

נושא השיעור: מסכמים בריקודים

גיל התלמידים: ה-ו.

משך הזמן: 45 דק.

שמות היצירות ויוצריהם: להחלטת המורה.

עזרים נלווים: בהתאם לנעשה במהלך השנה.

מטרות השיעור

- לפתח רפלקציה אישית.
- לחזק את תחושת השייכות והגאווה בלמידת המחול.
- להעמיק את המיומנויות שנרכשו במהלך השנה.

הנחיות למורה

השיעור מיועד לסכם את השנה. התלמידים יחזרו על ריקודים ופעילויות גופניות משמעותיות שהיו עבורם בשנה החולפת. במהלך השיעור התלמידים יחזרו על ריקודים ופעילויות גופניות משמעותיות שהיו עבורם בשנה החולפת, יצירו שילובים חדשים ויביעו את עצמם דרך התנועה.

מהלך השיעור / הפעילויות:

- חימום, ניתן להשמיע מוסיקה נעימה ברקע:
המורה תחלק את התלמידים לזוגות ותנחה אותם להעביר חימום אחד לשני על סמך החימום שלמדו במהלך השנה בשיעורים. לכל אחד מבני הזוג המורה תיתן ארבע דקות להעביר את החימום לבן הזוג השני בהחלפה (8 דק).
- א. המורה תחלק את התלמידים לקבוצות של ארבעה תלמידים. כל קבוצה תקבל מוסיקה של ריקוד שלמדו במהלך השנה ותשחזר את הריקוד בגרסה מחודשת שלהם.
המורה תנחה את התלמידים להוסיף תנועות חדשות משלהם (15 דק).
ב. כל קבוצה תציג במליאה את הריקוד המחודש שיצרה (10 דק).

3. רוקדים יחד: המורה תקיים הצבעה ועל פי רוב ייבחר ריקוד אחד ממאגר הריקודים ששחזרו בקבוצות. הכיתה תרקוד אותו ביחד (7 דק).

4. סיכום ורפלקציה (5 דק): המורה תבקש מהתלמידים להתיישב במעגל ותציג בפני התלמידים אפשרויות למשפטים אותם ישלימו. באמצעות משפטים אלו התלמידים ישתפו ויחלקו את התחושות שלהם משיעורי המחול במהלך השנה, לדוגמא:
"אני מרגיש בשיעורי מחול ש..."
"יש לי טיפ במחול..."
"הריקוד או התנועה הכי מאתגרים שהיו השנה..."
"למדתי על עצמי דרך המחול ש..."

קישורים / דוגמאות לפעילות:

[מתנועעים, מתקשרים ומפתחים כישורי חיים](#)

[יחידות הוראה לקידום הלומד העצמאי](#)

היבטים מתכנית הלימודים החדשה

ערך: שמחה, ביטחון עצמי.
מעורבות: שייכות, אהבת המחול.
רלוונטיות: שימור מיומנויות גופניות וקוגניטיביות, חיבור רגשי לתכני השיעור.
רכיבי ליבה מהתכנית: ידע גוף וטכניקה, איכות חיים, חברה ותרבות.