

## נושא השיעור: נותנים צ'אנס לתנועה

שיעור בהשראת "שיטת המקריות" של מרס קנינגהאם

גיל התלמידים: א' – ב'.

משך הזמן: 45 דק'.

שמות היצירות ויוצריהם: בחירות מוסיקליות להחלטת המורה.

עזרים: קוביות משחק.

### מטרת השיעור:

1. לעודד שמירה על כללי משחק.

2. לפתח את יכולת השליטה ברצף תנועתי.

3. לשכלל מיומנויות של קשב וריכוז.

### הנחיות למורה:

משחקים מאפשרים לתלמידים לבצע פעולות למידה באופן חווייתי, מהנה וממושך. בחוויית המשחק משכללים התלמידים את יכולתם לקבל על עצמם גבולות כללים וחוקים, יכולת לשתף פעולה, הצבת מטרות והתמודדות עם תסכולים. מקור ההשראה למשחקי הקובייה במערך זה הוא הכוריאוגרף מרס קאנינגהם, שיחד עם המוזיקאי ג'ון קייג' פיתחו את שיטת המקריות "שיטת הצ'אנס" בה נקבע סדר הקומבינציה התנועעית בהתאם להטלת קובייה. מערך זה מציע פעילות משחקית באמצעות שימוש בקובייה באופנים שונים, על פיה יוכלו התלמידים לחוות שיטה זו, תוך כדי משחק.

### מהלך השיעור/הפעילות:

- המורה תציג לתלמידים את נושא השיעור ואת כללי המשחק על פיו השיעור מתנהל. מומלץ לבחור בקובייה עם מספרים ולא עם נקודות על גביה (3 דק').
- חימום: התקדמות במרחב על פי הטלת הקובייה: המורה תטיל את הקובייה ובכל פעם תנחה את התלמידים להתקדם במרחב כמספר הצעדים שהציגה הקובייה.
- המורה תחזור על ההנחיה מהסעיף הקודם ותוסיף בהנחייתה צורות התקדמות שונות במרחב: הליכה עם רגליים כפופות "פלייה", הליכה על הכריות "רלווה", צעדי רדיפה "שסה", קפיצות על רגל אחת "סוטה", קפיצה ברגליים צמודות וכד' (7 דק').

4. המורה תלמד את התלמידים שש תנועות שעליהם לזכור (5 דק').

לדוגמה:

1. קפיצה על שתי רגליים
2. ישיבת כף אל כף
3. סיבוב
4. צעדי רדיפה
5. מחיאות כפיים
6. פלייה בעמידה שנייה

5. המורה תסביר לתלמידים שעליהם לבצע את התנועה על פי המספר שמציגה הקובייה, למשל: אם הקובייה מראה "1", על התלמידים לבצע קפיצה על שתי רגליים וכן הלאה (על פי סדר רשימת התנועות מסעיף 3).

6. המורה תתרגל עם כלל הכיתה, הטלה של הקובייה ועל התלמידים יהיה לבצע את התנועה בהתאם למספר שיופיע על הקובייה (10 דק').

7. המורה תחלק את התלמידים לקבוצות עד 6 משתתפים ותחלק קובייה אחת לכל קבוצה. המורה תנחה את התלמידים להטיל את הקובייה שש פעמים ולבצע את התנועות על פי הסדר שהקובייה הציגה.

8. המורה תבקש מהתלמידים לחזור על הרצף התנועתי ולזכור אותו (10 דק').

9. התלמידים יציגו במליאה את הרצף התנועתי לפי קבוצות (5 דק').

10. דיון ורפלקציה: שאלה לבחירה (5 דק').

1. כיצד הרגשתם כאשר הקובייה הנחתה אתכם בסדר התנועות?

2. האם הייתם רוצים לקבוע את רצף התנועות בעצמכם?

3. הציעו עוד רעיון למשחק עם הקובייה ותנועת הגוף.

קישור/משפט/דוגמה לפעילות:

- המרחב הפדגוגי במחול, מתוך יחידות לימוד בין תחומיות: מחול, תנועה וכישורי חיים "[תנועים, מתקשרים ומפתחים כישורי חיים](#)".
- אודות הכוריאוגרף מרס קנינגהאם ושיטת ה"צ'אנס" [כאן](#), beach birds.

## היבטים מתכנית הלימודים החדשה:

ערך: ביטוי אישי וקבוצתי בתנועה על פי כללי המשחק.

מעורבות: התלמידים לוקחים חלק פעיל במהלך השיעור.

רלוונטיות: משחק ותנועה.

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