

יחידת הוראה בהתעמלות

כתב: ליאוניד גוראליק

מבוא

התלבטתי רבות לגבי מה אלמד ואיזה חומר מתאים ללומדים (כיתות ז'). נאמר לי שאין לתלמידים רקע בנושא ההתעמלות. הופתעתי לגלות שהתלמידים לא ידעו להגדיר מהי התעמלות. לכן, נתתי בתחילה לתלמידים רקע עיוני על הענף, היסטוריה של הענף והקשר הישראלי (נדיה קומנצ'י, אלכס שטילוב), ובנוסף לכך הסברתי מדוע חשוב ללמוד ולבצע תרגילי התעמלות.

לאחר חשיפה בסיסית ולימוד של מיומנויות היסוד בהתעמלות, ביקשתי להכין תרגיל תנועתי בין 8 אלמנטים מתוך 10 האלמנטים שלמדנו (בקבוצות של 2,3,4 ילדים בקבוצה). המורה המאמן היה שקפטי לגבי כך שהתלמידים יכינו משהו לשיעור הבא. להפתעתי, התלמידים הגיעו כאשר הם מוכנים וזוכרים את כל האלמנטים שלמדנו.

לאחר תרגול בקבוצות עברו התלמידים להצגת התרגילים מול הכיתה. ההפתעה הייתה גדולה ביותר. כל התלמידים הכינו תרגיל וביצעו אותו לפני כולם (32 תלמידים). התרגילים היו מתואמים, מגוונים, מקוריים ומבוצעים בצורה נכונה ומדויקת שאפילו אני הופתעתי. תחושת הסיפוק שליוותה אותי באותו יום, מלווה אותי עד לרגע זה וכנראה גם עד לסוף השנה לפחות. לראות את התכנון, החשיבה והביצוע של התרגיל היה פשוט תענוג.

המסקנה - יש לחשוף את התלמידים לכמה שיותר תחומים חדשים. אף פעם אנחנו לא באמת יודעים כמה מוכשרים ויצירתיים התלמידים שלנו. על ידי חשיפתם לתחומים חדשים נוכל לפתח אצלם את כושר היצירתיות והבנת התנועה, נושאים שלא ניתן לפתח בשיעורים אחרים בבית הספר.

בהצלחה לכולם ושלא יעבדו עליכם לכו עם מה שאתם מאמינים בו!