

שם פעילות: שיעור תנועה חוויתי בנושא - המדבר כמרחב תנועה וחיים.

משך הפעילות: מפגש אחד/שניים

מטרת הפעילות: פעילות תנועה ללא מילים, פרט לשיחות בין הפעילויות. מטרת

הפעילות לחוות היבטים הקשורים בחיים במדבר ובמגבלות תוך כדי שימוש תנועה.

חומר עזר: מצגת המתארת את התנועה של בעלי חיים במדבר.

יועצת מדעית: תמר קידר

היכן הפעילות מתקיימת: במרחב פתוח הצופה לנוף.

נושא השיעור	סוג שיעור	הערה
פעילות ראשונה: מרחב התנועה במדבר: שטח פתוח לעומת שטח מצומצם - להמחשת הרעיון של מגבלה/ אילוץ חיצוני על התנועה שלנו:	דיון עיוני+ התנסות מעשית.	בחוץ ביחידים ובקבוצה
פעילות שניה: פעילות תנועה עם אוסף הגבלות על התנועה	מעשי	בחוץ
פעילות שלישית: הליכה בשטח פתוח -אוסף הגבלות על התנועה - המשך	מעשי	בחוץ

עבודת כיתה או בית	עיוני	פעילות רביעית: סיכום הפעילות- לכתוב עבודה קצרה על אחד הנושאים שהיו בפעילות.
-------------------	-------	---

1) פעילות ראשונה: שטח פתוח לעומת שטח מצומצם -

שיחה: המורה פותחת את השיעור בשאלות על המדבר כמרחב המאפשר תנועה:

- תנועת בעלי חיים ותנועת בני אדם בשטח מדברי - האם לדעתכם יש דברים שיכולים להגביל את התנועה ולהשפיע עליה? (מצוקים, אבנים, מרעולים, מעט מקומות מחסה ומנוחה.)
- מהם הקשיים או האילוצים שיש במדבר למי שהולך בו? (מעט צל, קרינה חזקה, טמפרטורות גבוהות מאוד או נמוכות בלילה, מרחב גדול ופתוח שצריך לחצות בחיפוש אחר אוכל ומים)

התנסות בשיעור תנועה להמחשת הרעיון של מגבלה/ אילוץ חיצוני על התנועה שלנו:

- מגבלה א': המורה מנחה את התלמידים ללכת **במרעול** (משעול-שביל מרעה) אם יש באיזור. אם לא - מוצאים שביל צר יחסית או מסמנים כזה באבנים ורק בו אפשר ללכת. הגבלה זו מחייבת הליכה בטור ומכתיבה הליכה איטית.
- המורה מסיר את המגבלה ומנחה את התלמידים ללכת בשטח פתוח (מגדיר לו גבולות הגיוניים), כל אחד הולך כרצונו.
- מתאספים חזרה לישיבה ושיחה:

- *מה היה לכם קל יותר? הליכה בשביל צר או בשטח פתוח?
- *מה ראיתם כשהלכתם בשביל הצר? מה ראיתם כשהלכתם במרחב הפתוח?
- *מה היה קצב ההליכה בכל אחד מהמקרים?
- * המורה מסבירה: מהו מרעול במדבר. משווים ל - כביש/שדרה/שבילי אופניים

בעיר

(2). פעילות שניה: שטח פתוח (מוגבל באופן הגיוני) - אוסף הגבלות על התנועה.

- המורה מבקשת מהתלמידים ללכת באופן חופשי ומתחילה לתת הנחיות: (בין הסעיפים תהיה הליכה חופשית)
- א. ללכת לאט, להגביר מהירות עד הליכה מהירה, שוב להאט.
- ב. ללכת ולפנות ימינה, ללכת ולפנות שמאלה.
- ג. לנסות ללכת אחורה לאט.
- ד. לאתר מישהו ולעקוב אחריו בשקט. בלי מילים. (יתקבל מעגל/קבוצה קרובה)

- מעכשיו ההנחיה היא לכל קבוצת הילדים שצריכה לזוז יחד כגוש אחד. המורה מבקשת מכל התלמידים להיצמד אחד לשני ליצירת גוש ומכאן ההוראות היא לכל התלמידים

כאחת:

- א. כולם ביחד כקבוצה פונים ימינה או שמאלה.
- ב. כולם ביחד הולכים קצת יותר מהר או יותר לאט.
- ג. כולם מנסים יחד ללכת לאט הצידה...

שוב נאספים לישיבה במעגל לשיחה:

* מה ההבדל בתחושה בין ההליכה בקבוצה לעומת ביחידים?

* איך זה לראות את הגב של מישהו כל הזמן?

* איך זה מרגיש שצריך ללכת בדיוק לפי ההנחיות של המורה ולא הליכה חופשית?

(אפשר לדבר על בעלי חיים שחיים בעדר? מישהו הולך לפני ומראה לי את הדרך...פחות צריך להיות יצירתי? מוגנות העדר...)

* מה היתרונות והחסרונות בהליכה כקבוצה או כיחיד במדבר. מה לדעתכם עדיף.

3. פעילות שלישית: הליכה בשטח פתוח (מוגבל באופן הגיוני) אוסף הגבלות על התנועה -

המשך

- המורה מבקשת ללכת באופן חופשי במרחב שהוגדר ונותנת הנחיות: (בין הסעיפים

ההליכה חופשית)

א. לעצום עם כף היד עין אחת וכך להמשיך ללכת.

ב. להחליף יד ועין.

ג. הליכה יד ורגל בהצלבה.

ד. הליכה עם יד ורגל של אותו צד.

ה. הליכה רק על העקבים.

ו. הליכה רק על הבהונות.

ז. המורה מסדרת מכשול (קורת עץ מוגבהת או ערימת אבנים גדולות או כיסא...) –

לעבור את המכשול בלי עזרת ידיים (ידיים על הראש או מאחורי הגב) אחד אחרי השני.

נאספים לישיבה במעגל ושיחה:

- לשתף בחוויה: מה היה כיף לעשות ומה לא?
 - מה היה קל/קשה לעשות?
 - איך זה הרגיש לראות רק בעין אחת או לנוע רק באופן מסוים כמו יד ורגל של אותו צד?
 - אם הייתי צריך.ה כל החיים ללכת רק על הבהונות או רק על העקבים? או עדיפה האפשרות לשנות ולהחליף ביניהם?
 - אפשרויות רבות של תנועה עדיפות? - אפשרות טובה יותר להימלט?
 - איך היה לפעול בשקט, רק בתנועה ללא מילים?
 - אילו מגבלות יש במדבר שצריך להתגבר עליהן?
 - למה מגבלות אלו דומות בהשוואה למה שניסינו כעת?
- לקשור את התחושות שעלו בהתנסות לחוויה של חיים במדבר - לחשוב על בעלי-חיים במדבר:

- לחיות כיחיד לעומת החיים בעדר.
- שטח חשוף וגדול לעומת סבוך מבחינת הגנה.
- אילו תכונות גופניות/ תנועתיות נדרשות בשטח מישורי או מצוקי / על אדמה רותחת/ שטח עם מיעוט בצמחייה (פרסות, כריות, צוואר ארוך, רגליים ארוכות, רגליים חזקות)?
- האם במדבר הפתוח דרושה זריזות/ גמישות? לעומת אזורי מחייה אחרים?
- האם בעלי חיים מדבריים הולכים, זוחלים, רצים או מנתרים?
- האם הם נעים על כל כף הרגל או על חלק ממנה (עקב למשל)?
- אם יש זנב והאם יש לו קשר בתנועת בעל החיים?

סיכום הפעילות:

אפשר לתת לתלמידים לכתוב עבודה קצרה על אחד הנושאים שקשור בתנועת הגוף או על חוויה שעלתה באחת הפעילויות:

א. תנועת בעלי חיים ומבנה גוף של בעלי חיים שונים. להשוות בין גמל לבעל חיים שאינו מדברי באופן מובהק כמו דוב. לתאר את מבנה גופם, את התנועה שלהם, מה היתרונות של כל אחד והחסרונות ביחס לסביבה בה הם חיים ומה היה מאפשר לדב או מקשה עליו לחיות במדבר?

דוב <https://www.youtube.com/watch?v=5wXmHvB7gqI>

גמלים <https://www.youtube.com/watch?v=B00JISC1GtY>

ב. להשוות בין מבנה הגוף והתנועה של בני אדם לעומת יונקים מדבריים במובן של הפונקציונאליות: למשל הצוואר הארוך של הגמל לעומת הצוואר שלנו? מבנה הגוף של היעל ואיך הוא קשור ליכולת שלו לטפס על המצוקים, הליכה על שתיים לעומת הליכה על ארבע...)

- מה במבנה הגוף ובתנועה של האדם עוזר לו לחיות במדבר ומה מפריע לו.

סרטונים לדוגמא

צבי הנגב <https://www.youtube.com/watch?v=hauS0-r2LUw>

יעלים <https://www.youtube.com/watch?v=yn1R0aLwMaM> (מדקה 1:10)

גמלים <https://www.youtube.com/watch?v=B00JISC1GtY>

ג. שרטוט מפת מרעולים - להסביר מהו מרעול. להסתכל על הנוף ולנסות לשרטט את כל המרעולים שהם רואים. לציין כמה מצאו, האם יש הרבה מרעולים או מעט, האם יש הבדל בין המרעולים. לחבר לחוויה של הם בשיעור התנועה.