

## נושא השיעור: חופש הביטוי בתנועה

גיל התלמידים: כיתות ה' - ו'.

משך הזמן: יחידת שיעור, 45 דק'. (חלוקת הזמנים גמישה בהתאם להתקדמות התלמידים).  
שמות היצירות ויוצריהם: בחירות מוסיקליות להחלטת המורה.

### מטרות השיעור

1. להכיר בערך השוויון והחופש לכל בני האדם דרך תנועה חופשית מונחית.
2. להקשיב לגוף במגוון סוגי תנועה ואיכויות תנועה עם דיוק והקשבה לסביבה.
3. לשאוף למימוש עצמי בשכלול יכולות וטווחי התנועה תוך מתן לגיטימציה לביטוי אישי בתוך הקבוצה.

### תיאור הפעילויות

1. חימום חופשי במרחב.

המורה תיתן הנחייה לנוע באופן עצמאי במטרה לחמם את איברי ומפרקי הגוף. בהמשך נעים תוך כדי תשומת לב להשפעות חיצוניות. המורה תשאל: "האם יכולה להיווצר מצב בו כולנו עושים את אותה התנועה יחדיו?" ותזמן את הקבוצה לחפש וליצור תנועותיות משותפת ומלוכדת של כל הקבוצה. (10 דק')

2. אימפרוביזציה תנועתית.

המורה תנחה את הקבוצה לנוע באופן חופשי בהתאם לליווי המוסיקלי תוך מודעות לעצמם ולבחירה האישית הייחודית שלהם בתנועה. המורה תדגיש בפני התלמידים לנסות לשים לב לתנועה שקורית מסביבם ולבדוק מה הנטייה שלהם: לשים לב רק לעצמם או גם לסביבה? (10 דק')

3. מוביל- מובל. (15 דק'). ניתן לבחור מבין האפשרויות):

א. המורה תנחה את הקבוצה להליכה במרחב תוך תשומת לב לקבוצה. ברגע שמישהו עוצר כולם עוצרים. המורה תשאל: "איך אני עוצר? ברוגע, במתח? האם אני שם לב ראשון או אחרון לעצירה?"

ב. אחד התלמידים יתחיל ללכת והקבוצה תמשיך בהליכות בעקבותיו. כולם

עוצרים וכל פעם רק אחד הולך. בהמשך רק שניים, שלושה וכו'.

- ג. המורה תנחה את התלמידים לחזור על הפעילות ולהתחיל עם תנועה חופשית לבחירתם ולהמשיך לנוע בתגובה לטמפו של המוסיקה אותה תשמיע.
- ד. המורה תאפשר לפתח את ההליכה לעוד דברים- ישיבה, תנועה, יחס לאחר ועוד. בנוסף אין הגבלה על כמות האנשים שזזים. המורה תנחה את התלמידים להתבוננות בהחלטות התנועתיות שלהם ותבקש מהם להתייחס לשאלה "האם אני משפיע/ מושפע/ מוביל/ מתייחס לאחר או רק לעצמי?"

#### 4. סיכום ודיון מילולי: (10 דק')

- כיצד הרגשתם כשניתנה לכם האפשרות לביטוי אישי?
- ממה נהניתם יותר: להיות מובלים או מובילים?
- מה הרגשתם שיותר אתגר אתכם: לנוע בחופש מוחלט כיחידים או לנוע יחד כקבוצה?
- מדוע לדעתכם חופש הביטוי חשוב כל כך ומופיע באמנת זכויות הילד?
- האם חופש ביטוי זה תמיד דבר טוב?

### קישור/משפט/דוגמה לפעילות:

#### אמנת זכויות הילדים

יחידות לימוד בינתחומיות: כישורי חיים ומחול

### היבטים מתכנית הלימודים החדשה

- ערך:** שיתוף פעולה, חופש ביטוי, כבוד, שוויון.
- מעורבות:** התלמידים לוקחים חלק פעיל בשיעור בחלקי היצירה.
- רלוונטיות:** תנועה ברוח יום זכויות הילד.
- רכיבי ליבה מהתכנית:** שפה, ידע גוף וטכניקה, פרשנות והערכה, חברה ותרבות.