



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

24/03/2022

כ"א אדר ב תשפ"ב

הוראת שעה - פעילות חוץ בית ספרית במתחמי נינג'ה

1.1 רקע

פעילות ה"נינג'ה" מתאימה לפעילות ילדים ונוער להעצמה אישית דרך פעילות גופנית. מתחמי ה"נינג'ה" הינם מקום בו תלמידים יוכלו לשפר ולפתח את היכולת הגופנית, תחושת המסוגלות, היכולת להתגבר על מכשולים, יכולת הריכוז, ההישגיות והמצוינות.

1.2 כללי

1.2.1 עיקרי תכנית הפעילות

- א. חשיפת ילדים ונוער **מכיתות ה' ומעלה** לפעילות גופנית אישית תוך שילוב ערכי הישגיות והצלחה בפעילות.
- ב. הפעלת ילדים ונוער בפעילות קבוצתית ויחידנית.
- ג. הטמעת ערכי התמדה, נחישות ותחרות בריאה בקרב הילדים והנוער תוך חוויה לימודית.

1.2.2 הנושאים המועברים בפעילות (בכפוף למשך זמן הפעילות)

- א. אימון לימודי על תנועות ושליטה בעולם הנינג'ה ומתן כלים לאימוני כוח כנגד משקל גוף.
- ב. לימוד טכניקות על אלמנטי הסווינג, הבאלאנס האחיזה והמשיכה.
- ג. לימוד תנועות בסיס לטיפוס אתגרי על הקיר.
- ד. טכניקות על קיר טיפוס: עבודת רגליים, קפיצות והחזקות גוף.
- ה. מתן כלים פרקטיים להתמודדות עם אתגרים מנטליים וחסמי פחד דרך תנועה.
- ו. פעילות קבוצתית מגבשת דרך תחנות ומשימות.

1.3 הגדרות

1.3.1 קונסטרוקציות לתליית מכשולי נינג'ה

- א. קונסטרוקציות ראשיות המשמשות לתליית מכשולי נינג'ה שונים במתחמי נינג'ה מוסדרים יהיו עשויות מצינורות מגלוונים או קונסטרוקציות טראס.
- ב. **קונסטרוקציית טראס** - מתאימה לכל הגילאים ולכל רמות הפעילות. הטראסים יהיו עשויים סבכת אלומיניום בחתך מרובע מינימלי של 30*30 ס"מ לכל הפחות. על הטראסים להיות מיוצרים ע"י יצרן בעל תקן ניהול ובקרת איכות (ISO 9001:2008). ולעמוד בתקן הרלוונטי EN 1090-1:2009 + A1:2001. על אביזרי החיבור של הטראס לצינורות (סביבלים) להיות עם



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

אישור אישות TUV או מעבדה בינלאומית שוות ערך ומותאמים לעבודה במשקל 500 ק"ג לפחות.

ג. **קונסטרוקציית צינורות** - מתאימה לגילאי גן/יסודי וחיבת ביניים. גובה תליה מירבי 2.5 מטר. על המתקן לעמוד בתקן ישראלי 562-1/2/3/8. וכן להיות בעל אישור קונסטרוקטור בתוקף. במתקנים אילו נדרש משטח בלימה תחת שטח הנפילה אך לא נדרש מזרנים סופגים.

1.4 טבלת היערכות

טבלה זו מיועדת לסייע לאחראי הפעילות להתכונן בשיטתיות לפעילות החוץ-בית-ספרית. כדי להשלים את ההכנה לפעילות יש לקרוא היטב את הטבלה יחד עם ההנחיות הספציפיות המפורטות אחריה:

מס'	הנושאים לבדיקה
1.	<p>תיק פעילות חוץ-בית-ספרית למתחמי נינג'ה</p> <p>הפעילות החוץ-בית-ספרית תיערך על פי המפורט בתיק הפעילות שיכלול לפחות את אלה:</p> <p>א. תיאור הפעילות ומטרתה</p> <p>ב. תדריכים כתובים לסגל, למלווים, למדריכים ולבעלי תפקידים אחרים הכוללים דרישות בטיחות ספציפיות</p> <p>ג. תדריכים כתובים לתלמידים</p> <p>ד. דרכי תקשורת ודיווח</p> <p>ה. ריכוז האישורים המחייבים</p> <p>ו. רשימות מסווגות של המשתתפים (תלמידים, תלמידים עם מוגבלות הזקוקים להנגשה, מורים, מדריכים, מלווים אחרים, מלווים רפואיים)</p> <p>ז. הוראות היערכות למצבי חירום, לעזרה ראשונה ולפינוי (ובכלל זה מספרי טלפון לשעת חירום).</p>



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

הנושאים לבדיקה	מס'
<p>אישורים</p> <p>א. הפעילות מחייבת אישור של הלשכה לתיאום טיולים. ב. בנוסף יש לתאם את הפעילות עם הגורמים הרלוונטיים באזור הפעילות: קב"ט הרשות המקומית, המשטרה (תיאום עם המשטרה נחוץ רק בדרכים בין-עירוניות), על פי הנחיות אישור הפעילות. ג. נדרש ליידע לפחות חודש מראש את קב"ט הרשות המקומית שבתחום שיפוטה הפעילות מתבצעת על פרטי הפעילות (המועד, המקום, השעות, מס' המשתתפים המתוכנן וכו') ולפעול בהתאם להוראות. ד. השתתפותו של התלמיד בפעילות מותנית בהמצאת אישור כתוב של הוריו או של האפוטרופוס שלו. האישור יכלול: ▪ הסכמה להשתתפות התלמיד בפעילות המתוכננת ▪ הצהרה כי מצב בריאותו תקין ומאפשר את השתתפותו בפעילות</p> <p>ה. הפעילות מחייבת קיום רישיון עסק בתוקף לבית העסק. ו. בבית העסק יהיו בתוקף אישורי קונסטרוקטור רישוי, בודק חשמל ואישור רשות הכבאות בתוקף.</p>	2.
<p>ביטוח תקף</p> <p>יש לדאוג לקבלת טופס הצהרה על קיום ביטוחים מידי המפעיל</p>	3.
<p>התלמידים המשתתפים</p> <p>א. בפעילות מתחם ניג'ה רשאים להשתתף תלמידים מכיתה ה' ומעלה ב. קבוצה של עד 10 תלמידים לכל היותר, המלווה ע"י מדריך באופן קבוע ורציף. ג. לא ישתתף בפעילות במתחם תלמיד שנפסל לכך בידי רופא מטעמי בריאות. ד. לא ישתתף בפעילות במתחם תלמיד שהוריו הביעו בכתב את התנגדותם להשתתפותו. ה. לא ישתתף בפעילות במתחם תלמיד הפטור משיעורי החינוך הגופני מסיבה כזאת או אחרת.</p>	4.



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

מס'	הנושאים לבדיקה
5.	<p>מסירת מידע בכתב ותדריכים</p> <p>א. יש לערוך לסגל המורים תדריכים לפני היציאה לפעילות ובמהלכה. ב. יש להעביר תדריכים לתלמידים לפני היציאה לפעילות, לפני העלייה על רכב ההסעה ולפני הירידה ממנו. ג. לפני תחילת הפעילות יקיים המדריך תדריך בטיחות ובו ישתתפו אחראי הפעילות, המלווים, המורים, סגל הרפואה והתלמידים. תלמיד שלא נכח בתדריך לא יורשה להשתתף בפעילות.</p>
6.	<p>המלווים והמדריכים</p> <p>א. פעילות מתחם נינג'ה ינוהל מקצועית בידי מי שרשאים להדריך פעילות במתחמי נינג'ה מקורים/ לא מקורים בעלי קונסטרוקציית טראס ו/או קונסטרוקציית צינורות :</p> <p>1. בעל תעודת הסמכה בתחום הכושר הגופני (קורס מדריכי חדר כושר – מדריך כושר גופני ובריאות, מדריכי כושר גופני במרחב הפתוח, מאמני כושר גופני במשחקי כדור). 2. בעל ניסיון של מעל שנה כמתאמן בתחום הנינג'ה/הטיפוס. 3. בעל ניסיון של מעל שנתיים בהדרכה ובאימון מתאמנים. 4. ביטוח אחריות מקצועית. 5. בעל תעודת מע"ר בתוקף. ב. המדריכים ילבשו חולצה שעליה יהיה כיתוב העוזר לזיהוי (מדריך/ צוות וכ"ו). ג. לקבוצות של תלמידים עם מוגבלות יש להתאים את גודל הקבוצה לרמת התפקוד ולצוות על פי התקן בשגרה.</p>
7.	<p>בטיחות בנסיעה ברכב</p> <p>א. יש לתדרך את התלמידים בהנחיות ההתנהגות המחייבות. ב. יש לתדרך את הנהגים בנוגע לציר התנועה ולמקומות העצירה. ג. יש לוודא את נוכחות המלווים בכל רכב (בקדמת הרכב ומאחור). ד. יש לוודא חגירת חגורות בטיחות במהלך הנסיעה.</p>
8.	<p>עזרה ראשונה והצלה</p> <p>א. בפעילות יהיה נוכח מגיש עזרה ראשונה המצויד בתיק עזרה ראשונה.</p>
9.	<p>אירועים חריגים</p> <p>א. במקרה של אירוע חריג יש לעצור את הפעילות ולדווח לחדר מצב טיולים. ב. על כל אירוע ביטחוני או בטיחותי ועל כל אירוע שנעשה בו פינוי רפואי לבית חולים יועבר דיווח מידי למנהל מוסד החינוך ולחדר מצב טיולים.</p>



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

הנושאים לבדיקה	מס'
<p>תלמידים עם מוגבלויות</p> <p>א. יש לוודא כי האתר ודרכי הגישה אליו מותאמים לצורכי התלמידים.</p> <p>ב. במקרים בהם הקבוצה כוללת תלמידים עם מוגבלות תותאם הפעילות ותוגש לצורכיהם ולתפקודם.</p> <p>ג. יש לעדכן את הצוות, במידת הצורך, על ההנגשות הנדרשות לתלמידים עם מוגבלות תוך שמירה על פרטיותם.</p> <p>ד. יש לכלול בתיק הפעילות פירוט של סוגי ההנגשות הייחודיות הנדרשות.</p> <p>ה. יש לדאוג כי התדריך המועבר לתלמידים מותאם למאפייניהם ולתפקודם. במידת הצורך ייכתב תדריך מותאם לתלמידים עם מוגבלות.</p> <p>ו. בתכנון ההסעה לפעילות יש לוודא, במידת הצורך, שיש מושב מותאם או אמצעי נגישות בטיחותיים לאדם עם מוגבלות פיזית. כמו כן, יש לשוחח על אודות החשיבות של ההסעה המונגשת עם שאר תלמידי הקבוצה הנוסעים ברכב המונגש, בדגש על המרכיב הערכי, החברתי והבטיחותי בשימוש משותף ברכב מונגש.</p>	10.

1.5 הנחיות מפורטות

1.5.1 תוכן הפעילות

- א. בתחילת כל פעילות יתקיים תדריך בטיחות ספציפי לנושא הנלמד וירענן את כללי הבטיחות המקצועיים. המדריך אף ידאג ליישום מלא של הוראות הבטיחות הספציפיות המתייחסות לפעילות ולשימוש בציוד ובמתקנים.
- ב. חימום מלא.
- ג. חלוקה לקבוצות.
- ד. פעילות גופנית - בהתאם לתכנית.
- ה. סיכום הפעילות.

1.5.2 דרישות כלליות

- א. הכניסה למתחם הפעילות בנעלי ספורט בלבד!
- ב. אין לטפס ו/או לעלות על המזרון ללא תדריך בטיחות מאיש צוות המקום.
- ג. המזרון מיועד לפעילות ספורטיבית בלבד, אין לרוץ/לקפוץ/להתגלגל על המזרון.



מדינת ישראל משרד הבריאות

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

- ד. אין לטפס על אותו המסלול במקביל לאדם אחר.
- ה. אין לשבת מתחת למסלולים.
- ו. יש לשמור על ערנות ולוודא כי אין אף אחד מעל אחד המשתתפים.
- ז. יש להסיר לפני תחילת הפעילות כל פריט העלול להיתפס במשהו או לגרום חבלה לתלמיד או לחבריו.
- ח. צוות המקום רשאי להוציא ממתחם הפעילות מי שלא יקיים כללים אלו.
- ט. **שילוט ותיעוד**

1) כללי הבטיחות וההנחיות לשימוש במתקן מוצגים באופן גלוי.

2) קיים "ספר מתקן" הניתן לעיון, בו מתועדים טיפולים שבוצעו, תקלות שאותרו ופרטי הסמכת עובדים.

1.5.3 בניה תחזוקה ואחזקה

- א. על בודק המתקן לוודא שבניית המתחם נעשתה ע"י חברה בעלת התמחות בבניית מתקני נינג'יה קבועים ובניית קונסטרוקציות טראס וניסיון של 3 שנים לפחות בתחום זה.
- ב. בסיום הבניה יינתן אישור קונסטרוקטור (מהנדס אזרחי הרשום ברשם המהנדסים) התקף לזמן מקסימלי של שנה. באחריות מפעילי המתחם לבצע את הבדיקות והביקורות הנדרשות ולחדש את אישור קונסטרוקטור.
- ג. תחזוקת המתקן תבוצע בהתאם להוראות היצרן ועל ידי עובדי המתחם אשר עברו הכשרה לנושא. יש להקפיד לבצע את בדיקות שגרתיות ותקופתיות למתקנים ע"פ הוראות היצרן ובהתאם להנחיות הקונסטרוקטור אם ישנן כאלה.
- ד. מזרנים ומשטחי בלימה-

1) תחת אזור הפעילות במתחמי טראס (גובה 2.5 מטר ומעלה) ימוקמו מזרנים לספיגת נפילה.

המזרנים יהיו עשויים ספוג 18 קג"מ או SF המיוצרים במפעל מאושר ISO 9001 בעובי מינימלי של 20 ס"מ ומכוסים בריעת PVC בעלת אישור התאמה לתקן 562 חלק 2 (דליקות, בטיחות צעצועים ותכולת פתלאטים)

המזרנים יחופו חיפוי מלא של שטחי הנפילה ללא מרווחים. במקרה של "חיבור" שני מזרנים נדרש גישור ע"י יריעת ברזנט ("קלאפה" עם סקוצים).

2) מיגון רגלי טראס: בכל אזור הפעילות ימוגנו רגלי הטראס במגיני חבטה עשויים ספוג בעובי 3 ס"מ לפחות המחופה בריעת PVC.

גובה מיגון מינמלי לרגלי הטראס 1.8 מטר מהרצפה או 1.6 מטר מגובה המזרן.



מדינת ישראל
משרד החינוך

אגף הבטיחות

המפקח הארצי על החינוך הגופני

חיפוי רצפה. בכל אזור הפעילות שאינו מוגדר כאזור נפילה יותקן "משטח הולם" /משטח בטיחות בעובי של 20 מ"מ לפחות. במתחמים מקורים ניתן להשתמש גם במזרן "פאזל" עשוי גומי מוקצף בעובי 30 מ"מ לפחות.