



מדינת ישראל
משרד החינוך



מערכת שידורים לאומית

שיעור חינוך גופני לכיתות א-ג

נושא השיעור: צורות התקדמות במרחב במסלולים שונים

עם המורה: מור לוי

נא הצטיידו ב – 7 זוגות גרביים, צעיף, מזרון/שטיח, בקבוק מים

פעילות גופנית

- ✓ מסייעת לאורח חיים בריא.
- ✓ תורמת לביטחון העצמי.
- ✓ משפרת מיומנויות תנועה: שיווי המשקל והקואורדינציה.
- ✓ מעלה את מצב הרוח ותורמת לאנרגיות חיוביות.

מהו מסלול ?

- ישר
- זיגזג
- מעגלי
- מפותל

מהו מסלול ישר ?

מהו מסלול זיג זג?



מהו מסלול מעגלי ?



מהו מסלול מפותל ?



מה להביא לשיעור?



בקבוק מים



מזרון/שטיח



7 זוגות גרביים



צעיף

03:00

חימום

צורות התקדמות שונות במרחב

- צפרדע
- ארנב
- אריה
- סרטן
- סוס
- קנגורו



מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח