

חינוך לתנועה



היסטוריה

חינוך לתנועה

תחילת המאה ה-20
מחקרים שהביאו
לחשיבה כוללת בתפקודו
של האדם - כל פעילות
שעושה האדם נשלטת
על ידי מרכז אחד.
הסתכלות הוליסטית.

השיטה השבדית

סוף המאה ה-19
התפתחות מחקרים על
גוף האדם ופיסיקה
התפתחות הלאומניות
באירופה

מבט אל התנועה

חינוך לתנועה

חקירת התנועה על פי
ארבעת מרכיבי
התנועה: מרחב כוח
זמן ושטף המשולבים
בכל פעולה יומיומית

השיטה השבדית

חקירת התנועה
והסברת פעולות הגוף
על פי חוקי האנטומיה
והביומכניקה

מבט על האדם

חינוך לתנועה

רחבה ומכוונת להיבטים
נוספים: האדם הוא
יחידה חושבת, מרגישה,
מתקשרת, לומדת
ומתפתחת.

השיטה השבדית

מצומצמת ומכוונת
להיבט הגופני
בלבד

דרך ההוראה

חינוך לתנועה

השיטה השבדית

מתן משימות וגירויים
לילדים לשם יצירה
וגילוי של ידע חדש

הוראה פרונטלית
מתן הוראות לילדים

מבנה השיעור

חינוך לתנועה

השיטה השבדית

משתנה משיעור לשיעור
מתפתח על פי נושאי
הלמידה

מבנה קבוע של
השיעור
מערכת תרגילים
קבועה

דרך הלמידה

חינוך לתנועה

השיטה השבדית

אקטיבית יוצרת

פסיבית

בסיס העבודה

חינוך לתנועה

השיטה השבדית

פעילויות בעקבות גירויים
סביבתיים המביאים לידי
ביטוי היבטים שונים של
הילד: גופניים, חשיבתיים,
רגשיים וחברתיים

אנטומי
אמוני שרירים, מפרקים,
חיזוק, סיבולת ותגובה
מהירה לפקודות

דרך ההוראה בחינוך לתנועה



נקודת המוצא:

קיים שוני רב בין הלומדים:

שוני בהתפתחות

שוני במטען ההתנסויות

שוני ברמת הציפיות



השוונות מחייבת התייחסות אישית

ופיתוח גישת הוראה ייחודית

סגנונות ההוראה

גילוי מודרך

פתרון בעיות לקראת פתרון ידוע למורה. התלמיד מגיע בעצמו לתוצר המוגמר בעזרת משימות הנחייג מהמורה.

גילוי באמצעות תנועה

מתבצע בסביבה לימודית פתוחה. ללומד ניתנת מירב ההזדמנויות לגילוי עצמי וליצירתיות בהתאם ליכולת האישית

פתרון בעיות

חיפוש פתרון נכון מתוך אלטרנטיבות. הפתרון יכול להיות פרי דמיונו ויצירתו של הלומד.

שיטות הוראה

שיטה בלתי ישירה -
גילוי תוך התנסות

מאפשרת ללומדים
לבחור את צורת
הביצוע, ואת החופש
בניצול הזמן העומד
לביצוע

שיטה ישירה

בחירת התרגילים ודרך
הביצוע מוכתב באופן
ישיר ומחייב

שיטה משולבת מגבילה

ההנחיות משאירות ללומד חופש בחירה
חלקי. ההגבלה היא בתוכן

ניסוח משימות בשיטות הוראה שונות

הנושא: איזון

פחות חופש

יותר חופש

שיטה ישירה

שיטה מגבילה

גילוי תוך התנסות

בצע עמידת ידיים

נסה לאזן את גופך על 2 נקודות משען כשרגליך באויר

נסה לאזן את גופך על 2 נקודות משען

חבר 3 איזונים בשטף תנועתי

אזן את גופך על בסיסים צרים

מצא דרכים שונות לאזן את גופך

הדרגתיות בפיתוח משימה בחינוך לתנועה

פעילות צפויה של התלמיד	התהליך	סוג המשימה
התנסות תנועתית ראשונית של הלומד	גילוי אפשרויות רבות	1 משימה פתוחה .
מגוון נוסף של אפשרויות תנועה	פיתוח המשימה	2 משימה נוספת . (ע"י שאלה של) (המנחה)
העשרת אוצר התנועה	מיקוד והעמקה	3 משימות . מגבילות
תרגיל לשם ליטוש התנועה	חיפוש החלטה המתאימה לביצוע	4 משימות לעיצוב . הביצוע- על סמך בחירה של התלמיד

דוגמא לפיתוח משימה בנושא: רמות גובה

המשימה: נועו בצורות התקדמות שונות במרחב

פיתוח המשימה :

- האם אתם יכולים למצוא צורות התקדמות נוספות?
- אילו רמות גובה התקדמתם?
- נועו בצורות התקדמות ברמה הגבוהה בלבד.
- האם אתם יכולים למצוא צורות התקדמות נוספות ברמה הגבוהה?
- מצאו שלוש צורות התקדמות ברמה הגבוהה, חזרו עליהם מספר פעמים בשטף, הקפידו על ביצוע בכל טווח התנועה.