

מהלך הוראה בנושא תקומה ותקווה

חטיבת ביניים/ חטיבה עליונה

מאת עינת ברקמן-בילו מדריכה מרכזת בתחום הדעת אומנות התיאטרון

רציונל היחידה

היחידה עוסקת במושגים תקווה ותקומה מתוך הבנה כי אלו יסודות מרכזיים בבניית חוסן אישי, חברתי ולאומי. בתקופות של משבר, אתגרים ושינויים, היכולת למצוא נקודות אור ולהאמין באפשרות של צמיחה והתחדשות היא כלי משמעותי להתמודדות וליצירת משמעות.

באמצעות חקירה יצירתית המשלבת תנועה, מוזיקה, טקסט ודימויים חזותיים, התלמידים יחוו את המושג תקווה דרך הגוף והרגש, יעמיקו במשמעותו האישית והקולקטיבית ויבחנו כיצד ניתן לבטא אותו באמצעים אמנותיים. דרך תרגילים של שיתוף, יצירה וביצוע, התלמידים יפתחו יכולת להביע רגשות ורעיונות באופן חופשי, יחזקו את תחושת השייכות והקהילתיות, ויבחנו כיצד ניתן לגשר בין חוויות פרטיות לבין סיפורים רחבים של חברה ואומה.

חיבור היחידה לנושא התקומה מאפשר לתלמידים לזהות את הקשר בין תקווה לצמיחה מתוך קושי – הן במישור האישי, בהקשרים של התמודדות והתגברות, והן במישור הלאומי, דרך דוגמאות היסטוריות ותרבותיות של חוסן ויצירה מחדש. בכך, היחידה שואפת לעודד את התלמידים לראות בתקווה כוח מניע לחיים ולשינוי, ולפתח נקודת מבט אופטימית ואקטיבית כלפי העתיד. מהלך הוראה העוסק בתקווה, בראיית הטוב ובאופק אופטימי כמנוף להעצמה ובניית חוסן.

מטרות:

פיתוח חשיבה חיובית – חיזוק היכולת של התלמידים למצוא ולראות את הטוב גם במצבים מאתגרים.
חיזוק החוסן האישי והקבוצתי – זיהוי והבנה של מקורות עוצמה פנימיים והתמודדות עם קשיים דרך פרקטיקות תיאטרוניות.
עיסוק במושג התקווה – חקר ההיבטים האישיים, החברתיים והלאומיים של תקווה, תוך יצירת הקשרים בין העבר, ההווה והעתיד.
ביטוי יצירתי של רגשות ומחשבות – שימוש בתנועה, טקסט, מוזיקה ודימויים חזותיים להבעה אישית וקבוצתית.
קישור לנושא התקומה – חיבור בין מושג התקווה להיבטים של חוסן לאומי, אישי וקהילתי דרך יצירה ודיון.

מהלך ההוראה כולל 4-5 שיעורים במבנה מודולרי וניתן להעמיק או לקצר בהתאם לקבוצה ולרמתה.

משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על הוראת אומנות התיאטרון

מספר שיעור	נושא השיעור	מטרות השיעור	מהלך השיעור	סיכום ודיון
1	מה משמח אותי?	זיהוי גורמים אישיים לשמחה. ביטוי חוויות של שמחה דרך יצירה תנועתית. שיתוף רגשי וחיזוק תחושת השייכות בקבוצה.	פתיח: משחק הכיסאות: כאשר תלמיד נפסל, עליו לשתף "משהו טוב או משמח שיש לו בחיים." האחרון שנשאר במשחק צריך לציין 3 דברים טובים בחייו. תרגיל כתיבה: כל תלמיד כותב על פתק משהו שמשמח אותו. מפזרים את הפתקים בחלל הכיתה וקוראים אותם בקול. תרגיל תנועת: כל תלמיד יוצר תנועה המייצגת את הדבר שמשמח אותו. מתחלקים לזוגות או שלשות ומרכיבים קטע תנועתי קצר (עד 2 דקות) הצגת הקטעים בפני הכיתה.	סיכום: כל תלמיד משתף תנועה קצרה עם אמירה מעודדת. הקבוצה חוזרת אחריו ויוצרת מעגל שיתופי ומעודד.
2	תנועה ורגש	פיתוח מודעות לתחושות הגוף בהקשרים רגשיים. חקירה תנועתית של רגשות דרך אינטראקציה קבוצתית. פיתוח יכולת ביטוי אמנותי דרך הגוף.	חימום: הליכה בחדר עם מוזיקה נעימה תוך הנחיה לכווץ כל פעם אזור אחר בגוף ולהרפות. להניע ולשקשק כל פעם אזור/ איבר אחר בגוף. לנוע מכווצים. לנוע תוך פריסת הידיים לצדדים. לנוע שמוטים לעומת אסופים ומוחזקים וכן הלאה. המשך החימום: *המורה יאמר מילים והתלמידים יגיבו פיזית בגוף למילים: חופש, מגבלה, שמחה, חשש, מצב חרום, שלוה, תקווה, יופי, עצב, קרבה, חמלה (כדאי לאפשר לתלמידים לשהות קצת בתוך כל הנחיה כדי לאפשר גם לתלמידים הסגורים יותר להיפתח ולהגיב תנועתית. זה עלול לקחת זמן ממושך ולאחר מכן לאפשר זמן לריקוד/ תנועה חופשית עם מוזיקה) *לבקש מן התלמידים לבחור פרטנר וביחד לבחור את אחת המילים מן ההנחיה של החימום ולצאת לאימפרוביזציה בתנועה בהשראת אותה המילה. תרגיל: כל זוג יצור קטע קצר באורך דקה (ללא מילים) תוך התייחסות למילה שבחרו, התייחסות לחלל, עבודה עם הפרטנר. התלמידים יציגו את הקטעים והקבוצה תצטרך לזהות באיזו מילה מדובר.	איך זה מרגיש לזוז ולנוע? מבין? לא מבין? מה היה קשה? האם עזרו ההנחיות? איך מתרגמים תחושות לתנועה? האם אפשר לספר סיפור ברור על מצב או רגש בתנועה? איך אפשר בתיאטרון להשתמש בתנועה מופשטת? האם הייתם מכניסים את זה לסצנות? הדיון יכול להתפתח לכיוונים רבים בהתאם לקבוצה
3	מהי תקווה עבורי? (מתוך)		תרגיל חימום: (כולל שימוש בטלפונים של התלמידים) כל תלמיד יצלם או ימצא במאגרי תמונות, "צוג ויזואלי- חזותי למילה	תרגיל סיכום: כל תלמיד יכתוב במחברת כמה

המילים המתארות תחושות שאינם עבדנו בשיעור הקודם נבחר את המילה תקווה. ואיתה (נעבוד)		תקווה מתוך עולם האסוציאציות הפרטי שלו ותמונה נוספת עבור אסוציאציה קולקטיבית. התלמידים יציגו את הויזואלים במעגל דיון- מה בולט לנו בתמונות המציגות/ מביעות תקווה? האם יש דמיון בין התמונות? מה מאפיין אותם? האם יש סימנים מוסכמים, צבעים, צורות, ייצוגים המתקשרים לנו לתקווה? מהם ולמה דווקא הם? האזנה לשיר "תקווה" של מירי מסיקה. דיון: אילו רגשות השיר מעורר? מהם הדימויים המרכזיים בו? האם יש מסר אחיד או שהוא פתוח לפרשנות? תרגיל יצירתי: כל קבוצה יוצרת קטע קצר (תנועה, משחק, מיצג) שמגיב לשיר באופן כלשהו שאינו אילוסטרציה או הצגת השיר, אלא פרשנות או תגובה אליו. הצגת הקטעים ודיון על האופן שבו הם מבטאים תקווה.	שורות בנושא תקווה. מה מעניקה לו התקווה? מהי תקווה עבורו? ודימוי... תקווה היא כמו? (כל תלמיד יקרא את מה שכתב/ כל אחד יתן את מה שכתב למי שיושב לידו שיקרא בקול/ לאסוף את הדפים לפתיחה של השיעור הבא.)
4	הבנת הקשר בין תקווה ותקומה בהקשרים אישיים, חברתיים ולאומיים. יצירה תנועתית המשקפת תהליכי התמודדות וצמיחה מתוך קושי. חיזוק המסר כי תקווה היא מנוע לשינוי ולבניית עתיד טוב יותר.	חימום: תנועה של תמיכה (עבודה בזוגות) תלמיד א' מגלם דמות במצב של קושי או חוסר תקווה (לדוגמה: דמות כורעת על הרצפה, מביטה מטה, מחזיקה את הראש בידיים וכו'). תלמיד ב' מבצע תנועה שמבטאת תמיכה ומובילה את הדמות לתקווה. דוגמאות לתנועות תמיכה: הנחת יד על הכתף, הושטת יד ועזרה לקום, עמידה קרוב כסמל להגנה, תנועה שמייצגת אור או פתיחת אופק (כמו פתיחת ידיים לצדדים). ומתחלפים. שיתוף במליאה ושיחה: התלמידים משתפים איך קבלת התמיכה השפיע עליהם. אילו סוגי תמיכה הופיעו? איך תנועה יכולה להעביר תחושה של חיזוק ותקווה? דיון על מושג התקומה: מהי תקומה בעינינו? כיצד היא מתקשרת לתקווה? אילו דוגמאות מההיסטוריה הישראלית משקפות את הקשר בין תקווה לתקומה? קום המדינה אחרי השואה העליות לארץ שיקום קהילות אחרי מלחמות	התקומה היא לא תהליך שמתרחש ברגע אחד – היא דורשת אמונה, מאמץ, ושיתוף פעולה. בדיוק כמו בתרגילים שלנו, לפעמים מישהו אחר יכול לעזור לנו לראות את התקווה, אבל הבחירה לקום ולהמשיך קדימה היא שלנו. <u>שאלה להמשך:</u> מה לקחתם מהשיעור להמשך הדרך – כבני אדם וכיוצרים?

			יצירה קבוצתית: מסע מתקווה לתקומה כל קבוצה יוצרת סצנה קצרה שבה דמות (או חברה) עוברת ממצב של חוסר תקווה לתקומה. הסצנה צריכה להראות שינוי רגשי ותודעתי ברור (לא רק שינוי פיזי). אפשר להשתמש באמצעים תנועתיים וסימבוליים – למשל, מעבר משיבה שפופה לעמידה זקופה, או מתנועות סגורות ואטומות לתנועות פתוחות. כל קבוצה תבחר רגע שיא של שינוי, שבו הדמות מבינה שמהוו חדש אפשרי. צפייה ודיון: אילו סמלים ותנועות הובילו את הדמות מהייאוש לתקומה? איך ניתן לייצג שינוי רגשי ותודעתי על הבמה?	
5	תערוכת תקווה ותקומה	סיכום החוויות והלמידה דרך תערוכה אמנותית. הצגת יצירות התלמידים בפני הקהילה הבית-ספרית. חיזוק תחושת הסיפוק מהתהליך היצירתי.	בחירת מקום והצגת התוצרים מטרה: להציג את היצירות (טקסטים, תמונות, קטעי תנועה) בסביבה נעימה ומעוררת השראה בבית הספר. הנחיות: בחירת המקום: קבעו מראש מספר אזורים בבית הספר (כגון הלובי, אולם רב, חצר) ותבחרו את המתאים ביותר להצגת התוצרים. חשבו על זרימת המבקרים והאור (תאורה, צבעים) כדי להבטיח שכל יצירה תזכה לתשומת לב ראויה. תכנון סידור התערוכה: חלקו את המרחב לאזורים בהתאם לסוגי היצירות (אזור לטקסטים, אזור לתמונות, אזור לקטעי תנועה/המחשה). הכינו תכנית סידור עם תרשים המציג את מיקום כל יצירה והסבר קצר (לשמש כמדריך למבקרים). אחריות: הקצו צוות/קבוצות קטנות לתיאום עם המנהל/ת בית הספר ולדאוג להכנת המקום לפני התערוכה. 2. הכנת מופע פתיחה מטרה: להפעיל את הקהל בהצגה חיה של יצירות שהתבססו על התהליך היצירתי של היחידה. הנחיות חלוקה לקבוצות: חלקו את התלמידים לשלוש קבוצות. כל קבוצה אחראית להכין מופע קצר שמשלב תנועה, קול וטקסט הקשור לתקווה ותקומה תהליך העבודה: כל קבוצה תאסוף את החומרים שנאספו במהלך התהליך (כמו טקסטים, רעיונות, קטעי תנועה) על התלמידים לתכנן את הסצנה: התחלה: מציגים מצב של חוסר תקווה או קושי	סיכום השיעור והיחידה: היחידה מציעה לתלמידים דרך חווייתית לחקור את מושג התקווה ולהבין את כוחו בבניית חוסן אישי ולאומי. באמצעות התרגילים התנועתיים, הטקסטואליים והיצירתיים – הם למדו כיצד תקווה יכולה לשמש כמנוע לשינוי וצמיחה, הן ברמה האישית והן ברמה החברתית. נקודות למחשבה: כיצד כל אחד מאיתנו יכול להביא לתחושת תקומה אישית ביום-יום? מה אנחנו יכולים ללמוד מהסיפורים והתנועות שהוצגו כדי לחזק את התקווה והאמונה בעתיד טוב יותר?

משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על הוראת אומנות התיאטרון

	שינוי: באמצעות תנועה, קול וטקסט – המעבר למצב של תקומה, תקווה וצמיחה. סיום: המסר המרכזי – איך התקווה שימשה כמנוע לשינוי. תרגול: הקדישו זמן לתרגול ולהצגת המופעים בתוך הקבוצה. ודאו שכל חברי הקבוצה מבינים את התפקיד שלהם ואת המסר שעליהם להעביר. 3. אירוע סיום – הצגת התערוכה והמופעים מטרה: להעניק לתלמידים במה להציג את תהליך העבודה שלהם בפני קהל, ולסכם את משמעות התקווה והתקומה. הנחיות: הצגת התערוכה: סדרו את התערוכה בהתאם לתכנית שקבענו. הקצו מקום עבור הסברים קצרים ליד כל יצירה (תלמיד או מורה שיודע להסביר את הרעיון שמאחוריה) מופע הפתיחה: קבעו סדר הופעה ברור – מי מופיע מתי, כמה זמן כל מופע וכיצד לעבור מהמופע אחד לשני. דאגו לפרטים טכניים: תאורה, ציוד שמע ורמקולים במידה ונדרש. שיח מסכם: בסיום ההצגות, ארגנו דיון קצר: שאלו מה המשמעות של התקווה והתקומה עבור כל תלמיד? איך השינוי שהוצג במופעים משקף את השינוי הפנימי והחברתי? אפשר לסיים בסבב שבו כל תלמיד משתף מחשבה קצרה. סיכום: הכנת תוכניה קצרה לתערוכה ובחירת התכנים שתכלול.			
--	---	--	--	--