

כישורי חיים

# "עניין של זמן.." משחק מסלול להמחשת משמעות הזמן

מטרת הפעילות:

להעביר את המסר שלזמן יש ערך וכדאי לנצלו.

אביזרים:

- לוח משחק
- כרטיסיות שאלות
- כרטיסיות משימות
- קוביה גדולה
- חיילי משחק [בקבוקי מים מקושטים]
- ציר זמן
- סיפור
- ציפור לסיום

מהלך הפעילות:

1. נחלק את החניכים ל- 2 או 3 קבוצות. כל קבוצה מקבלת חייל. כל קבוצה בתורה תטיל קוביה ותתקדם בהתאם על לוח המשחק. כאשר מגיעים למשימה או לשאלה - מרימים מהערימה כרטיסיה ועונים על השאלה או מבצעים את המשימה.
2. נחלק את הקבוצה ל- 10 כרטיסיות בסה"כ - מנצחת (אין משמעות לסיום המסלול, מתחילים כל פעם סיבוב נוסף)
3. בשלב השני נעשה את פעילות "ציר הזמן".
4. לסיום, נספר את הסיפור ונשוחח על חשיבות ניצול הזמן.
4. נחלק לילדים שעוני חול קטנים עם קטע בנושא משמעות הזמן.

לוח המשחק:

התחל גור!				גור נוסף!
	 שאלות			
איגרג אפיאוג? אצור אאורה 2 אצאצור				הגא/ה 



## שאלות

1. כמה זמן בממוצע מבזבז אדם בדיבור בטלפון במשך חיו?
  - א- חצי שנה
  - ב- 5 שנים
  - ג- **שנתיים**
  
2. כמה זמן נמשך הריונה של הפילה?
  - א- **22 חודשים**
  - ב- 16 חודשים
  - ג- 8 חודשים
  
3. מהי המהירות הממוצעת של טיפת גשם?
  - א- 3 קמ"ש
  - ב- **11 קמ"ש**
  - ג- 69 קמ"ש
  
4. כמה זמן ארכה מלחמת ששת הימים?
  - א- **שישה ימים**
  
5. כל כמה זמן נולד תינוק בעולם?
  - א- כל שעה
  - ב- כל 4 דקות
  - ג- **כל שלוש שניות**
  
6. כמה פעמים ידייק שעון מקולקל ביממה?
  - א- **פעמיים**
  
7. כמה זמן בממוצע מבזבז אדם בחייו בצפיה בטלוויזיה?
  - א- **12 שנים**
  - ב- 8 חודשים
  - ג- 10.5 שנים
  
8. כמה שעות מבלה נער בן 18 מול הטלוויזיה-
  - א- 11,100
  - ב- **18,000**
  - ג- 20,000
  
9. כמה זמן יכול לישון חילזון:
  - א- שנה
  - ב- 8 חודשים
  - ג- **3 שנים**

10. כמה פעמים בשנה ממצמץ אדם בעיניו?

- א- **10 מיליון**
- ב- 30 מיליון
- ג- 4 מיליון

11. כמה זמן לוקח לאוכל להגיע לקיבה?

- א- 20 דקות
- ב- **שבע שניות**
- ג- 5 דקות

12. כמה זמן נמשכה מלחמת מאה השנים?

- א- מאה שנים
- ב- 99 שנים
- ג- **116 שנים**



## משימות

- לשתות כוס מים ב - 20 שניות.
- לומר 10 סוגי פירות ב - 11 שניות.
- להכין רשימה של תאריכי לידה של חברי הקבוצה לפי הסדר ב - 2 דקות.
- על כל הקבוצה לקפוץ על רגל ימין 20 פעם ב - 13 שניות.
- לומר את חודשי השנה העברית ב - 6 שניות.
- לספור עד 100 ב - 40 שניות.
- למנות את שמות כל חברי הקבוצה ב - 15 שניות.
- לפוצץ את הבלון מבלי להשתמש בידיים או ברגליים תוך דקה.
- לאכול 5 ופלים ב - 18 שניות.
- לכתוב את השיר "יונתן הקטן" ב - 50 שניות.
- לאכול תפוח בדקה.
- לאכול שקית במבה ב - 40 שניות.
- לאכול קרמבו ב- 10 שניות.

יום אחד הוזמן מרצה זקן לשאת הרצאה בנושא "תכנון זמן יעיל" - בפני קבוצה של 15 מנהלים בכירים בחברות הגדולות ביותר בארה"ב. המרצה נכנס לאולם ההרצאות והודיע: "אנו עומדים לערוך ניסוי". מתחת לשולחן שהפריד בינו לבין מאזיניו הוציא המרצה מיכל זכוכית גדול והניח בעדינות לפניו. אחר הוציא מתחת לשולחן כתריסר אבנים, כל אחת בגודל של כדור טניס, והניחן בעדינות, אחת אחת בתוך המיכל. כאשר התמלא המיכל לגמרי ולא ניתן היה להוסיף עוד אבן אחת, הרים המרצה את מבטו באיטיות אל תלמידיו ושאל: "האם מלא המיכל?" כולם השיבו "כן".

שוב התכופף והוציא מתחת לשולחן כלי מלא חצץ. בקפדנות שפך את החצץ מעל האבנים וניער מעט את המיכל. אבני החצץ הסתננו בין האבנים הגדולות עד שירדו לתחתית המיכל. שוב הרים את מבטו המרצה הזקן אל הקהל ושאל: "האם מלא המיכל?"

עתה אחד מהם השיב: "כנראה שלא".  
"נכון" ענה המרצה הזקן.

חזר והתכופף והפעם הוציא מתחת לשולחן סיר מלא בחול. בתשומת לב שפך את החול אל תוך המיכל. החול מילא את החלל בין האבנים הגדולות ובין החצץ. פעם נוספת שאל המרצה את מאזיניו: "האם מלא המיכל?"

הפעם ללא היסוס ובמקהלה, השיבו התלמידים המחוננים "לא!"  
"נכון" ענה להם המרצה הזקן.

וכפי שציפו תלמידיו, הוא נטל את כד המים שעמד על השולחן ומילא בהם את המיכל עד לשפתו. המרצה הזקן הרים את מבטו לקהל ושאל: "איזו אמת גדולה יכולים אנו ללמוד מניסוי זה?"

בחושבו על נושא ההרצאה השיב אחד המאזינים: "אנו למדים שככל שהזמן שלנו נראה גדוש בהתחייבויות, אם באמת מתאמצים תמיד ניתן להוסיף עוד פגישות ועוד מטלות".

"לא" השיב המרצה הזקן "לא זה, האמת הגדולה שמוכיח לנו הניסוי היא זו: אם לא מכניסים למיכל קודם כל את האבנים הגדולות, לעולם לא נוכל להכניס למיכל את כולם אחר כך"... דממה עמוקה השתררה באולם, כאשר כל אחד מנסה לתפוס את מלוא המשמעות של דברי המרצה.  
הזקן התבונן בשומעיו ואמר:  
"מהן האבנים הגדולות בחייכם?"

בריאותכם? המשפחה? ידידכם? הגשמת חלומותיכם? לעשות מה שאתם באמת אוהבים? להלחם למען מטרה נעלה? להינפש? לקחת זמן לעצמכם? משהו אחר?  
"מה שחייבים לזכור הוא שחשוב ביותר להכניס קודם את כל האבנים הגדולות בחיינו, כי אם לא נעשה זאת, אנו עלולים לפספס את החיים. אם ניתן עדיפות לדברים הקטנים (החצץ, החול) יתמלאו החיים בדברים הקטנים ולא יישאר מהזמן היקר שלנו כדי להשיג את הדברים החשובים באמת בחיים. משום כך לעולם אל תשכחו לשאול את עצמכם את השאלה: "מהן האבנים הגדולות בחיי?" וכאשר תזהו אותם, תכניסו אותן ראשונות למיכל (החיים) שלכם".  
בתנועת יד ידידותית, ברך המרצה הזקן את מאזיניו ויצא באיטיות מן האולם.



## גרף זמן וכוח

נניח במרכז החדר את הגרף. ציר ה- X מייצג זמן וציר ה- Y מייצג כוח.  
כל אחד יקבל 5 כרטיסיות: (במידה ויש יותר משתתפים מכרטיסיות נחלק לזוגות)  
תינוק, ילד, נער, איש וזקן.

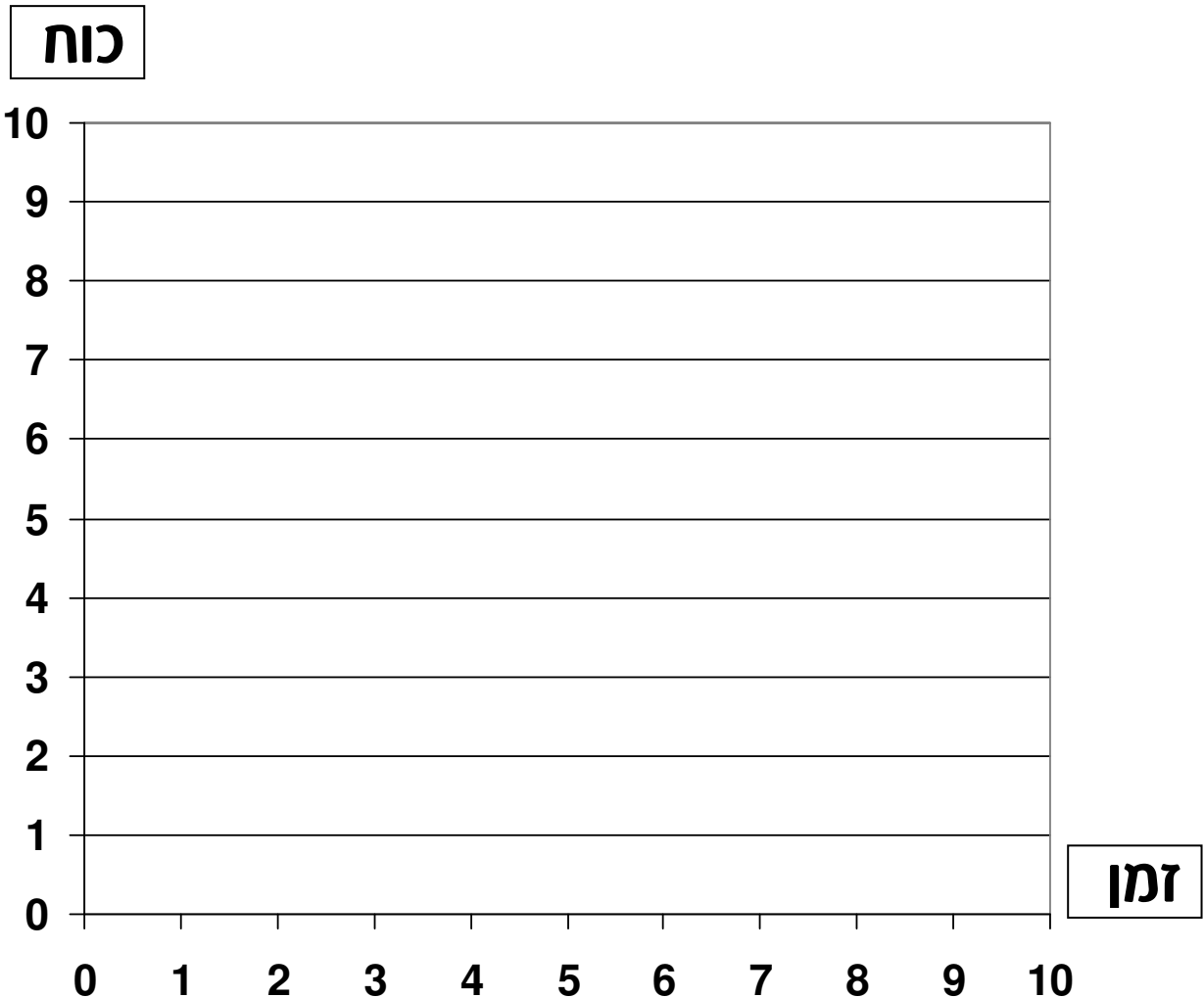
עליו למקם אותם על הגרף לפי הזמן הפנוי והכוח שיש לו, מ- 1-10.

לאחר שכולם הניחו את הכרטיסיות שלהם ננתח את התוצאות. בדרך כלל התוצאות מראות ש:

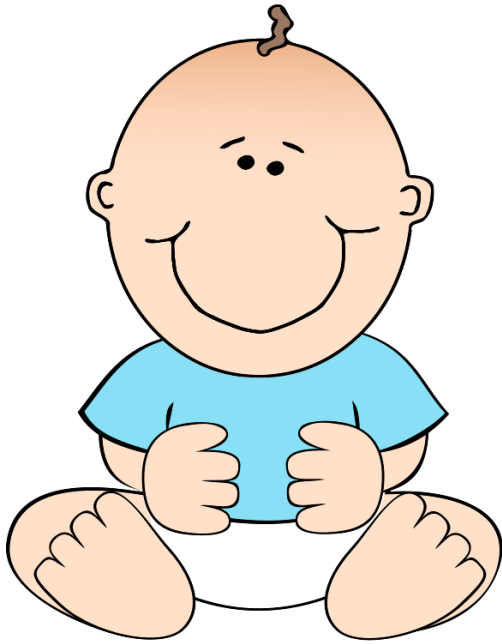
- a. **לתינוק** יש המון זמן פנוי אך אין לו כוח.
- b. **לילד** יש זמן פנוי אך לא הרבה כוח.
- c. **לאיש העובד** אין זמן פנוי, אך יש הרבה כוח.
- d. **לזקן** יש המון זמן פנוי, אך אין לו כוח.

נגיע למסקנה ש: - **לנער** יש גם זמן פנוי וגם כוח.

נגיד לנערים שהם נמצאים בשלב בחיים בו יש להם הכי הרבה זמן פנוי בשילוב של כוח.  
לכן כדאי להם לנצל זאת.



כרטיסיות לגרף הזמן-כוח



**תינוק**



**ילד**



**זקן**



**נער**



**איש**  
**(30-55)**



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנה -  
תשאל תלמיד שנשאר כיתה



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של חודש -  
תשאל אמא שילדה כג



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של שבוע -  
תשאל עורך עיתון שבועי



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שעה -  
תשאל אוהבים המחכים לפגישה



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של דקה -  
תשאל אדם שפיספס רכבת



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנייה -  
תשאל אדם שעבר תאונת דרכים

אם אתה רוצה להבין מה ערכה של אלפית השנייה  
תשאל ספורטאי שזכה במדליית כסף



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנה -  
תשאל תלמיד שנשאר כיתה



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של חודש -  
תשאל אמא שילדה כג



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של שבוע -  
תשאל עורך עיתון שבועי



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שעה -  
תשאל אוהבים המחכים לפגישה



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של דקה -  
תשאל אדם שפיספס רכבת



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנייה -  
תשאל אדם שעבר תאונת דרכים

אם אתה רוצה להבין מה ערכה של אלפית השנייה  
תשאל ספורטאי שזכה במדליית כסף



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנה -  
תשאל תלמיד שנשאר כיתה



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של חודש -  
תשאל אמא שילדה כג



אם אתה רוצה להבין מה ערכו של שבוע -  
תשאל עורך עיתון שבועי



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שעה -  
תשאל אוהבים המחכים לפגישה



אם אתה רוצה להבין מה ערכה של דקה -  
תשאל אדם שפיספס רכבת

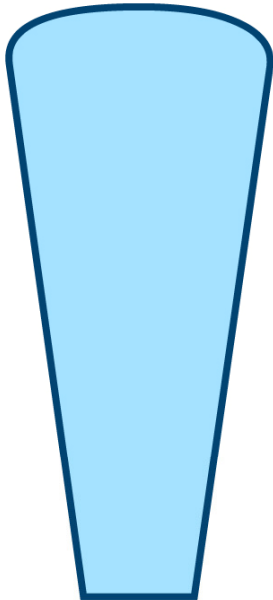
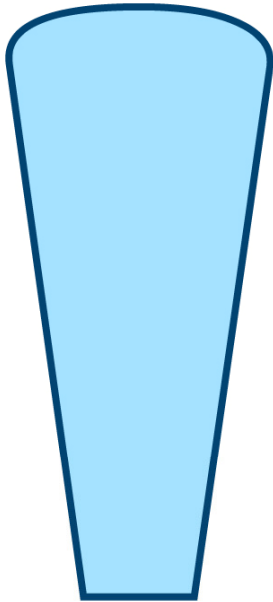


אם אתה רוצה להבין מה ערכה של שנייה -  
תשאל אדם שעבר תאונת דרכים

אם אתה רוצה להבין מה ערכה של אלפית השנייה  
תשאל ספורטאי שזכה במדליית כסף









כמה זמן בממוצע מבזבז  
אדם בדיבור בטלפון  
במשך חייו?

א- חצי שנה

ב- 5 שנים

ג- שנתיים



כמה זמן נמשך הריונה של  
הפילה?

א- 22 חודשים

ב- 16 חודשים

ג- 8 חודשים



מהי המהירות הממוצעת  
של טיפת גשם?

3 קמ"ש

-א-

11 קמ"ש

-ב-

69 קמ"ש

-ג-



כל כמה זמן נולד תינוק  
בעולם?

כל שעה

-א-

כל 4 דקות

-ב-

כל שלוש שניות

-ג-



כמה זמן בממוצע מבזבז  
אדם בחייו בצפייה  
בטלוויזיה?

12 שנים

-א

8 חודשים

-ב

10.5 שנים

-ג



כמה שעות מבלה נער בן  
18 מול הטלוויזיה?

11,100

-א

18,000

-ב

20,000

-ג



כמה זמן יכול לישון חילזון?

- א- שנה
- ב- 8 חודשים
- ג- 3 שנים



כמה פעמים בשנה ממצמץ אדם בעיניו?

- א- 10 מיליון
- ב- 30 מיליון
- ג- 4 מיליון



כמה זמן לוקח לאוכל  
להגיע לקיבה?

א- 20 דקות

ב- שבע שניות

ג- 5 דקות

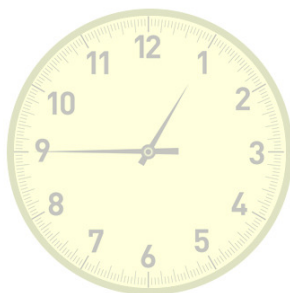


כמה זמן נמשכה מלחמת  
מאה השנים?

א- מאה שנים

ב- 99 שנים

ג- 116 שנים





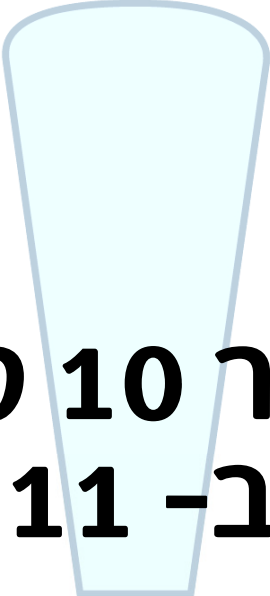
**כמה פעמים ידייק שעון  
מקולקל ביממה?**



**כמה זמן ארכה  
מלחמת ששת הימים?**







**לומר 10 סוגי  
פירות ב- 11 שניות**



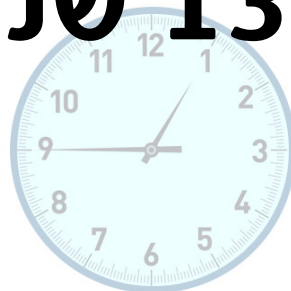
**לשתות כוס מים  
ב- 20 שניות**



להכין רשימה של  
תאריכי לידה של  
חברי הקבוצה לפי  
הסדר ב- 2 דקות



על כל הקבוצה  
לקפוץ על רגל  
ימין 20 פעם  
ב- 13 שניות



**לומר את חודשי  
השנה העברית  
ב- 6 שניות**



**לספור עד 100  
ב- 40 שניות**




**למנות את  
שמות כל חברי  
הקבוצה  
ב- 15 שניות**



**לפוצץ את הבלון  
מבלי להשתמש  
בידיים או ברגליים  
תוך דקה**





**לאכול 5 ופלים  
ב- 18 שניות**



**לכתוב את השיר  
"יונתן הקטן"  
תוך 50 שניות**





**לאכול תפוח  
בדקה**



**לאכול שקית במבה  
ב- 40 שניות**



**לאכול קרמבו  
ב- 10 שניות**

