



מדינת ישראל
משרד החינוך

כוח הצבע!



מועצת הצמחים



מערכת שידורים לאומית

שיעור אורח חיים בריא לכיתות א'-ג'

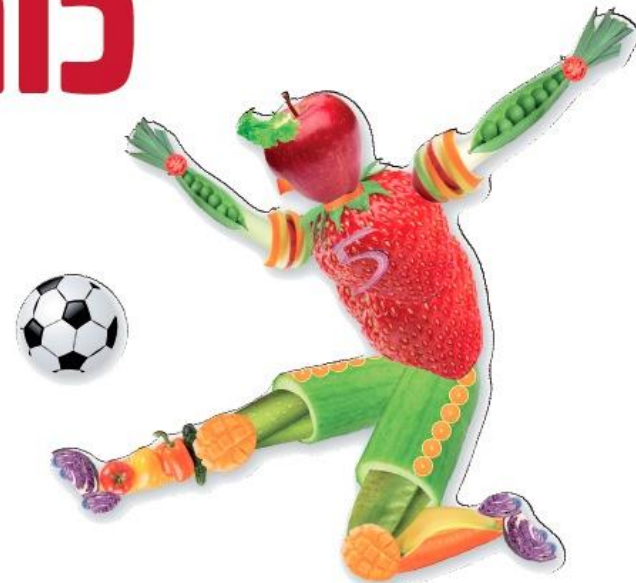
נושא השיעור: "כוח הצבע" - צבע מן הטבע

עם המדריכה: איריס ונטורה

"כוח הצבע" – נעים להכיר

גם בית הספר שלנו משתתף במיזם

כוח הצבע!



ילדא



אז מה נעשה היום?

- נכיר את הכח הרב שיש לצבעים בירקות ובפירות.
- נגלה את החלקה לחמשה צבעים בירקות ובפירות.
- נלמד על התכונות הנדרות שיש לכל צבע מנותח חמשת הצבעים.
- נתנסה ב"טעימה עזרת".
- נסיים את השעור במשימה נהדרת שתבצעו.. היכן? זו הפתעה!

מָה מְשַׁתֵּף לְכָל יֶרֶק וּפְרִי שָׂאָנוּ מִפְּרִיָם?





לְכָל אֶחָד יֵשׁ צֶבֶעַ



הַצָּבֶּע הָאָדָם



כּוֹחוֹ שֶׁל הַצָּבֶּע הָאָדָם:



שומר על הלב ועל כלי הדם



הצבע הירק



פוחו של הצבע הירק:



תזרם לשמירה על ראייה תקינה ומגן על הגוף



הצבע הכתם/צהב



כוחם של הצהב והכתם:



תזרם להגנה על המערכת החסונית ולהגנה מסרטן



הַצָּבֶע הַלָּבָן

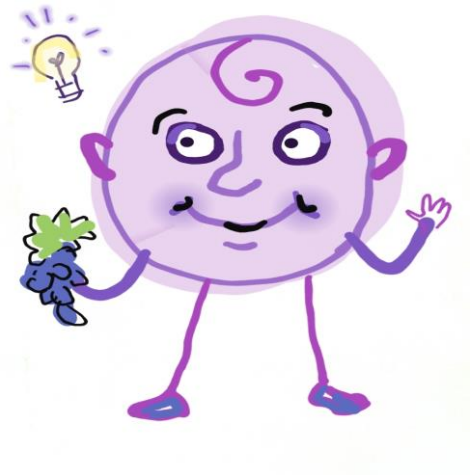
כוחו של הצבע הלבן:



שומר על הגוף מפני חידקים ומחלות



הצבע הסגל



כוחו של הצבע הסגל:



שומר על תפקוד המוח



0 1:00

רגע של מחשבה –
בננה? שיכת לצבע הלבן או לצהוב?

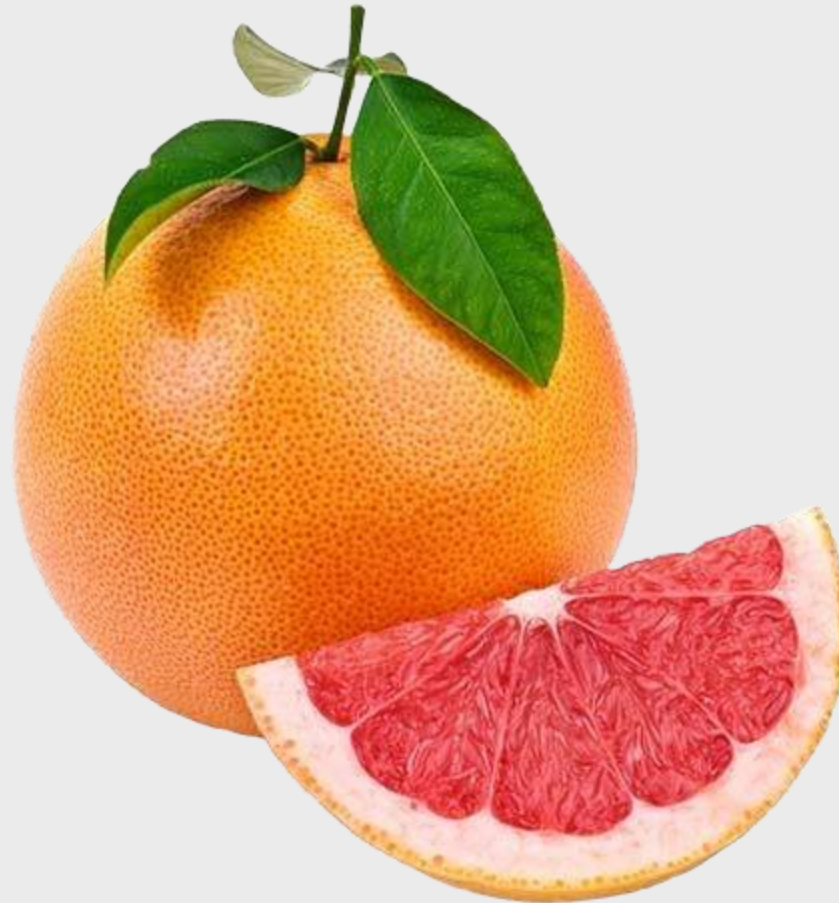


0 1:00

אָס? שׂיף לַצָּבֶע הַלָּבָן אוּ לִירֶק?



וְאִשְׁכּוּלִית אֲדָמָה? שִׁיכָת לַצֶּבַע הַכָּתָם אוּ לְאָדָם?





אַז בּוֹאוּ וְנִלְמַד אֶת כָּלֵל הַהִתְאַמָּה:

• הַצָּבֵעַ נִקְבֵּעַ לְפִי צָבֵעַ הַקְּלָפָה בְּמִדָּה וְהִיא אֲכִילָה.

• בְּמִדָּה וְהַקְּלָפָה כָּלֵל לֹא נֶאֱכָלָת, אַז יֵשׁ לְהִתְיַחֵס

לְצָבֵעַ הַפָּרִי אוֹ הַיֶּרֶק עֲצָמוּ.

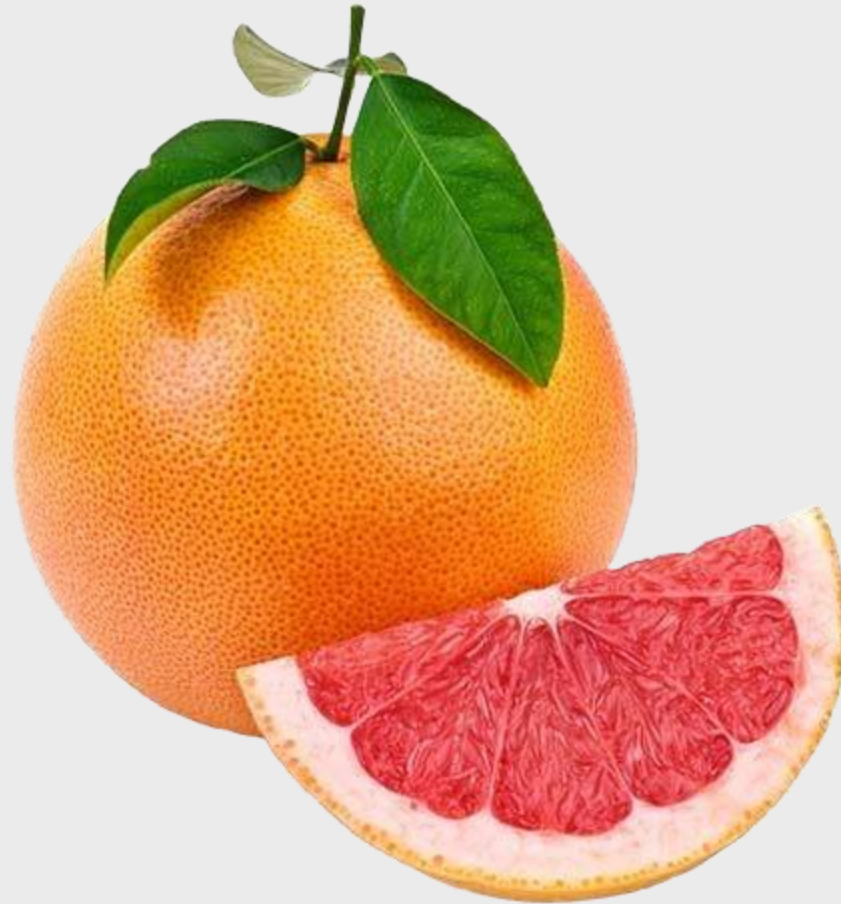
אַז הַבְּנָה שִׁיכָּת לַאֲבֵע הַלָּבָן !



!האַגס שײַך לאַבע הײַרק!



וְאִשְׁכּוֹלִית אֲדָמָה שִׁיכֶת לַצֶּבַע הָאָדָם!



אָז מָה לַמִּדָּנוּ הַיּוֹם?

אָדָם	צהוב/ כָּתָם	יָרֵק	לָבָן	סָגֵל
שׁוֹמֵר עַל הַלֵּב	מִגֵּן מַפְנֵי מַחֲלוֹת	שׁוֹמֵר עַל הָעֵינָיִם	נֹלָחֵם בְּחִידָקִים	שׁוֹמֵר עַל הַמוֹחַ

07:00

כוח הצבע!



מועצת הצמחים

משימת "כוח הצבע"



נשחק ב"טעימה עיוורת"

07:00



משימת "כוח הצבע"



גִּשּׁוּ לַמִּקְרָר בְּבֵית,
 הוֹצִיאוּ יִרְקוֹת בְּחִמְשָׁה צְבָעִים,
 וְהַכִּינוּ עִם הַהוֹרִים אֶת סֵלֶט
 חֲמִשָּׁת הַצְבָּעִים הַמְּשֻׁלָּם
 לְכָל בְּנֵי הַמִּשְׁפָּחָה...



מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח