



CONTENTS

2.קלאס
4.לקפוץ בין איים
6.קליעה למטרה
8.גול!
10.מה השעה?
12.לאיית
14.קפיצה לרוחק
16.מסלול מכשולים
18.פינות
20.4 ריבועים
22.קו מפותל
24.המטרה: לונדון
26.סולמות ונחשים
28.איקס עיגול/קו נקודה
30.נחש מי
32.מנדלה/מוזאיקה
34.בלאגן מפלצות
36.אמנות בפירורי גירים/ציור בשברים
38.דמיינו את עצמכם
40.תלבושות מצחיקות
42.החלפת ציורים



ACTIVE GAMES



קלאס

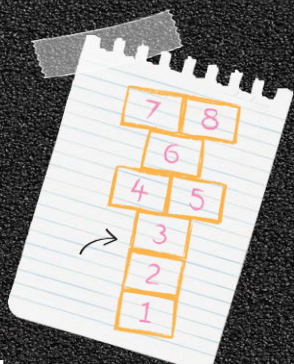
לשחקן +1

הכנה ותרגול: ציירו על משטח שטוח קלאס רגיל (כמו בציור).
 קפצו על רגל אחת על משבצות 1,2,3,6
 נחתו על שתי רגליים במשבצות $7+8$, $5+4$.
 כשתגיעו למשבצות $7+8$, הסתובבו בקפיצה וחזרו חזרה באותו אופן.

לשחק לבד:

לאחר שתרגלתם, הגיע זמן לשחק.
 קחו אבן קטנה, זרקו לאחת
 המשבצות הממוספרות של הקלאס.
 (אם פספסתם, זרקו שוב).
 החלו לקפוץ, אסור לכם לקפוץ על
 המשבצת עליה נחתה האבן!
 בקפיצות חזרה, עליכם לאסוף את האבן.

אם קפצתם מחוץ למשבצות, קפצתם על המשבצת עם האבן, לא
 הצלחתם לאסוף את האבן, איבדתם שיווי משקל, נפסלתם!



3

לשחק עם חברים

ראו מי מצליח לשחק מבלי להיפסל בכלל במשחק של 90 שניות.

הוסיפו אתגר

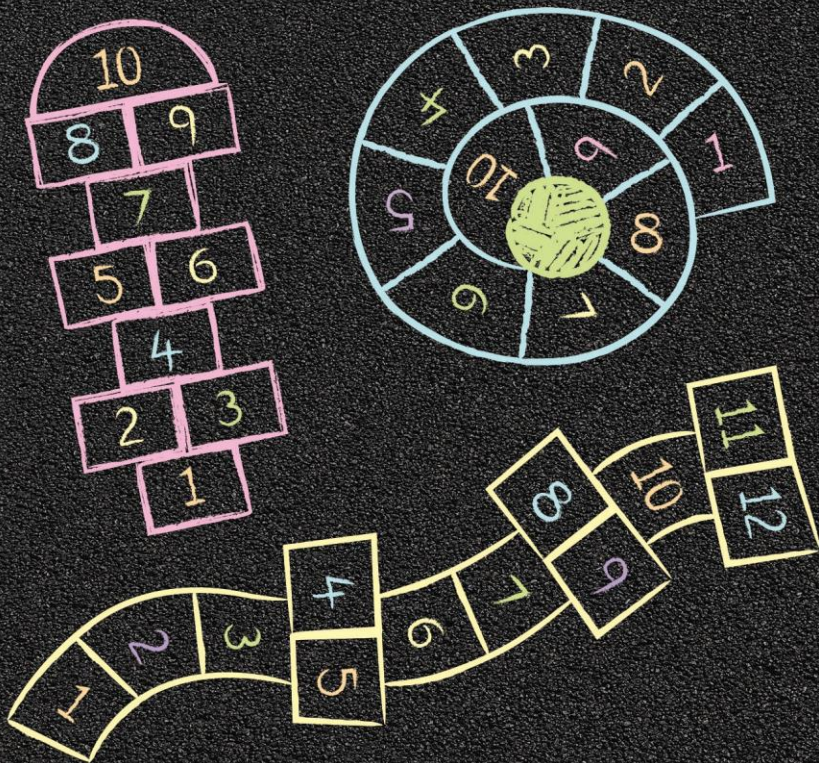
נסו לצייר קלאס לא רגיל. לדוגמא:

*קלאס מאוד מאוד ארוך

*צורות אחרות (כמו ספירלה, נחש, כוכב)

*המציאו חוקים שונים לכל משבצת (על מס' 5 צריך

לקפוץ 5 פעמים, בנק' הסיום יש להסתובב 3 פעמיים וכו')



לקפוץ בין איים

לשחק +1

הכנה ותרגול: הסתכלו בציור מטה כדוגמא. ציירו עם הגירים מסלול איים, ככל שתציירו מסלול רחב יותר, כך המשחק יהיה מאתגר יותר. תוכלו לצייר גם כרישים במים, או מפלצות מים. קפצו מאי לאי, זכרו, אסור לדרוך על המים!!

לשחק לבד

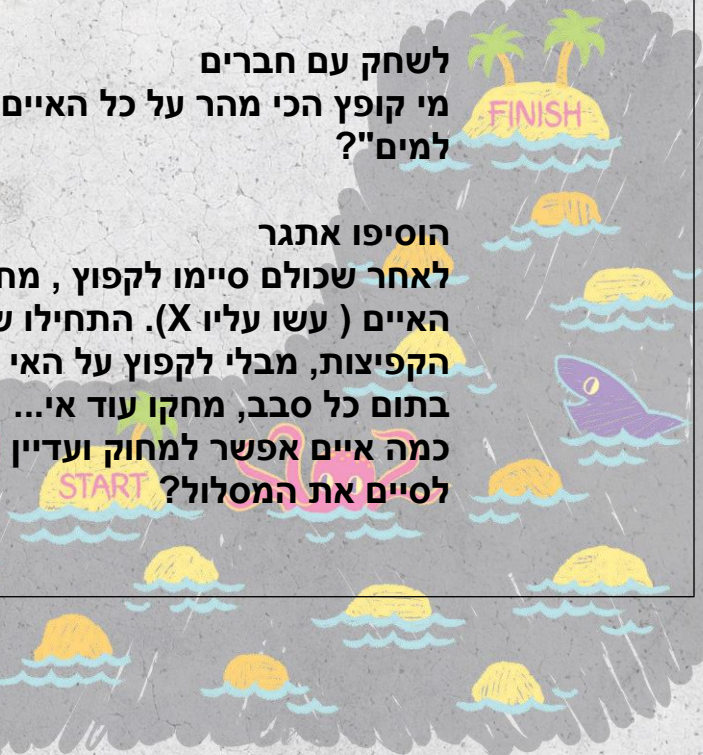
נסה/י לקפוץ על רגל אחת מאי לאי. כעת נסה/י לקפוץ עם שתי רגליים. מה יותר קשה?

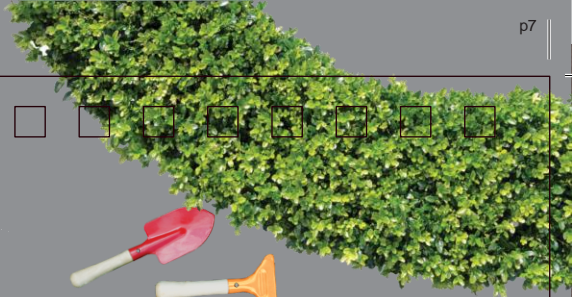
לשחק עם חברים

מי קופץ הכי מהר על כל האיים מבלי "ליפול למים"?

הוסיפו אתגר

לאחר שכולם סיימו לקפוץ, מחקו את אחד האיים (עשו עליו X). התחילו שוב את סבב הקפיצות, מבלי לקפוץ על האי שמחקתם. בתום כל סבב, מחקו עוד אי... כמה איים אפשר למחוק ועדיין לסיים את המסלול?





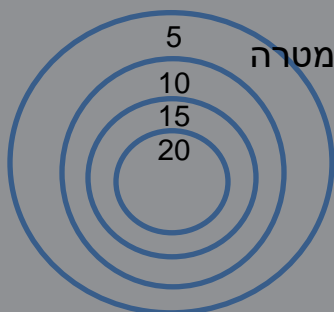
קליעה למטרה

הכנה ותרגול: ציירו על הרצפה קליעה למטרה כמו בציור מטה. יחד עם הנק' (העיגול הקטן ביותר הוא 20 נק', מסביבו עיגול עם 15 נק' וכן הלאה). במרחק מטר, שרטטו קו משם תזרקו את האבנים. מצאו 3 אבנים קטנות.

לשחק לבד
המטרה, לקלוע את האבנים לעיגול ששווה 20 נק'. ולזכות במקסימום נקודות (60).
עמדו בקו ההזנקה, כוונו וזרקו את האבנים אל המטרה.

לשחק עם חברים
שחקו 3 סבבים. מי צבר הכי הרבה נקודות?

הוסיפו אתגרים
* לפני זריקת האבנים, הסתובבו 3 פעמים...
* עצמו עיניים
* אחרי כל סיבוב, התרחקו יותר מהמטרה



גול!

לשחקן +1



הכנה ותרגול: בחרו קיר, שמותר לצייר עליו בגירים. תצטרכו כדורגל.

על הקיר שרטטו שער המורכב מריבועים אחד בתוך השני(כמו בציור) ונקדו אותם (הריבוע הקטן ביותר שווה הכי הרבה נקודות). ציירו נק' בעיטה על הרצפה, כשני מטר מהקיר. משם בעטו את הכדור לעבר הקיר.

לשחק לבד

בעטו ובדקו כמה נקודות אתם צוברים, נסו להשתפר מפעם לפעם. כמה בעיטות לקח לכם על מנת להגיע ל 250 נקודות?

לשחק עם חברים

לכל שחקן 2 תורות. מי צבר את הניקוד הגבוה?
מי שבעט מחוץ לשרטוט נפסל.

10

25

50

הוסיפו אתגרים

*הסתובבו 3 פעמים לפני הבעיטה

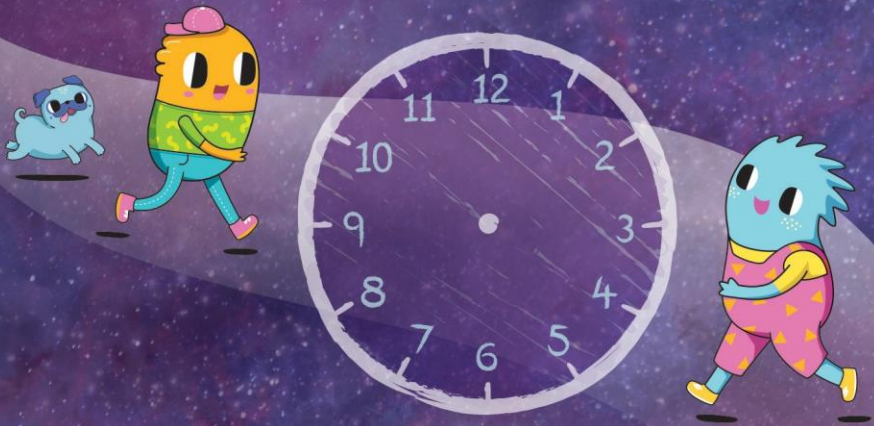
*בכל פעם התרחקו יורת מהקיר



מה השעה?

לשחקן +1

הכנה: ציירו שעון ענק על הרצפה (כמו בציור).
מלבד השחקן עצמו, תצטרכו מישהו שיהיה כרוז.
מצא/י 2 אבנים קטנות, אחת לדקות ואחת לשעות.



בקשו מהכרוז לכרוז שעה (לדוגמא: 17:30).

לשחק לבד

הניח/י את האבנים בהתאמה על השעון. ברגע שסיימת צעק/י
"סיימתי"

לשחק עם חברים

שחקן אחד יהיה הדקות השני יהיה השעות. עמדו בהתאמה על
השעה שהוכרזה. החליפו מדי פעם בתפקידים.

הוסיפו אתגרים

*תזמנו את התורים, כמה זמן לוקח לכם ?

*אם אתם משחקים לבד, בדקו האם אתם זריזים מפעם לפעם?
*בקשו מהכרוז לתת לכם זמן מסוים להספיק את המשימה.



לאיית

לשני שחקנים+

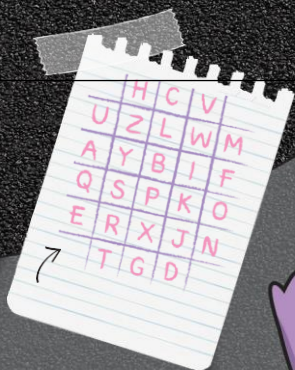
הכנה: כתבו על רצפה בצורה לא מסודרת את האותיות מ א'-ת'.

לשחק לבד: בקשו ממישהו להכריז על מילה. אתם צריכים להרכיב את המילה על ידי קפיצה על האותיות לפי הסדר שהן מופיעות במילה.

לשחק עם חברים
בחרו מילה מבלי לומר אותה, קפצו על
האותיות, וראו האם השחקן השני
מצליח "לקרוא" את המילה.

אתגרים:

*קפצו על כל האותיות לפי הסדר:
מא'-ת' ואחורה מ ת'-א'.
כמה זמן זה לוקח לך?





קפיצה לרוחק

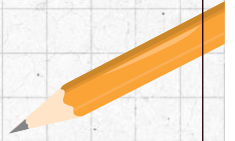
לשחקן +1
 הכנה: למשחק זה תצטרכו משטח רחב וארוך
 ציירו על המשטח מסלול כמו בציור.
 (ממש כמו סרגל גדול). הקפידו
 שהמרחקים ביו קו לקו זהים זה לזה
 (השתמשו בכף רגל או מקל למדידה).
 מספרו כל קו כאשר הספרה 1 היא
 הקרובה ביותר לנק' הקפיצה.
 לשחק לבד

קפצו כמה שיותר רחוק. היכן נחתת?
 (מדדו לפי העקבים של כפות הרגליים)
 כעת חזרו לנק' קפיצה ונסו שוב.

לשחק עם חברים
 כל אחד קופץ 3 פעמים.
 רשמו כמה שווה כל נחיתה
 (בהתאם למס' עליו נחת הקופץ)
 בתום הסבב, חשבו כמה נק'
 השיג כל קופץ.

JUMP!





מסלול מכשולים

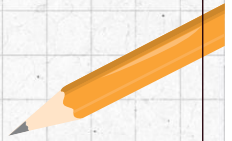
לשני שחקנים+

הכנה: הסתכלו בציור מטה כדוגמא. וציירו לכם מסלול מכשולים משלכם. ציינו נק' פתיחה. כתבו על המסלול משימות ופעילויות שונות (לקפוץ על רגל אחת, להסתובב, לרקוד, לשיר וכו'). השתדלו להיות יצירתיים ומצחיקים. ניתן גם להשתמש בחבל קפיצה, כדור, תחפושת...

לשחק עם חברים

תזמנו כמה זמן לוקח לכל שחקן להשלים את המסלול (כולל את כל המשימות)







פינות

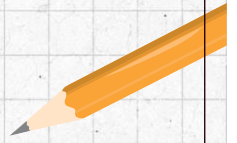
ל +3 שחקנים

הכנה: ציירו ריבוע גדול. בכל פינה צבעו ריבוע קטן (כמו בציור).
עשו זאת בצבעים שונים. במרכז הריבוע הגדול סמנו X.

לשחק עם חברים

שחקן אחד הוא הסופר. הוא עומד במרכז הריבוע על ה X. הסופר עוצם את העיניים וסופר עד 10, בזמן הזה שאר השחקנים רצים מפינה לפינה בכיוון השעון. ברגע שהסופר מגיע ל- 10 השחקנים נעמדים בפינה הקרובה אליהם ביותר. זה בסדר אם יוצא שיותר משחקן אחד נעמדו על אותה פינה. כעת על הסופר לנחש (כשעיניו עדיין עצומות) מי נעמד על איזו פינה (לדוגמא: "זוהר עומדת על הפינה הכחולה, איתי עומד על הפינה הצהובה"). על כל ניחוש נכון, הסופר זוכה בנקודה. כעת החליפו בתפקידים. לאחר שכולם היו סופרים, ראו למי היה את הכי הרבה ניחושים נכונים.







4 ריבועים

ל +4 שחקנים

למשחק זה צריך כדור גדול. ציירו על הרצפה ריבוע בגודל

3 מטר * 3 מטר בערך.
חלקו את הריבוע ל 4 חלקים
שווים (כמו בציור). מספרו
כל חלק מ 1-4 בכיוון השעון.



לשחק עם חברים

המטרה: להוציא את החשקנים האחרים מהמשחק על
מנת להתקדם לריבוע מס' 4 ולהיות "המגיש".
השחקן העומד על משבצת 4 הוא המגיש שמתחיל את
המשחק. כדאי להתחיל את המשחק, השחקן במשבצת
4 מכדרר את הכדור במשבצת שלו, ועם היד מכה
בכדור לכיוון כל משבצת אחרת. השחקן שאליו המגיש
היכה את הכדור, מכה בכדור לכיוון משבצת אחרת וכך
הלאה. לכדור מותר לקפוץ רק פעם על אחת על הקרקע
ואז יש להעביר אותו הלאה.

מתי נפסלים ויוצאים מהמשחק?

* הכדור קופץ יותר מפעם אחת על המשבצת

* שחקן "שלח" את הכדור מחוץ לריבועים

* שחקן החזיק עם שתי ידיים בכדור

20 * שחקן נכנס למשבצת של שחקן אחר

כאשר שחקן נפסל, הוא עובר למשבצת מס' 1 והאחרים

מתקדמים.



קו מפותל



לשני שחקנים+

הכנה: ציירו קו מפול ארוך. השתדלו שהפיתולים יהיו מאתגרים.

לשחק עם חברים

המטרה, לסיים את המסלול הכי מהר.

כל אחד בתורו רץ כל הקו המפותל מבלי לרדת

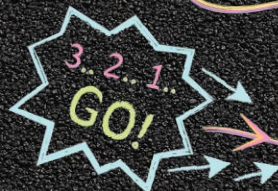
ממנו. מי שיורד, חוזר להתחלה. תזמנו בכמה זמן מצליח כל אחד לעשות את המסלול.

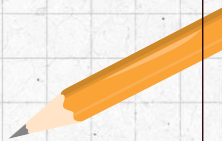
הוסיפו אתגר

נסו לעשות את מסלול על קצות האצבעות, או על

רגל אחד... או כל רעיון אחר

FINISH





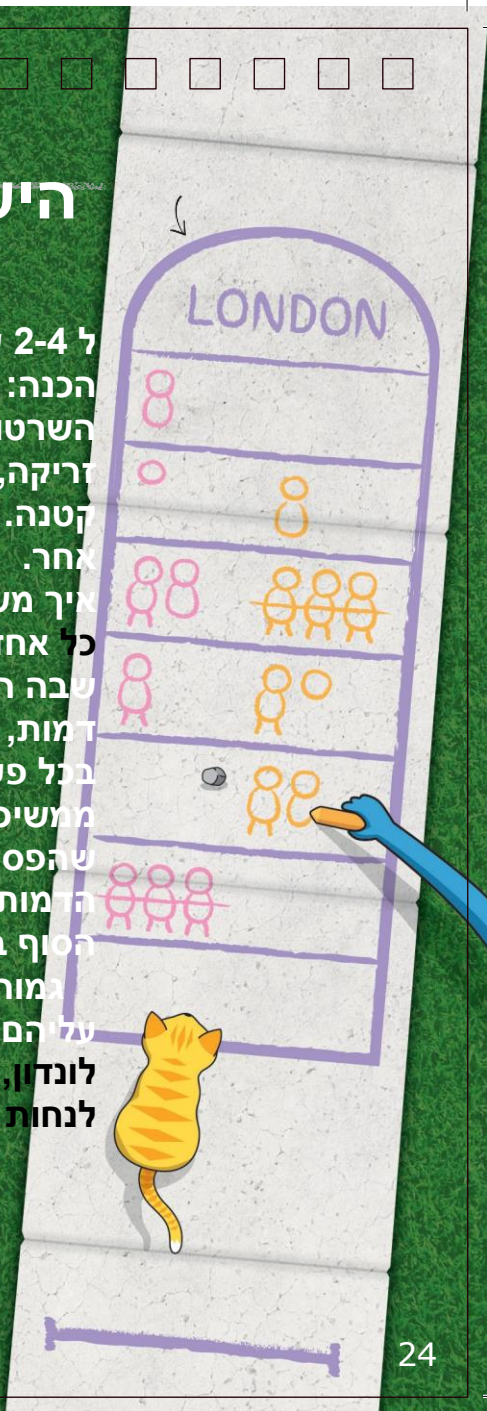
היעד: לונדון

ל 2-4 שחקנים

הכנה: ציירו את לוח המשחק (כמו השרטוט הסגול בעמוד זה) ציינו נק' זריקה, כמטר מהשרטוט. מצאו אבן קטנה. כל שחקן צריך לבחור גיר בצבע אחר.

איך משחקים

כל אחד בתורו זורק את האבן. בשורה שבה האבן נחתה, מתחיל הזורק לצייר דמות, כשהראש הוא האיבר הראשון. בכל פעם שנוחתים באותו מקום, ממשיכים לצייר את הדמות מאיפה שהפסקנו. (כל אחד יכול להשלים רק את הדמות שלו). המטרה, לצייר 3 דמויות עד הסוף בכל שורה. ברגע שיש לנו 3 דמויות גמורות (ראש, גוף רגליים) מסמנים עליהם קו. עם האבן נוחתת על המילה לונדון, הזורק יכול לבחור היכן הוא רוצה לנחות ולצייר.





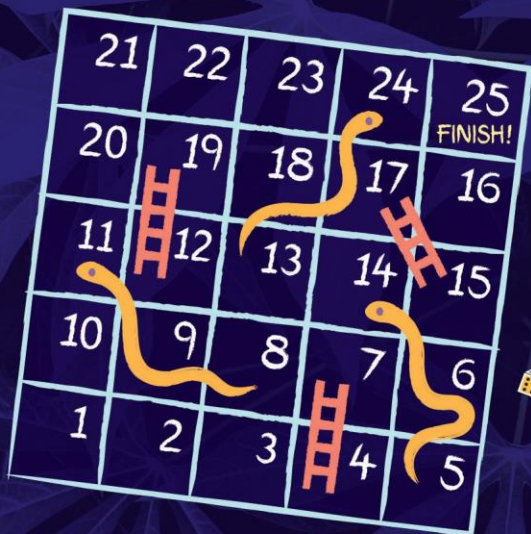
סולמות ונחשים

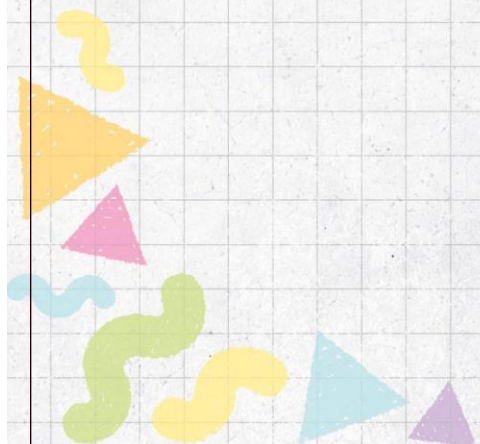
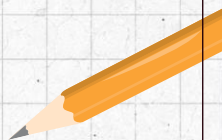
לשני שחקנים+

הכנה: למשחק זו, תצטרכו להרכיב את הקובייה המצורפת בסוף החוברת. שרטטו לוח משחק של סולמות ונחשים, וודאו שהמשבצות גדולות מספיק בשביל עמוד בתוכן. מספרו את הלוח מ 1- ועד כמה שתרצו. לאחר מכן הוסיפו את הסולמות והנחשים. תכננו יחד את הלוח.

איך משחקים

כל אחד מטיל את הקובייה בתורו וזז על הלוח לפי הקובייה (אם יצא על הקובייה 3 התקדמו 3 צעדים). אם נחתם עם ראש נחש, עליכם לחזור לרדת מטה לזנב שלו. אם נחתם על תחתית סולם עלו מעלה לקצהו. הראשון שמגיע למשבצת האחרונה מנצח.





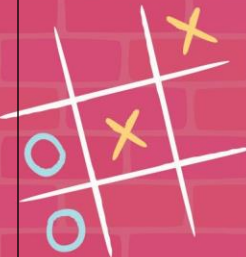


איקס עיגול

לשני שחקנים

ציירו לוח של איקס עיגול, שחקן אחד יהיה ה X השני יהיה O.

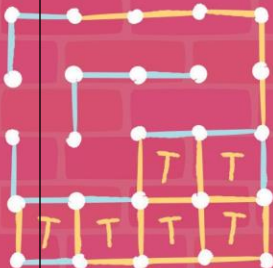
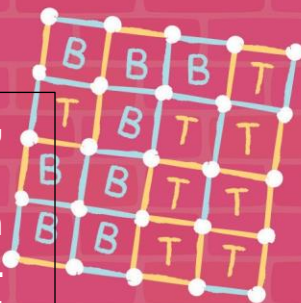
על כל שחקן בתורו לצייר את הסימן שלו על הלוח וליצור שורה במאונך או במאוזן או באלכסון על 3 סימונים זהים. השחקן הזני צריך לנסות למנוע זאת על ידי ציור הסימן שלו. אם אף אחד לא הצליח ליצור שורה משלו, זהו תיקו.

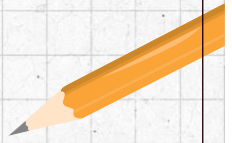


קו נקודה

לשני שחקנים קו נקודה

ציירו רשת של נקודות (5*5 בתור התחלה) כל שחקן בוחר גיר בצבע אחר. בתורות, כל שחקן מותח קו בין נקודה לנקודה (במאונך או במאוזן). המטרה, להיות השחקן שמשלים ראשון ריבוע. כאשר השחקן מצליח הוא כותב בפנים את האות הראשונה של שמו. ויש לו תור נוסף. המשיכו לשחק עד שכל הריבועים האפשריים נוצרו. ספרו כמה ריבועים יש לכל אחד.







נחש מי

לשלושה שחקנים+

הכנה: מצאו קיר שמותר לכתוב עליו

איך משחקים

בחרו שחקן אחד שיהיה המנחה. שאר השחקנים צריכים לעמוד כשגבם פונה לקיר. (בישיבה או עמידה). המנחה,

כותב שם של מישהו מפורסם/חיה/דומם על הקיר, מעל הראשים של השחקנים. כל שחקן יכול לראות מה רשום מעל הראש של היריב, אך לא שלו!

בתורות, שואל כל שחקן שאלות של כן/לא בכדאי לנחש מה רשום מעל ראשו.

המנצח, הראשון שמנחש נכונה מי הוא



TIGER

KANGAROO



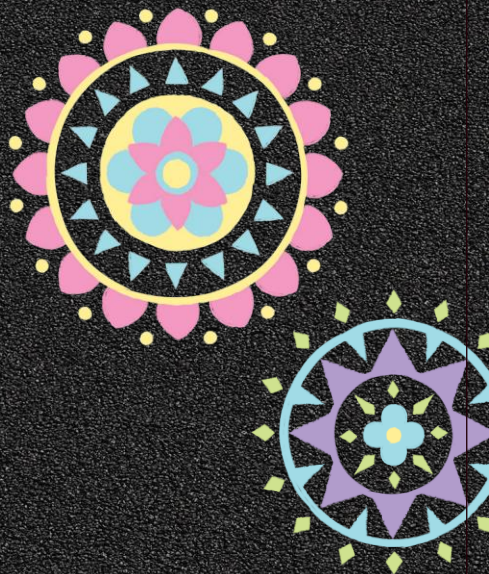


ART ACTIVITIES



מנדלות

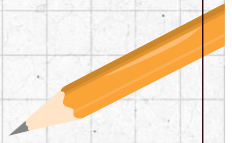
לשחקן +1
 ציירו את מרכז המנדלה, החלו
 לצייר מסביבה דוגמאות וצרו
 מנדלה מרהיבה, בצבעים
 ודוגמאות מגוונות. תוכלו
 להוסיף למנדלה, מקלות,
 אבנים, עלים או כל דבר אחר
 שתמצאו בסביבה.



מוזאיקה

לשחקן +1
 ליצירה זו תצטרכו מסקין טייפ. השתמשו
 במסקין טייפ ליצור מסגרת מרובע. בפנים
 מתחו מסקין טייפ ליצירת משולשים או
 מרובעים. צבעו ביניהם את המשטחים בצבעים
 שונים. לסיום, הסירו את המסקין טייפ וגלו את
 המוזאיקה שלכם.





בלאגן מפלצות

לשחקן +1

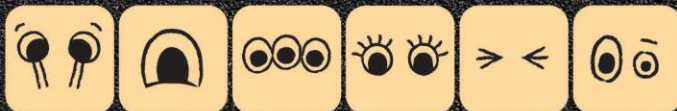
לפעילות זו השתמשו בקובייה המצורפת לחוברת. הטילו את הקובייה בתורות. השתמשו בטבלה מטה, בכדאי לדעת איזה חלק של המפלצת עליכם לצייר בכל שלב, בהתאם למה שיצא על הקובייה. לדוגמא: אם בתור הראשון יצא לכם מס' 2 על הקובייה תצטרכו לצייר גוף בצורת ענן. עד התור החמישי, תשלימו את המפלצת שלכם.



1 תור
גוף



2 תור
עיניים



3 תור
פה



4 תור
ידיים



5 תור
רגליים







אמנות בפירורי גירים

לשחקן +1

בפעילות זו תזדקקו למקל ארטיק. התאמנו ביצירת פרורי גירים. החזיקו את הגיר ביד אחת, עם היד השנייה גרדו את הגיר בעזרת מקל ארטיק. פרורי הגיר ייפלו על הקרקע. כמו אבק.



כעת הניחו על הרצפה, עלים/פרחים/אבנים. ופוררו את הגירים מעליהם. הזיזו את החפצים ששמתם, וראו מה נוצר.



ציור בשברים

לשחקן +1

חפשו שברים מעניינים על הרצפה בחוץ, ונסו להפוך אותם לציור מעניין.





דמיינו את עצמכם

לשחקן +1

מה הפנטזיה הכי גדולה לשכם? עצמו את העיניים ודמיינו . כעת פתחו את העיניים וציירו עם הגירים את מה שהופיע לכם בדמיון. נסו לצייר הכי גדול שאפשר. לאחר שסיימתם "כנסו לציור" וממש את הפנטזיה.







תלבושות מצחיקות

לשני שחקנים+
 שכבו על הרצפה ובקשו מחבר שישרטט את
 הגוף שלכם בגיר. התחלפו ושרטטו את גוף
 החבר. כעת, ציירו על השרטוטים תלבושות
 מצחיקות, שיער משוגע, נעליים מיוחדות או כל
 מה שבא לכם.







החלפת ציורים

לשני שחקנים+
 לפעילו זה תצטרכו מישהו נוסף שימדוד זמן. אם ישנם שני
 שחקנים, שבו זה מול זה. אך ישנם יותר משני שחקנים
 שבו במעגל. הקפידו שיש בניכם מרחק של זרוע זה מזה.
 ציירו מלבן על הרצפה. בגודל של עיתון.
 ציירו בתוך המלבן מה שתרצו, במשך כדקה. ברגע
 שמסתיימת דקה, מודד הזמן צועק, "להחליף". וכל אחד
 זז לציור שמשמאלו. שוב ציירו על המלבן שלפניכם במשך
 דקה וכן הלאה.
 המשכיו בסבב עד שכל אחד חוזר לציור המקורי שלו.

אתם יכולים גם להחליט שבכל סיבוב צריך לצייר משהו

קבוע

*סיבוב ראשון: צורה של פרצוף

*סיבוב שני: עיניים

*סיבוב שלישי: שיער

*סיבוב רביעי: אף

*סיבוב חמישי: פה

*סיבוב שישי: עיניים

וכו'





