



**משרד החינוך**

# **חוזר המנהלת הכללית**

**הוראות קבע**

**עד/4(א)**

**כסלו התשע"ד - דצמבר 2013**

### **לתשומת לב המנהלים והמורים**

לפי האמור בסעיף 3(א) ל"תקנות חינוך ממלכתי (סדרי פיקוח) התשל"ג-1973", הוראות המנהל הכללי המופיעות בחוזרי המנכ"ל מחייבות את המנהלים ואת המורים, ועליהם לנהוג לפיהן.

חוברת זו מרכזת לנוחותכם את ההוראות שהתפרסמו בחודש שבו היא יצאה לאור. עם זאת, מאחר שחלים מזמן לזמן שינויים ותיקונים בהוראות המנכ"ל, על המשתמש בחוברת מוטלת האחריות לבדוק באתר משרד החינוך אם חלו שינויים בהוראות ממועד פרסום החוברת. יש לפעול בהתאם להנחיות המעודכנות ביותר בכל נושא.

## תוכן העניינים

	5	בטיחות, ביטחון ושעת חירום
	5.1	בטיחות
5	5.1-53	כללי בטיחות במשיכת חבל



## 5. בטיחות, ביטחון ושעת חירום

### 5.1 בטיחות

#### כללי בטיחות במשיכת חבל

5.1-53

#### מבוא

#### תמצית

אחת ממטרות החינוך הגופני היא שיפור כושרם הגופני של התלמידים. משיכת החבל היא פעילות גופנית חווייתית שבאמצעותה אפשר להשיג מטרה זו. השימוש בחבל משיכה פשוט ואיננו מורכב. עם זאת, שימוש לא זהיר בו עלול לגרום לפציעה. כדי לשמור על בריאותם ועל שלומם של תלמידינו אנו מביאים בסעיף זה את הכללים לביצוע פעילות זו.

**התוקף :** החל מ-1 בדצמבר 2013.

**התחולה :** חטיבות הביניים והחטיבות העליונות בכל המגזרים במערכת החינוך.

**הסטטוס :** חדש.

**התפוצה :** הפיקוח הכולל והמקצועי, מנהלי בתי הספר בכל מוסדות החינוך, המורים לחינוך גופני בכל מוסדות החינוך, מנהלי מחלקות החינוך ומנהלי אגפי/מחלקות הספורט ברשויות המקומיות וכל צוותי ההוראה והצוותים החינוכיים.

#### הגורם האחראי

**שם היחידה :** המזכירות הפדגוגית

**בעל התפקיד :** המפמ"ר והממונה על החינוך הגופני

**מס' הטלפון :** 03-6896136

**הדוא"ל :** avrahamzu@education.gov.il

## תוכן העניינים

### מבוא

1. הנחיות כלליות
2. החבל
3. אמצעי זהירות במשיכת חבל

## 1. הנחיות כלליות

- 1.1 על המורה לחינוך גופני לבצע חימום כללי וחימום ספציפי לפני הפעילות של משיכת חבל.
- 1.2 המשיכה תבצע אך ורק בנוכחותו ובהשגחתו של המורה לחינוך גופני.
- 1.3 פעילות משיכת החבל מותרת **מכיתות ז' ומעלה**.
- 1.4 על המורה לוודא, לפני הפעילות, שחבל המשיכה תקין (אין בלאי, קשרים, ריקבון, קריעה וכיו"ב).
- 1.5 המורה יקיים תדריך בטיחות לתלמידים לפני השיעור וידגיש, בין היתר, נקודות אלה:
  - יש לאחוז את החבל **בשתי הידיים** לאורך כל המשיכה.
  - אין לעזוב את החבל בשום שלב של המשיכה.
  - כל קבוצת מושכים תאחז את החבל באותו צד: בצד ימין.
  - אסור בתכלית האיסור ללפף את החבל סביב היד, סביב הרגל, סביב הגוף או סביב כל איבר אחר בגוף (כולל התלמיד האחרון בקבוצה).
- 1.6 בכל קבוצת משיכה יהיה תלמיד המשמש "קוצב", כלומר תלמיד הנותן קצב לקבוצתו ("משוך", "עצור", "1", "2" וכיו"ב). ה"קוצב" הוא היחיד המקשר בין המושכים ובין המורה לחינוך גופני.

## 2. החבל

- 2.1 החבל יהיה עשוי מחומר טבעי – מסיזל (סיבי דקל או אגבה).
- 2.2 אורך החבל המזערי יהיה 26 מ'.
- 2.3 אורך החבל המרבי יהיה 33.5 מ'.
- 2.4 עובי החבל המזערי יהיה 32 מ"מ.

- 2.5 עובי החבל המרבי יהיה 38 מ"מ.
- 2.6 על החבל יהיו 3 סימונים : סימון אחד במרכז החבל ושני סימונים, במרחק 3-4 מ' כל אחד, מהסימון שבמרכז החבל (סימונים אלה יהיו במרחק זהה לשני הצדדים).

### 3. אמצעי זהירות במשיכת חבל

- 3.1 המשיכה תתבצע על חול, על דשא, על דשא סינטטי, על אדמה רכה, על פרקט, על p.v.c ועל פוליאטילן יצוק.
- 3.2 המשטח יהיה ישר, ללא בורות או מהמורות, נקי מעצמים זרים ולא חלק.
- 3.3 המספר המרבי של התלמידים המשתתפים בכל קבוצת משיכה יהיה 8 ועוד תלמיד נוסף שישמש "קוצב".
- 3.4 **חובה** לנעול נעלי התעמלות רכוסות היטב בפעילות.
- 3.5 אין לקיים משיכה בחבל רטוב.
- 3.6 החבל יוצב באופן שבצדיו יישמר מרחק בטיחות מעצמים, ממפגעים, ממתקנים, מקירות, מתלמידים וכד', במרחק של 5 מ' לפחות **לכל צד** ובמרחק של 8 מ' לפחות מהמושך האחרון לאחור **משני הצדדים**.
- 3.7 המרחק בין תלמיד לתלמיד באותה קבוצה יהיה באורך של יד ישרה לפנים.
- 3.8 המושך הראשון מכל קבוצה יעמוד מעבר לסימון המסומן על הקרקע, שיהיה במרחק של 3-4 מ' מהסימון המרכזי על החבל (לכל כיוון).

הוצאה לאור : גף הפרסומים, משרד החינוך  
עריכה : דליה הלוי ודליה לאופר  
עריכה לשונית : דליה לאופר  
מרכזות ההפקה : שרה גמליאל ונעמה ברגר  
עיצוב : סטודיו "שחר שושנה"  
הודפס במדפיס הממשלתי, ירושלים

**כתובת המאגר הממוחשב של חוזרי המנכ"ל: [www.education.gov.il/mankal](http://www.education.gov.il/mankal)**