

נושא השיעור: מה שיוצא-אני מרוצה

תנועה בהשראת שיטת ה"צ'אנס" של מרס קנינגהאם

גיל התלמידים: כיתות א'-ו'.

אוכלוסיית יעד: חינוך מיוחד.

משך הזמן: 45 דק'.

שמות היצירות ויוצריהם: בחירות מוסיקליות להחלטת המורה.

עזרים: קוביית משחק.

מטרת השיעור:

- לחשוף את התלמידים לאפשרויות מגוונות לתנועה בעזרת התנסות בשיטת ה"צ'אנס" של מרס קאנינגהם.
- לשכלל מיומנויות של זיכרון, קשב וריכוז באמצעות משחק.

הנחיות למורה:

משחקים מאפשרים לתלמידים לבצע פעולות למידה באופן חווייתי, מהנה וממושך. בחוויית המשחק משכללים הילדים את יכולתם לקבל על עצמם גבולות, כללים וחוקים, יכולת לשותף פעולה ואף לאפשר לתלמידים לחוות גורם חשוב ומשפיע בהובלת המשחק. 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 התנועתית בהתאם להטלת קובייה. מערך זה מציע פעילות משחקית באמצעות שימוש בקובייה באופנים שונים, על פיה יוכלו התלמידים לחוות שיטה זו, תוך כדי משחק ובמקרה של שיעור זה, בהתייחס לסדר התנועות ולמספר הפעמים לביצוען. ניתן להשתמש בכל שלבי המערך או לבחור שלבים מסוימים מתוכם, בהתאם לגיל התלמידים ולרמתם הקוגניטיבית.

מהלך השיעור/הפעילות:

1. המורה תציג לתלמידים את נושא השיעור ואת כללי המשחק על פיו השיעור מתנהל.
2. חימום: התקדמות במרחב על פי הטלת הקובייה:
המורה תטיל את הקובייה ובכל פעם תנחה את התלמידים להתקדם במרחב כמספר הצעדים שהציגה הקובייה.
3. 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'.
4. המורה תכתוב על הלוח רשימה של שש תנועות/מנחים שעליהם ללמוד לבצע, וזכור לאיזה מספר הן מתאימות. לדוגמה:

1. קפיצה על שתי רגליים

2. "רלווה"

3. סיבוב

4. צעדי רדיפה

5. מחיאות כפיים

6. "פלייה" בעמידה שנייה

5. תרגול התנועות - המורה תטיל את הקובייה מספר פעמים ותבקש בכל פעם מהתלמידים לבצע את התנועה המתאימה למספר שיצא בהטלת הקובייה.
6. שינון סדר התנועות - המורה תטיל את הקובייה שש פעמים ובכל פעם תבקש מהתלמידים לבצע את אחת התנועות שלמדו, בהתאם למספר שיופיע על הקובייה, תוך שהם משננים את סדר התנועות עד לידי רצף תנועותי קצר וזורם.
7. ביצוע מספר פעמים תנועה על פי מספר הקובייה - המורה תעביר את הקובייה בכל פעם לילד או ילדה, ותבקש מהם להטיל את הקובייה. בהתאם למספר שיצא, יהיה על התלמיד לזהות את סוג התנועה ולומר לתלמידים כמה פעמים עליהם לחזור עליה בזמן ביצוע הרצף התנועותי ששינו.
לדוגמה: מספר 5 בהטלת קובייה מנחה את התלמידים בתנועה החמישית (מחיאת כף) לבצע אותה חמש פעמים. כל שאר התנועות מבוצעות פעם אחת.

8. דיון ורפלקציה: שאלה לבחירה:

1. האם השימוש בהגרלת מספר הקובייה היה מהנה עבורכם או שהייתם רוצים לקבוע את רצף התנועות בעצמכם?
2. איך הרגשתם כשנבחרתם להטיל את הקובייה ולהנחות את הכיתה בהתאם למספר שהגרלתם?

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: ידע גוף וטכניקה, חברה ותרבות, איכות חיים.

מעך השיעור מופנה לכלל המינים