

נושא השיעור: קרני השמש שבתוכנו

גיל התלמידים: א' – ו'.

משך הזמן: 45 דק'.

אופן הלמידה: למידה פרונטלית.

שמות היצירות ויוצריהם: "קרן שמש" - בניה ברבי.

מטרות השיעור:

- לקדם אורח חיים בריא באמצעות חדוות הריקוד.
- לשכלל קואורדינציה וזיכרון תנועתית.
- לפתח מודעות לתנועה במרחב באופנים שונים.

הנחיות למורה:

השיר קרן שמש מבטא את הכוח של קרני השמש המשפיעות עלינו. שימוש בשיר זה יאפשר התייחסות תנועתית למאפייני השמש וצורתה. המורה תתאים את תנועות הריקוד בהלימה לגיל התלמידים ויכולתם. בשיעור זה התלמידים יתנסו בתנועה במרחב באופנים שונים: באופן חופשי, בשורות ובמעגל.

מהלך השיעור / הפעילות:

- חימום דינמי: בליווי מוסיקה
א. המורה תבקש מהתלמידים לנוע במרחב בצורות התקדמות שונות לדוגמה: דילוגים, הליכה ב"פלייה", הליכה ב"רלווה", ב"שסה" וכדומה.
ב. במהלך ההתקדמות המורה תעצור את התלמידים באמצעות מחיאת כף ותורה להם לחקות את תנועותיה באופנים שונים לדוגמה: סיבובי ראש, סיבובי כתפיים, סיבובי אגן, מתיחות, קפיצות במקום, מכרע וכדומה (10 דק').

2. א. המורה תשמיע את השיר "קרן שמש" ותבקש מהתלמידים לנוע בחלל. בכל פעם שתופיע מילה חיובית ואופטימית יהיה על התלמידים לרקוד באופן שלדעתם מאפיין את קרני השמש (תנועות ארוכות, גבוהות, מנחי גוף פתוחים, הארכה של קצוות הגוף) מול אחד מחברי הכיתה או יותר וליצור. יש להדגיש בפני התלמידים כי עליהם לחשוב על תנועות שונות ומגוונות ולא לחזור על אותה תנועה פעמיים.
- ב. המורה תחזור על אותה הנחייה כאשר הפעם תבקש מהם לחבור בעת ביצוע תנועות קרני השמש לתלמיד אחד או יותר וליצור מעגל בזמן שהם רוקדים (המעגל מורכב ממספר שונה של תלמידים בהתאם להנחיית המורה)
- *תלמיד שיישאר ללא מעגל יצטרף למעגל הקרוב אליו. (15 דק).
3. המורה תלמד את תנועות הריקוד (בית ופזמון). כאשר בשיר ישמעו מילים חיוביות תבקש מהתלמידים להציע תנועות כפי שביצעו בסעיף הקודם ותחבר אותם למהלך הריקוד. (10 דק).
4. המורה תסדר את כל התלמידים במעגל ותסביר כיצד אנחנו מעבירים את צורת הריקוד מביצוע בשורות לביצוע במעגל. התלמידים ירקדו את הריקוד במעגל (10 דק).

קישור/משפט/דוגמה לפעילות:

[השיר- קרן שמש](#)

["שירונט"](#) המילים לשיר "קרן שמש"

היבטים מתכנית הלימודים החדשה:

ערך: יצירתיות, ביטוי אישי, איכות חיים.

מעורבות: התלמידים לוקחים חלק פעיל במהלך השיעור.

רלוונטיות: שכלול מיומנויות תנועה והגברת חדות הריקוד.

רכיבי ליבה מהתכנית: שפה, ידע גוף וטכניקה, חברה ותרבות, איכות חיים.