

"כנס מחולות"

ריקודי עם בבתי ספר של החינוך המיוחד כגורם לקידום

ולפיתוח מיומנויות של תלמידים עם מוגבלויות –

מחקר כמותני בקרב הסגל המלווה

אפרת ויינברג

מנהלת לשעבר של בית ספר לחינוך מיוחד "אגס" ברעננה

תקציר

המאמר בוחן את השפעת מיזם "כנס מחולות" – ריקודי עם בחינוך המיוחד – על תלמידים עם מגוון מוגבלויות בדגש על תרומתו של המחול לפיתוח יכולות מוטוריות ותפקוד גופני, לצד היבטים חברתיים ורגשיים הנלווים לפעילות תנועתית קבוצתית. המחקר מתמקד בעמדות אנשי צוות חינוכי המעורבים בהכנת התלמידים להשתתפות בכנס הכולל ריקודי עם מותאמים לתלמידים בני 6–21 עם מוגבלות שכלית התפתחותית, שיתוק מוחין, לקויות מוטוריות והפרעות על הרצף האוטיסטי. כלי המחקר היה שאלון אנונימי ובו 12 שאלות. השאלון בחן תפיסות ביחס להשפעת ריקודי העם על תפקוד מוטורי, מוטיבציה לתנועה, מיומנויות חברתיות, תקשורת בין-אישית ותחושת שייכות. השיבו לשאלון 52 בעלי תפקידים במסגרות חינוך מיוחד, ובהם מנהלים, מורים לחינוך גופני, מורי מחול, מחנכים ותומכי הוראה. הממצאים מצביעים על מספר תרומות ויתרונות משמעותיים מוטוריים וחברתיים. כ-82% מהמשיבים דיווחו על שיפור ביכולות המוטוריות של התלמידים, ו-61.5% דיווחו על תרומה רבה במיוחד בתחום זה. במקביל, 74% מהנשאלים דיווחו על שיפור במיומנויות חברתיות, ובהן שיתוף פעולה, שמירה על כללי מסגרת ותיאום תנועתי עם אחרים. נמצא כי הריקוד במבנה קבוצתי, במעגלים ובזוגות תרם להגברת האינטראקציה החברתית, להפחתת התנהגויות מסתגרות ולחיזוק תחושת השייכות לקבוצה. מסקנות המחקר מדגישות כי ריקודי העם הם כלי פדגוגי ותנועתי רב-ממדים, המשלב פיתוח מוטורי עם טיפוח מיומנויות חברתיות, מעודד השתתפות פעילה ומחזק את הדימוי העצמי. שילוב פעילות מחול קבוצתית מותאמת במסגרות החינוך המיוחד עשוי לתרום לקידום תפקוד גופני וחברתי כאחד ולהרחיב את תפיסת החינוך הגופני ככלי שיקומי וחברתי.

תאריכים: חינוך מיוחד, צרכים מיוחדים, ריקודי עם מותאמים, שיקום, תפקוד מוטורי,

איכות חיים, תפיסות הצוות

המחול הוא אמצעי ביטוי מרכזי בתרבויות רבות לאורך ההיסטוריה ומאפשר העברת רגשות, חוויות ומשמעויות תרבותיות, תוך שימוש בשפה תנועתית ייחודית (רונו, 2011; Hutzler & Korsensky, 2010). בעשורים האחרונים התרחבה ההכרה בפוטנציאל החינוכי והשיקומי של המחול, במיוחד עבור אוכלוסיות עם מוגבלויות שעבורן התנועה אינה רק אמצעי פיזי, אלא גם כלי תקשורת והבעה (Valentini et al., 2023). במסגרת זו, מחול מותאם ומשולב נחשב זירה ייחודית המאפשרת השתתפות פעילה, חיזוק תחושת המסוגלות וקידום איכות החיים של אנשים עם מוגבלויות.

המחול משלב רכיבים מוטוריים, קצביים ומוזיקליים, התורמים לשיפור מיומנויות כגון שיווי משקל, קואורדינציה, שליטה בגפיים והכוונה במרחב (De Jesus et al., 2021). מחקרים מראים כי ילדים ובני נוער עם מוגבלויות חושים שיפור בתפקוד המוטורי בעקבות תרגול מתמשך של ריקוד, במיוחד כאשר התרגול משולב במסגרת קבוצתית מובנית ומותאמת ליכולותיהם (May et al., 2019).

מעבר להיבט המוטורי, מחקרים שונים מציינים את החשיבות החברתית של המחול; ריקוד בקבוצה דורש תיאום, הקשבה והיענות לחברי הקבוצה ומספק הזדמנות לפיתוח מיומנויות חברתיות, לחיזוק תחושת השייכות ולהפחתת התנהגויות הסתגרותיות בקרב תלמידים עם מוגבלויות (May et al., 2019; De Jesus et al., 2021).

נוסף על כך, מחול מספק חוויה חברתית ופיזית המעודדת מוטיבציה לתנועה ולפעילות גופנית. מחקרים מצביעים על כך שהשתתפות בפעילויות מחול משולבות יכולה לשפר את רמת ההשתתפות וההתמדה של תלמידים בפעילות גופנית (Valentini et al., 2023).

מחול הוא גם כלי להעצמת תחושת הזהות האישית והתרבותית של המשתתפים. מחקרים בשדה הריקוד לשיקום ולחינוך מיוחד מצביעים על כך שהמחול יכול לתרום לתחושת מסוגלות, לחיזוק הביטחון העצמי ולהעצמת הקול האישי בקרב תלמידים עם מוגבלויות (Hutzler & Korsensky, 2010; Valentini et al., 2023).

בישראל, ריקודי העם מהווים נדבך תרבותי וחברתי משמעותי, הקשור לחוויה קולקטיבית ולבניית קשרים בין-אישיים (רונו, 2011). שילובם במסגרות החינוך המיוחד מספק הזדמנות להעצים את תחושת ההשתייכות של תלמידים עם מוגבלויות וליישם את עקרונות החוק לשוויון זכויות לאנשים עם מוגבלויות (1998) בתחום החינוך, התרבות והפנאי. בהקשר זה, המיזם הארצי "כנס המחולות – ריקודי עם בחינוך המיוחד" הוא מסגרת חינוכית ייחודית הכוללת חזרות, אימונים ולמידת רפרטואר מותאם. המיזם מספק הזדמנות להעריך את ההשפעה של פעילות מחול מסודרת על תפקוד תלמידים מזוויות ומתחומים של אתגרים מוטוריים, אינטראקציות חברתיות ותמיכה רגשית, תוך יצירת סביבה תומכת.

מחקרים מציינים גם את חשיבות ההתאמה האישית של תרגול המחול לצורכי התלמידים וליכולותיהם המוטוריות, החברתיות והרגשיות (De Jesus et al., 2021; May et al., 2019). התאמה זו תורמת לא רק לשיפור בביצועים הפיזיים, אלא גם לחיזוק תחושת המסוגלות והמעורבות של התלמידים ולהפחתת תחושות תסכול או ניכור. לפיכך, שילוב המחול בחינוך המיוחד משמש גם כנקודת מפגש בין פיתוח כישורים פיזיים לבין טיפוח יכולות רגשיות וחברתיות.

מטרת המחקר היא לבחון את השפעת מיזם "כנס המחולות – ריקודי עם בחינוך המיוחד" על התלמידים כפי שהיא נתפסת בעיני אנשי הצוות החינוכי, תוך התמקדות בהיבטים מוטוריים, חברתיים ומוטיבציוניים. המחקר מאפשר להבין את התרומה של המחול לחינוך המיוחד, להעצמת תלמידים עם מוגבלויות ולפיתוח פרקטיקות הוראה מותאמות.

אלה הן השערות המחקר:

1. שיפור יכולות מוטוריות – השערת המחקר הראשונה היא שאנשי הצוות החינוכי יעריכו כי ההשתתפות במיזם תורמת לשיפור היכולות המוטוריות של התלמידים. השערה זו נובעת מההבנה שהחזרתיות, האימון והלמידה התנועתית המקצועית מגבירים את השליטה המוטורית ומשפרים את הכישורים הפיזיים.
2. פיתוח מיומנויות חברתיות וחיזוק תחושת השייכות – השערת המחקר השנייה היא כי ההשתתפות במיזם תסייע בפיתוח מיומנויות חברתיות ובחיזוק תחושת השייכות של התלמידים, שכן עבודה בקבוצה וביצוע ריקוד תואם מאפשרים אינטראקציה מתמדת, שיתוף פעולה ויצירת קשרים בין-אישיים.
3. עלייה במוטיבציה להשתתפות בפעילות גופנית – השערת המחקר השלישית היא כי בעקבות המיזם יראו אנשי הצוות עלייה במוטיבציה של התלמידים להשתתף בפעילות גופנית. השערה זו מבוססת על ההנחה שהנאה, אתגר מותאם ומעורבות בקבוצה תורמים למעורבות גבוהה יותר ולפיתוח התנהגויות חיוביות בתחום התנועה.
4. הבדלים בתפיסת ההשפעה בין אנשי צוות מתחומים שונים – השערת המחקר הרביעית מתמקדת בהבדלים בתפיסת ההשפעה של המיזם בין אנשי צוות מתחומים שונים, שכן כל תחום מקצועי מדגיש היבטים שונים של התפתחות התלמידים – מוטוריים, חברתיים או חינוכיים. השוואה זו מאפשרת לזהות נקודות חוזק והזדמנויות לשיפור פרקטיקות הוראה.

שילוב השערות אלו בתוך ההקשר התאורטי והמעשי של המחול מאפשר יצירת מסגרת ניתוח רחבה ומעמיקה, המשלבת ידע מחקרי, ניסיון חינוכי והשפעות תרבותיות וחברתיות על תלמידים עם מוגבלויות.

סקירת ספרות

המחול מלווה את האנושות משחר ההיסטוריה הן בהקשרים דתיים ורוחניים הן במסגרת פעילויות חברתיות ופעילויות פנאי. המחול הוא אמצעי ביטוי ותקשורת המאפשר העברת רגשות, מחשבות וחוויות, ובכך תורם ליכולת התנועה וההבעה. הרוקד יכול באמצעותו להחצין רגשות, לקדם בריאות ולשפר את איכות החיים (Barnet-Lopez et al., 2016).

ריקודי העם הישראליים נוצרו בהשפעת חלומות דור המייסדים הציוניים בשאיפה לבסס מכנה משותף וזהות לאומית ישראלית. זאת, בין היתר, על רקע הרצון לטפח תרבות עברית-ישראלית ולהפיג את תחושת הבדידות שחוו עולים חדשים בראשית ימי המדינה. ריקודי העם תרמו ליצירת מודל רב-תרבותי, לחיזוק תחושת

השייכות ולפיתוח קשרים חברתיים, והם נוצלו כפעילות פנאי וכפעילות גופנית נגישה (רונן, 2011).

מחול, נכות ושוויון זכויות

אנשים המתניידים בכיסאות גלגלים זכו לקידום משמעותי ביכולת השתתפותם בפעילות מחול, במיוחד בעקבות העלייה במודעות לזכויות אנשים עם מוגבלויות ולקריאות לשוויון זכויות (צוק ואח', 2005). בדצמבר 2000 תוקן חוק שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות (התשנ"ח-1998), והושם בו דגש על ייזום ועל פיתוח שירותי תרבות, ספורט ופנאי עבור אוכלוסייה זו. תיקון זה היווה נקודת מפנה משמעותית, שכן הוא תרם לעידוד העצמאות, לשוויון ולהפיכת הפעילות הגופנית לפעילות פנאי מוכרת ונגישה עבור אנשים עם מוגבלויות (צוק ואח', 2005).

ברנט-לופז ואח' (Barnet-Lopez et al., 2016) מתייחסים למחול כאל פעילות חברתית ופעילות פנאי המשמשת גם כאמצעי ביטוי ותקשורת שאינו תלוי בהבעה מילולית. כאשר הריקוד מיושם למטרות טיפוליות, ניתן לבסס תקשורת באמצעות תנועה פיזית והבעה רגשית ובכך לאפשר ייצוג והחצנה של רגשות. תהליך זה יוצר הזדמנות לקידום בריאות, להשתתפות ולמעורבות חברתית (Barnet-Lopez et al., 2016).

מחול בכיסא גלגלים כחוויה פיזית-גופנית רגשית וחברתית

באור (2004), מחלוצות ריקודי העם בישראל, מצביעה על השפעתו החיובית של המחול על אנשים עם מוגבלויות המשתתפים בחוגי ריקוד, ומציגה את המחול כאחת מאבני היסוד בחיי האדם. זאת מתוך תפיסה היסטורית-התפתחותית הרואה בתנועה ובהבעה גופנית אמצעים ראשוניים לשיתוף ולתקשורת עוד טרם התפתחות הדיבור.

ברויאר (2012), במחקרה האתנוגרפי, מאתגרת את התפיסה שלפיה חרף הקשיים הפיזיים הרוח מנצחת את הגוף בכל הקשור לריקוד בכיסא גלגלים. היא מצדדת בעמדתה של באור (2004), ומתארת גם את חווייתה האישית כחלק מלהקת מחול משולבת של רוקדים עומדים ורוקדים בכיסאות גלגלים. ברויאר מעידה על כך שבאמצעות התחושות הגופניות והחווייה המשותפת "התאפשר לנו לסמן מחדש את הגוף הנכה כרוקד", חוויה שהעניקה תחושת סיפוק, חרף תפיסה ראשונית של הריקוד בכיסא גלגלים כעיוות של הריקוד המסורתי (ברויאר, 2012, עמ' 349).

ההתפתחות ההיסטורית של הריקוד בכיסא גלגלים

הטיפול בתנועה כאמצעי לריפוי התפתח בארצות הברית באמצע שנות הארבעים של המאה ה-20, לאחר מלחמת העולם השנייה. במקביל, באנגליה החלה להתפתח תנועת ספורט הנכים בהובלת הנוירולוג היהודי-גרמני פרופ' לודוויג גוטמן. במסגרת זו זוהה המחול כבעל פוטנציאל טיפולי, המסייע לתפקוד גופני, לעידוד תנועה ולחיוזוק הקשר של האדם עם עצמו ועם סביבתו. הנחת היסוד של טיפול בתנועה היא שהגוף והנפש הם מערכת אחת.

ב-50 השנים האחרונות התפתח ענף המחול בכיסא גלגלים בארצות אירופה ובארצות הברית, והוא קיים גם בישראל במסגרות שונות בתמיכת המוסד לביטוח לאומי, משרד הביטחון – ארגון נכי צה"ל – וארגון איל"ן. מסגרות אלו פועלות עבור טווח רחב של גילים ויכולות פיזיות, בין היתר ברמת גן (ספיבק), בקריית חיים ובאזורי נוספים. באור (2004) מציינת כי המחול בכיסא גלגלים משלב טיפול בתנועה עם פעילות פנאי מהנה (באור, 2004).

התחרות הראשונה בריקוד בכיסאות גלגלים נערכה בשוודיה בשנת 1968. התחרות הבין-לאומית הראשונה התקיימה בשנת 1977, ומאז שנת 1998 נערכות אליפויות עולם בתחום. תחרויות בין-לאומיות מתקיימות בענפי הריקוד הסלוני והלטיני, כאשר אחד מבני הזוג רוקד בכיסא גלגלים והשני ללא מוגבלות. התחרויות הללו נערכות בחסות ISOD (Organization for the International Sports Disabled). בעקבות השתתפותה של באור בתחרות בהולנד בשנת 1997, הוקמה נבחרת הריקודים הסלונים והלטיניים של נכי צה"ל.

ההתנסויות הראשונות של ישראלים בריקודי עם בכיסא גלגלים החלו בגרמניה באמצע שנות השמונים במסגרת פעילות סטודנטיאלית של ישעיהו הוצלר, מבכירי החוקרים והמפתחים של תחום הפעילות הגופנית המותאמת וספורט הנכים בישראל, ובעקבות היכרות עם גרטרוד קרומפהולץ, מהדמויות המרכזיות בעולם הריקוד הסלוני בכיסא גלגלים. בשנת 1988 התנסתה אורלי באור בריקוד עם רקדן נכה בבית הלוחם בחיפה והקימה חוג ריקודי עם לנכי צה"ל. בשנת 1989 הוקמה הלהקה הייצוגית "הורה גלגלים", ובהמשך הורחב הרפרטואר גם לריקודים סלונים. בשנת 1990 הוקמה להקת "הורה איל"ן – חיפה", ובמהלך שנות התשעים נוסדו קבוצות נוספות בווינגייט ובמרכז הספורט לנכים ברמת גן.

משנת 1999 להקת "גלגל במעגל" פועלת בהרצליה. בשנת 2000 פותחה תוכנית פעילות במוזיקה ותנועה והחלו הכשרת מדריכים ופעילות שיקומית במחול בבית לוינשטיין. בשנת 2003 הוקמה להקת "גלגלי ראשון לציון", ובשנת 2004 הוקמה הוועדה למחול לאוכלוסיות עם צרכים מיוחדים. כיום מתקיימות הכשרות מקצועיות להנחיית מחול שיקומי במסגרות אקדמיות שונות בישראל (אתר התוכנית "רוקדים את החיים").

דוגמה נוספת המבליטה את המפגש בין גופים בעלי יכולות שונות כמקור ליצירה אומנותית חדשה ומרתקת, היא להקת המחול ורטיגו בהובלת נועה ורטהיים ועדי שעל, שהיא חלק ממרכז "ורטיגו כוח האיזון" שהוקם בשנת 2000. אומנם לא מדובר בריקודי עם, אך ביסוד תפיסתה המקצועית של ורטיגו האמונה כי המוגבלות הפיזית אינה מהווה מכשול, אלא מאפיין גופני הנושא איכויות תנועה ייחודיות. ברויאר (2012) מדברת על ה"אסתטיקה של השונות" מתוך שבירת המוסכמות של הגוף הרוקד. מרכז "כוח האיזון" של להקת ורטיגו מיישם תפיסה זו הלכה למעשה והופך את המסוגלות הגופנית למקור של כוח והשפעה חברתית על הבמה (אתר ורטיגו – כוח האיזון).

ריקוד והשפעתו על מוטיבציה לתנועה בקרב אנשים עם מוגבלות

הוצלר ואח' (2012) מציינים כי פעילות גופנית סדירה תורמת לרווחה ולבריאות של אנשים עם מוגבלויות אף יותר מאשר בקרב אנשים ללא מוגבלויות בשל תופעת "מעגל חוסר הפעילות הגופנית". אנשים עם מוגבלויות נוטים לאורח חיים יושבני המשפיע לרעה על תפקודם העצמאי. צוק ואח' (2005) טוענות, כי אף על פי שמרפאים בעיסוק מחפשים מענה לפעילות פנאי, הספורט והריקוד אינם זוכים לדגש ראוי.

ברנט-לופז ואח' (2016) מציינים את תרומת הריקוד לאיכות החיים דרך הביטוי הרגשי, אולם אינם קובעים במפורש כי הריקוד מעורר מוטיבציה לתנועה. עם זאת, בסקר שנערך לצורך מאמרם דווח כי 67.3% מהנשאלים התרשמו כי תלמידים עם מוגבלויות מגלים מוטיבציה והתרגשות לקראת שיעורי ריקודי עם (Barnet-Lopez et al., 2016).

דוארי (2015) מתאר כיצד פעילות גופנית מהנה עשויה לעורר מוטיבציה באמצעות יצירת מעגלי הנאה במוח, תהליך שניתן לייחס גם לתלמידים עם מוגבלויות המתכוננים בקביעות ל"כנס המחולות". חיזוק לכך עולה ממחקרם של הוצלר וקורסנסקי (2010), המדגישים את תרומת הפעילות הגופנית לתחושת מסוגלות עצמית וחברתית, במיוחד כאשר מתקיימים שיתופי פעולה וחיזוקים חיצוניים.

ולנטיני ואח' (Valentini et al., 2023) שילבו במחקרן פעילות ריקוד ומשחק בקרב ילדים עם מוגבלויות ומצאו שיפור בקואורדינציה, בשיווי המשקל ובהפחתת התנהגות לא מסתגלת. החוקרות מציינות כי הריקוד מפעיל תפקודים חושיים, קוגניטיביים ורגשיים ותורם לרווחה הפסיכו-פיזית. עוד נמצא קשר בין שיפור היכולות המוטוריות לבין עלייה ברווחה הנפשית (Valentini et al., 2023).

ריקוד והשפעתו החברתית והקוגניטיבית

מאי ואח' (May et al., 2019) מצביעים על תרומת הריקוד לילדים עם מוגבלויות בהיבטים פיזיים, קוגניטיביים, חברתיים ופסיכולוגיים. באור (2004) מתארת את המחול העממי ככלי שיקומי חברתי, המסייע לתקשורת, לשיתוף פעולה ולתחושת שייכות. מחקרים נוספים מצביעים על תרומה קוגניטיבית, לרבות שיפור קשב, ריכוז ומהירות תגובה (Hutzler & Korsensky, 2010).

דה ג'סוס ואח' (De Jesus et al., 2021) מצאו כי ריקוד תורם לשיפור אורח החיים ואיכות החיים של אנשים עם מוגבלויות, בין היתר בזכות ההיבט החברתי. ברנט-לופז (Barnet-Lopez et al., 2016) מצביעים על שיפור ברווחה הרגשית בקרב מבוגרים עם מוגבלות שכלית לאחר השתתפות במפגשי ריקוד. כרמלי ואח' (Carmeli et al., 2009) מצאו קשר בין פעילות ספורטיבית להפחתת חרדה ושיפור איכות החיים בקרב מתבגרים עם מוגבלות שכלית קלה. באור (2004) מדגישה את תרומת הריקוד לסיפוק אישי, לשייכות חברתית ולרווחה כוללת. המחול המשולב, המפגיש רקדנים עם וללא מוגבלויות במסגרת יצירה, אימון והופעה משותפים, זוכה בעשורים האחרונים להתעניינות מחקרית הולכת וגוברת הן במדעי החברה והרוח הן בתחומי השיקום, הבריאות והחינוך. מחקרים עכשוויים מצביעים על כך שמחול משולב אינו רק פרקטיקה אומנותית או חינוכית, אלא גם זירה חברתית, פוליטית וגופנית מורכבת שבה מתעצבים יחסי כוח, זהות, ידע וחוויה גופנית משותפת.

אחת התרומות התאורטיות המרכזיות להבנת המחול המשולב מוצגת בעבודתה האתנוגרפית של המר (Hammer, 2021), המבוססת על עבודת שדה ממושכת עם להקות מחול משולב בישראל ובארצות הברית. המר מציעה לראות במחול המשולב פרקטיקה מתמשכת של תרגום גופני (embodied translation), שבה תנועות, מושגים ושפות תנועתיות מועברים ומותאמים בין גופים בעלי יכולות שונות. במחקרה מתואר כיצד מושגים מעולם הבלט הקלאסי, כגון plié או relevé, עוברים תרגום רב-שכבתי — מרגליים לכיסא גלגלים, משתי ידיים ליד אחת — ומהפך זה מערער הנחות מקובלות באשר לנורמליות, למומחיות ולידע תנועתי. תהליך זה אינו טכני בלבד, אלא טעון במשמעויות פוליטיות ותרבותיות, שכן הוא מציב את הרקדנים עם מוגבלות כבעלי ידע וכיוצרים של שפה תנועתית חדשה (Hammer, 2021). המרחב של המחול המשולב מתואר במחקר זה כקולקטיב קינסטטי המבוסס על פרדוקס: מחד גיסא, הוא נשען על נוכחות של שונות תנועתית וגופנית, ומאידך גיסא, הוא שואף ליצירת מבע תנועתי משותף שאינו מנרמל או מדיר את ה"אחר". בהקשר זה, תרגום גופני מתפקד כפעולה כוריאוגרפית המאזנת בין ערכים של חיקוי

ופרשנות, הכללה והדרה, הומוגניות ורב-גוניות (Hammer, 2021). גישה זו מרחיבה את מושג התרגום מעבר לשפה המילולית, וממקמת את הגוף והחושים במרכז הדיון התאורטי.

מנקודת מבט יישומית וקהילתית, מחקרם של לודוויג ואח' (Ladwig et al., 2025) תורם להבנת האופן שבו ניתן לפתח ולהנחות מסגרות של מחול מכליל באופן מבוסס ידע. באמצעות שיטת דלפי היברידית, אשר שילבה רקדנים עם ניסיון חיים של אוטיזם ומוגבלות שכלית או התפתחותית, אנשי שיקום ואנשי מחול מקצועיים, גובשו המלצות מעשיות להוראת מחול מכליל. ממצאי המחקר מדגישים את חשיבותה של הפרספקטיבה הקהילתית לצד הכשרה מתמשכת של מורים במחול בכל הנוגע לתקשורת, להכללה ולהתייחסות להיבטים חושיים. בכך המחקר מחזק את התפיסה של מחול מכליל כמרחב הדורש רגישות תרבותית וגופנית, ולא רק התאמות טכניות.

החווייה הסובייקטיבית של משתתפים עם מוגבלות במחול משולב נבחנה במחקר האיכותני של לנצרי ואח' (Lentzari et al., 2023) שהתמקד באנשים עם שיתוק מוחין המשתתפים בקבוצת מחול מכלילה. ממצאי המחקר מצביעים על כך שהמחול נתפס בעיני המשתתפים כמרחב של חיבור לעצמי ולאחר, של חיזוק תחושת ערך ושל גיבוש זהות של רקדן. תהליך זה תואר כמעבר סמלי מ"חושך לאור", המבטא שינוי עמוק ביחס לגוף, לחשיפה ולנראות החברתית. ממצאים אלו מדגישים את הפוטנציאל של מחול משולב לא רק כתהליך שיקומי או טיפולי, אלא כמרחב ליצירת משמעות, זהות ושייכות.

בהשלמה לפרספקטיבות החברתיות והתרבותיות, דובון ואח' (Dubon et al., 2021) סוקרים את תחום רפואת המחול בהקשר של רקדנים עם מוגבלויות, עיוורון/לקות ראייה וחירשות/כבדות שמיעה. הסקירה מצביעה על מחסור בידע מחקרי בנוגע לדפוסי פציעה, מניעת פציעות וקידום בריאות בקרב אוכלוסייה זו, לצד עלייה ניכרת במספר התוכניות והלהקות המשלבות רקדנים עם מוגבלויות. המחקרים מציעים עקרונות מנחים המבוססים על תחום רפואת הספורט המותאם והפרא-אולימפי, ומדגישים את הצורך בפיתוח ידע ייעודי לרקדנים עם מוגבלויות כחלק מהכרה מקצועית וממסדית מלאה.

הספרות הנסקרת מציגה את המחול המשולב כתחום רב-ממדי, המשלב בין תאוריה, פרקטיקה, חוויה אישית ומדיניות יישומית. מחקרים אלו מדגישים את מרכזיותו של הגוף כאתר של תרגום, יצירת ידע ומשמעות, ואת תרומתו של המחול המשולב לקידום הכלה, שונות וחיים חברתיים משותפים, שאינם מבוססי נרמול או הפרדה.

השיטה

כלי המחקר

כדי לקבל מידע על עמדות אנשי צוות המעורבים בתהליך הלימוד של ריקודי עם בבתי הספר לחינוך מיוחד, הועבר שאלון אנונימי שכלל 12 שאלות: שתי שאלות של תיאור בית הספר, הגדרת תפקידו של המשיב, שמונה שאלות סגורות, המבררות עמדות, ושתי שאלות פתוחות על אודות התנאים הנדרשים לקיום התוכנית, וכן שאלה כללית המבקשת מהנשאל לציין כל דבר העולה על דעתו ביחס למיזם "כנס מחולות – ריקודי עם בבתי הספר של החינוך המיוחד".

מטרת שאלון הסקר הייתה לברר את עמדתם של הנשאלים באשר להשפעת ריקודי העם וההשתתפות בכנס הייחודי במספר היבטים. האישור להעברת השאלון התקבל ממפקחת החינוך הגופני במחוז מרכז, והוא הועבר בקרב אנשי צוות עובדי משרד החינוך ומשתתפים בכנס באמצעות המדריכה המחוזית של החינוך הגופני בחינוך המיוחד.

ממצאים

משתתפי המחקר

הקישור לשאלון הועבר ל-24 מנהלות ומנהלי בתי ספר של החינוך המיוחד ול-24 האחראים מטעם בית הספר לתוכנית ההשתתפות ב"כנס המחולות". המנהלים והאחראים התבקשו להעביר את הקישור לשאלון לפחות לשלושה נושאי תפקיד השותפים ומעורבים בנושא: תומכת הוראה, מחנכת, מורה לחינוך גופני. הצפי המקסימלי לנשאלים היה 120 משיבים. לסקר השיבו 52 איש בלבד – נושאי תפקידים המעורבים בהכנה לכנס השביעי (43% מהצפי המרבי). לוח 1 מציג את מאפייני המשיבים.

לוח 1.

תיאור מאפייני התפקיד של המשתתפים

התפקיד	תפקידי ניהול – מנהלת, סגנית	מורים/ות לחנ"ג	מורים/ות למחול או מטפלים באמצעות מחול	תומכיות/ות הוראה	מחנכים/ות	נושאי תפקידים מגוונים המעורבים
N=52	5	7	10	11	10	9

אפיון בתי הספר

ב"כנס המחולות" השתתפו תלמידים בטווח הגילים 6 עד 21. יש לציין כי בתי הספר לחינוך מיוחד מאופיינים לרוב על פי המוגבלות העיקרית של רוב התלמידים. מבין התלמידים ישנם כאלה שיש להם יותר ממוגבלות אחת. בלוח 2 ניתן לראות את מספר הנשאלים לפי אפיון בית הספר שלהם.

לוח 2.

המשתתפים לפי אפיון בית הספר

אפיון בית הספר	מש"ה* בינונית, קשה ומורכבת	מש"ה קלה	שיתוק מוחין ולקות מוטורית	אוטיזם	תשובות שבהן נכתב – בית הספר לחינוך מיוחד
N=52	31	2	5	7	7

*מש"ה: מוגבלות שכלית התפתחותית

מן הראוי לציין כי השבעה שהשיבו כי אפיון בית ספר הוא "חינוך מיוחד" הם "תומכי הוראה".

השתתפות בכנסים קודמים

מבין 52 משיבי השאלון רק שניים העידו כי לא לקחו חלק בכנסים קודמים. שאר הפרטים על ניסיונם של המשתתפים בסקר במסגרת כנס המחולות מופיעים בלוח 3.

לוח 3.

התפלגות המשיבים על פי מספר הפעמים שבהן השתתפו

השתתפות בכנס	פעם 1	פעמיים 2	3	4	5	6	עתידיים להשתתף בכנס ה-7 והשתתפו בעבר בכנס ה-7	לא השתתפו בעבר, ישתתפו לראשונה בכנס ה-7
באחוזים	5.8%	13.5%	7.7%	15.4%	7.7%	1.9%	44.2%	3.8%
בכמות	3	7	4	8	4	1	23	2

קיום תוכנית הלימודים בריקודי עם

הנשאלים התבקשו להשיב אם בבית ספרם פועלת תוכנית לימודים לריקודי עם באופן סדיר או שהוסיפו לתוכנית הלימודים הקיימת ריקודי עם לטובת הכנס. 31 מהמשיבים ענו כי תוכנית הלימודים שלהם כוללת ריקודי עם ללא כל קשר לקיומו של "כנס המחולות". לעומת זאת, 21 משיבים העידו כי הוסיפו לתוכנית הלימודים ריקודי עם במיוחד לקראת "כנס המחולות" של בתי הספר לחינוך מיוחד. כלומר, 59.6% מקיימים שיעורים המיועדים למחול ו/או ריקודי עם ללא קשר ל"כנס מחולות". ייתכן שכדאי לבדוק בהמשך – בראייה של טווח השנים – אם קיומו השיעורים בתחום זה גם לפני שחל הכנס, או אם השיעורים נוספו בקביעות רק לאחר שנודע שיתקיים כנס מסוג זה?

מעניינת העובדה כי ב-31 מבתי הספר המיועדים לתלמידים עם מוגבלות שכלית בינונית, קשה ומורכבת הם בתי הספר שבהם התוכנית מתקיימת יותר מבכל בתי הספר המיועדים לאוכלוסיות האחרות (כמעט 60% מכלל הנשאלים). 36.5% מבתי הספר לתלמידים עם מוגבלות בינונית, קשה ומורכבת מקיימים תוכנית לימודים בריקודי עם ללא קשר להשתתפות ב"כנס המחולות" הייעודי.

לוח 4.

קיום תוכנית לימודים בריקודי עם ביחס לכנס בחתך מאפייני התלמידים

אפיון בית הספר/ לימוד ללא קשר או עם קשר לכנס	משי"ה בינונית, קשה ומורכבת	משי"ה קלה	שיתוק מוחין ולקות מוטורית	אוטיזם	תשובות שבהן נכתב – בית הספר לחינוך מיוחד	סה"כ N=52
ללא קשר	19	2	2	3	5	31
עם קשר	12	3	3	4	2	21
	36.5%	3.8%	3.8%	5.8%	9.6%	59.6%
	23.1%	5.8%	5.8%	7.7%	3.8%	40.4%

נתונים אלו יכולים להיות קשורים לכך שאחוז המשתתפים מבתי הספר של המוגבלות הבינונית, הקשה והמורכבת גבוה יותר מאחוז המשתתפים מקרב שאר הנחקרים. יכולות לעלות סברות אחרות שכדאי לבחון בהמשך, כמו למשל, אם מוצעות בבתי הספר פעילויות מוטוריות אחרות שיש להן קדימות על פני ריקודי העם.

שיתוף פעולה של התלמידים

הנשאלים הביעו את עמדתם ואת התרשמותם באשר להתלהבותם של התלמידים עם המוגבלויות בשיעורים שבהם הם לומדים לרקוד ריקודי עם. 67.3% מהנשאלים השיבו ש'התלמידים משתפים פעולה בהתלהבות ובמוטיבציה גבוהה, 21.2% השיבו כי התלמידים משתתפים בהתלהבות, ו-11.5% השיבו כי התלמידים מתונים בהתלהבותם. לא היו תשובות שהתייחסו לחוסר שיתוף פעולה. ריקודי העם הם פעילות המעוררת התלהבות ומוטיבציה על פי התרשמותם של רב הנשאלים. זהו נתון שיכול לסייע בהבנת התרחבות מספר בתי הספר הלוקחים חלק ב"כנס המחולות". העובדה שצוותים מזהים כי תלמידים הרוקדים ריקודי עם משתפים פעולה בהתלהבות ובמוטיבציה גבוהה יכולה להיות גורם המעודד את הצוות להמשיך בפעילות זו.

תרומת ריקודי העם ליכולת המוטורית

אשר לתרומת שיעורי ריקודי העם לתלמידים עם מוגבלויות, 61.5% מהמשיבים מוצאים כי חלה התקדמות ביכולתם המוטוריות של התלמידים עם המוגבלויות בעקבות לימוד ריקודי עם. 21.2% מוצאים כי חלה התקדמות, 11.5% ניטרים ושניים מוצאים כי הפעילות אינה תורמת. נראה כי כ-82% מהנשאלים מוצאים כי ריקודי העם תורמים ליכולתם המוטורית של התלמידים עם המוגבלויות. בבחינת נתונים אלה באשר לתרומת ריקודי העם ליכולתם המוטורית של התלמידים עם המוגבלויות מתוך התייחסות לעמדות הנשאלים על פי סוגי האפיון של בתי הספר, נראה כי 54% מהצוותים שמלמדים תלמידים עם מוגבלות שכלית התפתחותית בינונית, קשה ומורכבת מאמינים כי ריקודי העם תורמים ליכולותיהם המוטוריות של תלמידיהם. אומנם רק שני נציגים מבתי הספר למוגבלות קלה ורק חמישה מבתי הספר לתלמידים עם שיתוק מוחין ומוגבלויות מוטוריות, אך נציגים אלו מאמינים בתרומת ריקודי העם ב-100%. בטבלה ניתן לראות כי מרבית המשיבים רואים בריקודי עם גורם התורם ליכולתם המוטורית של תלמידים עם מוגבלויות מסוגים שונים. מעניין יהיה לראות נתונים אלו במדגם נשאלים רחב יותר.

קידום מיומנויות חברתיות

המשתתפים נשאלו אם בעקבות ההשתתפות ב"כנס המחולות" חלה התקדמות במיומנויות החברתיות של התלמידים. במענה לשאלה זו 84.6% מהנשאלים אמרו כי הם מוצאים שההשתתפות תורמת או תורמת מאוד לקידום מיומנויותיהם החברתיות של התלמידים ו-3.8% מהנשאלים מצאו כי ההשתתפות אינה מקדמת מיומנויות אלו. 17.3% השיבו כי המיומנויות החברתיות מקודמות אך במעט, ו-11.5% הציגו עמדה ניטרלית ביחס להשפעת ריקודי העם על המיומנויות החברתיות. ניתן לראות אפוא כי רוב הנשאלים סברו כי ההשתתפות בריקודי העם תרמה לשיפור מיומנויות חברתיות שכה משמעותיות לאוכלוסיות עם המוגבלויות. הנשאלים העידו בתשובותיהם כי הבחינו שתלמידיהם מגלים עניין בתלמידים מבתי הספר האחרים. כמו כן הגבירו מתן יד זה לזה (מגע) - מה שקודם היווה קושי. הנשאלים ציינו שיפור ניכר בדחיית סיפוקים ותגובות סבלניות ומכילות יותר של התלמידים בסיטואציות חברתיות.

עמדות ביחס להיבט קוגניטיבי בעקבות השתתפות ב"כנס המחולות"

כל כנס מחולות מאופיין בנושא המוצג בפני משתתפיו מראש. תוכן שירי הריקודים מיוחס לנושא המרכזי שנבחר. הנשאלים התבקשו להביע את התרשמותם מהשפעת ריקודי העם וההשתתפות בכנס המחולות על היבטים קוגניטיביים. 32.7% משיבים הציגו עמדה ניטרלית ביחס לנושא, 28.8% מאמינים כי קיימת הבנה טובה של התוכן בהתייחס לנושאים העולים מהשיר הנבחר לריקוד, ואותו אחוז נשאלים מתרשמים כי קיימת הבנה כלשהי של התכנים השונים, ללא יכולת להצביע על מה בדיוק הובן. שאר 9.9% מהנשאלים השיבו כי אין לדעתם הבנה, כשאחד מהם טען שלדעתו אין כלל הבנה של התוכן.

הבנת תוכן הנושא המרכזי של הכנס

לוח 5 מציג את התפלגות המשיבים ביחס לתרומת ריקודי העם להבנת התוכן על פי סוג בתי הספר. 77% מבין אלה המתרשמים שתלמידיהם מבינים את התוכן של הכנסים הם אנשי הצוות של בתי הספר שבהם לומדים תלמידים עם מוגבלות שכלית בינונית, נמוכה ומורכבת (מש"ה). ייתכן כי אחת הסיבות שעשויה להסביר נתון זה קשורה לרמת התיווך הגבוהה הנדרשת מהצוות החינוכי לטובת העברת התכנים הלימודיים. עם זאת, מבין חברי הצוות של בתי הספר של מש"ה בינונית, נמוכה ומורכבת, 36% הביעו עמדה ניטרלית ביחס להבנת התלמידים את התוכן לעומת 32% שמאמינים שיש לתלמידים הבנה טובה. בהתבוננות מזווית אחרת נראה כי מבין כל הנשאלים 8% בלבד מוצאים כי לתלמידיהם אין הבנה או אין הבנה כלל. 33% מכלל הנשאלים הביעו עמדה ניטרלית ביחס להשפעת ההשתתפות ב"כנס המחולות" על הקוגניציה של תלמידיהם. חשוב להזכיר את העובדה שמרבית התלמידים אינם ורבליים, והבנתם נמדדת בדרכים אלטרנטיביות וכן מראש ידוע כי הקוגניציה של מרביתם נחשבת מונמכת.

לוח 5.**פיסות אנשי צוות ביחס לתרומת ריקודי העם להבנת תוכן הכנס**

אפיון ביה"ס	מש"ה בינונית, קשה ומורכבת	מש"ה קלה	שיתוק מוחין ולקות מוטורית	אוטיזם	תשובות שבהן נכתב בית – הספר לחינוך מיוחד	סה"כ
	31	2	5	7	7	N=52
לא מבינים בכלל	1					1
לא מבינים	3			1		4
ניטרלי	11	1	1	3	1	17
מבינים	6	1	3	2	3	15
מבינים היטב	10		1	1	3	15

תרומת ריקודי העם לרווחה הנפשית של התלמידים הרוקדים

המשתתפים נשאלו ביחס לתפיסתם את תרומת ההשתתפות לרווחה הנפשית של התלמידים. 5.8% מהנשאלים היו בעמדה ניטרלית באשר לתרומת הריקודים לרווחה הנפשית של התלמידים עם המוגבלות. 26.9% נשאלים מאמינים כי קיימת תרומה של ריקודי העם לרווחה הנפשית של התלמידים עם המוגבלות. רוב הנשאלים, 67.3%, מוצאים כי ריקודי העם תורמים באופן מיטבי לרווחתם הנפשית של התלמידים.

שאלות פתוחות

בשאלה מס' 11 ביקשו החוקרים לדעת אם מתקיימים תנאים לטובת קיום שיעורי "ריקודי עם" מבחינה פיזית – האם קיים מרחב מותאם, מבחינת שעות במערכת או מכל בחינה שעליה הנשאל מעוניין להשיב.

ניתן להבחין בחמישה קריטריונים בולטים בתשובותיהם של הנשאלים:

- מרחב פיזי המתאים לפעילות של ריקודי עם בהתאמה למוגבלויות התלמידים.

- שיעור מובנה במערכת או גמישות המערכת לטובת קיום שיעורים ללימוד ריקודי עם.

- כוח אדם המעורב בשיעורי ריקודי עם.

- מוטיבציה ושיתוף פעולה של אנשי הצוות.

- עידוד הנהלת בית הספר לטובת קיום שיעורים ללימוד ריקודי עם.

ביחס למרחב הפיזי – מרבית הנשאלים השיבו כי בבית ספרם קיימים תנאים מתאימים לקיום שיעורי ריקודי עם. תנאי מזג האוויר פוגעים במספר בתי ספר, שכן הריקודים מתקיימים במרחבים לא מקורים ובימי גשם הם אינם יכולים לקיים שיעורים. שמונה מבין ה-52 השיבו שאין להם תנאים פיזיים מתאימים, והם מסתדרים בעזרת מרחבים הנמצאים בסביבת בית-ספרם.

ביחס לרמת הגמישות וההבניה של המערכת לקיום שיעור ריקודי עם – תשעה נשאלים השיבו כי אין בבית ספרם שיעור מובנה לטובת קיום שיעור ריקודי עם, אך לקראת הכנס הם מתאמים במערכת שיעורים מזדמנים. יתר 43 הנשאלים השיבו כי בבתי הספר מתקיים שיעור מובנה במערכת. ישנם בתי ספר המשלבים את ריקודי העם גם בהפסקות, גם בטקסים וגם בפעילות שילוב עם הקהילה.

ביחס לכוח אדם – הנשאלים התייחסו למשמעות הרבה של זמינותם של אנשי הצוות לטובת התלמידים הרוקדים בשלבי לימוד הריקודים וכן במהלך הריקודים עצמם. חוסר העצמאות של חלק ניכר מהתלמידים מחייב איש מלא של אנשי צוות לטובת ליווי התלמידים והכוונתם. תשעה מהנשאלים ציינו כי אימוני הריקוד תלויים בכוח האדם, והיבט זה הוא אתגר משמעותי בקיום התוכנית. שאר 43 הנשאלים ציינו כי הנהלת בית הספר דואגת לאישי את הפעילות בצוות נוסף על מנת שיוכלו כמה שיותר תלמידים ליהנות מריקודי העם. נשאלים השיבו: "מפנים לנו תמיד מקום, זמן וכוח אדם" וגם "יש לנו שעה קבועה במערכת כך שהכול מתואם בעיקר עם אנשי הצוות שמצטרפים לשיעור הריקוד".

ביחס למוטיבציה ולשיתוף הפעולה של אנשי הצוות - עשרה מהנשאלים הביעו חוסר סיפוק מהמוטיבציה ומגילוי רצון לשיתוף פעולה בקרב הצוות, כשהסיבה הנפוצה שצוינה הייתה העובדה שאימוני הריקוד דורשים מאמץ פיזי. חלקם הזכירו גם את העובדה כי אותם אנשי צוות שאינם מגלים שיתוף פעולה הם אלו ששינו להם את המערכת. 42 הנשאלים האחרים העידו על גילויי התלהבות ורצון בקרב הצוות.

המילה "גמישות" חזרה כחמש פעמים כשדובר על אנשי הצוות המגלים גמישות לטובת הצלחת קיום תוכנית הלימודים של ריקודי העם.

ביחס לעידוד הנהלת בית הספר לתוכנית "ריקודי עם" – רק מתשובה אחת עלה כי קיים קושי לגייס את הנהלת בית הספר לטובת קיום התוכנית ולכן קשה להמשיך בקיום חזרות או פעילויות אחרות נוסף על השיעורים המיועדים. שאר 51 המשיבים העידו כי הנהלת בית הספר קשובה לצרכים ו"מעודדים מאוד את התוכנית".

בשאלה מס' 12 התבקשו הנשאלים להוסיף מילים משלהם על מיזם "כנס המחולות לבתי הספר של החינוך המיוחד" ועל השפעתו על התלמידים בהיבטים של תדמית, מוטיבציה, יכולת מוטורית, היבטים חברתיים, קוגניטיביים, איכות חיים ועוד. תשובותיהם של הנשאלים התייחסו להיבטים האלה:

- תדמית: דברי שבח על היוזמה לקיום "כנס מחולות" – כנס המיועד רק לתלמידי החינוך המיוחד. הכנס מזמן חוויה מעצימה מתוך התאמתו לצורכיהם ולמסגולותם של התלמידים עם המוגבלויות – "שם את החינוך המיוחד על המפה".
- מוטיבציה: ההתכוננות ל"כנס המחולות" מגבירה את המוטיבציה בקרב התלמידים באופן כללי.

- היבטים חברתיים: ה"כנס" מייצר קשר וחיבור של תלמידים עם אנשי הצוות, בינם לבין חבריהם לכיתה וגם לכיתות אחרות בבית הספר ומבטי ספר אחרים. "כנס המחולות" מייצר תחושה של שייכות ושוויון המעודדת את הרצון להתחבר לסובבים ולשותפים האחרים בתהליך. קיום הכנס מהווה התנסות בחוויה "נורמטיבית" המגבירה את תחושת השייכות של התלמידים ושל אנשי הצוות לחברה הישראלית. תשובה אחת התייחסה גם לכך שגם תלמידים שאינם רוקדים מקדמים את המיומנויות החברתיות שלהם בכך שהם לומדים כיצד מתנהגים כקהל – כיצד יושבים באופן מותאם, מתי מתאים למחוא כפיים ומתי לדבר או לשמור על שקט.

- היבטים רגשיים: התלמידים השותפים נהנים מהתהליך. הם מקבלים חיזוקים חיוביים מהסובבים אותם המעצימים אותם ותורמים לאיכות חייהם ולשמחתם. חלק מהתלמידים מתמודדים עם פחד קהל ומתגברים על הקושי באמצעות ההשתתפות.

- היבטים גופניים-מוטוריים: התלמידים עם המוגבלויות מגבירים מוטיבציה בכל הקשור בפעילות גופנית וניכר שיפור ביכולותיהם המוטוריות.

- היבטים קוגניטיביים: התכנים השונים של "כנסי המחולות" יוצרים חיבור למורשת הישראלית. התלמידים לומדים, מקשיבים ונחשפים לשירים ישראלים. יש התרגשות רבה סביב החשיפה לשיר של הריקוד והלמידה סביבו.

- קשרי הורים-ילדים-בית הספר: כארבעה משיבים התייחסו לדיווחי הורים על גאווה גדולה בילדיהם הרוקדים ולתרומה של השתתפות זו לקשר בין הילדים להוריהם וכן ליחסים בין צוות בית הספר להורים.

- אקלים בית ספר: הנשאלים הצביעו על השפעת תהליך ההכנות לקראת "כנס המחולות" על אקלים מיטיב בבית הספר ועל אווירה טובה כתוצאה מההתרגשות הרבה.

נשאלת אחת התייחסה נוסף על כל אלה גם לעובדה כי "כנס המחולות" מופץ על ידי הפיקוח על החינוך הגופני, וכמורה למחול היא מציעה שהפיקוח על המחול ישתלב גם או שייצר מיוזמים נוספים שבהם יבואו לידי ביטוי סגנונות ריקוד נוספים, היות שהיא מזהה את השפעתו המקדמת של הריקוד בכללותו, לאו דווקא של ריקודי

העם, על המוטוריקה ועל עוד היבטים פיזיים, כגון שכלול ההתמצאות במרחב של התלמידים עם המוגבלויות. כמו כן היא מזהה גם התקדמות בכל הקשור לתקשורת ולמיומנויות החברתיות של תלמידה.

ניתן להבחין בנושאים משותפים אליהם התייחסו הנשאלים על פי השתייכותם הפרופסיונלית:

מנהלות וסגניות. חמש מהנשאלות שנשאו בתפקידי ההנהלה התמקדו בהתייחסותן למוטיבציה ולהנאה המרובה ש"כנס המחולות" מעורר, וכן לעובדה שתוכן הכנסים מעניק לתלמידים משמעות ותורם משמעותית ליכולת המוטורית. כלל המורים לחינוך גופני ציינו כי "כנס המחולות" הוא אירוע חשוב המתקיים עבור תלמידי החינוך המיוחד, וההשתתפות בו מעוררת גאווה. גם המחנכות התמקדו בכיוון התרומה של "כנס המחולות" למוטיבציה ולאקטיביות שהוא מעורר בקרב התלמידים עם המוגבלויות.

המורים המלווים את התוכנית (שאינם מורים לחינוך גופני) התייחסו לתהליך המתמשך משלב ההתחלה של ההתארגנות לקראת הכנס, האימונים בשיעורים עד ההשתתפות בכנס עצמו מתוך התבוננות בקידום המיומנויות השונות של התלמידים עם המוגבלויות.

תומכות ההוראה. המאפיין הבולט בתשובות 11 תומכות ההוראה היה שעצם קיום "כנס המחולות" תורם לשמחה של התלמידים ומשלב "עשייה מבורכת ומלאת שמחת חיים" בקרב כל הנוגעים בדבר.

דיון

הסקר בקרב נושאי תפקידים המעורבים בבתי ספר של החינוך המיוחד בתוכנית הלימודים "ריקודי עם" – בין שרק לקראת השתתפות ב"כנס המחולות של בתי הספר של החינוך המיוחד" ובין שחלק מתוכנית לימודים המשולבת באופן סדיר – מראה כי עמדות הנשאלים משבחות את קיומו של "כנס המחולות", וברוב המקרים הם מוצאים את תרומתו החיובית עבור התלמידים עם המוגבלויות בתחומים המוטוריים, החברתיים, הקוגניטיביים כמו גם התרומה לאיכות החיים. לכאורה ניתן היה להסתפק בתיאור הפעילות של המשתתפים ב"כנס המחולות". תרומתו של הסקר היא בהצגת עמדותיהם של אנשי הצוות המעורבים בהכנת התלמידים ובהשתתפותם בכנס. הממצאים מלמדים כי תרומתו של הכנס לתלמידים עם המוגבלויות משמעותית בזירות השונות. תמונה זו משתקפת בדברי משיבה אנונימית לסקר:

בעיני, הכנס הוא אחד האירועים החשובים הקיימים כיום לאוכלוסיית החינוך המיוחד! אני רואה את המוטיבציה והשמחה של תלמידי בכל חזרה וחזרה, והציפייה כבר להגיע ליום המיוחד. אין ספק כי השפעתו על התלמידים היא עצומה, מכל הבחינות.

הממצאים בסקר זה מצביעים על כך שכשני שלישים מהנשאלים (67.3%) מוצאים כי ההכנה ל"כנס המחולות" תרמה לשיתוף פעולה, להתלהבות ולהעלאת המוטיבציה של התלמידים עם המוגבלויות. ולנטיני ואח' (Valentini et al., 2023) מציגות את הריקוד ואת הפעילות המוטורית כאינדיקציה להפחתת התנהגויות לא

מסגלות ולפיכך את ההבנה של היתרונות בהוספת ריקודי העם לתוכנית הלימודים בקרב תלמידים עם לקויות וכגורם המקדם שיתוף פעולה (Valentini et al., 2023). ממצאיהם של באור (2004), הוצלר וקורסנסקי (2010), הוצלר ואח' (2012) ודוארי (2015) וכן ממצאי הסקר הנוכחי מחזקים את ההבנה כי יש בריקוד ובפעילות הגופנית המתקיימת בעקביות ובאופן חברתי גורם המקדם מוטיבציה ורצון לשיתוף פעולה.

יותר ממחצית מהנשאלים בסקר (61.5%) הביעו את תמיכתם בכך שההכנות לקראת "כנס המחולות" והאימונים בריקודי העם תורמים לתלמידים עם המוגבלויות בהיבט הפיזי. הם מתרשמים שהפעילות לקראת הכנסים מקדמת את התלמידים מבחינה מוטורית ופיזית. דברים אלו עולים בקנה אחד עם דבריהן של ולנטיני ואח' (Valentini et al., 2023), המעידות על כך שתרגול מתמשך משפר קואורדינציה, שיווי משקל, שליטה תנועתית ויכולת ניידות. עמדות אלו תואמות גם את עמדתה של באור (2004), המצביעה על הריקוד כגורם מוטורי המקדם יכולות פיזיות ועוזר לקידום הבריאות, לתיאום עצבי-שרירי, לשיווי משקל וליציבה (Valentini et al., 2023).

מבחינת התרומה של "כנס המחולות" ולימוד ריקודי העם לתלמידים עם מוגבלויות עולה כי 67.3% ממשתתפי הסקר מוצאים כי ההשתתפות במיזם זה משמעותית בהיבט החברתי, ונראה כי היא מסייעת לקידום המיומנויות החברתיות של המשתתפים. בשאלות הפתוחות עלו התייחסויות נלהבות ביחס לקידום הכישורים החברתיים של התלמידים עם המוגבלויות בין שבהתייחסות לתלמידים הרוקדים ובין שבהתייחסות לתלמידים שהגיעו להשתתף בכנס כצופים. הוזכרו מיומנויות של דחיית סיפוקים, התנהגות מותאמת באוטובוס, התנהגות מתאימה באולם שמתכנסים בו אנשים רבים ועוד. נשאלים הזכירו את תחושת השייכות זה לזה, שהתעצמה בקרב התלמידים הרוקדים, וגם את השייכות לחברה הישראלית מעצם למידת התכנים העולים מהשירים הנבחרים לריקוד. נשאלים הביעו צורך בקידום מפגשים מסוג זה גם בתחומים אחרים שכן הם זיהו במפעלים המשותפים לחינוך המיוחד ממד משמעותי המגשים את רצונם של תלמידיהם להיות מעורבים עם אחרים. עמדות אלו תואמות גם את אלו העולות במאמרם של מאי ואח' (May et al., 2019), המחזקות את העובדה שריקוד ואימונים מוטוריים תורמים להתקדמות במיומנויות החברתיות, בגילויי אמפתיה וצורך בהשתייכות. כך גם באור (2004) שרואה במחול העממי הזדמנות לבטא תכונות חברתיות בקרב הרוקדים בעצם המפגש.

התלמידים הלוקחים חלק במיזם משתייכים למסגרות החינוך המיוחד ורובם ככולם מתפקדים ברמה קוגניטיבית נמוכה. יותר ממחצית ממשיבי הסקר (57.7%) ללא קשר להשתייכות הבית-ספרית התרשמו כי ההשתתפות בכנס תורמת מאוד או תורמת מבחינה קוגניטיבית לתלמידים.

ההיבט הקוגניטיבי עלה אצל באור (2004), הוצלר ואח' (2012) ואצל מאי ואח' (May et al., 2019), כשהם מראים שההזדמנות שבריקוד ובפעילות המוטורית-גופנית מגבירה את ההבנה הן תוך כדי לימוד הריקוד, שבו נדרשת הבנה של מבנים תנועתיים, הן בהכרת מושגי מרחב ושיפור הקשב והריכוז. נראה כי משתנה זה טוב שייחקר בהמשך באופן מעמיק ומדויק יותר לטובת הבנה ביחס לאוכלוסייה של אנשים עם מוגבלויות קוגניטיביות מונמכות. כמו כן, ייתכן שיש צורך בהגדרה

מדויקת יותר בהקשר של היבט זה ביחס לתלמידים עם המוגבלויות, ומתוך הגדרה מדויקת זו ניתן יהיה לנסח שאלות שיספקו מענה מובהק יותר בנושא. רוב הנשאלים שענו על הסקר (94.2%) מציגים עמדה התומכת בכך שהשתתפות בכנס המחולות תורמת לרווחה ולאיכות החיים של המשתתפים. עמדה זו עולה בקנה אחד עם ממצאי המחקר של ברנט-לופז ואח' (Barnet-Lopez et al., 2016) שממנו עולה התפיסה כי הריקוד תורם לאיכות החיים בשל הביטוי הרגשי העולה ממנו. עמדה דומה משתקפת גם במחקריהם של כרמלי ואח' (Carmeli et al., 2009) ודה ג'סוס ואח' (De Jesus et al., 2021). בשאלות הפתוחות הנשאלים מעידים בתשובותיהם על השמחה הגדולה ועל ההתלהבות של התלמידים בשלב השיעורים, ההכנות וכן בכנס עצמו.

מגבלות הסקר

ראשית מן הראוי לציין כי מספר המשיבים אינו גבוה. השאלון הועבר באמצעות הפיקוח על החינוך הגופני בחינוך המיוחד והגיע לצוותים שאחראים לקיום הכנס השביעי. הייתה זו הדרך היחידה שאושרה לטובת הגעה לנשאלים מתוקף היותם עובדי משרד החינוך. צוותים אלו התבקשו להעביר את הקישור לשאלון לשותפיהם בתהליך בבית ספרם. ייתכן שבדרך אחרת, של יותר שליטה ומעורבות בתהליך השגת הנשאלים, היו מתקבלות יותר תשובות, וכך ניתן היה להפיק מהמדגם תמונה רחבה יותר על הנושא.

כמן כן, מן הראוי לציין את אפשרות הטיית האישוש (confirmation bias). מרבית המשיבים הם בעלי עניין, וייתכן שהשאלון לא הגיע למי שמתנגד לקיום "כנס המחולות" או ללימודי ריקודי עם – כך שקיימת הטיה לטובת הנושא.

כמו כן חשוב לציין את המחסור במידע אותנטי מהתלמידים עצמם – נראה כי ניתן היה לקבל תמונה מתשובות התלמידים על שאלות ביחס לעמדותיהם לתוכנית הלימודים של ריקודי העם וביחס לקיום "כנס המחולות". ניתן לשאול אותם שאלות המותאמות ליכולתם התקשורתית. מידע ישיר זה יכול לדייק את התהליך ואת החוויה עצמה, שהרי למעשה הם הנמענים הראשיים של התוכנית והמיזם.

הסקר לא הביא בחשבון את דעותיהם של בעלי עניין נוספים בקהילה ב"כנס המחולות" – נציגים של הרשות המקומית, גורמים מהפיקוח של משרד החינוך – החינוך הגופני, החינוך המיוחד – גם עימם ניתן לבדוק עמדות כמי שמביטים בתהליך מהמעגל הרחב יותר.

לבסוף, יש לציין כי בתגובות הנשאלים הוזכרו הורי התלמידים, כשההתייחסות הועלתה ממקום של גאוות ההורים על החלק שילדיהם לוקח במיזם נורמטיבי. תגובות ההורים יכלו לשקף ממד נוסף להתבוננות בתרומת המיזם.

סיכום, מסקנות והשלכות יישומיות

מיזם "כנס המחולות" נולד מחלומה של מורה לחינוך גופני בוגרת אולפן מדריכים לריקודי עם במכללת וינגייט, ומתוך אמונה שריקודי העם הם כלי לחיזוק ההשתייכות למורשת ולתרבות הישראלית. חלומה של המורה קיבל הכרה מהנהלת בית ספרה וסחף אחריו בתי ספר אחרים של החינוך המיוחד וכן להקות ריקוד מהקהילה המגיעות להשתתף ב"כנס המחולות". החיבור לתרבות והרצון ליצור קשר למורשת – הן מבחינת בחירת השירים והקשר שלהם למדינת ישראל והן מבחינת בחירת תכנים ישראליים לכנס עצמו – מעניקים לתלמידים ולאנשי הצוות תחושה

של שייכות וגאווה ומספקים אווירה נורמטיבית בדומה לזו השוררת בכנסים במסגרות חינוך שאינן משתייכות לחינוך המיוחד. תרומתו של "כנס המחולות" של בתי הספר של החינוך המיוחד לתלמידים בזירות השונות נלמדת באמצעות העמדות של הנשאלים בסקר זה בשילוב עם עמדותיהם של כמה חוקרים שהוזכרו.

ניתן ללמוד מהסקר הנוכחי על מגמה חיובית בתרומתו הפעלתו של "כנס מחולות לריקודי עם לתלמידי החינוך המיוחד" בתחומים של מוטיבציה, יכולות מוטוריות, מיומנויות חברתיות ואיכות חיים. יותר מכול עולה מהסקר תחושה של "גאווה יחידה" ולו רק מעצם קיום אירוע ייעודי וייחודי לתלמידי החינוך המיוחד. התלהבות הצוותים המעורבים בהיבטים השונים, ציון העובדה כי ההשתתפות היא חוויה המעצימה תלמידים כמו גם צוותים חינוכיים-טיפוליים ואמירה כמו: "החינוך המיוחד על המפה" של מספר משיבים – הם בבחינת תמיכה גדולה בקיומו של הכנס. אין ספק כי גם העובדה שמדי שנה יותר בתי ספר של החינוך המיוחד מעוניינים להיות חלק ממיזם זה מעידה על הרצון לשייך את התלמידים ואת בתי הספר לתהליך ולאירוע בשיאו.

כנס המחולות הוא אירוע שיא של תהליך לימודים בתחום ריקודי העם. מתשובותיהם של בעלי עניין בהכנת התלמידים ובליווי שלהם לקראת הכנס עצמו עולה כי הם רואים במיזם זה מפעל חשוב ומשמעותי המקדם את התלמידים עם המוגבלויות, מגביר את התלהבותם, תורם ליכולתם המוטורית ומשפר מיומנויות חברתיות – ומדווחת גם תרומה לתלמידים שהשתתפותם בכנס אינה פעילה והם מצטרפים רק כצופים. כמו כן, הנשאלים רואים בריקודי העם גורם המספק רווחה נפשית לתלמידים, אך על פי רוב התרומה בהיבטיה הקוגניטיביים נוטה להיות ניטרלית.

המסגרות החינוכיות הלוקחות חלק בתוכנית מצינות כי נדרשים רצון והתארגנות מתאימה לטובת קיום השיעורים וההכנות לקראת הכנס, אם כי בחלק מבתי הספר ריקודי העם משולבים בתוכנית הלימודים הבית-ספרית (תל"ס). עלתה סוגיית כוח האדם והצורך בגמישות המערכת לטובת גיוסם של אנשי צוות לתמיכה בתלמידים הרוקדים, ומתוך הדברים עולה כי כשהנהלת בית הספר תומכת – ניתן להתגבר על הקושי. מרחב מותאם לריקודים הוזכר על ידי מרבית מהנשאלים כשחלק ציינו כי חרף העובדה שאין מרחב מותאם (לא קיים אולם ספורט, ולא תמיד מזג האוויר מתאים לקיום שיעור ריקודי עם), עדיין נעשים המאמצים ליצור הזדמנות ולאפשר לתלמידים לקחת חלק בריקוד.

נראה כי "כנס המחולות" מתקבל באופן חיובי, והוא משמעותי ברמות השונות הן לתלמידים עם המוגבלויות הן לאנשי הצוות המעורבים. אחת הנשאלות העלתה את הצורך בשיתוף הפיקוח על המחול – כיוון שהוא זה שיכול להוסיף ממדים ללימוד הריקוד ולחשיפה שלו בפני התלמידים – ולא רק ריקודים בסגנון ריקודי עם. כך ייתכנו כנסים מסוג אחר, שיעשירו את התלמידים.

כנס המחולות התרחב עם השנים ומהשתתפות של שבעה בתי ספר הוא הגיע ל-24 בתי ספר נכון לכנס השביעי. זוהי ללא ספק אמירה בדבר דעתם החיובית של המשתתפים על תרומתו לתלמידים ולכלל המשתתפים. המארגנים סבורים שלימוד ריקודי עם וקיום אירוע שיא של "כנס מחולות" ראוי שיתרחבו ובתי ספר נוספים של החינוך המיוחד יהיו חלק ממנו. ניתן לקדם אף כנסים נוספים של ריקוד בסגנונות אחרים – כדי להרחיב את החוויה ולהעשיר את המיומנויות של התלמידים עם המוגבלויות. מיזמים כמו "כנס מחולות" מוכיחים כי ריקוד אינו רק אמצעי גופני,

אלא מרחב המייצר הזדמנות להשתתפות וליצירת קהילה המקיימת פעילות מקובלת ונורמטיבית בכלל האוכלוסייה. ההכנה לכנס, התרגול, היצירה המשותפת וחויית ההצלחה מעוררים תחושות של שייכות, שמחה ותחושת ערך הן בקרב הצוותים הן בקרב התלמידים עם המוגבלויות. הכנס עונה על צורכיהם של תלמידי החינוך המיוחד – מענה שהוא חלק מהדרך הטיפולית והשיקומית, וזהו הערך המוסף שלו. ניכר כי קיום הכנסים הייחודיים העצים את התחושה שיש מקום להרחיב את פעילות ריקודי העם בקרב תלמידים עם מוגבלויות ולו רק בשל חויית הנורמטיביות שהיא מביאה עימה והן בשל האמונה בחשיבות עידוד התנועה והפעילות הגופנית. התרחבות "כנס המחולות" ידרוש בהמשך הכשרה נוספת ואולי מקצועית יותר של מדריכי ריקודי עם מומחיות בעבודה עם אנשים עם מוגבלויות. המודל של הכנס כפי שמתקיים היום נותן מענה (נכון לשנת 2026) ל-38 בתי ספר כשהצפי לשנת 2027 הוא ל-42 בתי-ספר של החינוך המיוחד בארבע שלוחות בארץ: רעננה, הוד-השרון, חדרה וראשון לציון. השאיפה היא שהמודל יתבסס ויורחב למחוזות נוספים כדי שעוד תלמידים יזכו לחוות תהליך המקדם מיומנויות ברוב התחומים וייהנו מחוויה מעצימה. יש לתת את הדעת לקידום מרחבים מותאמים בבתי הספר לריקודי עם, ובכלל לפעילות מוטורית לאנשים עם מוגבלויות שחלקם מתניידים בעזרת כסאות גלגלים.

נראה כי עריכת מחקר המשך שיכלול נשאלים נוספים גם מפרופסיות אחרות יוכל להרחיב את ההבנה על אודות השפעת ריקודי העם ו"כנס המחולות". ניתן אף להתמקד בחקר תחום מסוים ולהעמיק את ההבנה בו. השגת הנשאלים צריכה להיות משוכללת יותר וישירה יותר. נראה שככל שמספר המשיבים יגדל, עשויה להתקבל תמונה מדויקת יותר.

לסיכום, מאמר זה בחן את המיזם של "כנס המחולות" – ריקודי עם בחינוך המיוחד". מהממצאים שהוצגו בסקירה התאורטית ובעקבות ניתוח עמדותיהם של בעלי העניין – עולה כי ריקודי עם הם כלי משמעותי לקידום תלמידים עם מוגבלויות. שילוב התנועה, המוזיקה, ערכים ותרבות ישראלית מאפשר לתלמידים לחוות שייכות, מסוגלות והצלחה. היוזמה, שמקורה בבית ספר "אגם" ברעננה, הפכה לאירוע המשלב עשרות בתי ספר ומאות תלמידים. מעבר להיבט החווייתי, "כנס המחולות" הפך לכלי פדגוגי המשפיע לא רק על התלמידים, אלא גם על אקלים בית הספר ועל תחושתם המקצועית של אנשי הצוות. ההתרחבות של הכנס מעידה על ההכרה ביתרונותיו בזירות המגוונות.

עם זאת, הממצאים מצביעים גם על צורך בהעמקה בהמשגת ההשפעות הקוגניטיביות, בהתאמת תכנים תרבותיים לאוכלוסיות מגוונות ובהרחבת שיתוף הפעולה בין תחומי הדעת השונים (מחול, חינוך גופני, טיפול באומנויות, ריפוי בעיסוק ועוד). על משרד החינוך לראות ב"כנס המחולות" תשתית ליצירת תוכנית רחבת היקף המחברת בין תרבות, הכלה, תנועה וחינוך.

"כנס המחולות" הוא לא רק ריקוד – הוא ביטוי לתפיסה חינוכית שלמה, המאמינה בזכותו של כל תלמיד – ללא קשר למוגבלותו – לנוע, לרקוד, להתחבר ולשמוח.

מקורות

באור, א' (2004). נכים ורוקדים – מחול על כיסאות גלגלים. כותרות הוצאה לאור.

באור, א' (ללא תאריך). אורלי באור – לרקוד עם החיים.

<https://www.orlybaor.co.il>

ברויאר, נ' (2012). לעטות את המסכה של ריק-קוד: אתנוגרפיה בחוג לריקוד עם בכיסאות גלגלים. סוציולוגיה ישראלית, יג(2), 331–356.

דוארי, י' (2015, 29 באוקטובר). מסוגלות גופנית נרכשת – פרקטיקה ליישום גישת החלמה דרך פעילות גופנית. פסיכולוגיה עברית.

<https://www.hebpsy.net/articles.asp?id=3355>

הוצלר, י', וברק, ש' (2012). פעילות גופנית מותאמת וספורט לאנשים עם מוגבלויות – סקירת ספרות ותיאור מצב לקראת הכנת קול-קורא. המוסד לביטוח לאומי, האגף לפיתוח שירותים.

<https://www.btl.gov.il/Funds/Documents/peilutGufanit.pdf>

הוצלר, י', ברק, ש', נמט, ד', טסלר, ר', גלעד, א', לוי, ש', פינדלינג אנד, ל', שרביט, נ', אפללו, א', שטיינמץ, נ' ונג, ק' (2023). הצורך והפיתוח של גיליון ציונים: פעילות גופנית של ילדים ובני נוער עם מוגבלות בישראל. קידום בריאות בישראל, 11, 16–32.

ורטיגו – כוח האזיון <https://vertigo.org.il/%D7%9B%D7%97-%D7%94%D7%90%D7%99%D7%96%D7%95%D7%9F>

חוק שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות (התשנ"ח-1998). נבו.

https://www.nevo.co.il/law_html/law01/p214m2_001.htm

חוק חינוך מיוחד (תיקון מס. 5) התש"ס.

https://main.knesset.gov.il/APPS/legislation/main/bills/168_998

משרד החינוך (2019). חוזר מנכ"ל: החינוך הגופני במוסדות החינוך – הערכות להוראתו הנחיות כלליות.

https://apps.education.gov.il/mankal/horaa.aspx?siduri=253#_Toc256000037

צוק, ר', ראובני, ר' ולבל, ד' (2005). לרקוד על גלגלים. *IJOT*: כתב עת ישראלי לריפוי בעיסוק, 14(2), H83–H97.

<https://www.jstor.org/stable/23469094>

רונו, ד' (2011). ריקודי עם בישראל. כרמל.

רוקדים את החיים <https://dance4life.co.il>

- Barnet-Lopez, S., Pérez-Testor, S., Cabedo-Sanromà, J., Oviedo, G. R., & Guerra-Balic, M. (2016). Dance/movement therapy and emotional well-being for adults with intellectual disabilities. *The Arts in Psychotherapy, 51*, 10-16.
- Carmeli, E., Barak, S., Morad, M & ,Kodesh, E. (2009). Physical exercises can reduce anxiety and improve quality of life among adults with intellectual disability .*International SportMed Journal, 10*(2), 77- 85.
- De Jesus, B. M., Passos, A. A., Menezes, E. O., Adorno, E. T., DeSantana, J. M., & Teixeira-Machado, L. (2021). Incorporation of dance practice into the lifestyle of people with disabilities and its impact on quality of life over time. *Physical Medicine and Rehabilitation – International, 8*(2), 1–8.
- Dubon, M., Siegel, R., Smith, J., Tomasic, M & ,Morris, M. L. (2021). New directions in dance medicine: Dancers with disabilities, blindness/low vision, and/or deafness/hard of hearing *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America, 32*(1), 185–205.
- Ladwig, J. C., Sibley, K. M., Ripat, J., & Glazebrook, C. M. (2025). Community-informed recommendations to developing inclusive dance opportunities: Engaging community, dance, and rehabilitation experts using a hybrid-Delphi method. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities, 38*(3), Article e70060.
- Hammer, G. (2021). A pirouette with the twist of a wheelchair: Embodied translation and the creation of kinesthetic commensurability *American Anthropologist, 123*(2), 292–304.
- Hutzler, Y & ,Korsensky, O. (2010). Motivational correlates of physical activity in persons with an intellectual disability: A systematic literature review A systematic literature review. *Journal of Intellectual Disability Research, 54*(9), 767–786.
- Jochum, E., Egholm, D., Oliveira, A. S & ,Jacobsen, S. L. (2024). The effects of folk-dance in schools on physical and mental health for at-risk adolescents: A pilot intervention study. *Frontiers in Sports and Active Living, 6*, Article 1434661.

- Glazebrook, C. M. Ladwig, J. C., Sibley, K. M., Ripat, J. & . (2025). Community-informed recommendations to developing inclusive dance opportunities: Engaging community, dance, and rehabilitation experts using a hybrid-Delphi method. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 38(3), Article e70060.
- Lentzari, L., Misouridou, E., Karkou, V., Paraskeva, M., Tsiou, C., Govina, O., Kalogianni, A., & Parissopoulos, S. (2023). The experience of dancing among individuals with cerebral palsy at an inclusive dance group: A qualitative study. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, 1425, 443–456.
- May, T., Chan, E. S., Lindor, E., McGinley, J., Skouteris, H., Austin, D. , & Rinehart, N. J. (2019). Physical, cognitive, psychological and social effects of dance in children with disabilities: Systematic review and meta-analysis. *Disability and Rehabilitation*, 43(1), 13–26.
- Valentini, M., Teloni, L., & Prokopiak, A. (2023). Play and dance therapy: A review of theories, techniques and didactic methodologies for the motor recovery of children with disabilities. *F1000Research*, 12, Article 878.