רוקדים יחד במעגל: פעמה, צעד וריקוד "מים מים"

כיתה ב' | חנ"ג | 45 דק' | שיעור לפי מעגל הלמידה · מערך למורה

❓ איך רוקדים כולם יחד, באותו קצב, בלי שמישהו יספור בשבילנו?

עיגון בתוכנית הלימודים: מטרה 6 בחינוך לתנועה: ריקודים מובנים; רמה מורכבת (כיתה ב') – ריקוד עצמאי בקבוצת הכיתה בתיאום תנועות (תוכנית הלימודים בחינוך גופני לגיל הרך ולכיתות א'–ב' (משרד החינוך, הפיקוח על החינוך הגופני, תשס"ח) – מטרה 6: ריקודים מובנים – דוגמאות להתנהגויות מצופות)

„מטרה 6: "הילדים יכירו ריקודים מובנים וישכללו את יכולתם לרקוד." דוגמאות להתנהגויות מצופות, רמה מורכבת (כיתה ב'): "רוקדים עצמאית 12 ריקודים מובנים בלי תמיכת הנחיה או הדגמה; רוקדים בקבוצת הכיתה ללא עזרת מבוגר ותוך תיאום תנועות.""

מטרות

מטרה מרכזית: התלמידים ירקדו את ריקוד המעגל "מים מים" בסבב עצמאי – בלי הדגמה וספירה של המורה – תוך שמירה על הפעמה ותיאום תנועות עם הקבוצה.

- התלמידים יצעדו וימחאו כף בדיוק על הפעמה של המנגינה לאורך משפט של 8 פעמות
- התלמידים יבצעו צעד גפן ("צעד מים") לצד אחד ולצד השני ברצף של 8 פעמות
- התלמידים יבנו בקבוצה משפט ריקוד של 8 פעמות בסימולטור ויבצעו אותו בגוף
- התלמידים יבצעו את "מים מים" בסבב עצמאי ויעזרו לחבר/ה שמתבלבל/ת בספירה בקול

ידע קודם: תנועה במרחב האישי והכללי ועצירה באות (כיתה א') · צעידה וריצה לפי מוזיקה, ריקודי מעגל פשוטים מהגן

מושגים: פעמה · קצב · משפט ריקוד (8 פעמות) · צעד גפן – "צעד מים" · ריקוד מעגל

חומרים: אולם או חצר · רמקול והקלטה של "מים מים" · מדבקות צבעוניות לסימון נקודות במעגל · מסך או לוח חכם לסרטון ולסימולטור

בטיחות: לרקוד בנעליים סגורות על משטח לא חלק; אחיזת ידיים רכה, בלי משיכה; בכניסה למרכז המעגל צועדים ולא רצים; מרווח בין הרוקדים כך שאפשר לעשות הכלאה בלי לדרוך על חבר.

מהלך השיעור לפי שלבי מעגל הלמידה

1. פתיחת המעגל – איתור ידע קודם **6 דק'**	*חימום בתנועה למוזיקה וגיוס ידע קודם על ריקודי מעגל* 1. חימום (3 דק'): צעידה חופשית במרחב לפי מנגינת "מים מים", הרמת ברכיים, צעדי צד קטנים, סיבובי כתפיים וקרסוליים. 2. מושיבים במעגל ושואלים: "באיזה ריקוד רקדתם פעם עם הרבה אנשים? איפה – בחתונה, בחג, בגן?" 3. שואלים: "מה עוזר לכולם לזוז באותו זמן?" ורושמים השערות על הלוח. 4. מציגים את השאלה המובילה. **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "מישהו מראה לכולם", "סופרים", "המוזיקה" • תפיסה שגויה נפוצה: "צריך שהמורה תספור כל הזמן" ← תגובת המורה: "נבדוק היום אם המוזיקה עצמה יכולה לספור בשבילנו."

2. התנסות **12 דק'**	*לחוות את הפעמה ואת הצעדים בגוף לפני שנותנים להם שם* 1. צועדים במקום לפי המוזיקה; עוברים לצעידה במעגל בכיוון אחד ועוצרים כשהמוזיקה נעצרת. 2. מוחאים כף על כל פעמה, ואחר כך רק על כל פעמה שנייה – שואלים: "מה השתנה? מה נשאר אותו דבר?" 3. סופרים יחד בקול 1 עד 8 וחוזרים – "אחרי כמה פעמות המנגינה מתחילה משפט חדש?" 4. מנסים לאט: צעד הצידה – צעד צמוד – צעד הצידה, ואז הכלאה של הרגל מלפנים ומאחור; כל אחד בקצב שלו. 5. בזוגות: אחד/ת מוחא/ת פעמה, השני/ה צועד/ת לפיה; מתחלפים. **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "אחרי שמונה זה מתחיל שוב" • תפיסה שגויה נפוצה: מאיצים עם הזמן ומקדימים את המוזיקה ← תגובת המורה: "עצרו – הקשיבו לתוף של השיר. הרגליים מחכות לו."
3. המשגה **10 דק'**	*לתת שם למושגים מתוך ההתנסות ולראות את הריקוד המלא* 1. חוזרים להשערות שעל הלוח: "מה באמת עזר לנו לזוז יחד?" – מגיעים יחד למושג פעמה. 2. אני מדגימה לאט, עם ספירה בקול, את צעד הגפן לימין ולשמאל ואומרת: "1 – הצידה, 2 – רגל מלפנים, 3 – הצידה, 4 – רגל מאחור." 3. מקרינים את סרטון הלימוד (המדריך מסביר את החלקים ואחר כך רוקד עם המוזיקה) ועוצרים אחרי כל חלק: "כמה פעמות היה החלק הזה? לאן הלכנו – למרכז או סביב המעגל?" 4. נעשה יחד: כל הכיתה רוקדת כל חלק לאט עם ספירה, ואז מחברים את החלקים. 5. מספרים בקצרה: הריקוד חובר בשנת 1937 על ידי אלזה דובלון בקיבוץ נען, לשמחה על מציאת מים; המילים מספר ישעיהו – "ושאבתם מים בששון". **מושגים:** פעמה – הדופק של המוזיקה – הספירה הקבועה שאפשר לצעוד או למחוא כף לפיה · קצב – כמה מהר או לאט באות הפעמות · משפט ריקוד – רצף צעדים באורך קבוע, לרוב 8 פעמות, שחוזר בריקוד · צעד גפן ("צעד מים") – צעד לצד, הכלאה של הרגל השנייה מלפנים, צעד לצד והכלאה מאחור – חוזר שוב ושוב · ריקוד מעגל – ריקוד שבו כולם עומדים במעגל, מחזיקים ידיים ונעים יחד באותם צעדים 🎬 **סרטון:** מים מים - ריקודי עם למתחילים (Gadi Bitton - גדי ביטון) – youtube.com/watch?v=6OXxid0WSCs **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: "בחלק הראשון הולכים סביב המעגל עם צעד מים, בשני נכנסים למרכז ויוצאים" • תפיסה שגויה נפוצה: ההכלאה תמיד מלפנים ← תגובת המורה: "פעם מלפנים ופעם מאחור – כמו קליעת צמה. נאמר בקול: לפנים... מאחור..." **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • למה לדעתכם כמעט כל ריקודי העם בנויים ממשפטים של 8 פעמות?

4. יישום – ביצועי הבנה **12 דק'**	*לבנות משפט ריקוד ולרקוד את "מים מים" באופן עצמאי* 1. בסימולטור הקצב: כל קבוצה בונה משפט של 8 פעמות (צעד, מחיאה, קפיצה) ומנגנת אותו (4 דק'). 2. כל קבוצה רוקדת את המשפט שבנתה – שאר הכיתה מוחאת את הפעמה ובודקת: "האם הרגליים פגשו את הפעמה?" 3. כל הכיתה רוקדת "מים מים" במעגל: סבב ראשון עם המורה, סבב שני עם ספירה בקול של התלמידים, סבב שלישי – בלי הדגמה ובלי ספירה של המורה (המורה רק מתבונן/ת ומסמן/ת ברשימה). **משימה:** בנו בקבוצה משפט ריקוד של 8 פעמות ורקדו אותו. אחר כך נרקוד כולנו "מים מים" – בפעם האחרונה בלי עזרה! 🕹️ **סימולטור:** בונים משפט ריקוד – בנו משפט של 8 פעמות: 4 צעדים, 2 מחיאות ועוד משהו לבחירתכם. (בעמוד השיעור באתר) **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: משפט של 4 צעדים ו-4 מחיאות שמבוצע בדיוק • תפיסה שגויה נפוצה: המעגל "נקרע" כשמישהו מתבלבל ← תגובת המורה: "מי שמתבלבל ממשיך ללכת בצעד הצידה – העיקר להישאר עם המעגל ועם הפעמה." **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • איזה משפט ריקוד שבנתה קבוצה אחרת הכי מתאים למוזיקה של "מים מים"? למה?
5. סגירת המעגל – רפלקציה והערכה **5 דק'**	*הרגעה, כרטיס יציאה וסיכום* 1. הרגעה (1 דק'): הליכה איטית במעגל ונשימות עמוקות עם הידיים למעלה ולמטה. 2. כרטיס יציאה בתנועה: המורה משמיע/ה 8 פעמות; כל תלמיד/ה מבצע/ת צעד גפן לבד במקום, והמורה מסמן/ת מי מבצע על הפעמה. 3. שאלה אחת מהשאלון ושאלת רפלקציה בזוגות. 4. מסכמים: "הפעמה היא הדבק של הריקוד – כשכולם מקשיבים לה, כולם רוקדים יחד." **תשובות צפויות:** • תשובה צפויה: צעד גפן מלא לצד אחד בדיוק על 8 פעמות • תפיסה שגויה נפוצה: הולכים בצעד צד בלי הכלאה ← תגובת המורה: מסמן/ת לחזרה בשיעור הבא, ומשבח/ת את שמירת הפעמה. **שאלות מסדר חשיבה גבוה:** • מה ההבדל בין לרקוד עם מורה שסופרת לבין לרקוד לבד עם המוזיקה? מה עזר לכם? 📝 **שאלון** (5 שאלות) **ורפלקציה** – בדף לתלמיד. 🎟️ **כרטיס יציאה:** הקשיבו למוזיקה ועשו צעד מים לבד, 8 פעמות, בלי שאף אחד סופר לכם. • כל צעד נוחת על פעמה • ההכלאה מתחלפת – פעם מלפנים ופעם מאחור • מסיים/ת את 8 הפעמות בלי לעצור

הלימה: מטרה – פעילות – עדות

צעידה ומחיאה על הפעמה	צעידה ומחיאות בזוגות (התנסות)	תצפית המורה; שאלה 1 בשאלון
צעד גפן לשני הצדדים	הדגמת המורה וסרטון הלימוד (המשגה)	כרטיס היציאה בתנועה
משפט של 8 פעמות בסימולטור ובגוף	סימולטור הקצב וביצוע הקבוצה (יישום)	המשפט בסימולטור והביצוע מול הכיתה
מטרה מרכזית: ריקוד עצמאי בקבוצת הכיתה	הסבב השלישי של "מים מים"	רשימת תצפית בסבב העצמאי

התאמה לשונות

מתקשים	• צעד הצידה וצעד צמוד בלבד במקום הכלאה • עמידה ליד חבר/ה בטוח/ה וספירה בקול • מדבקה על הרצפה לסימון המקום במעגל
בינוניים	• צעד גפן מלא בקצב איטי ואחר כך בקצב המקורי
מתקדמים	• הובלת המעגל בסבב השני וספירה לכיתה • המצאת משפט ריקוד חדש למנגינה מוכרת ולימודו לקבוצה של ארבעה (כמו ברמה המורכבת בתוכנית)

מחוון

- צועד ומוחא כף בדיוק על הפעמה
- מבצע צעד גפן לשני הכיוונים
- בונה משפט של 8 פעמות ומבצע אותו בגוף
- משתתף בריקוד המעגל בסבב העצמאי ושומר על הקבוצה

רב-תחומיות

- מוזיקה: פעמה, קצב ומשפט מוזיקלי של 8 פעמות – מושגי יסוד במוזיקה שהגוף מתרגל כאן.
- תנ"ך: מילות השיר לקוחות מישעיהו יב, ג: "ושאבתם מים בששון ממעיני הישועה".
- תורה, מורשת ותרבות ישראל: ריקוד עם ישראלי שחובר ב-1937 בקיבוץ נען לשמחה על מציאת מים – חלק מתרבות הריקוד העממי בישראל.

תשובות השאלון: 1–ב · 2–ב · 3–ג · 4–א · 5–ב

💃 רוקדים יחד במעגל: פעמה, צעד וריקוד "מים מים"

שם _____ כיתה _____ תאריך _____

❓ אֵיךְ רוֹקְדִים כֻּלָּם יַחַד, בְּאוֹתוֹ קֶצֶב, בְּלִי שֶׁמִּישֶׁהוּ יִסְפֹּר בְּשִׁבִילֵנוּ?

🕹️ **בסימולטור: בָּנוּ מִשְׁפָּט שֶׁל 8 פְּעֻמּוֹת: 4 צְעָדִים, 2 מְחִיאוֹת וְעוֹד מַשֶּׁהוּ לִבְחִירָתְכֶם.**
הַאִם הִצְלַחְתֶּם לִרְקֹד אֶת הַמִּשְׁפָּט בַּגּוּף בְּלִי לִטְעוֹת? מָה הָיָה קָשֶׁה?

_____

_____

🛠️ **משימה:** בָּנוּ בַּקְבוּצָה מִשְׁפָּט רִקּוּד שֶׁל 8 פְּעֻמּוֹת וְרָקְדוּ אוֹתוֹ. אַחַר כָּךְ נִרְקֹד כֻּלָּנוּ "מַיִם מַיִם" – בַּפַּעַם הָאַחֲרוֹנָה בְּלִי עֶזְרָה!

_____

_____

_____

📝 שאלון

1. מָה זוֹ פַּעֲמָה?

◯ שֵׁם שֶׁל רִקּוּד ◯ הַסְפִּירָה הַקְּבוּעָה שֶׁל הַמּוּזִיקָה ◯ בֶּגֶד לִרְקּוּד

2. כַּמָּה פְּעֻמּוֹת יֵשׁ בַּמִּשְׁפָּט רִקּוּד שֶׁסָּפַרְנוּ?

◯ 2 ◯ 8 ◯ 20

3. מָה עוֹשִׂים בְּצַעַד הַגֶּפֶן?

◯ קוֹפְצִים בַּמָּקוֹם ◯ הוֹלְכִים אָחוֹרָה ◯ צַעַד לַצַּד וְהַכְלָאָה שֶׁל הָרֶגֶל

4. מִמָּה לָקוּחוֹת הַמִּלִּים "וּשְׁאַבְתֶּם מַיִם בְּשָׂשׂוֹן"?

◯ מִסֵּפֶר יְשַׁעְיָהוּ בַּתָּנָ"ךְ ◯ מִסֵּפֶר מִתְּכוֹנִים ◯ מִשִּׁיר עַל הַיָּם

5. חָבֵר מִתְבַּלְבֵּל בְּרִקּוּד. מָה כְּדַאי לַעֲשׂוֹת?

◯ לִצְחֹק עָלָיו ◯ לִסְפֹּר אִתּוֹ בְּקוֹל אֶת הַפְּעֻמּוֹת ◯ לָצֵאת מֵהַמַּעְגָּל

🎟️ **כרטיס יציאה:** הַקְשִׁיבוּ לַמּוּזִיקָה וַעֲשׂוּ צַעַד מַיִם לְבַד, 8 פְּעֻמּוֹת, בְּלִי שֶׁאַף אֶחָד סוֹפֵר לָכֶם.

_____

_____

🪞 רפלקציה

מָה לָמַדְתִּי הַיּוֹם עַל פַּעֲמָה?

_____

אֵיזֶה צַעַד הָיָה לִי קַל וְאֵיזֶה קָשֶׁה?

_____

אֵיךְ הִרְגַּשְׁתִּי כְּשֶׁרָקַדְנוּ בְּלִי עֶזְרָה שֶׁל הַמּוֹרָה?

מָתַי עוֹד אֶפְשָׁר לִרְקֹד רִקּוּד מַעְגָּל?

אני יכול/ה...	בטוח/ה	כמעט	עוד לא
אֲנִי יָכוֹל/ה לִצְעֹד וְלִמְחֹא כַּף לְפִי הַפַּעֲמָה			
אֲנִי יָכוֹל/ה לַעֲשׂוֹת צַעַד גֶּפֶן לְשְׁנֵי הַצְּדָדִים			
אֲנִי יָכוֹל/ה לִרְקֹד "מַיִם מַיִם" עִם הַכִּתָּה			