

## חימום

### "צומת אסטרטגי"



- המטרה: חימום דינמי, פיתוח תכנון אסטרטגי קבוצתי ותקשורת מהירה.
- ארגון: חלק את הכיתה לארבע קבוצות. כל קבוצה עומדת בפינה אחרת של המגרש.
- את המגרש לפינה הנגדית. בכל סבב משנים את צורת ההתקדמות (ריצה, קפיצות וכו').
- הפעילות: כל קבוצה חוצה
- סבב 1 - 'כל אחד לעצמו'. סבב 2 - 'ביחד' לאחר 30 שניות של תכנון אסטרטגי קבוצתי.
- הטוויסט:
- תופסים, נתפסים קופאים בפיסוק, ושני חברים מצילים אותם ביצירת 'גלגל הצלה' סביבם.
- שדרוג לתופסת 'גלגל הצלה': שלושה

## עיקרי

### "תרגול קליעה לסל"

- כל שחקן מקבל כדור.

עומדים ב-3 עמדות שונות על קשת השלוש.

.  
כל שחקן זורק 10 פעמים מכל עמדה.

. המטרה: לקלוע כמה שיותר סלים.

## **משחק סיום**

"מלך הסלים"

. כל השחקנים עומדים בתור על קו העונשין.

. כל אחד זורק בתורו.

. שחקן שקולע, ממשיך לשלב הבא.

. שחקן שמחטיא, יוצא מהמשחק.

. המנצח הוא השחקן האחרון שנשאר.

כל הזכויות שמורות לעמותת ניקה ספורט וקהילה. אין לעשות שימוש בתוכן ללא אישור מראש ובכתב מהעמותה.