

## נושא השיעור: עשר המכות

גיל התלמידים: כיתות א' – ב'.

משך הזמן: 1-2 יחידות שיעור, 45 דק' כל אחת. (חלוקת הזמנים גמישה בהתאם להתקדמות התלמידים).

שמות היצירות ויוצריהם: בחירות מוסיקליות להחלטת המורה.  
אופן העברת המערכה: ניתן להשתמש במערכת בשיעור רגיל וכמקוון.

### מטרות השיעור

- לעודד ביטוי יצירתי בתנועה בהשראת סיפורי התנ"ך.
- לטפח יכולות הבעה בתנועה ותחושת מסוגלות עצמית.
- לפתח חיבור למורשת ולזהות היהודית דרך עיסוק וחוויה תנועתית.

### תיאור הפעילויות

א. המורה תציג את נושא השיעור ברוח חג הפסח ותשאל את התלמידים שאלות מכוונות לסיפור "עשר המכות": מה קרה לעם ישראל בתקופה שהם חיו במצרים? כיצד התייחסו אליהם? כיצד הם נגאלו מעבדות לחירות?

המורה תזמין את התלמידים לצאת למסע לתקופת התנ"ך ולחוות את סיפור עשר המכות:

- מכת דם** - כל מקור מים שבו השתמשו המצרים, התמלא בדם. התלמידים בהנחיית המורה מנסים להניע מפרקים שונים בתנועת זרימה מתמשכת ומשלבים עבודה תנועתית של כל חלקי הגוף לכיוונים ולקצוות שונים ומנוגדים.
- מכת צפרדע** - המוני צפרדעים מתפשטים על ארץ מצרים. הילדים מתקדמים בסוגי קפיצות שונים או לחילופין רוקדים את [ריקוד "הצפרדע המשוגעת" / "ד"ר לוי בר-גיל](#).
- מכת כינים** - המוני כינים תוקפות את מצרים. הילדים מתגרדים בראש ובכל הגוף. מנסים להתגרד עם איברים שונים: מרפק עם ברך, מצח עם כף רגל, אמות עם גב.

4. **מכת ערוב** - חיות טורפות ממלאות את מצרים ופוגעות במצרים ובהמותיהם. כל תלמיד חושב על חיה טורפת ומנסה לחקות את תנועותיה מתקדמים לאט ואח"כ בתנועות ציד מהירות.
5. **מכת דָּבָר** - מגפת דָּבָר מכלה את כל בהמותיהם של המצרים. כל תלמיד חושב על בעל חיים ששימש את המצרים למשק ולחקלאות (סוס, שור, פר, תרנגולת, כבשה ועוד), מתקדם בצורת התקדמות המאופיינת לו. עם עצירת המוסיקה/ מחיאת כף, נופלים לקרקע בצורה הדרגתית דרך צד הגוף.
6. **מכת שחין** - מחלת אבעבועות תוקפת את גופם של המצרים ואת בהמותיהם וגורמת להם סבל וכאב רב. המורה תנחה את התלמידים לאיבר מסוים בגוף בו ישנו כאב והתלמידים ינסו לנוע עם שאר הגוף פרט לאותו איבר.
7. **מכת ברד** – ברד כבד יורד בארץ מצרים, שובר את העצים, פוגע בגידולים ומבהיל את המצרים בקולות החזקים שהוא יוצר. התלמידים יוצרים מקצבים בגופם כנגד איברי גוף אחרים והרצפה בהתאם לליווי המוסיקלי.
8. **מכת ארבה** - ארבה (חגבים) כבד מגיע לארץ מצרים ואוכל את כל הגידולים שעוד נותרו אחרי הברד. הארבה יכול להתרבות במהירות רבה ולנדוד בלהקות כמקשה אחת. על התלמידים לנוע במרחב הכללי בקבוצה בחיקוי תנועות חגב מתעופף. רעיון לעבודה קבוצתית- על התלמידים לנוע כקבוצה בתנועות מעוף לפי מספר התלמידים שאותו תציין המורה. (יש לשים לב שלא תמיד כולם יצליחו למצוא קבוצה עם מספר תלמידים זהה ולכן ניתן לתת לאותם תלמידים את הזכות להכריז על מספר חדש או "לקבל סולו").
9. **מכת חושך** - במשך שלושה ימים שוררת אפלה מוחלטת במצרים ואין הבדל בין יום ללילה. על התלמידים לנוע במרחב הפרטי בעיניים עצומות ואח"כ במרחב הכללי. ניתן גם לשלב עבודה בזוגות/ קבוצות: עומדים אחד מאחורי השני, התלמיד שעומד מאחורה מובל בעיניים עצומות על ידי החבר שלפניו ואח"כ מתחלפים. (ניתן להשתמש באחד מבני המשפחה).
10. **מכת בכורות** – בחצות הלילה בט"ו בניסן מת בכור של כל משפחה ממצרים. על בתיים של בני ישראל ה' פסח (דילג) והם לא נפגעו ממכה זו כמו שאר מכות מצרים. המורה תלמד את התלמידים קפיצת דילוג (טונלווה) והם ישזרו אותו בתוך ריקוד חופשי המבטא את היציאה לחופש לאחר המכה האחרונה.

ב. סיכום ורפלקציה:

- איזו מכה הכי זכורה לכם מהמכות השונות? מדוע?
- עם איזו מכה לדעתכם היה למצרים הכי קשה להתמודד?
- כיצד לדעתכם הרגישו משה ובני ישראל בתקופה של עשרת המכות?

### קישור לפעילות:

[ריקוד "הצפרדע המשוגעת" / ד"ר לוי בר-גיל.](#)

### היבטים מתכנית הלימודים החדשה

- ערך: שיתוף פעולה, חופש ביטוי, כבוד, שוויון.
- מעורבות: התלמידים לוקחים חלק פעיל בשיעור בחלקי היצירה.
- רלוונטיות: תנועה בנושא סיפור עשר המכות לכבוד חג הפסח.
- רכיבי ליבה מהתכנית: שפה, ידע גוף וטכניקה, יצירה ומופע, חברה ותרבות.

