

נושא השיעור/הפעילות בשגרה ובחירום:

פעילות חווייתית בחופשת הפסח

כתבה: גיל ברקוביץ'

גיל התלמידים: כיתות ב'-ג'

משך הזמן: 45 דקות

אופן הפעילות: מקוון א-סינכרוני

מטרות השיעור

- לחזק את הזהות הישראלית וכבוד למורשת של חג בפסח
- לשכלל יכולות ביטוי אישי בתנועה וחדווה

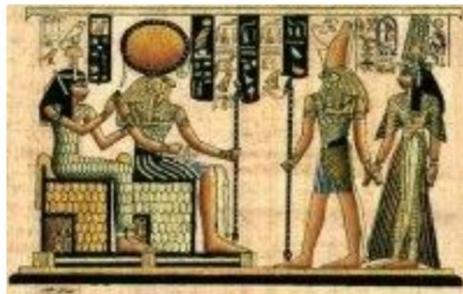
תיאור הפעילויות

- פתיח הנחייה לתלמידים:

תלמידים יקרים,

פסח, מסמן לנו את בוא האביב, עונה של פריחה וצמיחה. בנוסף, בתקופה זו אנו יוצאים לחופשת פסח, חוגגים את היציאה של בני ישראל מעבדות לחירות. השנה, התחושות קצת אחרות. עלינו להיות בבית ולא להסתובב בחוץ ובין חברים. יחד עם זאת, יש לנו אפשרות ליצור חופש תנועת, יצירתי ולעוף עם הדמיון לכל מקום אליו נרצה להגיע. הריקוד מאפשר לנו להרגיש תחושה של חופש ושמחה גדולה. לתת לגוף לפרוח כמו פרחי האביב. נשלחו לכם משימות מהנות ומשמחות לחופשת הפסח. נסו לשתף פעולה עם כל בני המשפחה וכך תגרמו לכל הבית לתחושה של אושר ושמחה! אתם מוזמנים לתעד בווידיאו או בתמונה את התרגילים התנועתיים שתעשו ולהעביר אליו לדוא"ל הארגוני.

2. בחרו פרח או עץ שאתם אוהבים שנמצא בבית שלכם או בגינה לידכם. נסו לעצב את הגוף כמו הצמח שבחרתם וצלמו את עצמיכם יחד אתו.
3. דמיינו מקום שהייתם רוצים להיות בו עכשיו, בחופשת הפסח. מה הקולות שאתם שומעים? איך אתם לבושים באותו המקום? איך אתם זזים ורוקדים? למשל: אם בחרתם חוף ים, ריקדו לצלילי מוזיקה של ים. דמיינו שאתם מעיפים חול באוויר.
4. בחרו מוזיקה שאתם אוהבים, שגורמת לכם לתחושה של שחרור וחופש. רקדו והזיזו את גופכם בחופשיות לצלילי המוזיקה. פשוט תהינו ושחררו כל מחשבה!
5. שימו ברמקולים את השיר "משה בתיבה – דומם שטה":
<https://www.youtube.com/watch?v=XZ2zBKs-9Vk>
תתחילו להתנועע כמשה בתיבה על המים. ניתן לשכב על כרית קטנה ולנסות להכניס את כל אברי הגוף בתוכה. לאט לאט המים נעים בעוצמה רבה ומזיזים אתכם במהירות.
6. צפו בתמונות המצורפת ונסו לחקות ולבצע יחד עם המשפחה את התנועות של הדמויות המצריות.



היבטים מתכנית הלימודים

ערך: כיבוד ערכי המורשת והתרבות בישראל

מעורבות: התלמידים לוקחים חלק פעיל ביצירה, אלתור וקומפוזיציה.

רלוונטיות: מותאם גיל

רכיבי ליבה מהתכנית: חברה ותרבות, יצירה ומופע, ידע גוף וטכניקה