**התנדבות בשדה בוקר 10/12 יום המעשים הטובים הקוסקוס של אמא**

**חלק ראשון קבוצתי משחקי ספורט חברתיים כ-45 דקות.**

1. מחלקים את הילדים לשתי קבוצות בערך 10 ו-10. כל קבוצה מדריכים שני מדריכים.
2. פתיחה והיכרות: "שלום קוראים לנו... אנחנו נהיה המדריכים שלכם היום. יהיה מאוד כף ונעשה הרבה ספורט. לפני שנתחיל חשוב לנו להגיד שהכי חשוב לנו היום שכולם ייהנו ושנהיה קבוצה, פות אם מישהו יותר או פחות טוב ואם מנצחים או מפסידים העיקר לעזור אחד לשני ולהנות ביחד!"
3. סבב שמות והספורט האהוב עלי/ ספורטאי שאני אוהב
4. שמות עם כדור- מישהו במרכז מעגל זורק כדור למעלה ואומר שם, מי שקראו בשמו צריך לתפוס את הכדור.
5. תופסת חברים- בכל פעם שמישהו נתפס הוא מצטרף לתופסים והם צריכים להחזיק ידיים.
6. כדורגל סיני- עושים מעגל שכל אחד מפשק רגליים. המטרה לגלגל בין הרגליים של אחד החברים. אם למישהו נכנס הוא מסתובב ושוב צריך לשמור שלא יכנס לו הכדור.
7. תופסת חתול ועכבר/ שחמט-

חתול ועכבר- מעגל של החניכים עומדים צמוד, החניך התופס מחוץ למעגל והנתפס בפנים, המעגל צריך לעזור לנתפס.

שחמט- עומדים בשורות ופורסים ידיים צדדים, שהנתפס מבקש כולם מסתובבים ב90 מעלות

1. פינוקיו/ מולאן- צריך להצליח לדרוך על הרגל של החברים, מי שדרכו לו על הרגל נפסל. מולאן זה אותו דבר רק עם הידיים.
2. הקוף המשוגע- המדריך הוא הקוף המשוגע שמתחיל להתרוצץ ולעשות קולות כולם צריכים לעשות חריו, אפשר לתת אחרי זה גם לחניך לנסות.
3. כדורסל בלונים. כל קבוצה שולחת נציג להיות סל בצד השני של המגרש, משחקים כדורסל עם הבלון- מאוד מצחיק, אפשר גם שני בלונים. צריך לשים לב שהם נזהרים אחד על השני. אפשר לפוצץ את הבלון בסוף בחיבוק קבוצתי.
4. חולה גוסס מת- מי שלא תופס על עובר לרגל אחת מי ששוב לא תפס יושב
5. 3 מקלות
6. ארנבת שחורה
7. דיגר- כולם קופצים וצועקים דיגר- התחרות מי מצליח במשך הכי הרבה זמן
8. קרב תרנגולות- קופצים על רגל אחת עם ידיים משולבות, מותר לנסות להפיל אחד את השני עם הכתף. מי שדרך על 2 רגליים נפסל
9. הנחש בא
10. חיי שרה

**חלק שני תחרויות בין הקבוצות 30 דקות**

הדגל- לכל קבוצה שטח ודגל, עליה להגיע לשטח הקבוצה השנייה ולהביא את הדגל לשטחה. אם נתפסו בצד השני עומדים עד שמשוחררים ע"י נגיעה.

מחניים

כדורגל

**חלק שלישי 5 דקות**

סיכום- "היה לנו מאוד כיף אתכם! אולי עוד נפגש ותמשיכו להיות חברים טובים! ", וזלילת עוגות ושתייה

כל הכבוד על ההתנדבות!

בהצלחה

***ציוד נדרש:***

4 כדורי ספוג/ כדורים לא כואבים

כדורגל

בלונים ל'כדורסל בלונים'

חבל ל'הנחש בא'

עוגה+ שתייה + חטיפים

מצלמה