המפגש הראשון ביניהם היה במוסקבה שבו ניצחה בריה"מ 5:0 אבל התקשורת עסקה במפגש המרגש עם הקהילה היהודית. אח"כ נערך ביניהם משחק בישראל שבו החלוץ נחום סטלמך הבקיע שער שיוויון. למרות שברה"מ שוב ניצחה, השער שכבש נכנס להיכל התהילה וחיזק את הגאווה הישראלית.
- מכבי תל אביב בכדורסל ניצחה את צסק"א מוסקבה ב 1977 ברה"מ סירבה לשחק בישראל אז המשחק התקיים בבלגיה והמשחק הזה היה רגע מכונן. טל ברודי שהיה קפטן הקבוצה אמר לאחר הניצחון: "אנחנו במפה ונשארים במפה לא רק בספורט, בהכל."

# דוגמאות להשפעה פוליטית

- ב 1979 ברה"מ פלשה לאפגניסטן ונשיא ארה"ב ג'ימי קרטר קרא להחרים את המשחקים האולימפיים שהיו אמורים להתקיים במוסקבה .

64 מדינות החרמו את המשחקים 16, מדינות מחו וישראל לא ידעה מה לעשות .

בעד ההשתתפות : ישראל עצמה סובלת מנידויים וחרמות, ספורט צריך להיות מחוץ

לפוליטיקה. ספורטאים מקדישים שנים לאימונים ולמקצועיות ולכן צריך לאפשר להם להשתתף.

נגד ההשתתפות : בגין אמר אם ארה"ב מבקשת לעשות חרם, ישראל לא יכולה לסרב. ולכן זה

היה הנימוק שהכריע .

- 1984 משחקי לוס אנג'לס ברה"מ החרמה את המשחקים במיוחד כאשר היתה המשלחת הגדולה ביותר .

הארגון היחיד שלא מקבל את ישראל – "ארגון משחקי הים התיכון"

# אסון מינכן



ב 5 לספטמבר 1972 במהלך המשחקים  
האולימפיים במינכן פרצו מחבלים לכפר  
האולימפי ורצחו 11 ספורטאים :  
דוד ברגר, יוסף גוטפרינד, משה ויינברג,  
אחיעזר חלפין, מרק סלבין, זאב פרידמן,  
יוסף רומנו, קהת שור, אנדרי שפיצר, עמיצור  
שפירא, יעקב שפרינגר. הדגל האולימפי  
הוכתם בדמם לעד.

# הזהות היהודית

ישראל לא מקיימת אירועים רשמיים בשבתות וחגים כדי לשמור על זהותה כמדינה יהודית . בנוסף הקפדה על כשרות. הספורטאים מתחרים בכל ימות השנה חוץ מיום כיפור, ונעזרים בקהילה היהודית באזור. ביום השואה או יום הזכרון לא עסקו בספורט.

- באולימפיאדת סיאול 1988 שני שייטים יואל סלע ואלדד אמיר - העדיפו לשמור על הזהות היהודית ולא לקבל מדליה.

- האחים דן ורן טורטן שהם גם שייטים, התחרו ביום כיפור ובכך הפרו את ההוראות והם הורחקו מהמשלחת וסיימו את הקריירה שלהם .

אנשי הקהילה היהודית בעיר המארכת, מתגייסים לעזרת הספורטאים. הם מארחים ומסייעים כשהישראלים מגיעים. הם בונים תוכנית חינוכית ומחנה אימונים .

# המשלחת האולימפית של ישראל היא משלחתו של העם היהודי כולו .



מאמנים ואנשי מקצוע, ספורטאים, בכפר האולימפי מעודדים ומניפים את .יהודים מחפשים את קרבתינו דגל ישראל קיים רצון עז לארח את הספורטאים במוסדות החינוך ובבתים הפרטיים



# התקווה שווה זהב - החשיבה ביחס למשחקים האולימפיים

לא עוד :העיקר שנשתתף אלא אנחנו רוצים להביא מדליה " !!מהר יותר ,

גבוה יותר ,חזק יותר "

המלצות הועד האולימפי לאחר זכייה בארד: 1996

1.העדפת ענפים. אין לפזר את התקציב בין כל הענפים רק היכן שיש סיכוי.

2.הקצאת תקציב ייחודי למשחקים האולימפיים.

3.הפיכתה של היחידה לספורט הישגי לזרוע מקצועית של הועד האולימפי

מעורבות של חברות כלכליות ואנשי עסקים במתן תמיכה , יותר תקציבים

וחסויות כל זה לראות ספורטאי ישראלי זוכה במדליית זהב להתגאות

ולהתרגש במהלך השמעת ההמנון הלאומי התקווה





## מטלת סיכום

- מה ישראל צריכה לעשות כדי להביא יותר מדליות זהב ?
- באיזה ענף ספורט רצוי להשקיע ?



תודה שציפתם בשיעור



## נוהל שימוש ביצירות מוגנות בזכויות יוצרים ואיתור בעלי זכויות

השימוש ביצירות במהלך שידור זה נעשה לפי סעיף 27א לחוק זכות יוצרים, תשס"ח. 2007-אם הינך בעל הזכויות באחת היצירות, באפשרותך לבקש מאיתנו לחדול מהשימוש ביצירה, זאת באמצעות פנייה לדוא"ל [rights@education.gov.il](mailto:rights@education.gov.il)