

בדצמבר 2015 צפיתי בשיעור של כיתה ד' באחד מבתי הספר בירושלים. בתחילת השיעור ניגש אל המורה אחד הילדים וביקש להציג קטע ריקוד שהכין. המורה הבטיחה לו שתפנה זמן להצגת הריקוד בסוף השיעור וכך עשתה. לקראת סוף השיעור אספה את הילדים וביקשה מהם לשבת ולצפות בילד. הילד נעמד מול הקבוצה, מחייך ונרגש עד מאוד, וחיכה שהמוסיקה שבחר תתחיל להתנגן. בעודו עומד מול הקבוצה ובטרם הציג את אשר רצה, כמה בנות שישבו מולו החלו לצחוק. הילד רץ החוצה ממרר בבכי וסירב לחזור. מקרה זה ממחיש עד כמה חשוב להתייחס ל"מחול לכל" ברגישות ובמיומנות.

המונח "מחול לכל" נתפש כשקול למחול שנגיש לכולם. לפי גישה זו, כולם צריכים לרקוד, כולם יכולים לרקוד, לכל אחד יש זכות ליהנות ממחול ולהתנסות במה שהמחול מעניק לאדם, המחול מתאים לכולם.

לילדים בגיל בית ספר יסודי יש עולם משל עצמם. בשנים האחרונות גוברת המודעות לכך שילד אינו מבוגר קטן. שביט (1996) מדגישה את ההבדלים התרבותיים בין המבוגר לילד בהתייחס לצרכיו השונים, לתכונותיו, לשלבי ההתפתחות שבהם הוא נמצא וליכולותיו. היא מציינת כי הבחנה זו התפתחה עם השנים. בימי הביניים, למשל, עוד לא ראו הבדל מהותי בין טבעו של הילד לזה של המבוגר והתייחסו בעיקר להבדלים הפיסיים ביניהם. היא מדברת על ההבדל בין הילד למבוגר מבחינה נפשית וקוגניטיבית. בגלל הבדל זה, הם מתמודדים באופנים שונים עם המציאות. שביט שואלת אם ילדים באמת שונים בטבעם ממבוגרים או שהם רק נתפשים כשונים. שאלות אלה מתקשרות ללימודים במסגרת "מחול לכל" בבית הספר. על בסיס ניסיוני והיכרותי הקרובה עם שיעורי מחול לילדים בבתי ספר יסודיים במערכת החינוך הפורמלית אני מציעה להסתכל על הוראת מחול בבית ספר יסודי כעל ז'אנר ייחודי העומד בפני עצמו. לפי

# "מחול לכל"

## בבית ספר יסודי

### מיכל הרשקוביץ מיכאלי

גישתי, מחול בבית הספר היסודי הוא סוגה נפרדת בעלת היבטים ייחודיים שיש לתת עליהם את הדעת. את ההיבטים האלה אפרט במאמר זה.

#### הנחות מוטעות

קיימות הנחות מוטעות בנוגע לשאלה מהו "מחול לכל" בבית ספר יסודי. אציג כמה מהן:

- "מחול לכל" הוא תנועה יצירתית, מאחר שהיא אינה דורשת טכניקה מורכבת.
- "מחול לכל" הוא משחקי תנועה, מאחר שאי אפשר ללמד ילדים בבית ספר יסודי, שלא בחרו ללמוד מחול, תכנים שנחשבים מקצועיים כמו תרגילי טכניקה וריקודים.
- "מחול לכל" הוא אימפרוביזציה, מאחר שילדים הכי קל ליצור בעצמם.
- "מחול לכל" הוא ריקודי עם. כלומר, זהו מחול עממי שמתאים לכולם, בשונה ממחול אמנותי שמתאים למגמות מחול.

צורכי הילדים אינם עולים בהכרח בקנה אחד עם הנחות אלו. התנסות בשיעור מחול שעוסק בעיקר בעבודה תנועתית יצירתית, למשל, ללא התנסות בתרגילים ובריקודים מובנים, יכולה לגרום אושר לילדים מסוימים, אך לעורר חרדה אצל ילדים אחרים. אין לבטל את חשיבות המקום היצירתי בשיעור. מחובתנו כמורים לעודד ילדים לחקור וליצור. אני מציעה לתת מקום להתנסות יצירתית בשילוב עם התנסות במוכר, כמו למשל יצירת המשך לתרגילי קיים במסגרת תבנית מוסיקלית קיימת.

#### הבניה

הבניית שיעור מחול בבית ספר יסודי דורשת מאתנו, המורים, אסטרטגיה אחרת של עבודה. הרפז (2010) מתאר שני מצבים שילדים נמצאים בהם

בריסון (1993) כותב כי המחול בחינוך הוא תחום אמנותי רחב, אשר צריך להיות מיועד לכולם ולא רק לבעלי כשרון או מבנה גוף מתאים. רונן (2001) מציג "מחול לכל" כתוכנית הנותנת אפשרות לכל אחד מהלומדים במערכת החינוך להיחשף לתחום המחול כאמנות, מהרמה הבסיסית ועד לרמה הגבוהה, שהיא הרמה של תלמידים הלומדים במגמת מחול מקצועית. גם רונן תמיר (2016) טוענת שמחול הוא מקצוע לימוד חיוני לכל ילד ומדגישה כי יש ללמד מחול בבית הספר מתוך זווית ראייה רחבה. לדעתי לא התעמקו מספיק בשאלות כמו איזה מחול מתאים לכולם? מהם הקריטריונים שהופכים מחול למתאים לכולם? מהו "מחול לכל" בבית ספר יסודי?

שיעור מחול בבית ספר יסודי הוא קודם כל מפגש - כל ילד נפגש עם עצמו ועם הילדים האחרים. זהו מפגש חברתי חשוף, מלא אמוציות, זירה שיש לה השלכות רגשיות. לכן חשוב שהוראת מחול בבית הספר תיעשה מתוך הסתכלות כוללת על המפגש שהשיעור מייצר ועל התוכן המועבר בהתייחס למפגש. Gilbert (1993), טוען כי יש ללמד מחול בגישה מולטי סנסורית, הכוללת התייחסות ללימוד חומר אותנטי ומשמעותי, אשר מפעיל את הלומד רגשית, ולאיינטראקציה החברתית המתקיימת בין הלומדים. הוא מבהיר גם כי חשוב לשלב לימוד של חומר חדש וחזרה על חומר מוכר וכן לכלול בשיעורים חומר מאתגר, המאפשר ללומד להצליח, ומצוין כי זוהי דרך למידה אפקטיבית. תפישת החינוך ההומניסטי גורסת גם היא, כי למידה מתרחשת כאשר יש מיזוג בין המרכיבים השכליים והאינטלקטואליים באישיותו של הלומד למרכיבים הרגשיים שלו. המושג "מיזוג" מתייחס לשילוב בין מרכיבים תוך אישיים, מרכיבים בין אישיים ומרכיבים חוץ אישיים. המרכיב התוך אישי מתייחס לפרט, המרכיב הבין אישי מתייחס לקבוצה ואילו המרכיב החוץ אישי מתייחס לתוכני הלימוד ולמבנה הכיתה (רוזמן ואחרים, 1991).



## מחול בחינוך

תלמידי בית הספר "בן צבי", קרית עקרון, בכוראוגרפיה של אלירן אחוון (מרס 2016), מתוך המופע הבינתחומי *Karev Make ReMake 3* בשיתוף עם רננה רז. צילום: אורן מנצורה

הקבוצה. דווקא כשפניו וגופו לחזית קבועה וילדים עומדים מצדדיו במבנה של שורות, מסתכלים לפנים ומתרכזים בביצוע התרגיל או בהקשבה למורה, הוא מוגן יותר במישור האישי. לצד מבנה קבוע בולטת העובדה כי חזרה על תרגילים ומשחקים קבועים מייצרת ביטחון אצל הילד. אחת הטעויות של מורים בתחילת דרכם היא עיסוק בחומרים חדשים בכל שיעור, מתוך חשש שהילד ישתעמם או מתוך רצון לעניין את עצמם. דווקא ילד המתנסה בחומרים מוכרים ומעבד אותם יכול להתאמן בהם ולחוות הצלחה. גם שילוב של משפטי תנועה קצרים מהריקוד בתוך תבניות התרגילים המוכרות יכול לחזק אצל הילד את תחושת המסוגלות, שכן כאשר הכיתה תלמד את הריקוד הוא ייפגש עמם בפעם השנייה. מפגש עם המוכר יכול להפחית חרדה מהתמודדות עם חומר חודש ולייצר מוטיבציה בהתנסות עמו.

כשם שיש חשיבות למפגש של הילד עם עצמו, יש חשיבות למפגש שלו עם חבריו לקבוצה. חלוקה לזוגות בשיעור מחול, שיש לה תרומה מקצועית חשובה לשיעור, יכולה להוות מכשול אם אינה נעשית מתוך חשיבה מראש. במקום להגיד לילדים "תתחלקו לזוגות" ולקבע מצב שבו הם יבחרו בחבריהם הקרובים או ימצאו את עצמם ללא בן זוג, בהתאם למעמד החברתי בכיתה, אפשר לקיים משחק המאפשר להם לפגוש חברים אחרים והנותן להם הזדמנות ליצור קשרים חדשים. התנסויות בקשרים בין אישיים, למשל באמצעות עבודה בזוגות או בקבוצות, יכולות לפתח ולעצב את המרכיב התוך האישי ולהשפיע על הלמידה ועל החוויה של הילדים. גם פתיחה או סגירה של שיעור במבנה של מעגל, המאפשר לכל הילדים לראות את כולם, תיתן מקום לשיח אינטימי ותחזק את תחושות הקבוצתיות והשייכות של הילדים.

ניתן לבחון את החשיבות של המפגש החברתי גם בהתייחס לדוגמה שהצגתי בתחילת המאמר. הופעה של ילד או קבוצת ילדים בתוצרים שיצרו או בריקודים שלמדו מול חבריהם לקבוצה שכיחה בשיעורי מחול ויש בה הרבה יתרונות, כמו העצמת הילד וחיזוק ביטחונו העצמי. אבל כשהשיעור

בבית הספר: שיעור רגיל בכיתה והפסקה. בשיעור רגיל הילדים יושבים בצפיפות בטורים בתוך חדרים, רוב הזמן הם שקטים או אדישים. מולם נמצא המורה בחלל די תחום. בהפסקה הילדים פורצים מהחדרים אל המרחב בחוף ושם הם מאוד פעילים - מדברים, משחקים או אוכלים. בהתייחס לתיאור זה, אפשר לראות בשיעור מחול מצב תמידי של הפסקה מנקודת הראות של הילדים. הם נמצאים בחלל מאולתר, כמו כיתה, מקלט, אולם או ספרייה, ללא כיסאות ושולחנות, המייצר מבחינתם תחושה של יציאה מהמסגרת. גם אופי השיעור, שעיקרו תנועה, נותן מקום לפורקן. אפשר למצוא מענה למצב זה באמצעות יצירה של מבנה שיעור קבוע, שבו הילדים יודעים למה לצפות ומתנהלים בתוך שגרה ידועה ומוכרת, לצד שימוש ב"סטטינג" (SETTING) ברור, כמו כניסה ויציאה מובנות ומעברים מאורגנים לשורות, למעגל או להתנסות במרחב. "סטטינג" מעניק לתלמידים תנאי ביטחון אישיים ורגשיים ומאפשר עבודה על משמעת וגבולות, שהיא היבט משמעותי בהבניית שיעור "מחול לכל". גם לקצב שבו מתנהל השיעור יש השלכות על יכולת הריכוז של הילדים ועל יכולתם לחוות אותו ולהיות מעורבים בו. חזרה על חומרים מוכרים מאפשרת שמירה על קצב השיעור ומהווה תשתית טובה ללמידה חדשה בהמשך השיעור. כדאי לשים לב לכמות המלל בשיעור ולנסות לתת הנחיות והסברים קצרים ומדויקים. מקום טוב בעיני לביטוי מילולי יש בסוף השיעור, שם רצוי לסכם את הנלמד במלים ולאפשר לילדים לשוחח על רגשותיהם וחוויותיהם מהשיעור.

### תפישת השיעור כמפגש

כשאנו מדברים על תפישת השיעור כמפגש, חשוב להתייחס למפגש של הילד עם עצמו. התנסות בתרגילים קבועים בשיעור או למידת ריקודים מובנים, המותאמים לגילם של הילדים, יוצרות ביטחון פיסי ורגשי אצל הילד ומחזקות את תחושת המסוגלות שלו. שימוש במבנה קבוע של שורות מאפשר לו מרחב מוגן. לעומת זאת, התנסות חופשית במרחב הכללי במשך רוב השיעור יכולה, על פי ניסיוני, לגרום לילד להרגיש חשוף יותר מול

בריקוד בקרב התלמידים היא דרך המוסיקה. אני מאמינה כי השילוב בין קטעים מוסיקליים שהילדים אוהבים לבחירה מוסיקלית מושכלת יותר הוא עניין של מינון וזמן. ככל שהשיעור יתקיים משך זמן רב יותר, אפשר יהיה להרחיב את המצע המוסיקלי בשיעור ולחשוף אותם לרבדים חדשים.

לסיכום, "מחול לכל" בבית ספר יסודי הוא תחום חשוב, שיש לו השפעה מכרעת על התפתחותם של ילדים, על חיזוק ביטחונם ועל עיצוב אישיותם כפרטים וגם כחלק מחברה. לכן יש משמעות גדולה לחשיפה למחול ולהתנסות בו. לאורך השנים היו הנחות מוטעות בנוגע לשאלה מהו "מחול לכל" בבית הספר היסודי ועל כן לא ניתן מענה שמתאים לכולם. מאמר זה הציג את "מחול לכל" כסוגה נפרדת בעלת היבטים משלה, העלה את הקשיים שכרוכים בקיום שיעורי מחול בבית ספר יסודי וניסה להצביע על פתרונות מתודיים כדי לאפשר לכל ילד להרגיש בנוח בשיעור מחול ולהיות שותף לו. הסתכלות על שיעור כמפגש רגשי וחברתי ולא רק כמפגש תוכני יכולה לתת מענה מקיף לצורכי התלמידים בבית הספר. מחול מובנה עונה על הצרכים הללו ויכול לשמש "מחול לכל" בבית ספר יסודי. התבניות של המחול המובנה מאפשרות סדר, לצד פיתוח יצירתיות ויצירת מפגש חברתי ושומרות על היכולת לרקוד וליצור יצירה אישית או משותפת. אסייג את דברי ואומר כי יש חשיבות רבה גם למורה, לגישה, למקצועיותה ולקשר שלה עם התלמידים. אני מודעת לכך שהמאמר הוא המשגה תיאורטית של עשייה בשטח ואולי לא כולם ייחשפו אליו, אבל חשוב בעיני לעודד את השיח האקדמי סביב הוראת "מחול לכל" לילדי בית ספר יסודי ואת ההתבוננות בו כז'אנר נפרד, בעל מאפיינים ייחודיים ומלאים משל עצמו.

### ביבליוגרפיה

ברינסון, פ. (1993). *מחול כחינוך*, כפר ביאליק: אח. הרפז, י. (2010). "בית ספר של המודל השלישי קווי מתאר". *הד החינוך*, אפריל, ע"ע 96-103.  
רוזמן מ., זלצמן קליינמן ג., חסון פרנקל ר. (1991) *כישורי חיים: פיתוח זהות אישית בקבוצות ילדים ומתבגרים*. תל אביב: רמות.  
רון, ד. (2001). "כוחות יצירתיים טמונים בכל אדם: על החינוך ליצירתיות בישראל בכלל ובמחול בפרט", *מחול עכשיו*, 6, עמ' 46-52.

שביט, ז. (1996). *מעשה ילדות, מבוא לפואטיקה של ספרות ילדים*. תל אביב: הוצאת האוניברסיטה הפתוחה, מהדורת עם עובד.  
Gilbert, A.G. "Toward Best Practices in Dance Education Through the Theory of Multiple Intelligences", *Journal of Dance Education*, Vol.3, No.1, 1993, pp. 28-33.

### מקורות אינטרנטיים

רון תמיר, רונית, הוראת מחול בבתי ספר יסודיים, כלים, יתרונות ואתגרים. מצגת ברשת. נדלה ב-24.3.16 <http://www.rokdim.co.il/home/Machol%20at%20School-Ronit%20Tamir.pdf>

**מיכל הרשקוביץ מיכאלי** היא ראש תחום מחול ותנועה בתוכנית קרב למעורבות בחינוך ומורה באקדמיה למוסיקה ומחול בירושלים. בעלת תעודת הוראה, תואר B.Ed. בהוראת מחול ותנועה ותואר M.Ed. באוריינות חזותית. עוסקת בפיתוח, מחקר ויצירת פדגוגיה חדשנית להוראת מחול בגנים ובבתי ספר יסודיים. מיסדה תוכנית אב יישובית במחול באלפי מנשה והקימה את מגמת המחול "חצב" ואת להקת המחול "פנים וגוף" ביישוב. שימשה מדריכה בפיקוח על המחול במשרד החינוך ולימדה במגמות מחול שונות.

מתקיים במסגרת בית ספרית ההופעה מקבלת משמעות חדשה בהקשר החברתי, ועל כן היא דורשת הכנה. ראוי שהמורה ייצור תנאים המעניקים לילד ביטחון, כדי שיוכל להרגיש בנוח להופיע מול הקבוצה. יש להגדיר חוקים ברורים לצפייה, השמים דגש על כבוד לאחר, עוד טרם התייחסות ליצירה האמנותית המוצגת באשר היא. חשוב גם שתהיה למורה היכרות מוקדמת עם הקבוצה, שתאפשר לו לבחון את יכולתה להתמודד עם תהליכים מעין אלו.

היבט אחר הוא המפגש שהסוגיה המגדרית מבנה. שיעור מחול בבית ספר יסודי מיועד לרוב לבנים ולבנות כאחד. אני חושבת שבתוך התפישה "מחול לכל" לא דנו מספיק בהשלכות של מפגש זה. למרבית הבנים קשה יותר בשיעור מחול. ייתכן שהם לא רוצים לרקוד בגלל התבנית המגדרית והסטיגמה שמאפיינת בנים שרוקדים. ייתכן שהמפגש עם עצמם, ששיעור מחול מייצר, מרתיע אותם בגיל זה. אבל את השאלות האלה ראוי להשאיר לדיון אחר. כך או כך, לסוגיה המגדרית יש השפעה על מה שקורה בשיעור. דווקא שיעור מחול מובנה, שיש בו תרגילים קבועים ומאתגרים, ריקודים פשוטים עם תבניות תנועתיות שחוזרות על עצמן, משחקי מחול המשחררים מפחדים והיוצרים מקום לשיח על החוויה, מצליח להכניס לתוכו את הבנים. בחירת תכנים רלוונטיים לעולמם, כמו עבודה עם



תלמידי בית הספר "בן צבי", קרית עקרין, בכוראוגרפיה של אלירן אחון (מרס 2016), מתוך המופע הבינתחומי Karev Make ReMake 3 בשיעור עם רננה רז. צילום: אורן מנצורה

"מסכים" והתנסות בתיפוף גוף, מציבה גם היא אתגר לבנים ומקרבת אותם לשיעור המחול מתוך עולמם האישי.

### רלוונטיות

בהישען על תפישת החינוך ההומניסטי ניכר כי יש לעסוק בשיעור בתכנים שרלוונטיים לפרט. הרלוונטיות מקשרת בין המרכיב האישי והמרכיב הבין אישי למרכיב החוץ אישי (רוזמן ואחרים, 1991). תכנים מחוליים בתוכנית הלימודים יכולים להפוך לרלוונטיים באמצעות התייחסות למרכיבים אלו. התרגילים והריקודים הבנויים כתכנים מחוליים רלוונטיים לשיעורים בבית הספר היסודי. ילדים רוצים תחושה של ריקוד, אשר באה לידי ביטוי מבחינתם דווקא שם. ייתכן שהסיבה לכך היא מקורות המידע שלהם על מחול, כלומר בעיקר YouTube או חוגי מחול פרטיים. גם בחירות מוסיקליות בשיעור יכולות להפוך את התכנים לרלוונטיים. מאז ומתמיד מקובל כי חלק מתפקידם של המורים למחול הוא לחשוף את התלמידים למוסיקה איכותית. מה זו מוסיקה איכותית ובעיני מי היא איכותית, אלה כבר שאלות למאמר אחר. לצורך מאמר זה אניח שמוסיקה איכותית אינה מוסיקת פופ "בנאלית" או כל מוסיקה מז'אנר פופולרי אחר. האם מכאן יש להסיק שעלי כמורה להימנע מלקבל בחירות "בנאליות" של התלמידים? הרי חלק מהרלוונטיות של השיעור, שמצליח לעורר עניין