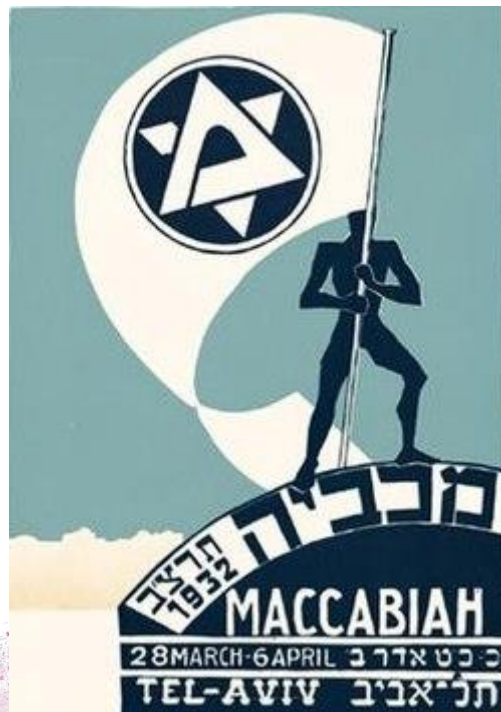


מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

המכביה

סקירה היסטורית, יצירות מחול ששואבות
השראה מספורט ופעילויות ספורט והצעות
לפעילויות חינוכיות



מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

מורות ומורים יקרים,

אחת לארבע שנים מתקיימים "משחקי המכביה". מדובר באחד מאירועי הספורט הגדולים בעולם. אירוע זה הוא מפגש של כלל התפוצות ומהווה מפגש חשוב בין בני נוער יהודים מרחבי העולם המגיעים לישראל הן לשחק והן להכיר את המדינה ואף להתערות בה. לחלקם זהו המפגש המשמעותי היחיד בהקשר היהודי בו הם לוקחים חלק.

המכביה הציבה לעצמה מטרת-על: לאחד בני נוער יהודים באווירה חברתית, תרבותית וספורטיבית. הוגה המכביה כמו גם הוגה המשחקים האולימפיים ראו באומנויות וקיומן של תחרויות באומנויות הכרח לצד התחרויות הספורטיביות. אומני המחול היו חלק בלתי נפרד מהבניית המסורות ומאירועי הראווה שמציגים תנועה המונית של מקצוענים וחובבנים ואת זהות המדינה המארכת, כך במשחקים האולימפיים ובמכביה מוצגת כמובן ישראל.

בחוברת שלפניכם תמצאו סקירה היסטורית על תחום המחול במשחקים האולימפיים ובמכביה, על הקשר בין המחול הגרמני למחול העם הישראלי לבמה ועל יצירות מחול למגוון הגילאים ששואבות השראה מספורט או משלבות פעילויות ספורטיביות והצעות לפעילויות מחול בהשראת המחול במכביה והמודלים שמציעות יצירות המחול.

אחל הנאה במחול הגוף,

שלכם,

הילה קובריגרו פנחסי

מנהלת תחום דעת מחול

תוכן עניינים

| | |
|----|---|
| 4 | מה ההבדל בין מחול לספורט? נציין את המובן מאליו..... |
| 4 | מחול ההבעה הגרמני ומחול מקהלת התנועה (מחולות המוניים)..... |
| 4 | מחולות מקהלת התנועה (עבודות כוראליות)..... |
| 5 | מופעי ראווה ותחרויות מחול במסגרת המשחקים האולימפיים..... |
| 5 | מופעי ראווה ושימוש במחולות מקהלה..... |
| 5 | תחרויות מחול במסגרת המשחקים האולימפיים..... |
| 6 | מכבי..... |
| 6 | יהדות השרירים..... |
| 7 | המכביה, אירועי ראווה מופעי ותחרויות מחול..... |
| 8 | התהוות מחול העם הישראלי ההשתתפותי ולבמה..... |
| 9 | יצירות מחול בחיבור/בהשראת ספורט לגילאי היסודי "כדור יחד"/ מאת ליאור לב, תאטרון מחול ירושלים..... |
| 10 | יצירות מחול בחיבור / בהשראת ספורט לגילאי חטיבת ביניים וחטיבה עליונה |
| 10 | "לקסיקון" ו- "המדריך למתעמל" מאת אהרונה ישראל..... |
| 10 | "לקסיקון"..... |
| 11 | "המדריך למתעמל"..... |
| 12 | "חינוך גופני - דואט על טרמפולינה" מאת מאיה לוי וחנן אננדו מרס..... |
| 14 | הצעות לפעילות יסודי..... |
| 15 | הצעות לפעילות חטיבת ביניים וחטיבה עליונה..... |

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

מה ההבדל בין מחול לספורט? נציין את המובן מאליו

"הריקוד הוא הקדום שבאמנויות. הריקוד מטשטש את הגבולות בין הגוף ובין הנשמה, בין הבעת רגשות שאינה תלויה בדבר לבין הפעולה המעשית התכליתית, בין הוויית החברה לייחודו של הפרט" (זאכס בתוך בהט-רצון, 2004).

הגוף הוא הטקסט העיקרי לעבודה במחול ובספורט. בשניהם ישנו "חינוך גופני", ישנה עבודה רב שנתית וספיראלית בכדי להביא את הגוף לכדי מיצוי. בעוד שבספורט, ישנם קריטריונים ברורים להצלחה בכל תחום ואוסף התנועות הינם בעבור ביצוע מעשי תכליתי בעבור הספורטאי עצמו, במחול ישנו חיפוש מתמיד אחר "שפה תנועתית" אוסף של מחוות גוף בכדי ליצור באמצעותן תקשורת עם קהל. היוצרים והכוריאוגרפים בוחרים באוסף התנועות והמחוות שיהוו שפה תנועתית בעבודתם חלקן מחוות אוניברסליות וחלקן אישיות. לפיכך, למרות שיש לרקדנים מקצועיים יכולות טכניות גבוהות מאוד, הבחירה בשפה היא זו שתכריע האם אוסף התנועות יהיה מינימליסטי, יומימי ועד וירטואוזיות המביאה לבמה את קצה ביכולתיו של הגוף.

מחול ההבעה הגרמני ומחול מקהלת התנועה (מחולות המוניים)

תורות המחול שרווחו אחרי מלחמת העולם הראשונה בגרמניה, בתקופת רפובליקת וויימאר (-1918 1933) נבנו בבסיסן על שתי קטגוריות מכלילות: "תרבות גוף" ו- "אורח חיים". הכללה זו העמידה יחד תרגילי ריתמיקה, גימנסטיקה, ריקודי פולקלור, מחול ההבעה, ספורט תחרותי ואמצעי טיפוח קוסמטי. (בינג-היידיקר, 2016)

מחול ההבעה (בגרמנית – Ausdruckstanz) הוא הצורה המאפיינת את המחול בתקופת רפובליקת וויימאר, מימוש איחוד הגוף והרוח בפילוסופיה של ניטשה והתגלמות של חווית חיים חדשה. הוא התבסס על אלתור, תנועה יומיומית ומחוות דרמטיות כאמצעי להצגת עולמו הפנימי של האמן. רודולף פון לאבאן נחשב למייסד הזרם, ותלמידיו הבולטים הם מרי ויגמן (wigman) וקורט יוס (Jooss), שכל אחד מהם פיתח דרך ביטוי אמנותית ייחודית. אמנים אלה העמידו, כל אחד בנפרד, דור של רקדנים שהלך בעקבותיהם והבולטים היו גרט פאלוקה (Palucca), איבון גיאורגי (Georgi), והרלד קרויצברג (Kreutzberg) (רוטנברג, 2020).

מחולות מקהלת התנועה (עבודות כוראליות)

לאבאן פיתח את אב-הטיפוס של תנועת מקהלה, צורת ריקוד שאיפשרה לרקדנים מיומנים ולא מיומנים לנוע יחד בהרמוניה (רוטנברג, 2020) בהשראת הריטואל היווני עבודות אילו היו לקבוצות גדולות והיו "מחול לכל". לצד יכולת טכנית מסויימת חובבנית העבודות התבססו על זרימה כללית של תנועות ויכולת לנוע על פי קצב משותף. התנועה תוכננה כך שניתן לחוות ולצפות בה מכל הצדדים כאשר מרחב המחול האידיאלי היה זירה (מק'קאו, 2017)

מופעי ראוה ותחרויות מחול במסגרת המשחקים האולימפיים

מופעי ראוה ושימוש במחולות מקהלה

מופעי הראווה בפתחות האולימפיאדות משלבים אלמנטים פולחניים מהאמנה האולימפית (הכללים והעקרונות של הוועד האולימפי הבינלאומי) כמו מצעד הספורטאים והנפת הדגל האולימפי, ומופעי תרבות שעוצבו על ידי מארגנים לאומיים. לצד הצגת אידיאלים אולימפיים בינלאומיים הם משלבים מופעים אומנותיים בכדי להציג את זהותה, לאומיותה ותרבותה של המדינה המארחת (באקר, 2024).

המחול מצא את דרכו לקדמת הבמה רק באולימפיאדת ברלין בשירות המשטר הנאצי שהביא לבמה את "המחול הגרמני" (גלגולו לשל מחול ההבעה הגרמני, בגרמנית – Ausdruckstanz). במסגרת האירוע המשטר הנאצי כחלק מתעמולה, שילב את מיטב אומני מחול ההבעה הגרמני המפורסמים: רודולף פון לאבאן במסגרת מינוי כ-"מנהל ארגון המחול הגרמני" התבקש להפיק מופעי הראווה לאירוע הפתיחה. לצידו עבדו הראלד קרוייצברג, מרי ויגמן וגרט פאלוקה גם הם ממייסדי הז'אנר. היטלר וגבלס ביקרו בחזרה הגנראלית וביטלו את ריקודיו של לאבאן בתואנה שאינם מהווים "מחול גרמני" ולמעשה לראייתם לא העבירו את ערכי המשטר הנאצי, ריקודיהם של ויגמן, פאלוקה וקרוייצברג עלו במופע הפתיחה (הנלי, 2017). ויגמן ופאלוקה העמידו ריקודים המוניים שבהם השתתפו אלפי רקדנים חובבים, בסגנון מחולות המקהלה של לאבאן. כאמור, מקורם של מחולות אלו היו חגיגות לרוח האנושית, לחופש ולהרמוניה, אבל כאן הם שימשו מכשיר לתעמולה הנאצית, מסה של משתתפים, רוקדים עם כולם ובעבור כולם (רוטנברג, 2020).

לאולימפיאדה זו הייתה השפעה ערכית ואמנותית רבה, לצד ניסוח מחדש של המסורת כסמל לשלום מבחינה אומנותית, תקשורתית וכוריאוגרפית שאבו השראה רבה להמשך העמדה וצילום מופעי הראווה.

תחרויות מחול במסגרת המשחקים האולימפיים

תחרויות ספורט לצד תחרויות באומנויות היו חלק מהכוונה המקורית של מייסד התנועה האולימפית, הברון קובנטיין פייר דה פרדי. יחד עם זאת, הן היוו חלק מהמשחקים האולימפיים המודרניים רק במהלך השנים הראשונות, מ-1912 עד 1948. תחרויות בתחום המחול בפרט היו חלק מהמשחקים האולימפיים רק בשנת 1936 כתחרות מחול אומנותי בה השתתפו ז'אנרים מגוונים בתחום הבלט הקלאסי, המחול המודרני וריקודי עמים, והשנה, באולימפיאדת פריז 2024 תחרות בתחום הברייקדאנס.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול**

תחרות ריקודים אומנותיים ראשונה בניצוחו של לאבאן התקיימה באולימפיאדה זו בכוננת המשטר הנאצי היה לזכות במדליות נוספות ולהציג את עליונות ריקודי פולקלור גרמני. בתחרות הופיעו ריקודי פולקלור, בלט קלאסי ומחול מודרני ללא השתתפותם של אמנים אמריקאים החרימו את התחרות. הקריטריונים היו: טכניקה, מוזיקליות ותלבושות. רגע לפני המדליות הודיע לאבאן שבמחול לא ניתן לשפוט כמו בספורט עם שעון עצר ומדידה מדויקת, לא ניתן להשוות בין ז'אנרים שונים כל כך כמו בלט קלאסי וריקודי עמים. ולכן כולם קיבלו תעודה ולמעשה התחרות הפכה לפסטיבל. אחרי אירועי האולימפיאדה מעמדו של לאבאן התדרדר במהירות, הוא פוטר מעבודתו, לא הורשה להופיע וליצור. הוא הפך ל"אישיות בלתי רצויה" וברח לפריז שם המשיך בעבודתו ומחקריו התנועתיים.

יהדות השרירים

בתפיסה היהודית יש משמעות רבה לרוח. היחס לגוף, תרבות הגוף לרבות המחול זר ומנוכר בה. עם עליית הפופולריות של הספורט, בסוף המאה ה-19 ובתחילת המאה ה-20 החלו תנועות לאומיות לגלות בדימויי גוף שרירי יווני בייחוד גברי עניין ואף לנצל אותו לצורך מניפולציה לרבות התנועה הלאומית היהודית.

את המונח "יהדות השרירים" טבע מקס נורדאו בסוף המאה ה-19 והוא זכה לפרשנויות רבות. לנגד עיניו של נורדאו עמדה זקיפות קומתו של הגוף היהודי כמענה להתנכלויות אנטישמיות ולמאווים לאומיים לא מסופקים. תיאוריית הגזע שתפה את אירופה, ושנאת יהודים על בסיס גזע גברה בד בבד עם עלייתה של הלאומיות. אכן, עד לעלייתה של התפיסה הציונית לא ייחסה היהדות ערך רב לכוח הגופני כמענה רציני לאנטישמיות, דימוי הגוף היהודי הרווח בנצרות ושנאת ישראל. תפיסת הגוף החדשה הייתה המענה הציוני לגזענות אנטישמית. (כרמי, 2019).

הביטוי המעשי של יהדות השרירים היה הצטיינות בספורט. בדרך זו יכלו יהודים להתבלט ולסלול את דרכם משולי החברה אל מרכז. בשני העשורים הראשונים של מדינת ישראל נכרכה בביטוי זה כפי הנראה גם תרבות הגוף האמריקאית שבאה לידי ביטוי בעליה במכוני כושר, פופולריות בבניית הגוף ומועדוני היאבקות חופשית. כל אילו השפיעו והגדירו את אידיאל הגוף הישראלי (כרמי, 2019).

מכבי

תנועת מכבי העולמית היא תנועה ציונית ספורטיבית שהוקמה לפי חזונו של מקס נורדאו, הוגה רעיון יהדות השרירים, שם התנועה לקוח מכוניו של יהודה המכבי.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

המכביה, אירועי ראווה מופעי ותחרויות מחול

הוגה רעיון המכביה ומגשימו היה יוסף יקותיאלי. יקותיאלי פעיל בתנועת "מכבי", ניסה לקדם את השתתפות ספורטאי ארץ ישראל באולימפיאדה. הוא פנה לוועד האולימפי הבין לאומי אך נענה בסירוב בטענה שספורטאים ללא מדינה לא יכולים להשתתף באולימפיאדה. ולכן, החליט יקותיאלי ליזום אולימפיאדה יהודית.

במסגרת קונגרס מכבי עולמי בשנת 1929 נתקבלה הצעתו לערוך את המכביה העולמית הראשונה בארץ ישראל במלאת 1,800 שנה למרד בר-כוכבא בשנת 1932. תנועת המכבי ראתה בחזונו של יקותיאלי לגבי המכביות ולמרכיב הספורטיבי בהן מימוש לתפיסתה הערכית ולכך הצטרף גם המניע של חיזוק הקשר שבין יהדות התפוצות לארץ. המכביאדה בדומה לאולימפיאדה הציגה ומציגה גם טקסי פתיחה ונעילה מרשימים. חזונו של יקותיאלי דמו לחזונו של מייסד המשחקים האולימפיים בהקשר למקומן של האומנויות עם הרחבה להגות ורוח.

"נוסף למבחן הספורטיבי יבוא גם המבחן הלאומי. מאות אלפי הצעירים העברים שיבואו לארץ-ישראל לקחת חלק ב"מכביאדה", ישאפו את אויר המולדת האהובה, ישמעו עברית חיה ורוננת, ישובו לבתיהם מלאי עוז ומרץ להמשיך בגולה את עבודת עמם, עד בוא זמנם לעלות ארצה. ולא רק ב"גופניות" נטפל בכנוסנו זה, גם ה"רוחניות" צריכה לתפוס בו מקום נכבד. ב"מכביאדה" יש לערוך תחרויות באמנות, ספרות ולארגן תערוכות בכל ענפי היצירה של העם היהודי, כל אלה יוסיפו תפארת ותועלת לכנוסנו. (יוסף יקותיאלי הוגה המכביה)

בטקס פתיחת המכביה הראשונה העמידו חובבנים וספורטאים כאחד לביצוע אוסף תנועותי של תרגילים ספורט בהתאם להעמדות באולימפיאדה ולתפיסת המקהלה התנועתית של לאבאן, ראו - [כאן \(החל מ-1:40\)](#) בטקס הפתיחה של המכביה הראשונה בשנת 1932, במכביה השניה שהתקיימה בשנת 1935 [ראו - כאן \(החל מ-2:25\)](#), במכביה השביעית שהתקיימה בשנת 1965 [ראו - כאן \(החל מ-1:21\)](#) ובטקס הנעילה [ראו כאן \(החל מ-0:19\)](#) יחד עם זאת, לא מתקיימות תחרויות מחול במסגרת המכביה.

התהוות מחול העם הישראלי ההשתתפותי ולבמה

המחול הישראלי בראשית דרכו היווה הכלאה של תפיסות וסגנונות אידיאולוגיה ציונית, אידיאולוגיה גרמנית, מחול מודרני גרמני ומחול מקומי. רוב חלוצות המחול העברי שפעלו בארץ טרם קום המדינה התחנכו על ברכי הריקוד הגרמני המודרני של רפובליקת ויימאר שהיווה נדבך חשוב בגיבוש זהותו של הלאום הגרמני, התאימו את התפיסות לרוח הציונית, למקום הגיאוגרפי ולתנועה המקומית וליהדות (בינג-היידקר, 2016). מחול ההורה, איפשר לרטוריקה הציונית ממשות פיזית במבעי גוף וצורה כוריאוגרפית. הרוח הציונית העלתה את המחול הזה לאומנות בעלת ערך לאומי. (בינג-היידקר, 2016) מופעי מחול עם ישראלי לבמה הושפעו מכך. להקות מחול עם ישראלי לבמה מופיעות ומשתלבות בטקסי המכביה.

מידע נוסף מורחב:

70 שנה למדינה מכור היתוך לרב תרבותיות במחול ראו - [כאן](#)

תנועת ריקודי העם בישראל והשפעתה על מחול עכשווי ראו - [כאן](#)

יצירות מחול בחיבור/בהשראת ספורט לגילאי היסודי

"כדור יחד"/ מאת ליאור לב, תיאטרון מחול ירושלים

בימוי וכוריאוגרפיה: ליאור לב

מוזיקה: אורי דרור

שנת בכורה: 2016

להקה מבצעת: תיאטרון מחול ירושלים

תפאורה: ליאור לב ויהודה ספקטור

תלבושות: אתי בן-חור

צילום ועריכה: רובי רובינשטיין הפקות

ליאור לב

רקדן מקצועי וכוריאוגרף. למד בבת דור באר שבע ורקד בלהקת בת דור ובלט סקפיו. ב-1994 עבר ללהקת הבלט של שטוטגרט, שם רקד שמונה שנים כסולן וזכה לעבוד עם גדולי הכוריאוגרפים. מ-1996 התמחה לב במגוון סגנונות מחול עכשווי והחל ליצור במסגרת תכנית הכוריאוגרפים הצעירים של הבלט של שטוטגרט. בנוסף הועלו עבודותיו מאז בלהקות ופסטיבלים שונים ברחבי העולם. בין המסגרות להן יצר בחו"ל ניתן למנות את בתי האופרה של שטוטגרט, פרנקפורט וקלן Platform de la danse בפריז, The Place Theater בלונדון, Dance Exchange בירמינגהם, Grand Theater ועוד. בארץ יצר לב ללהקת קמע, פסטיבל המוסיקה על שם פליציה בלומנטל, פסטיבל כרמיאל ועוד. 2012-2016 שימש כמנהל אמנותי של להקת תיאטרון מחול ירושלים לה יצר והעלה מספר עבודות.

על היצירה "כדור-יחד"

המופע מתבסס על ספרו רב המכר של שון קובי "שבעת ההרגלים של ילדים מאושרים" (הוצאת כנרת זמורה-ביתן). הספר וכמהוה ששת הרקדנים והשחקן במופע מתמקדים בהקפדה על ערכים ועקרונות וזאת באמצעות סיפור משעשע ודמויות מעוררות הזדהות. הוא עוסק בכיתה המתחלקת לשתי קבוצות שלומדות יחדיו את רזי משחק הכדורסל ומתחרות בניהן אל הדרך לניצחון. דרך משחק הכדורסל הן מתמודדות עם דילמות חברתיות, כמו חזק נגד חלש, גדול נגד קטן, שיתוף פעולה קבוצתי מול עבודה לבד.

טריילר ליצירה ראו - [כאן](#)

יצירות מחול בחיבור / בהשראת ספורט לגילאי חטיבת ביניים וחטיבה עליונה

"לקסיקון" ו- "המדריך למתעמל" מאת אהרונה ישראל

יוצרת וכריאוגרפית: אהרונה ישראל

כריאוגרפית, רקדנית. יוצרת עצמאית בתחום הבמה והפרפורמנס משנת 2003. עבודתה מפגישה בין מדיומים שונים: מחול, תיאטרון, פרפורמנס ומיצג ומשלבת בין תנועה ועבודה קולית. ביצירתה עוסקת במערכת היחסים בין גוף – תנועה – זמן, חקירה של יחסי קהל-פרפורמר וחיפוש אחר אתגרים פיזיים שונים והגדרה מחדשת של וירטואוזיות בימתית. יצירותיה מאופיינות במחקר גופני אינטימי בהקשרים חברתיים-פוליטיים תוך התייחסות להיסטוריה אישית של הרקדנים עימם היא עובדת.

יצירותיה האחרונות: שעת כושר (2024), לקסיקון (2023), לשירותך (2021). בצד עבודות לבמה היא יוצרת לחללים אלטרנטיביים, גלריות, מרחבים ביתיים וחללים פתוחים בהם היא מפגישה את נקודות המבט השונות שלה ככריאוגרפית ואדריכלית המגיעה מרקע של לימודי עיצוב ואמנות פלסטית. בין היתר יצרה והופיעה בשיתוף פעולה עם אמנים שונים בסדרת מופעי 'התערבות' במרחב האורבאן. מופיעה ועוסקת בקביעות בהוראת אלתור כמדיום בימתי ופרפורמטיבי (כהן חמו, 2024).

על היצירה "לקסיקון"

צילום: יקיר מאיר פרץ

עריכה: הדס קסט

שנת בכורה: 2023

רקדנים: אריאלה בן דב, גילי גבע, אור סאסי

הוצג במסגרת התערכה "מלאכה ובטלה" מוזיאון העיר תל אביב-יפו

אוצרות: גלית גאון והדסה כהן

וידאו ארט בשני חלקים החוקר את השורשים של שיעורי ההתעמלות העבריים והדרך שבה עיצבו את תפיסת הגוף הישראלית. המוצג בימים אילו במוזיאון "בית העיר" המוזיאון ההיסטורי של תל אביב-יפו. נקודת המוצא לעבודה הייתה הרגע בזמן שבו החלה להיווצר בארץ תרבות של חינוך גופני בעברית, העמקה בשיעורי ההתעמלות הראשונים שנלמדו בעברית. מחקר ותגובה לחומרי ארכיון עירוניים: סרטי וידאו, ספרים וחוברות שפרסם המורה הראשון להתעמלות בעברית בגימנסיה הרצליה – צבי נשרי החל מ-1907.

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

בחלק הראשון של הוידאו-ארט עבדה הכוריאוגרפית באופן של וריאציות וחזרתיות. באופן מרומז עולה הנושא של ציות ומשמעת שעובר כחוט השני בטקסטים של נשרי, באופן שבו פרשה הכוריאוגרפית את תפיסתו בהכשרת דור העתיד בארץ ובעובדה שדובר על "חינוך גופני" ולא על "ספורט".

בחלק השני מנסה הכוריאוגרפית לפורר, למוסס, לסדוק ולפרום חומר פיזי בהצגת צחוק מתוך כוונה להציע רפיון כלשהו לדימוי הגופני המוצג בחלק הראשון.

[טריילר ליצירה ראו - כאן](#)

"המדריך למתעמל"

שנת בכורה: 2024

רקדנים בבכורה: אריאלה בן דב, גילי גבע, אור סאסי

על היצירה "המדריך למתעמל"

המחול מבוסס על מחקר ארכיוני של תרגילי התעמלות המושמים בהקשר כוריאוגרפי עכשווי. לצד טקסט המצוטט מרשימותיו של נשרי משתקפת מערכת היחסים בין תנועה למילה ובין העבר להווה. הוא עוסק ביחסים בין שפה גופנית לשפה מילולית ומתחקה אחר השיעורים שהועברו ע"י המורה המיתולוגי צבי נשרי, בגימנסיה הרצליה בת"א ולמעשה חוזר בזמן לרגע בו החלה להיווצר בארץ תרבות של חינוך גופני בעברית. נשרי היה הראשון שלימד בארץ בעברית, הוא חידש וטבע הרבה מהמונחים המילוליים בהם משתמשים בהקשר של פעולת הגוף (גם את המילה התעמלות המגיעה מהשורש ע.מ.ל).

המופע מציף את המתח העומד ביסוד הישראליות בין הסובייקט לסדר הקיים, ובין ציות לאי-ציות וחושף מטען תרבותי הקיים בגוף הישראלי מימי ראשית הקמת המדינה. המופע הבימתי הוא המשך לעבודת הוידאו ארט "לקסיקון".

[טריילר ליצירה ראו - כאן](#)

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

"חינוך גופני - דואט על טרמפולינה" מאת מאיה לוי וחנון אננדו מרס

מוזיקה: מאי לב

שנת בכורה: 2010

רקדנים בבכורה: נועה פארן, אורי שפיר

כוריאוגרפים

מאיה לוי

כוריאוגרפית, מחנכת ליצירה ומנהלת אמנותית. זוכת פרס שרת התרבות והספורט לשנת 2009. בוגרת פרויקט Nomad Dance Academy, ליצירה וכוריאוגרפיה. עובדת ככוריאוגרפית עצמאית בארץ משנת 2003. רקדה בלהקה של ליאת דרור וניר בן גל. מלמדת בבית הספר לתיאטרון חזותי בירושלים. עבודותיה "מקלעת השמש", "קרש הצלה" ועבודותיה שבשיתוף עם אננדו מרס "חינוך גופני - דואט על טרמפולינה" ו"שקיפות עורפית" מבוצעות בארץ ובעולם.

חנון אננדו מרס

יליד 76, רקדן וכוריאוגרף. רקד בלהקת ליאת דרור וניר בן גל. היה חלק מהקמת האנגר אדמה במצפה רמון. רקד בלהקתה של ענת דניאלי, לימד בבית הספר של יורם לוינשטיין (שבו למד בעבר) והעביר סדנאות שונות. יצר את "מימי" לפסטיבל "מחלואהט", יצר עבודה לסדנה של להקת המחול הקיבוצית בגעתון. יצירות משותפת עם בת זוגו מאיה לוי: חינוך גופני 2010. שקיפות עורפית 2011. רנסאנס 2013. תכנית 12 2016. תכנית ליצירה - לידי ביטוי 2012-2016. יצר לאנסמבל כעת את "בלי נדר". מלמד תנועה ויצירה במסגרות שונות

על היצירה "חינוך גופני - דואט על טרמפולינה"

דואט על טרמפולינה שהיקפה כ-16 מטרים, העוסק במערכת יחסים בין בני זוג ופרט של היוצרים עצמם. היצירה מורכבת מכמה פרקים הכוללים גם שימוש בטקסט ובדימויים מסוגים שונים: מאמנויות לחימה, גלדיאטורים וחרקירי, דרך וריאציות של פעלולי קרקס, יחסי כוח ושליטה בין הדמויות ועד לשימוש בסיטואציות שגורות כמו טקס הספירה לאחור בערב ראש השנה האזרחית החדשה. הטרמפולינה מהווה מרחב זוגי מבודד, סגור שתורם לתחושת הריחוק מן העולם חוץ ולתחושת מוגנות ממנו. כמו גם העיסוק בקרקע לא יציבה וההתגברות על הפחד מכך. לדברי היוצרת מאיה לוי: "זה סוג של פרפורמנס עם הכלי הזה, שהוא פיסי והוא מתעסק בתנועה, אבל אולי זה בעצם כבר לא מחול" (סמורוזיק, 2010).

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

"חינוך גופני" הוא תוצר של ניסיון ראשון מצד היוצרים לבנות עבודת מחול אל מחוץ לגבולות הסטודיו, ובד בבד ליצור התמודדות פיזית חדשה עבור הרקדנים. בחצר ביתם הפרדסי שבמכמורת הציבו השניים טרמפולינת ענק והחלו לפתח את הדואט הוירטואוזי "חינוך גופני". תהליך העבודה התאפיין בתלות סביבתית שכן מזג האוויר, תאורת היום, ותנועת העננים הפכו לחלק מכריע בהיווצרות היצירה. צילי המטוסים, תרנגולים ולהקות ציפורים הפכו לפסקול ובאים לידי ביטוי במוזיקה שהפיקה המוזיקאית מאי לב.

קישור לטריילר היצירה ראו - [כאן](#)

הצעות לפעילות יסודי

מקהלה תנועתית – תנועה המונית בהשראת תנועות מספורט

המכביה היא אירוע של פעם בארבע שנים (צמוד לאולימפיאדה) אליו מגיעים יהודים מכל העולם ומתחרים בענפי ספורט. רוב המשתתפים יהודים מצד אחד ומצד שני לכל אחד זהות ייחודית לו. נשתמש בשיטת פיתוח המקהלה התנועתית להרגיש יחד ונוסיף משהו קטן אישי למקהלה.

מהלך הפעילות

1. עבודה בזוגות: בחרו חמישה ענפי ספורט מהמכביה, מכל אחד בחרו שתי תנועות שמתאימות לכם.
2. בחרו שתי תנועות שהן "שלכם".
3. חברו את כל התנועות למשפט תנועתי
4. למדו שני זוגות נוספים את הקטע והרכיבו הכל למשפט תנועתי אחד ארוך.
5. בחרו מוזיקה לקטע השלם (לא חובה).
6. הציגו את הקטע התנועתי לכולם.
7. רפלקציה:

- איזו תחושה הייתה כשרקדתם בזוג? איזו תחושה שרקדתם בקבוצה?
- איזה אופן התאים לכם באופן אישי? מדוע?

* ניתן להרחיב את הפעילות לכל הכיתה ולבית הספר (לצמצם את כמו התנועות שכל אחד מרכיב)

יהדות בישראל והתפוצות

כיתה א' - פעילות מתוך – [מתנועעים מחוללים מתקשרים ומטפחים כישורי חיים](#) עמ' 16.

כיתות ב'-ה' – על בסיס שבט אחים ואחיות

הצעות לפעילות חטיבת ביניים וחטיבה עליונה

מקהלה תנועתית – תנועה המונית בהשראת תנועות מספורט

המכביה היא אירוע של פעם בארבע שנים (צמוד לאולימפיאדה) אליו מגיעים יהודים מכל העולם ומתחרים בענפי ספורט. כולנו יהודים מצד אחד ומצד שני לכל אחד זהות ייחודית לו. נשתמש בשיטת פיתוח המקהלה התנועתית להרגיש יחד ונוסיף משהו קטן אישי למקהלה.

ביצוע ויצירה

- בחרו חמישה ענפי ספורט מהמכביה, מכל אחד בחרו שתי תנועות שמתאימות לכם נסו לשיים אותן, כתבו אותן על דף.
- העבירו את הדף לרקדן/רקדנית אחרת וקבלו דף הוראות משלכם.
- חברו את כל התנועות שקיבלתם למשפט תנועתי אחד בסדר שנראה לכם.
- הציגו את הקטעים במליאה. צפו בפענוח ההוראות של חברי הקבוצה, האם הפענוח מדויק?
- למדו את כלל רקדני הכיתה את הקטע והרכיבו הכל למשפט תנועתי אחד ארוך.
- הקפידו לשנות חזיתות כך שהכוריאוגרפיה תתאים לזירה.
- בחרו מוזיקה לקטע השלם (לא חובה).
- הציגו את הקטע התנועתי על במה בחוץ. מה הייתה תגובת הצופים?
- כיתה חונכת כיתה – למדו תלמידים שאינם מן המגמה את הקטע התנועתי, צרו מקהלה תנועתית של כלל בית הספר.

תיאוריה

- צפו בוידאו-ארט "לקסיקון" טריילר: "המדריך למתעמל"
- מהן השאלות שעולות לכם מתוך הצפייה בצירה?
- באיזה אופן אם בכלל עונה עליהן הכוריאוגרפית אהרונה ישראל
- מה ההבדל בין חינוך גופני למחול?

מדינת ישראל
משרד החינוך
המזכירות הפדגוגית
אגף א' אומנויות
הפיקוח על החינוך למחול

ביבליוגרפיה

- בהט-רצון, נ. (2004). מחוללים מחול-חברה-תרבות בעולם ובישראל. כרמל ירושלים. עמ' 29
- בינג-היידיקר, ל. (2016). תנועה לאומית - על מחול וצינונות. עולם חדש הוצאה לאור. עמ' 10-17.
לאבאן אסופת מקורות
- כהן חמו, ע. (2024). [הלקסיקון למתעמל של אהרונה ישראל, במוזיאון העיר תל אביב יפו](#). פוטפוליו.
יום חמישי, 29 בפברואר 2024. נדלה 24.8.24.
- כרמי, א. (2019). [האמריקניזציה של יהדות השרירים](#). עיונים, כרך 32 עמ' 192-215
מק'קאו, ד (עורך). (2017). [לאבאן אסופת מקורות](#). הוצאת אסיה. ע"מ 137-145.
- סמורזיק, א. (2010). [חינוך גופני: מחול הטרימפולינה](#). עיתון הארץ פורסם ב-04.11.2010. נדלה
24.8.24
- רוטנברג, ה. (2020). [רודולף פון לאבאן: מהפכה אחרת](#). קולות מחול. נדלה 13.8.24.
- Baker, C. (2024). [The history of spectacular Olympic opening ceremonies](#). Jul 26, 2024 4:08
PM EDT. נדלה 24.8.24
- Hanley, E.A. [The Role of Dance in the 1936 Berlin Games: Why Competition Became Festival and Art Became Political](#). Journal of Olympic history: the official publication of the International Society of Olympic Historians
Vol. 25.1, 2017

מקורות אינטרנטיים ללא ציון מחבר

- מערכת הבמה (2017). תיאטרון מחול ירושלים במופע לילדים. הבמה נותנים מקום לתרבות מאת
מערכת הבמה. פורסם ב-13.7.16
[ArticleId=26897&Area=1&https://www.habama.co.il/Pages/Description.aspx?Subj=6](https://www.habama.co.il/Pages/Description.aspx?Subj=6&ArticleId=26897&Area=1)
נדלב 24.8.24
- [בכורה להפקה "חינוך גופני" בישראל](#). Ynet. פורסם: 11.10.10, 19:20. נדלה 24.8.24