

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול

**התאמת תכנית הלימודים
 באמנות המחול למדיניות
 הלמידה המשמעותית
 לכיתות יי-יי'ב
 החל משנת תשע"ה**

צוות אגף אמנות
הפיקוח על המחול
מאי, 2014

תכנית הלימודים לתלמידים שיחלו את לימודיהם בכתה י' משנה"ל תשע"ה ואילך

לקהל המורים למחול

מסמכים ה传递ה שלפניכם נועדו ללוות אתכם המורים, ולהתווות דרך בהוראת הנושאים המופיעים בתכנית הלימודים.

השיקולים שהובילו אותנו לבניית המסמכים:

- עדכון תכנית ללימודים בהלים להקצת השעות הניתנת ע"י המשרד .
- השאיפה להעמק בנושאים נבחרים, שתאפשר גיוון בשאלות הבגרות, פיתוח דרכי הערכה חלופיות והשارة מקום לביטוי אישי ומקצועי של התלמידים.
- יצרת בסיס וליבה בהוראת הנושאים שבתוכניות הלימודים.
- מתן מעמד בחירה רחב יותר על פי התמחויות של כל מורה ובהתאם לאוכלוסייה התלמידים אותה הוא מלמד.
- שילוב פדגוגיה דיגיטלית, חשיבה, ערכיים בהתאם למהות הלמידה המשמעותית. השבת האחריות של הלמידה לתלמידים באמצעות דיוונים ממשמעותיים ולמידה עצמית גם מחוץ לתחומי בית הספר, שילוב התלמידים באמצעות תחום הדעת בחני הקהילה בבית ספרית והיישובית.
- 70% מתוך נושאי תכנית הלימודים – פרקי בסיס המiomנוות והידע - יכללו בפרק החובה לבחינות הבגרות.
- 30% הנוטרים יילמדו בהרחבה והעמקה על פי תכנית בית ספרית הנושאים העומדים לבחירת צוותי בת הספר מסומנים בירוק. חלק שווה של התכנית (30 %) יוערך במגוון דרכי הערכה בהתאם לבחירת המורה (מבחן בית ספרי, תלמידי תמי"ג, PBL ; עבודה חקר).

בצלחה לכלנו,
ד"ר נורית רון
מנהל אגף אמנות ומפע"ר מחול

תכנית לימודים מחול בתחום התמחות יי' – יב'

פתח דבר 06

מחלול הוא צורך אנושי בסיסי והוא משקף את הערבים החברתיים, התרבותיים של החברה בישראל על מגזריה וגווניה השונים שכן המפגש עם הטבע הארץ ישראלי, מעורר את התחרשות הטבעיות שבאדם ונחשפים בו רבדים אנושיים נוספים המאפשרים לאדם דרכים נוספות לתפקידו בתנויות גופו, בחושיו ובאינטלקטואליים שלו ולבטא זאת במחול.

המחלול בהיותו חוליסטי נותן ביטוי ופתח את העולם הרגשי, הגוף, האסתטי, האינטלקטואלי והרוחני כרכיבים ומכלול בעולםו של היחיד כאינדיבידואל וכחלק מהחברה.

בכל העולם אנשים רוקדים על מנת לבטא את זהותם ואת המורשת התרבותית שלהם, וכך לבטא ולבחן את האופן בו הם מבינים את חייהם ותקופתם. המחול חיוני וחשוב בכל חברה הבוחנת את זהותה, השתייכותה וערכיה. המחול הינו חלק חשוב וחיווני במרקם החיים העכשווי, המודרני והרב תרבותי. על כן המחול הוא מאבני היסוד של החינוך, באמצעותו ניתן לחנך ולטפח אדם הומניסטי. המחול נוצר, מבוצע ונצפה על ידי אנשים בכל גיל, יכולות ורקע חברתי ותרבותי.

لمחול שפה ייחודית, חיים, משתנה ובעל סימנים, סמלים ודימויים המבדילים אותה משפות האמננות האחרות. המחול מעניק טעם, תוכן ומשמעות לחיה האדם.

יתרה מזאת באמצעות המחול ניתן לבטא עולם פנימי בכלל ופנימי אמוני בפרט. ובכך להפכווו ו אף להעצימו.

לאור כל זאת נובעת חובתה וזכותה של מערכת החינוך לטפח את יסודות המחול כחלק מהתרבות הכללית וכן לתת ביטוי לייחודיות של כל אחת מהקבוצות בחברה הישראלית.

המחלול במערכת החינוך

התפיסה הרווענית של תחום המחול במערכת החינוך מתבססת על שתי גישות המשלימות זו את זו :

- א. "מחלול כלל" – מהוות את הבסיס הראשוני והרחיב בתחום המחול. התוכנית* של "מחלול כלל" מכוונה לכל התלמידים במערכת החינוך ומאפשרת השתתפותם של התלמידים בפעילויות המחול בرمמות מגוונות כולל תלמידים בעלי צרכים מיוחדים.
- ב. "מחלול בתחום התמחות" – הרחבת והעמקה ולימוד מוגבנה של תחום המחול כמקצוע בחירה לתלמידים הלומדים את מקצוע המחול בתחום התמחות בכיתות יי' – יב'

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

התכנית הלאומית למידה משמעותית

התכנית הלאומית למידה משמעותית הינה תכנית להטמעת מדיניות משרד החינוך, הדוגלת בקידום למידה מעמיקה המעודדת למידה פעילה וחוויתית, עבודה צוות, חשיבה וחקר, ומכשירה את הלומד להתמודד עם אתגרי המאה ה-21. למידה משמעותית מושחתת על 3 עקרונות מרכזיים: ערך ללמידה ולחברה, מעורבות הלומד והמלמד, ורלוונטיות ללמידה. עקרונות אלה מתוכננים להיות מוטמעים ומשולבים בפעולות מערכת החינוך כולה, בארגון הלימודים ובתהליכי ההוראה, למידה והערכה, תוך העצמת האוטונומיה הבית ספרית, החל משנת הלימודים תשע"ה.

מושגים

התאמות תכנית הלימודים – עירicht תכנית לימים בהתאם למידות למידה משמעותית וזאת בשלושה שלבים עיקריים : (1) הלימה, (2) חלוקה ו-(3) שילוב :

1. הלימה – התאמת הקפ' החומר להיקף השעות באופן שמאפשר במידה סבירה של העמeka בכל חלקו התכנית, (**תכנים שעברו הלימה מסומנים בורוד**).
2. חלוקה – הבחנה בכל תחום דעת בין בסיס הידע והמיומנות – פרקי חובה בהיקף של 70% (הם ללא סימון מיוחד ע"ג התוכנית) לבין מיומנויות להרחבה והעמeka – פרקי בחירה בהיקף של 30% מן החומר (**מסומנים בצעיר רוק**).
3. שילוב – עירicht מחודשת של תכנית לימים תוך שילוב הנחיות, המלצות ודגשיהם המקדמים במידה משמעותית בתחום הדעת.

הנחת יסוד

תכניות הלימודים המותאמות, יהיו תוצר ביןיים וייהו תקפות לפחות 5-3 שנים. במהלך תקופה זו יגובשו תכניות לימים חדשות בהלים מהדייה משמעותית. חלק מהתוכנית הלאומית למידה משמעותית, תכנית זו תתמקד במחול בתחום התמחות ותתמקד בשלושת הערכיהם של הלמידה המשמעותית: ערך ללמידה ולחברה, מעורבות הלומד והמלמד ורלוונטיות ללמידה. מסמכי הלימה שלפניכם נועדו ללוות אתכם המורים, ולהתווות דרך בהוראת הנושאים המופיעים בתוכנית הלימודים. המשמך כולל הלימה, חלוקה ושילוב בתוכנית הלימודים.

הרציונאל

תוכנית הלימודים במחול כ"תחומי התמחות" מכוונת להכשיר את התלמידים למפגש משמעותית עם המחול ולקדם באמצעותו למידה משמעותית, תוך כדי התנסות מעשית וחוויתית עם אמנויות המחול ולפתח בתלמידים את היכישורים התনועתיים-מוטוריים, קוגניטיביים רגשיים וחברתיים. באמצעות תוכנית זו יכירו התלמידים את שפת המחול על מרכיבי ההבעה הרבים והמגוונים שלה בשפה חייה, דינאמית ומ��暢תת המגובה לסביבה הפיזית, החומרית, התרבותית, החברתית והפוליטית, בשפה המשתנה מתקופה לתקופה, מחברה לחברה, מתרבות לתרבות ומאמן לאומן.

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנויות

הפיקוח על המחול

תכנית זו מיועדת לתלמידי בתיה הספר בחינוך הממלכתי והමמלכתי דתי. נקודת המוצא בחינוך הממלכתי דתי היא תפיסת המחול כمفחת חשובה למודעות זהות האמונהית-דתית וככלי ביטוי ייחודי ועוצמתי שלה.

תפיסת לימודי המחול בחינוך הדתי על פי משנת החמד

במשנת החמד נאמר: "יסוד חשוב בתפיסתו של החמד הוא הצווי 'בכל דרך דעתך' גם הלימודים הקרויים 'כלליים' הם מסילות להכרת פועלתו של הבורא בעולם היצירה והעשיה... בחנכו להשתלבות בכל תחומי העשייה... יקנה החמד' לתלמידיו יסודות במדעי הרוח הכלליים, בחינוך המדעי, בחינוך האמנותי ובמקצועות הטכנולוגיים, וכיישרים להתמודד עם אותן התחומיים של התרבות הכללית הנוגדים את השקפות החמד'"*. מトוך החוברת "קוויים מנחימים למדניות החמד", הוצאה משרד החינוך תשנ"ג, סעיף 2.2, עמ' 14

בדורנו, בphasis שיבת עם ישראל לארצו, הולכת ונוצרת מחדש גם תרבותנו הלאומית. המפגש עם הטבע הארץ ישראלי, מעורר את התחושות הטבעיות שבאדם ונחשפים בו רבדים אנושיים נוספים המאפשרים דרכי נספנות להתקשר לקודש באמצעות תנועות גופו, בחושיו ובאינטינקטים שלו.

ההכרה בחשיבות של דרכי אלו מדגישה את הצורך לפתח זיקה לעולם האסתטי וכן מתבקשת התיאחסות מחודשת לגוף, לטבעיות הנטויה באדם ולמקום של אלה בעבודת ה'. על כן חשוב לימוד מעמיק ורחב אופקים בתחום הריקוז, המחול והනועה שהם גם מרכיב חשוב בתרבות היהודית הישראלית המתחדשת.

הנטיה הגוברת בשנים האחרונות הציבור הדתי לעסוק בתחום המחול כמו בשאר תחומי האומנות, מעידה על צורך אותנטי בכלי ביטוי עשירים ומגוונים יותר, והופכת את העיסוק במחול למחויבות חינוכית ואמוננית ממעלה ראשונה.

לימוד תכנים ייחודיים בתחום התנועה והמחלל לחינוך הדתי הוא צעד חשוב בפיתוח המחול כשפה ראשונית וה עצמה בקדושים. כלומר, בניית בסיס שלם ודינامي לעבודת ה' הכוללת את הגוף. ומקומו בקדוש וכן תשתיית לחינוך לצניעות ללא הדחקה והפחיתה ערך הגוף. טיפול גישה יהודית יוצרת בתחום התנועה והמחלל המבוססת על המקורות, תוך שיח מתמיד עם עולם תרבותי מן המערב והמזרח, תיכון בסיס רחב ועמيق לייצירה יהודית-ישראלית אותנטית. פיתוח תחומיים אלה יתרום לטיפוח תלמידים שזוהותם האמונהית תפאה את יצירתיותם ותועצם ממנה. כמו כן יפתחו התלמידים את כישורייהם כרוקדים היוצרים וכצופים מושכלים המבאים את אמונהם באמנות, שותפים לשיח התרבותי בחברה הישראלית ותורמים לה פן ייחודי, איקוני ואוטנטי.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

מפרט התכניות

- בכל פרק קיימים נושאי חובה שהם ליבת מחייבות ומשותפת לכל התלמידים המתמחים במקצוע מחול ונושא בחרירה והיקפם מסוימים בירוק.
הבחירה נווגנת מענה לגישה הפלורליסטית העומדת בסיס ה"אני מאמין" של מקצוע המחול בבתי הספר במערכת החינוך, ומאפשרת לכל בית ספר לבחור נושא לימודי לימוד בהתאם לתפיסה התרבותית והחברתית שלו.
- שילוב תכנים ומטרות ייחודיים לבית הספר הממלכתי דתי ולבתי ספר ממלכתיים המעווניינים לשלב ולהעניק בתכנים מן היהדות ומהמקורות.
- בהיקף הנושאים והפרקם המרכזיים ובמודולאריות שהיא מאפשרת, להלן פרוטו :
 - א. **חלק ראשון - "היבטים תיאורטיים עיוניים במחול"**
החדשנות היא בחלוקת לפרקי חובה המהווים 70% ופרק בבחירה המהווים 30% והאפשרות להרחיב בנושא הבחירה נוספים.
 - **תולדות המחול - הכוולות תולדות המחול במערב ומחול בישראל.**
 - **אנטומיה יישומית למחול**
 - **מוסיקה למחול**
- כל אחד מהנושאים בחלק "היבטים תיאורטיים ועוניים במחול" כולל פרקי חובה ובנוסף, פרקים לבחירה לשיקול הדעת של כל מורה.
ב. חלק שני - "טכניות סגנונות במחול וכוריואוגרפיה"
החדשנות היא בחלוקת לפרקי חובה המהווים 70% ופרק בבחירה המהווים 30% והאפשרות להרחיב בנושא הבחירה נוספים.
1. **1 יח"ל טכניות וסגנונות במחול - בלט קלסי ו/או מחול מודרני וعصוי.**
2. **1 יח"ל כוריואוגרפיה.**
ג. חלק שלישי - חדש בתוך פרקי ההרחבה והעמקה לבחירת המורה :
התמחות באחת הסוגות (ז'אנרים) במחול כמו מחול אתני, מחולות עם, ג'אז, פלמנקו, ריקודים סלוניים וכדומה או בתחום כתוב התנועה, שיבחרו על פי התפיסה האמנותית והמקצועית של כל אחד ממרכזי מגמות המחול והצווות הפגוגי של בית הספר ועל פי תכנית זו

• מסגרות לימודי המחול :

- לימוד התוכנית שלא במסגרת מגמה מאפשרת בניית תכנית בית ספרית מיחודת ופרקים בודדים על פי בחירת בית הספר (כמקצועות מדף).

מטרות כלליות תוך שילוב מקצועי למידה משמעותית

1. הכרה והבנת אמנויות המחול ושפה.
 - הכרה והבנה של מדיום המחול על כלליו ומרכיביו הייחודיים.
 - הכרת המחול כמדיה אמנותית שיש בו ביטוי אסתטי צורני לרעיונות, לתוכנים, לרגשות ולניסיונו חיים של היחיד והקבוצה.
 - הכרה של הסוגות (זיאנרים) והסוגנות השונות במחול והבחנה בין המאפיינים הייחודיים ומשמעותם להם.
 - הכרה והבנה של כתוב תנועה.
 - פיתוח יכולת התנועה והריקוד על פי שפת המחול .
 - הכרה באמנות המחול כביטוי אישי תלוי תרבות ערך : קידום ערכי של מעורבות חברתנית, חופש ביטוי, דמוקרטיה וסובלנות.
2. פיתוח יכולות ביצוע מעשי (מיומנויות וכישורים)
 - מודעות גופנית
 1. יציבה (Alignment) – הבנת מקור התנועה ודרך הביצוע שלה. יכולת ליצור הלימה בין תנועת הגוף לסגנון המחול הנלמד (טכниקה מובנית – קלסי, גראם, קניגהム וכו' ו/או מחול עכשווי) התאמת התנועה ליכולת הגוף ביצוע הוליסטי של תנועות הגוף תוך מודעות לקווים ולסגנון של הטכниקה הנלמדת.
 2. יכולת גופנית (מוטורית) – יישום המודעות הגופנית בתנועה
 - פיתוח קווארדיינציה
 - פיתוח גמישות, כוח, זריזות ו מהירות
 - פיתוח שווי משקל סטטי וдинامي

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

שליטה באברי הגוף ודיקוק ביצוע

שימוש בנשימה בהתאם לביצוע התנועה

- **יכולת התמודדות עם קשיים תונעתיים – מוטוריים, רגשיים וחברתיים**
יכולת לפתרור בעיות ותגובה למצבים משתנים.

• יכולות תונעתיות

שליטה בдинמיקה משתנה בהלימה לתכנים של התנועה
פרשנות אישית של החומר התונעתי והבעה אישית.

• מתן ביטוי לרגשות, לדמיון ולעולם הפנימי

יכולת הבעה אישית בתנועה ובמוחול באיכות מגוונות
• יכולת תנועה למרחב (האישי והכלי)

הכרת כיוונים וגובהים שונים למרחב ושליטה במערכות ביניהם.

יכולת מיקוד (פוקוס)

• מוסיקליות-קשר בין תנועה למוזיקה

הבנה, הבעה ויישום של קצב, מקצב וליריות בתנועה.

• נוכחות בימתיות

יכולת התמקדות והתמסרות ברגע הביצוע.

יכולת לשתף פעולה עם שאר הרקדים

מתן מרחב לרקדים השונים

טיפוח בטחון עצמי

بولטות כלפי חוץ, הקרה (Projecting)

❖ **ערך :** קידום ערכי של כבוד האדם, ביטוי אישי, אפתחיה, סובלנות, מסירות
ומצוינות.

❖ **מעורבות :** הנחיה בפיתוח טכני ושפה אישית, במעמד הבימתי המחייב, ברגישות
מוסיקלית ובאפשרויות פלורליסטית לפרשנות מאפשרים לומד להשתמש באמנות
המוחול ככלי לביטוי אישי, לתקשורת בינלאומיות עם הזולט, חשיפה ואפתחיה
לשונות בין הלומדים בכיתה, בחברה ותרבות.

❖ **רלוונטיות :** פיתוח מיומנות אישית בשפת המוחול, כלי בינלאומי לביטוי אישי ייחודי
ועכשווי תוך מסירות, ערכיות ושאיפה למציאות.

3. פיתוח יכולות של יוצר במוחול

- הכרה ויישום מרכיבי הזמן הכוח והמרחב בתנועה.
- טיפוח יכולת שליטה בתנועת הגוף בזמן ובמרחב באיכות שונות.
- פיתוח יכולת ביצוע תנועות בודדות ורכפי תנועות.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

- יכולת חיבור רצפי תנועה (קומפוזיציה) בנושא שבחר התלמיד על פי נטיית ליבו.
- יכולה הבעה באמצעות אלטור (אמפרואיזציה) במחול.

❖ ערך : קידום ערכי של הביטוי העצמי וחירות היוצר, יצירתיות, חופש הביטוי והדמокרטיה, כבוד האדם, אמפתיה, סובלנות, מניגות.

❖ מעורבות : הנחיה בפיתוח טכני ובמציאות שפה אישית המאפשרים לומד להשתמש באמנות המחול ככלי לביטוי אישי, ופיתוח יכולת מניגות.

❖ רלוונטיות : יצירת עבודת מחקר תנועתית בעלת אמירה אישית בשפת המחול, באמצעות פיתוח טכני, צפיה ביקורתית, שיתוף והובלה של עמיתים, מקדים גיבוש עמדה אישית, ייחודית ועצמאית בהקשר אישי, חברתי ותרבותי עכשווי.

4. פיתוח יכולות של מעריך וצופה מושכל במחול

- הבנת עקרונות השפה המולטילית.
- זיהוי מבנים, מרכיבים ומאפיינים של יצירות מחול.
- יכולת להעריך ולבקר יצירות מחול: מבחינת המבנה, הצורות, הדימויים, שפת התנועה, הסגנון.
- הבנת הקשר בין סגנון לסוגה (זיאנרט) במחול.
- טיפוח יכולת הערכה ושיפוט על פי קריטריונים של התהום כמו אסתטיקה ושפה.

❖ ערך : קידום ערכי של הביטוי העצמי וחירות היוצר, יצירתיות, חופש הביטוי והדמוקרטיה, כבוד האדם, אמפתיה, סובלנות, פתיחות, מניגות.

❖ מעורבות : צפיה מודרכת ביצירות מחול המאפשרת פרשנות פלורליסטית ודיוון, מפתחת עמדה אישית עצמאית ערכית.

❖ רלוונטיות : באמצעות צפיה ביקורתית מתפתחת עמדה אישית, ייחודית, עצמאית וערכית בהקשר אישי, חברתי ותרבותי עכשווי.

5. טיפוח זיקה למורשת וلتרבויות היהודית הישראלית ותחום שיקות לקהילה באמצעות המחול.

- הכרה במורשת המחול כיסוד משמעוני ביצירה התרבותית.
- התודעות למסורתות שונות של מחול אתני בישראל כמרכיב באירועים במחזור השנה (חגים ומועדים) ובמחזור החיים (לידה, בגרות, נישואין, אבל) בקהילות שונות בישראל.
- הכרת המורשת האישית-משפחתיית-קהילתית של הלומד באמצעות המפגש עם המחול.
- הכרת טקסטים ולחנים שלזוביים במסורות המחול בישראל

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

- זיהוי המאפיינים הייחודיים והמשותפים במסורת אתניות של מחול בקהילות השונות בישראל.
 - טיפוח סובלנות וכבוד למסורת המחול של קהילות שונות ומנוגינות.
 - הכרת המחול העממי הישראלי כמחזק את אהבת הארץ על שירה, נופיה ותרבותה.
 - טיפוח המוטיבציה למעורבות בקהילה באמצעות המחול
- ❖ **ערך :** קידום ערכי של אהבת המולדת, מעורבות, הביטוי העצמי וחירות היוצר, יצירתיות, חופש הביטוי והדמוקרטיה, כבוד האדם, אמפתיה, סובלנות, פתיחות, מניגות.
- ❖ **מעורבות :** הנחיה בביטוי ערכי יהודי וישראלית בשפה תנוועתית ובצפיה מודרכת ביצירות מחול של יוצרים ישראלים וمعدות ישראלים מאפשרים וממחישים את הקשר בין אהבת המולדת למסורת התנוועתית ותרומתה לחברה.
- ❖ **רלוונטיות :** באמצעות התנסות אישית וצפיה בדורותיה מתאפשר שימוש באמנות המחול ככלי לתרומה חברתית ערכית.

6. הכרת אמנויות המחול בישראל כמשמעות חברה רבת תרבותית

- הכרת המחול כمبرטה מגוון של תרבויות בישראל ואת השינויים החלים בחברה.
- הכרת דרכי יצירת מחול לבימה, בן זמנו, כמשמעות חברה רבת תרבותיות.
- הבנת יחסיו הגומלין וההשפעות הדדיות בין מסורות המחול של הקהילות השונות.

7. הפנתמת ערכים יהודים, הומאניסטיים אוניברסאליים של כבוד וסובלנות לאחר והתנהגות על פיהם

- טיפוח יחס של כבוד וסובלנות לאחר לערכיו לרגשותיו לרעיוונותו לטעםו האישי ולניסיונו חייו הכרה ומתן כבוד לערכיהם של תרבויות שונות הבאים לידי ביטוי ביצירות המחול שלהם.
- יכולת לתכנן, לפעול וליצור תוך שיתוף פעולה.
- יכולה ליצור קשר, שיח ותקשורת בין אישיים באמצעות המחול.
- פיתוח כלים לעבודת-צווות והתמודדות עם הישגיות-יתר ותחרותיות-יתר

- ❖ **ערך :** קידום ערכי של כבוד האדם, אמפתיה, סובלנות, פתיחות, יצירתיות.
- ❖ **מעורבות :** הנחיה בעבודת החקיר התנוועתית באמצעות שיח עמייתי ושיתופם.
- ❖ **רלוונטיות :** באמצעות התנסות אישית בעבודת החקיר התנוועתית מתאפשר יישום ערכי-התנהגותי הלהי למעשה.

8. פיתוח יכולת לייצור שיח בין המחול לאמנויות אחרות ולתחומי דעת אחרים

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

- הכרה והבנה של הקשרים וההקשרים בין המחול לתחומי הדעת האמנותיים, ההורמנסטיים והמדעיים.
- יכולה ליצור זיקה בין המחול לאומניות אחרות ולתחומי דעת אחרים (כמו: מדעים , תנ"ך) ולבטא זאת במחול טיפוח חשיבה רב כיוונית ורב תחומיות.
- הכרת המחול כבסיס לייצרת גופי ידע חדשים.

❖ **ערך :** קידום ערכי של הביטוי העצמי וחירות היוצר, יצירתיות, חופש הביטוי והדמוקרטיה, כבוד האדם, אמפתיה, פתיחות, סובלנות.

❖ **מעורבות :** חשיפה מונחת לאמנויות ולתחומי דעת נוספים ושילובם בעבודת החקיר התנועתית הלכה למעשה.

❖ **רלוונטיות :** באמצעות ההתנסות אישית בעבודת החקיר התנועתית מתאפשר ביטוי אישי רב תחומי פלורליסטי ויצירתי.

9. מטרות ייחודיות לתלמידי החמ"ז ולבתיה ספר מלכתיים שייחפו בכך המטרות נגזרות מתוך ההכרה ב" בכל דרךך דעה"

- להכיר ולהבין את הגישות השונות בייחוז לרכיב, תנועה ומחול וליחס גוף – נפש – רוח ומקום הגוף בקדש, כפי שהוא מופיעות במקרים היהודים.
- יכולה ליצור מתוך זיקה בין העולם האמוני תורני לבין היצירה בתחום תנועה והמחול. יכולה לבטא את העולם הפנימי-האמוני בשפת התנועה.
- יכולה להעלות מופע מחול או לבצע יצירת מחול תוך מתן משמעות פנימית- אמונייה לייצרה.

❖ **ערך :** ערכי יהדות, אמונה, כבוד האדם.

❖ **מעורבות :** חשיפה מונחת לחבר בין גוף – נפש ורוח מאפשרת בעבודת החקיר התנועתית כביטוי אמוני – אישי.

❖ **רלוונטיות :** באמצעות החשיפה אל המקורות, ההתנסות אישית והציפייה הביקורתית ביצירות מחול מתאפשר שימוש באמנות המחול ככלי לביטוי אמוני – אישי רלוונטי לאדם ולחברה.

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנויות

הפיקוח על המחול

דרכי הוראה – שילוב היבטים מקצועיים למידה ממשמעותית¹

תכנית הלימודים במחול בכל שלושת חלקייה משלבת לימודיים עיוניים ולימודים מעשיים. על כן על מנת להשיג את מטרות התכנית יש צורך להשתמש ב有很多种 דרכי הוראה על מנת לאפשר למידה ממשמעותית.

ישנן דרכי הוראה למידה שהן רלוונטיות ללימוד נושאים עיוניים כמו תולדות המחול ולימוד מעשי - כמו טכניקה וסגנונות מחול – בלאו קלאסי ויישן דרכי הוראה למידה שהן ייחודיות לשועורים מעשיים.

דרכי הוראה מקצועיים למידה ממשמעותית רלוונטיים לשוערים עיוניים ולשיעוריים מעשיים – ערך מעורבות ורלוונטיות

- שיעור המנוחה על ידי המורה הבננה נדבך על נדבך מהעקרונות הבסיסיים – הפוטיטים אל המורכבים.

עבודות חקר- למידת חקר היא למידה המבוססת על חומר עיוני מתוך המחול. בכתב העבודה מתמודדים התלמידים באופן עצמאי עם סוגיה מסוימת – "בעיה", "נושא לבדיקה" – דילמה שאין אליה תשובה מן המוכן ושחם נדרש להעמק בה, להבירה ולנסח שאלת חקר. תהליך העבודה מזמין לתלמידים ניוט עצמאי של תהליכי הלמידה שימושו קיבלת אחריות על תהליך הלמידה.

מאפייני שאלת חקר:

אין עליה תשובה מן המוכן,
זמן חיפוש מידע במקורות מגוונים,
מעוררת חשיבה,
זמן שימוש בכלים מחקר,
בודקת השפעות, טיעונים, הקשרים וכדומה,
 מבוססת על טענה, השערה או הנחה שיש לחקור ולבזוק,
 רלוונטי ובעל משמעות לעולמים של התלמידים, מעניינת ומאתגרת,
 אינטגרטיבית מורכבת ומשלבת נושאים שונים ומאפשרת חקר מהיבטים שונים.

- צפיה וניתוח מופעי מחול
- למידה בסביבה ממוחשבת ומתוקשבת
ישומים על גבי תקליטורים - כולל מקורות מידע מגוונים: מידע טקסטואלי וויזואלי (יצירות אמנות, מחול ומוזיקה, ממצאים מהתרבות החומרית ועוד)
נוסף לכך כוללות סביבות אלה הפעולות והנחיות למשתמשים. סביבות אלה ממוקדות בדרך כלל סביב נושא רחב או צר והחומר בהן ממויין ומבוקר.
מאגרי מידע אינטרנט זמינים לכל- משאב מרכזי חשוב המתעדכן ומתרחב כל העת.
מאגרים אלה אמורים לשמש את המורים והלומדים כמקור מידע ממשמעותי ועדכני למגוון משימות ללימודיו הנגוראות מתכנית הלימודים.

¹ ראו גם פירוט דרכי הוראה למידה בפרקים שונים

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנים

הפיקוח על המחול

מה מזמן שילוב סביבות הלמידה המתוκשות בתהליכי ההוראה-למידה:

- התנסות בשיטת במרחבי האינטראקט, מוגנת לומדים אפשרויות למין ולהעירך את המידע הן מבחינות האיכות והאמינות והן מבחינות הרלוונטיות למטרת המסויימת. מטרת השיטות היא לאתר מידע נדרש, ובהמשך למין את הממצאים, לנתחם, להעריך אותם ולבדם. שיטות זה הוא הן אמצעי והן מטרה בפני עצמה, הקניית מיוםנות זו היא חלק מהכשרתו של לומד עצמאי.
- שימוש בערוצי התקשרות לקבלת סיוע או מידע ממומחים.
- עיבוד תוצרתי למידה, כמו הכנת מצגות והציגות. עבודה בסביבות למידה ממוחשבות ומתווקשות פותחת בפני התלמידים אפשרויות חדשות להבניות ידע ממקורות מידע שונים ומגוונים, הצלבה והעמקה של מידע שלא ניתן להשיג באמצעות ספר לימוד. עבודה בסביבות למידה ממוחשבות ומתווקשות היא חלק אינטגרלי של התכנית, העיתוי וההיקף יקבעו על ידי צוות המורים.

דרכי הוראה מקדמי למידה משמעותית לשיעוריים המעשיים:

- כל שעור מלאוה בפסנתר.
- הוראה מניפולטיבית - קינסטטית תוך שימוש במינוח המקצוע של התחום.
- הוראה המשלבת הסבר מילולי והדגמה בתנועה, בכתב תנואה ובאמצעים ויזואלים שונים.
- התנסות מעשית – תרגול עצמאי של התלמיד.
- שימושות מוכנות לביצוע - לפיתוח מיומנויות של יוצר ומבצע.
- הוראה המזמנת גירויים שונים פרטיטוריות פתוחות ונושאים מעולם המוסיקה, האומנות הפלשטיית, ספרות שירה, אביזרים, וכו'.
- צפיה מונחית בביצועי טכניקה של התלמידים בכתב ומתן משוב מהעמיתים (התלמידים)
- צפיה בוידאו ביצירות מחול של כוריאוגרפים שונים ובמהלכה ניתוח הסגנון ותרגול עצמאי של התלמיד.
- ניהול יומן למידה המכיל רפלקציה על הקשר בין החומר העיוני לבין היכולת האישית לישם זאת במחול.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

סביבת הלמידה

- שיעורים עיוניים המתקיימים בכיתה רגילה :
 אמצעים לצפיה – ציוד או רגליים.
- שיעורים מעשיים :
 סטודנטים, מערכת האזנה, אמצעי צפיה וידאו וטלביזיה סטודיו למחול על כל מרכיביו... פסנתר, מלחין, אמצעי צפיה וידאו וטלביזיה

הערכתה חיצונית

הערכתה חיצונית מוגדרת כ-70% מהחומר המהווה את בסיס הידע והמיומנות שלטיבת התחום.

ההיבחנות החיצונית תכלול :

- בוחנים מעשיים שתתבצע ע"י בוחנים חיצוניים, שיגיעו לבתי הספר ויבחנו בבלתי קלסי, מחול מודרני וכוריאוגרפיה בהתאם למחוונים.
- תלקייט תמי"י (תאוריה מעשה יצירה) הכולל :
 - שאלון מפמ"ר המורכב משלושה פרקים : תולדות המחול, מוסיקה למחול ואנטומיה יישומית למחול, המאושר בטרם הבינה המעשית.
 - נייר עמדה : כוריאוגרפיה כעבודת חקר על פי מודל תמי"י.

דרכי הערכת הנושאים המוגדרים כ 70% מהחומר – הם בסיס הידע והמיומנות ומהווים את הליבה המשותפת להיבחנות חיצונית.

הציון הסופי יועבר על טופס 9588 בהתאם לחלוקת הבאה :

1. בוחנת הבגרות המעשית (30%)
2. תלקייט תמי"י :
 - צiron על שאלון המפמ"ר
 - נייר עמדה – כוריאוגרפיה כעבודת חקר (10%)

הערכה פנימית - בית ספרית

נעודד את בתי הספר לבחור בדרך הערכה חלופיות, תוך שמירה על כמה כלליים שיבטיחו שההערכה הבית ספרית תעמוד ברמה הנדרשת מבחן בוגרים:

א. **הlimah:** ההערכה חייבת להיות בהלמה ליסוד המארגן (הרציונל) שבחר הוצאות להוראה בחערכה הבית ספרית, לפרקי הידע והמיומנויות שנלמדו וליכולות האקדמיות של התלמידים

ב. **תקיפות ומהימנות:** הכרחי לוודא שההערכה מכסה את הנושאים המרכזיים שנלמדו. יש לשאוף לכך שההערכה תביא לביטוי את רמות חשיבה שונות.

ג. **ניסוח:** ההנחיות, מטלות ההוראה והשאלות חייבות להיות מנוסחות בבהירות ובאופן חד משמעי שאינו ניתן לפירושיות שונות. (וain הכוונה לתשובות העשויות להיות מגוונות מאוד)

ד. **מחוון:** הכרחי לכתוב מחוון שיגדר את אופן הניקוד וזאת כדי ליצור אחידות ככל האפשר בין המורים בצוות.

ה. **התאמה בין סוג הערכה לבין דרישותיה:** ככל שנאפשר הערכה עם יותר חומר פתוח, כך המטלות השונות צריכות להיות בעלות רמת חשיבה גבוהה יותר.

בחירה והעמקה בהתאם לבחירה 30%	לימודי ליבה - 70%	
הרחבת בהתאם لتכנים בתכנית	<ul style="list-style-type: none">טכניקה – קלאסי/מודרניקוריאוגרפיההיבטים עיוניים : תולדות המחלול, מוסיקה ואנטומיה	תכניות הלימודים
3 ש"ש	7 ש"ש	מינימום שעות שנתיות لتלמיד
1.5 יח"ל	3.5 יח"ל	חלוקת ליח"ל
הערכת חיצונית – הערכת פנימית – בית ספרית	הערכת חיצונית – מעשית ותלקיטית תמי"י (תאוריה, מעשה, יצירה)	דרכי הערכה/היבנות

תכנית הלימודים

בבסיס הידע והמיומנויות המוצג כאן, נגורר מתכנית הלימודים, כפי שפורסמה ב-2006.

- נושאים המודגשים בירוק – יילמדו ויוערכו על ידי המורה המלמד באמצעות הערכות **חלופיות**
- נושאים המודגשים בורוד – ירדו ממתכנית הלימודים ואין חובה ללמד אותם.

פרק ראשון: המחול - היבטים תיאורתיים

240 שעות בסיסי הידע והמיומנויות 27 שעות מרכיב ההרחבה והעמקה

תולדות המחול 2 יח"ל – חלק 1 + חלק 2 180 שעות

מהות התחום

תולדות המחול, הוא תחום תיאורטי המהווה תשתיית משותפת לכל תחומי הדעת של מקצוע המחול ומאפשר התבוננות מושכלת במחול כمشקף חברה תרבויות ואומנות. באמצעותו ניתן לפתח מethodולוגיות של מחקר והערכת יצירות מחול.
במסגרת לימודי תולדות המחול נחשפים התלמידים להיבטים מתחום ההיסטוריה, הפילוסופיה, והאסתטיקה.

מטרות

1. הכרה והבנת יצירות מרכזיות במחול

הכרה והבנת סוגות (ז'אנרים) ויצירות מחול מרכזיות על מרכיביהן : סגנון מבנה, צורות,
שפה תנואה, האסתטיקה, תוכן, אופן השימוש במרכיבים מוסיקליים ומרכיבים בעיצוב הבימה.

2. הכרת המגמות בהתקפותו המחול

- הכרת התרומה הייחודית להתקפותו המחול של אישים מרכזיים.
- הבנת המחול כתהליך התפתחותי המושפע מהתהליכים ואיירועים שהתרחשו בעבר

3. יכולת לנתח, להעריך ולבקר יצירות מחול

- יכולה להשתמש במושגים מתחום הדעת של המחול
- יכולה לנתח טקסט תנועתי, להבין אותו בהקשרים רחבים : ביוגראפיים היסטוריים, סגנוניים, ולבחו אותו באופן ביקורתי.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

- יכולת לעבד מידע ממוקורות שונות (ספרות, אומנות, קולנוע, תיאטרון, אדריכלות) לשם הבנת יצירת מחול, סוגות וסגנונות שונים במחול.
- יכולה להשוות, לזהות את השווה והשונה בין יצירות מחול בתקופות שונות ובאותה התקופה על פי הקריטריונים לניתוח יצירה (ראו סעיף 1).
- הערכת יצירות מחול על פי הערכיים התרבותיים שחון מבטאות.
- יכולה לזהות נקודות ראות וגישות שונות ביצירת מחול.

תכנים

חלק 1 - תולדות המחול במערב

- התכניםعروכים עד סוף המאה ה-19 על פי סדר כרונולוגי ומהמאה העשרים ואילך התכניםعروכים על פי יוצרים מרכזיים, להקות מרכזיות וסוגות מחול. ניתן למד על פי הגישה הכרונולוגית או על פי יסוד מארגן חוצה תקופות.
- בפרקיהם יש אפשרות בחירה מהם יכול כל מורה לבחור את הנושא על פי שיקוליו המקצועיים ובהתאם לאוכלוסיית התלמידים.

א. פרק מבוא

1. משמעות המושג מחול ומרכיביו הגדרות ומאפיינים
2. סוגים מחול, מרכיבים, הגדרות ומאפיינים: מחול אתני, מחול פולחן, מחולות עם מחולות חברה, מחול לבימה.
3. הכרת סוגים כתוב תנואה ועקרונותיהם.

ב. ראשית המחול

1. מאפייני המחול השבטי-האתני-המסורתית-והפולחני.
2. מחול בתנ"כ *
3. תנואה ומבנים כוריאוגרפיים במחול בחברות השבטיות.
4. מחול ביון ורומי: כיצד באה ידי ביטוי במחול ביון ורומי הגישה האסתטית והפילוסופיה של התקופה .

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

ג. ימי הביניים - המאות ה-4 עד ה-14

נושא אחד חובה מבין הנושאים שלහלן:

1. ריקודי המות וריקוד הליצן על רקע התקופה בה שלטת הכנסייה.
 2. ריקודי ימה"ב המאוחרים (Rondeau, Ballata, Saltarello, Estampie) על פי הסוגות: מחלות חברות ומחולות עס.
- *ראו פרוט בפרק תולדות המחול בישראל עמי' ...

ד. תקופת הרנסנס - המאות ה-15 וה-16

נושא אחד חובה מבין הנושאים שלහלן:

1. הכרת המבנה החברתי באיטליה כמקדם המחול במשפחות האצולה (Medici, Sforza Este (Gonzaga
2. השפעת האומנות הפלשטיות והאדראיכלות על המחול בתקופה.
3. אירועי המחול: כניסה מלכותית, אימוני נשך ויבלט החצר כבסיס להולדות הבלט.
4. תרומת גיולימו היבראו, טואנו ארבו, ופבריציו קארוזו לריקודי החצר ולתורת הריקוד,
5. ריקודי התקופה: בס דנס, באלי, סלטרלו, מורסק מאפיינים ומרכיבים
6. היירה "האקסטרוגנצה לבית מדיצי" כדוגמה מייצגת של התקופה וכבסיס לכוריאוגרפיה הרומנטית במאה ה-19.

ה. תקופת הברוק – המאה ה- 17

נושא אחד חובה מבין הנושאים שלහלן:

1. השפעות חצר המלוכה של לואי ה-14 בצרפת (1638 – 1715) על התפתחות המחול.
2. השפעות ותרומותם למחול של:
 - זיאן בטיסט לולי
 - זיאן פיליפ ראמו
 - מולייר
 - לואי פקור
 - פייר בשומפ
 - קמפרה

3. מבנה וריקודי הסוויטה הברוקית - Dance a Deux -
4. הכרת מופעי החצר: הבלט החצורי (BALLET DE COUR), אופרה בלט,

טרגדיה לירית וקומדייה בלט,

5. "גס הוא באצלים" - מולרי (תרגום: אלתרמן) כדוגמא ליקומדייה בלט'

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

6. השפעתו של רקדניות התקופה מאריסאלה ומארי קמרגו על התפתחות הטכניקה והתלבושת

ו. התקופה הקלאסית – המאה ה- 18

1. תפיסת המחול של זיאן ז'ורז' נובר כפי שהיא באה לידי ביטוי בספרו "על אמנויות המחול" ("LETTERS ON DANCING AND BALLETS").

2. המאפיינים של הטכניקה הקלאסית כפי שהוצגה ע"י קרלו בלסיס.

(LA FILLE MAL GARDEE) - ניתוח היצירה "הנעורה הסוררת" Ballet D' Action.3

ז. התקופה הרומנטית:

המחצית הראשונה של המאה ה- 19 : 1800 – 1848

1. ביטויי התפיסה הרומנטית והשפעתם על יצירות הבלט של התקופה:

מהספרות : תיאופיל גוטייה 1811-1872

הינריך היינה (1797-1856)

מהמוזיקה : אדולף אדם 1803-1856

2. תרומותם להנפוחות המחול של :

גイル פרו 1810-1892

פיליפו טליוני 1777-1871 ,

קרלotta גרייזי 1819-1899

מари טליוני 1804-1884

3. ניתוח **אחד** מיצירות המחול "גיזל" "לה סילפיד", "פה דה קטרה", "נאפוליאן".

ח. הממחצית השנייה של המאה ה- 19 : 1848 – 1900

1. מאפייני "הבלט האימפריאלי הרוסי" כמשמעות מקומ, חברות ותקופה.

2. תרומותם לבلت ועבודתם המשותפת של מריווס פטיפה ופטר צ'יקובסקי .

3. ניתוח והערכתה של **אחד** מיצירות המחול : "היפיפיה הנרדמת" "אגם הברבורים"

4. ניתוח אחד מהיצירות : "לה באידר" (LA BAYADERE), "שודד הים" , "מוות

הברבור" , "דזון קישוט", "מפצח האגוזים", "קופלייחן"

ט. המאה ה- 20

הבלטים הרוסיים של סרג'י דיאגילב

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

1. הייחודיות של להקת ה"הבלטים הרוסיים" של סרג'י דיאגילב והשפעתם על התפתחות המחול בעולם המערבי.
2. עקרונות "המחול החדש" של מישל פוקין 1880-1942.
3. ניתוח והערכתה של היצירה "פטרושקה"
4. **ניתוח והערכתה של יצירה אחת מתוך היצירות: "הסילפידות" "רוח הורד", "ציפורה האש".**
5. **ניתוח היצירות של וסלב ניז'ינסקי 1890-1950:** "אחה"צ של הפאוון" ו"פולחן האביב"
6. **ניתוח היצירה "בלולות" ("LES NOCES") של ניז'ינסקה ברונייסלבה (– 1891 .1972)**
7. **יהודיות הבלט של מונטו קרלו**

ו. המחול הניאו קלסי

ניתוח והערכת **אחד או שניים** מיצירות גורגי בלנשין 1904-1983 שלහן :
("CONCERTO" ("AGON"), "APERLO" ("AGON"), "קונצרטו ברוקו" ("BAROCCO")
"סרנדת" ("SERENADE"), "ארבעה מצבים רוח" ("THE PRODIGAL SON"), "הבן האובד" ("THE FOUR TEMPERAMENTS"))

יא. מחול מודרני בארץ"ב

מבשרי המחול המודרני ראשית המאה ה - 20

- 1 התפיסה, הרעיון והחדשושים של לואה פולר (1862-1928) ואיז朵רה דנקו 1878 – 1927 כפורצות דרך במחול.
2. יצירתן ותרומתם למחול של רות סנט דניס (1879-1968) וטד שון (1891 – 1972).

חלוצי המחול המודרני

1. המשנה הcoresographique של דוריס המפרי (1898-1958)
2. תרומותם למחול של צירלס ווידמן (1901-1975) והניה הולם 1893-1992.

מרתה גראט

1. הגישה למחול ועקרונות השפה התנועתית של מרתה גראט (1894-1991)
2. **ניתוח והערכתה של יצירות המחול של מרתה גראט שנעשו בעקבות החלוציות האמריקאית הנשית : "ספר" (FRONTIER) "קינה" ("LAMENTATION" ("אביב בהרי APPALACHIAN SPRING") אפלצאים .**

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנותיות

הפיקוח על המחול

3. ניתוח והערכתה של **אחד** מיצירות המחול שנוצרו מתוך התייחסות לנושאים

מהמיתולוגיה היוונית ומסורת הפסיכואנליזה של פרויד : "פדרה" "אל תוך המבול"

("ERRAND INTO THE MAZE")

4. ניתוח והערכתה של **אחד** מיצירות המחול : "צעדים ברחוב" ("STEPS IN THE

("STREET " שעשו מלאכים" , ("DIVERSION OF ANGELS") "מנהרת הלב"

(MAPLE LEAF RAG) ("CAVE OF THE HEART")

יב. המחול המודרני בארץ"ב משנות ה – 50 של המאה ה - 20

אחד מהיוצרים שלහן :

1. אלון איילי 1931-1989 – מייצג את החברה האפרו-אמריקאית במחול . ניתוח

והערכתה של **אחד** מיצירות : "התגלויות" ("REVELATIONS"), ("צעה" (CRY).

2. פול טילור- 1930 – מייצג הגישה האקלקטית במחול : ניתוח והערכתה של **אחד**

מיצירות : "מבט אחרון" ("LAST LOOK"), ("אספלנד").

4. אלון ניקולאס 1910-1993 – כיווץ בגישה רב תחומית : ניתוח והערכתה של

היצירה CRISTALIS

4. חוצה לימון 1908-1972 – עקרונות השפה התנועתית וניתוח היצירה "הפוואן של

. ("THE MOOR` S PAVANE") ("המור" (

יג. המחול הפוסט מודרני בארץ"ב משנות ה – 60 של המאה ה-20

1. מרס קניגהאם – התפיסה הרעיונית, הטכניקה והחוקים החדשניים לחיבור

מחלול : "chance operations" והגדרות חדשות ליחסים בין חלל וזמן לבין האומנות השונות הבאות לידי ביטוי ביצירתו.

2. ניתוח והערכתה של **אחד** מיצירות המחול :

"צפרי חוף" ("BEACH BIRD FOR CAMERA"), "נקודות בחלל" ("POINTS IN

. ("RAINFOREST", "עיר גשם" ("SPACE"))

5. התפתחות המחול הפוסט מודרני בארץ"ב וכך באה לידי ביטוי השפעת תנועות המכחאה ותרבות הנגד והמרידה במוסכמות על המחול הפוסט מודרני .

• המרד בקיים של תיאטרון ג'ידסון" (JUDSON DANCE THEATER) , ומיניפסט

ה"לא" של איבון ריינר כמניפסט מכונן של התקופה.

• הריעונות והעקרונות המשותפים ליוצרים תיאטרון הג'ידסון : איבון ריינר, סטיב

פקסטון, דיוויד גורדון וטרישה בראון וליוצרים ה-Grand Union

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנותיות

הפיקוח על המחול

- ייחודה של אחד ממייצרים בזרם המינימליסטי: לוסינדה צילדס, לאורה דין
- ייחודה של אחד ממייצרים: טויליה טארפי, מרדיית מונק, טריישה בראוון וקיי

תקאי.

יד. המחול בגרמניה מראשית המאה ה-20

1. השפעת הרעיונות הסגנון והאסכולה של הבאווהס על המחול כפי שהוא בא לידי ביטוי ביצירות של: אוסקר שלימר (1888-1943) - "הבלט הטריידי"
("TRIADISCHES BALLET"). ליוניד מאסין (1896-1979) - "מצעד"
("PARADE")

3. תפיסת התנועה המחול וכותב התנועה של רודולף פון לאבן 1879-1958.

מייצגי מחול ההבעה בגרמניה:

1. מאפייני ה"אקספרסיוניזם" כפי שהוא בא לידי ביטוי במחול.
2. קורט יוס 1901-1979 - ניתוח והערכתה של יצירה "השולחן הירוק" (THE GREEN TABLE)

3. מריו ויגמן, ניתוח והערכתה של יצירה: "המכשפה" ("HEXENTANZ")
4. הרולד קרויצברג 1902-1968 וגרט פלוקה 1902-1993, כמייצגים של הזרם האקספרסיונייסטי במחול.
5. מאפייני תיאטרון המחול האקספרסיונייסטי של פינה באוש.
6. ניתוח והערכתה של אחת מייצירות המחול של פנה באוש: "פולחן האביב" ("RITE OF SPRING"), "קפה מילר" ("CAFE MULLER"), "מנקי החלונות" ("THE WINDOW WASHER").
7. ניתוח והערכתה של יצירת המחול של סוזנה לינקה "נשים" ("FRAUENBALLET")

טו. מחול עכשווי - יצרים בני זמנו

1. יצירה אחת של אחד המייצרים:

מצ'אק, יורי קליאן, מאגי מאן.

2. בחר אחד ממייצרים הבאים ונתח יצירה אחת שלו:

ביל טי גיינס (JONES, BILL T.)

מתיו בורן (BOURNE, MATHEW)

האנס ואן מנן (MANEN, HANS VAN)

וים ונדקייבוס (VANDEKEYBUS, WIM)

ויליאם פורסייט (FORSYTHE, WILLIAM)

סשה וולץ (WALTZ, SASHA)

אנגילין פרזוקאי (PRELJOCAJ, ANGELIN)

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול

6. בחר שני יוצרים חדשים[U] עשויים בני זמנו ונתח יצירה אחת של כל אחד מהם.

חלק 2 - תולדות המחול בישראל

* מחול בתרבות[m] המקראית חובה לחמד

1. מושג הריקוד במקרא על פי אזכורו בשלושה מונחים עיקריים: חול/[מחול], רקד/[ריקוד וסחרק-]
[סחרק/[achserek] ?]

2. הופעת המחול בתרבות[m] המקראית כביטוי לשמחה, לדבוקות אלוהים, לתפילה, לקינה לניצחון
ולמנהגי חיים

מחול אתני³*

1. מושגי יסוד[m] במחול האתני[m] במסורות ישראל שiodגמו על אחת משלוש הקבוצות האתניות
הmericozot biisrael*

מחול ישראלי לבימה

1. תרומותם הייחודית[m] למחול בישראל של כל אחד מהיוצרים החלוצים: ברוך אגדתי, גרטרווד קראוס, מיה ארבטובה, שרה לוי תנאי, חסיה לוי אגרון, יהודית ארנון, יונתן כרמוני.
2. תרומתה הייחודית[m] למחול בישראל של אחת מהיוצרים[m]: מרגלית אורנשטיין, רינה ניקובה, שושנה ויהודית אורנשטיין, דבורה ברטונוב, ירדנה כהן
3. מאפיינים של אחת מלהקות[m] המחול הישראלית: "תיאטרון[m] מחול ענבל", "בת שבע", "בת דור", "קול ודמה", "הבלט[m] הישראלי", "להקת[m] המחול הקיבוצית" והדגמת[m] המאפיינים באמצעות יצירה נבחרת מותן הרפטואר של הלתקה.
3. מאפיינים של אחת מלהקות[m] מחול ישראלי[U] עשויי: מאפיינים של אחד מיהודיים של יצירותם, פרטים ביוגרפיים[R] לרלונטיים[L] ליצירתם ודרך[U] העבודה[m] של אחד מיצרי[m] מחול ישראלי[m] ואחד מיצרי[m] מחול ישראלי[U] עשויי[C] כמו: אוחד נהרין, רמי באר, ברטה ימפרלסקי.

מחול עמי ישראלי – ריקודי עם

1. מגמות וזרמים[B] בריקודי העם[B] בישראל וקשרים חברתיים ותרבותיים[B] שבאים לידי[B] ביטוי בהם.
3. תרומותם הייחודית[m] של אחד מחלוצי[T] תנועת ריקודי העם[L] להתרפות[m] המחול הירושלמי העממי: שרה לוי תנאי, רבקה שטורמן, גורית קדמן, אלה ברגשטיין, זאב חבצלת, שלום חרמוני, יונתן כרמוני.

² קובץ[R] רשימות (תשנ"ז) במעגלי[S] שלום חרמוני: מנהיג[M] מהנדס[W] ויוצר[P] הוצאה[H] המשפה

³ ראו[N] נספח[A]: תוכנית[M] מפורטת[S] של[m] המחול האתני[B] בפרק[H] ההתמכחות

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותית
הפיקוח על המחול**

ספרי מבוא ואנציקלופדיות

- Anderson Jack (1974) **Dance**, New York: Newsweek Books
- Cohen j. Selma (1998) **International Encyclopedia of Dance**, Oxford University press, NY, Oxford
- Craine d., Mackrell j. (2000) **The Oxsford Dictionary of Dance**, Oxford University Press
- Jonas Gerald (1992) **Dancing The pleasure power and art of movement**, Harry n. Abraams,inc., NY
- Jonas, G. 1993. **Dancing - The Power and Art of Movement**. U.S.A.: Pub. H.N. Abrams

ביבליוגרפיה על פי תקופות :

רנסנס וברוק

Guglielmo Ebreo of Pesaro (Edit: Sparti B.) (1993) **On Practice or Art of Dancing**, Clarendon, London

מולטייר (תרגום : נתן אלתרמן) (1993), גם הוא באצילים, הוצאת הקיבוץ המאוחד

המאה ה- 19

- Beaumont C.W. (1988) **The Ballet Called Giselle**, Dance Books, London
- Gautier Theophile (1947) **The Romantic Ballet**, C.W.Beaumont , London
- Wiley R. John (1990) **A Century of Russian Ballet**, Clarendon Press , Oxford

המאה ה- 20

- Garafola L. (1989) **Diaghilev s Ballets Russes**, Oxford university press NY
- Mazo H. J. (1977) **Prime Movers**, William Morrow, NY
- Banes s. (1987) **Terpsichore in Sneakers**, Wesleyan University New England

המאה – 21

Bremser M. (1999) **Fifty Contemporary Choreographers**, Routledge, London NY

ביבליוגרפיה בעברית:

נושאים כלליים:

- ашטון, ג'פרי (1989), **פטרושקה**, תל אביב : ספריית מעריב ??
האמפרי, דוריס (1984) **אמנות עשיית המחולות**, תל אביב : הספרייה למחול בישראל
נווגנט, אן (1989), **אגם הברבורים**, תל אביב : ספריית מעריב ??
ניומן, ברברה (1989), **מפתח האגוזים**, תל אביב : ספריית מעריב

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

מחול בישראל:

אשכנזי, רות, **סיפור מחולות העם בדיליה**, חיפה : הוצאת "תמר" בע"מ
אשל רות, (1991) **לרקע עם החלום**, ספריית פועלים, הספרייה למחול בישראל
בהת-רצון נעמי (2004) **מחול חברה תרבות בעולם ובישראל**, ירושלים : כרמל
גורן יורם, (1983) **שדות לבשו חג**, קיבוץ רמת יוחנן
קובץ רשימות (תשנ"ז) **בעגלי שלום-שלום חרמוני**: מנהיג מחניך ויוצר, הוצאה המשפחה
מנור גיורא, (1978) **חיי המחול של גרטרוד קרואוס**, הוצאה הקיבוץ המאוחד
מנור גיורא (2002) **דרבה הבוגרפית של שרה לוי תנאי**, תל אביב : מקסם טכנולוגיה
פרימחול כתוב עת למחול (2004) , הוצאה משרד החינוך התרבות והספורט הפיקוח על הוראת
המחלול
"מחלול עציו" כתוב עת למחול בישראל
פריידהבר צבי (1984) **המחלול בעם ישראל**, נתניה : הוצאה עמנואל גיל, מכון וינגייט
קווה אבשלום (2003) **אחזות מחול-יהודית ארנון ולהקת המחול הקיבוצית-פרק חיים**, תל אביב
מורשת

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

חלק 3 - מוסיקה למחול 2/1 יח"ל 30 שעות

מהות התהווות

המוסיקה והמחול הן שתי אומנויות עצמאיות. מרכיב הזמן הוא מרכזי ומשותף לשתיهن והוא מהוועה בסיס לדיאלוג ביניהן.

המוסיקה יכולה לשמש מסגרת למחול ולעתים מהוועה מקור השראה למחול. מטרת התכנית שהتلמידים יכירו את המוסיקה כאמנות הנמצאת בדיalog עם המחול ומשולבת בו וכן שיישו שימוש מושכל במוסיקה בעת שילובה במחול.

התכנית מכוונת להציג את התלמידים עם אבני היסוד, המרכיבים המוסיקליים ורפרטואר מוסיקלי רלוונטי למחול. הוראת תולדות המוסיקה לתלמידי מגמת המחול מתמקדת במוסיקה האמנויות המערבית. התכנית בנויה באופן קרונולוגי, ומתקדמת ביצירות מוסיקליות הרלוונטיות למחול.

התכנית כוללת:

היבטים תיאורתיים תולדות המוסיקה, סגנונות מוסיקליים ומלחינים מרכזיים

א. תולדות המוסיקה האמנויות-מערבית :

ימי הביניים - רנסאנס - בארוק - קלאסיקה - רומנטיקה - המאה ה-20 - בית זמינו - גיאז - קלה.

בכל פרק יודגשו יצירות מופת מוסיקליות שנכתבו במיוחד למחול

ב. מרכיבי יסוד במוסיקה

א. יסודות הקצב ודרך הרישום בתווים : פעמה, מקצב, משקל, סינкопה, מהירות

ב. יסודות מוסיקליים משלימים : גובה (בצטום), דינאמיקה, ארטיקולציה, הרמונייה, קוונטוננס

ג. מהמוטיב אל הפסוק ואל הצורה (קנון, פוגה, צורת שיר, סוויטה, סונטה, סימפונייה, קונצרטו, אופרה, מחזמר)

ד. הכרת כלי הנגינה (אליה של התזומות + כלים אטניים עממיים)

ה. מוסיקה תכניתית מול מוסיקה אבסולוטית

ג. **מוסיקה ישראלית למחול: לבימה ומוסיקה אתנית ועממית.**

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

מטרות

- הכרת רפרטואר של יצירות מוסיקליות מתכופות שונות, מסווגות שונות (זיאנרים) ומסוגנותות שונות.
- פיתוח יכולות של הקשה ליצירות ומרכיבים מוסיקליים.
- ידיעה והבנה של מרכיבי היסוד המוסיקליים.
- יכולה לרקוד על פי התובנות של מרכיבי היסוד המוסיקליים.
- יכולה לשלב מוסיקה ביצירת מחול.
- יכולה זיהוי יצירות וניתוח היצירות על פי הקטגוריות : מבנה, צורה, דינמיקה, מקצב.
- יכולה כתיבת קצב במרכיבים מוסיקליים
- יכולה ביצוע בהקשה שירה ותנועה .

דרכי הוראה מקדי למידה משמעותית

לימודים המוסיקה בתכנית זו יתבצעו תוך כדי קיום דיאלוג מתמיד עם המחול וידגשו את ההיבטים המוסיקליים הרלוונטיים.

הוראת מוסיקה תשלב דרכי הוראה ועוזרים ביצירות מוסיקליות ויצירות מחול. השמעת יצירות והאזנה להן, צפיה בוידיאו ביצירות מוסיקליות ויצירות מחול. מן הרואוי להציג את האלמנטים המשותפים למוסיקה ולמחלול ואך להשתמש במונחים ידועים ומשמעותיים (מבנה, קצב, מקצב, צורה ודינמיקה).

תולדות המוסיקה

לימוד **תולדות המוסיקה** מאפשר הרקע התיאורטי על התקופה והגדיש את אומנות המוסיקה והמחול עם האזנה ליצירות רלוונטיות.

רישימת היצירות רחבת מהנתנו להוראה, כדי לאפשר למורה בחירה לפי טעם האיש. כמו כן ניתן להרחיב תקופה זו או אחרת על פי מגמות ביה"ס, הידע של המורה, או גורמים אחרים רלוונטיים למגמת המחול הספרטיפית.

מומלץ בכל פרק להשתמש בהדגמות מאומנות המחול.

רצוי לצפות בוידיאו ביצירות מחול שחויבו לייצירות הנלמדות כמו "אמדאוס", "אני אוהב אותך כרמן", "סיפור הפרברים", "פוגרי ובס", "שיעור".

מרכיבי יסוד במוסיקה

שיעוריים מעשיים המשלבים : האזנה, שירה נגינה ותנועה.

מומלץ לשלב צפיה מודרقت בלהקות מחול מקצועיות.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

سبיבת לימודית

שיעוריו תולדות המוסיקה למחול (הפרקים העיוניים) יילמדו במליאת הכתיבה בה יהיה מערכת או רצולית.
השיעורים העוסקים במרכבי יסוד במוסיקה יתקיימו בסטודיו למחול בו יהיה כלי נגינה.

התכנים

א. מאפיינים של תולדות המוסיקה האנוטית המערבית (על פי תקופות)

1. ימי הביניים - המאה ה-12- עד המאה ה-14-

מרכבי המוסיקה (רישום, גובה, קצב, מירקם - מהמנופניה לפוליפונייה).

שירה גregorיאנית : מוסיקה כנסייתית **קטע אחד** (על פי בחירת המורה)

מוסיקה חילונית : שירות טרובזוריים **קטע אחד** (על פי בחירת המורה)

2. תקופת הרנסאנס - המאה ה-15- והמאה ה-16-

המוסיקה בחרacter האצילים והמלחכים, מעמד מלchein החצר.

מרכבי המוסיקה (חשיבות החיקוי, עצמאות הקולות).

פלטרינה : מיסה **אחד מהmassot** ("Assumpta est Maria")
"Aeterna Christi munera" , "Papae Marcelli"

שאנסון, שיר, או מוטט של אחד המלחינים : **ויקטוריה די טומס; מורלי תומס ; אורלנדו די לאסו ; זוסקון דה-פרה ; דאולנד גון .**

3. תקופת הבארוק- המאה ה-17- עד אמצע המאה ה- 18

המושגים : מוסיקה קללית, הומופוניה, סוויטה, זמרת סולו, אופרה, אופטורה,

שתיים במקום שלוש מהיצירות שלහן :

וויואדי : פרקים מתוך "עונות השנה", קונצ'רטו למנדרינה

פאלבל : קאנון

אלבינוני : אדאייו

קורלי : לה פוליה

הndl : מוסיקה על פני המים

באץ : פרלווד מס' 1, טוקאטה ופוגה ברה מינור, סוויטה מס' 2 בסי מינור (רונדו, מנואט, בדינרי),
סוויטה 3 לצ'לו,

אריה על מיטר סול מסוויטה מס' 3, כוראל מקנטטה מס' 147, כוראל מ"מתיאוס פסיוון",
קונצ'רטו ברנדנבורגי

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

4. התקופה הקלסית - אמצע המאה ה-18- עד אמצע המאה ה-19-

התפתחויות בצורת הסימפוניה, הקונצ'רטו, הסונטה, המוסיקה הקאמרית.

שלוש מהיצירות שלහן :

גלאק : אורפיאוס ואורידיציה

הידיין : סימפוניה 94 "ההפתעה", בריאת העולם, מיסת "NELSON"

mozart : סימפוניה 40, רקויים, אופרה "חליל הקסם", מוסיקת ליל זיירה, סונטה לפסנתר,

המישיה לקלרינט

בטהובן : רביעית מיתרים (14,7), סונטה לפסנתר 14 "ליל ירח", סימפוניה 9, קונצ'רטו

לכינור/לפסנתר

5. התקופה הרומנטית – המאה ה-19

המושגים : פואמה סימפונית, אטיוד, פרלוד, **אימפרומפטו**, ליד.

מוסיקה לריקודים חברתיים : לנדר, ואלט, פולונג, מזורה

מוסיקה לבלבן הקלסי :

שתים במקום חמישה מהיצירות שלහן :

ביזה : ברמן, הנערה מאREL,

ברהמס : מחולות הונגריים, סימפוניה 4, רקויים גרמני, שירות הגורל

ברליוז : סימפוניה פנטסטית

גונו : פאוסט

ורדי : ריגולטו, רקויים

מוסורגסקי : תמנונות בתערוכה

מנדלסון : חלוםليل קיז, שירים ללא מילים

צ'ייקובסקי : אגם הברבורים, מפצח האגוזים, היפפה הנמה

רימסקי קורסקוב : שחזרזה, קפריציו ספרדי

שוברט : חמישית "דג השמק", ליד "שיר העיר", אימפרומפטו

שומאן : קונצ'רטו לפסנתר, "פפיון"

שופן : ואלטים, מזורקוט, פרלודים, פולונג, הסילפידות

שטרראוס יוהן : ואלסים, פולקוט, מארשים

6. המאה ה-20-

מאפיינים מרכזיים של סגנונות מוסיקליים : אימפרסיוניזם, אקספרסיוניזם, רגטאים, ג'אז, מודרני, אוונגרדי, פופ, רוק, מינימליזם, פוסט מודרני, מוסיקה אלקטטרונית, מוסיקה ממוחשבת.

שתיים במקום חמישה מהיצירות שלහן :

ברבר : אדאיינו לכלי מיתר

ברטוק : קונצ'רטו לתזמורת, סוויטה מחול

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול

ברנשטיין : סיפור הפרברים

גריג : פר גינט

גרשווין : פורגי ובס, רפסודיה בנוסח בלוז, אמריקאי בפריס

דבוסי : כרמן, הנערת מארל

דלייב : קופליה, סילביה

ויל : אופרה בגרוש

ורדי : ריגולטו, רקויאם

סטרוינסקי : פולחן האביב, פטרושקה, פולצ'ינלה, מעשה בחיליל, ציפור האש

סמטנה : מולדתי (פרק המולדת)

פורה : רקויאם

פרוקופייב : פטר והזאב

ראול : בולרו, דפניס וכלאה

שוסטקוביץ' : סוויטות גיאז,

שטרמוס יוחן : ואלסים, פולקוט, מארשימים

ב. מוסיקה ישראלית - למחול

לבימה (רשימה חלקית מייצגת)

לבחור **אתה** מהיצירות שלහן :

1. מלחין	יצירה	2. כוריאוגרפ	ビיצוע
אבני צבי	יען דור	משה אפרתי יה	קול ודמות
	מסגורות	משה אפרתי	קול ודמות
	מייריללה שרון	אפיוזדות ליריות	בת-שבע
	ג'וון באטלר	לנוח הירח המלא	בת-שבע
בן-חיים פאול	נפטולים	משה קדם	להקת המחול הקיבוצית
	סונטינה	רמי באר	להקת המחול הקיבוצית
	האיירוסין	נורמן מורייס	בת-שבע
ברטיני גרי	לעת צפיה	רינה גלוק	בת-שבע
ויזיסלבסקי אורי	במערבות התשוקה	נייר בו-גל וליאת דרור	נייר בו-גל וליאת דרור
	בហמות	גט, יונגמן, תדמור	להקת "בהמות"
זהבי עודד	LOSE ATTADOS	רמי באר	להקת המחול הקיבוצית
טובי עובדיה	מגילת רות	שרה לוי-תנאי	להקת ענבל

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול

寥-תנאי שרה	שרה לוי תנאי	שיר השירים	להקת ענבל
מר-חיים יוסי	רמי באר	המוות בא אל סוס העץ	להקת המחול הקיבוצית MICHAEL
נקמת הטركטוֹר	אוהד נהרין	קיר	בת שבע
סתור מרודיִי	רינה שינפלד	בת יפתח	בת שבע
פרטוש עדן	מורתת גראם	חלום	בת-שבע
שׂריף נועם	רינה גלוק	נשים באهل	בת-שבע
עדן קומפני	גלו טטלי	הציידים האגדיים	בת-שבע
תעלים 1966	גלו טטלי	תעלים 1966	בת-שבע
אלן קומפני	משה אפרתי	לפתח חטא רובץ'	בת-שבע
האניה הדרתית	רוברט כוahan	أهل המראות	בת-שבע
האניה הדרתית	רינה גלוק	בבאות	בת-שבע
פראטס, קולות	משה אפרתי	עד שקמתי	קול ודמותה
האניה הדרתית	האני الآخر	האני الآخر	קול ודמותה
קלעים 1969	רינה שינפלד	פרקדים, קולות	בת-שבע

ד. מוסיקה אתנית ועוממית

מכל סוגה לבחור יצירה אחת.

מוסיקה יהודית:"הלהיה" מזמור ק"ג , לחן : רוני איש רן, ביצוע : שחרית ... (חסר שם מלא)

"אני צמא"/ "מי נשקני"

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

חלק 4 - אנטומיה יישומית למחול-קינזיאולוגיה 2/1 יח"ל 30 שעות

מהות התחום

אנטומיה יישומית למחול עוסקת בהכרת מערכות הגוף האדם הקשורות לשינויים (שלד שריריים ועצבים) ויישום ידע תיאורטי זה על מנת לספק תמיכה לתהליכים המעשיים של פעילות גופנית בכלל ושל מקצועות המחול בפרט: ביצוע, כוריאוגרפיה והוראה. לימודי אנטומיה יישומית מהווים חלק מהתפיסה הרווחת היום בעולם המחול שבה מוטלת האחריות של התלמיד הרקדן על גופו, ואין עוד השענות בלבד בלבידתו של המורה. מטרת לימוד התחום לצידם את התלמיד בידע על מנת שיוכל להכיר את יכולות הגוף שלו ולאפשר לו שימוש נכון ויעיל יותר בגוף, תוך הימנעות ממכות ועומס מיותרים ובכך לסייע לצמצם פציעות מחול שנן רבות ופגעות לעתים תכופות מדי בשגרת השיעורים והചזרות.

הזיקה בין אנטומיה וקינזיאולוגיה למקצועות המחול

לאנטומיה וקינזיאולוגיה יש קשר וזיקה למקצועות המחול: בלט קלאסי, מחול מודרני, כוריאוגרפיה ותולדות המחול.

זיקה לבלט קלאסי ולמחל מודרני בשתי הטכניקות קיימות דרישות פיזיות גבוהות מאד: גמישות-טווחי תנועה ניכרים במפרקים, כוח- יכולת "החזקה" של מצלבים במחול ויציבות-שמירה על שווי משקל. בנוסף, בשתי הטכניקות (בלט קלאסי במיוחד) קיימות תניניות יציבה ותנועה רצויות מוגדרות. הידע וההבנה של המבנה האנטומי ושל יכולות התנועה של הגוף, כפי שהם נלמדים באנטומיה יישומית, תורמים למודעות גופנית המאפשרת התאמה בין התכונות האובייקטיביות הנדרשות בתחום המחול הספציפי (קלאסי/מודרני) לבין יכולות האישיות של כל תלמיד/ה.

זיקה לכוריאוגרפיה: הבנת יכולות הגוף מושירה את מאגר אפשרויות התנועה המהוות בסיס ליצירה בקומפוזיציה. לימודי אנטומיה יישומית-קינזיאולוגיה מגבירים את המודעות ליכולת התנועה האפשרית והנכונה של אזורים שונים בגוף, שלאו דווקא מקבלים דגש בעבודה הטכנית השגרתית במחול. תנועת הגוף יכולה להיות מקור השרה לנושאים ליצירה במחול בנוסף למקורות ההשראה המקובלים כמו: מקורות ספרותיים, יצירות אומנות פלאסטית, רגשות ועוד'.

לימודי אנטומיה יישומית-קינזיאולוגיה תומכים בחזידוד ההבנה של ארגון הגוף בחלל מהבטים השונים כמו: גבהים, מישורי תנועה, מצב האיברים במרחב.

זיקה לתולדות המחול: לאורך התקופות השונות נוצרו תפיסות-גוף שונות במחול בהתאם למציגות, להקשרים התרבותתיים-חברתיים, ההיסטוריים, האסתטיים וכד'. לימוד אנטומיה יישומית-קינזיאולוגיה יכולים לתרום להבנת הקשר בין גורמים אלה לבין תפיסות-הגוף במחול.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

מטרות

1. רכישת ידע אנטומי בסיסי במערכות הגוף, השרירים והעצבים כבסיס להכרת הגוף ולהבנת התנועה.
2. פיתוח מודעות עצמית לגוף, ליכולתו, וליחוד האישי.
3. הבניית הידע על גוף האדם שיאפשר לקבל החלטות נבולות וסקולות הקשורות לתנועה, ליציבה, לתזונה ועוד. (ידע זה יסייע לא להיכנע לתוכטיבים חיצוניים, במיוחד אלה הקשורים לתפיסות גוף המקובלות בעולם המחול).
4. רכישת ידע קינסיאולוגי בסיסי המאפשר ניתוח תנועות, פיתוח יכולת לזהות (ולקבול) מגבלות פיזיות אישיות הקשורות למחול. (פיתוח יכולת זו יביא לחיפוש דרכי לركוד עם הקיימים ולשפר את הניתן לשיפורו).
5. זיהוי הבדלים בדרישות הפיזיות של טכניקות מחול שונות.
6. שיפור עילوت התנועה וצמצום מתח שרيري מיותר.
7. טיפול היכולת להימנע מפציעות מחול, יכולת לבנות תרגילים לחימום נכון למחול.
8. פיתוח היכולת לבנות תוכנית אישית לשיפור היכולת הנדרשת במחול-גמישות, כוח, יציבות וסיבולת.

דרבי הוראה מקדמי למידה משמעותית

- לימוד עיוני בעזרת אמצעי המכחשה (מפות גוף האדם, שלד, שקפים, סרטוי וידאו)
- התנסות מעשית אישית וקובוצתית בהתאם לנושאי הלימוד באמצעות התבוננות והשוואה של יכולות תנועה ודפוסי תנועה שונים בחיי היומיום בכלל ובתנויות מעולם המחול בפרט.
- בניית תוכנית "חימום" ועיצוב אישית, המדגישה צרכים ספציפיים עבור ידי התלמידים.

סבירת למידה

כיתת לימוד עם רצפת לינולאום או שטיח מקריר לקיר כדי לאפשר התנסות מעשית, דגם שלד בגודל אדם, מפת שרירים, מטול שקפים, טלוויזיה ווידאו להקרנת סרטים.

הידע הנלמד – 10%

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

כישורי מורים - דרישות

"אנטומיה יישומית-קינזיווגיה למחול" יילמד על ידי מורים שיכולים לשלב חומר עיוני עם התנסות מעשית ועברו הכרה מיוחדת להוראת הנושא.

התכנים

a. אנטומיה ופיזיולוגיה⁴

מערכת השلد:

- העצם : מבנה העצם, סוגים עצומות, גידול העצם, ציפוי העצם, מבנה השلد.
- המפרקים : מבנה המפרק הסינוביאלி, רצועות, סוגים מפרקיים, טוחני תנועה אפשריים במפרקים השונים (כולל התנסות מעשית).
- מישורי תנועה : אפשרויות תנועה במישורי התנועה השונים (כולל התנסות מעשית).

מערכת שריריים:

- שריר : סוגים שריריים (התמקדות בתוכנות השריר הרצוני).
- קבוצות שריריים מרכזיות בגוף.
- צורות עבודה של שריר : כיווץ והרפה, אגוניסט, אנטוגוניסט, סיינרגיסט, מקבע, כיווץ סטטי, קוונצנטרי ואקסצנטרי (כולל התנסות מעשית).

מערכת העצבים:

- קשר עצב-שריר : אפיוני היחידה המוטורית, בקרה מוטורית.

b. קינזיווגיה: יציבה ותנועה בחיי היום-יום ובמחל - ניתוח תנועה:

- **ישום הידע מתחום האנטומיה והעקרונות הביומכניים הדורשים לניתוח תנועה:**
כוח הכולד, מרכז הכולד, קו הכולד (כולל התנסות מעשית וניתוח תנועות מחיי היום-יום ומהמחל).

יציבה:

- עקרונות יציבה נכון ולקיים יציבה : התבוננות והשוואה של דפוסי יציבה ותנועה תוך דגש על ההיבטים של יציבה ותנועה האופייניים לעולם המחול (כולל התנסות מעשית); הערכת יציבה אישית.

פציעות מחל:

- **פציעות אופייניות במחל:** מניעה, טיפול ושיקום (חזרה לריקוד לאחר פציעה).

⁴ מומלץ להקדיש את שני השיעורים הראשונים להכרת מושגי יסוד באנטומיה, קינזיווגיה ופציעות ולאחר בכך להקדיש את רוב תחיליך ההוראה למידה לסקירה של האזוריים השונים בגוף האדם על פי תבנית קבועה שתכלול: הכרה אנטומית של האזור הנלמד, הבנה תנוועתית שלו, יציבה נכון ולקיים יציבה, ניתוח תנוועת של מבבי ותנועות יסוד באזור, פציעות נפוצות ותרגולים לשיפור יציבות האזור.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

- הבסיס הפיזיולוגי להבנת עקרונות ה"חימום" וה"קיורו" בשיעורי המחול: הגדרות, חשיבות, העקרונות לבניית חימום נכון ופקטיבי: התאמה אישית לרוקד, לسانון המחול ולסוג הפעולות המתוכננת (שיעור, חזרה או הופעה).

ג. תזונה

- עקרונות תזונה מאוזנת ונבונה: מרכיבי המזון, ספקי אנרגיה ותוספי מזון (ויטמינים ומינרלים).

- התאמות תזונה לפעילויות גופניות מגוונות.

- הפרעות אכילה: סיבות, מניעה וטיפול.

ד. היבטים ביכולת הגוף של הרלוונטיים למחול

- מרכיבי החיבור הגוף-ר.

- פעילות אירובית ואנאיירובית.

- אלמנטים של פיזיולוגיה של המאמץ: מערכת לב-ריאה, מערכת הדם.

**פרק שני: סגנוןות מחול 2 ייח"ל
טכниקה (קלאסי/ מודרני) 1 ייח"ל 450 שעות
315 שעות בסיסי הידע והמיומנויות 135 שעות מרכיב ההרחבה והעמקה**

1. בלט קלאסי

מהות התחום

הבלט הקלאסי התפתח בתחילת המאה ה- 18 באירופה כמחל לבימה ממנו התפתחו שיטות לימוד מובנות להכשרת רקדנים, שיטות השואפות להביא את הרקדים לרמת ביצוע וירטואוזית.

טכנית הבלט הקלאסי היא טכנית מוגדרת וモובנית. בין המאפיינים העיקריים שלה: התנטקות מכוח הכבידה,

חמש תנוחות (פוזיציות) בסיסיות של הרגליים והידיים המשתנות עם שינוי כיווני הגוף בחלל ומלוות על ידי הראש , En Face, Croise'e Eface'e, Ecarte'e

. וסבוב כלפי חוץ של מפרק הירך - En Dehors (Turn Out)

הבלט הקלאסי מושתת על מיליון תנועתי מוגדר ועל חיבור צעדים וтенוחות ברצף ובזרימה תנועתית.

בלט הקלאסי מבחנים במספר סגנוןות ואסכולות: רוסי, צרפתי, אנגלי (איטלקי, דני ואמריקאי).

כל הסגנוןות יש טכnika משותפת והם נבדלים זה מזה ב דקויות (ניואנסים) קלות בתנועה.

התכוונת להפגיש את התלמידים עם טכנית הבלט הקלאסי באמצעות התנסות מעשית בטכנית השמה דגש על הפנמות הוירטואזיות והאסתטיקה הייחודית של סוגה זו .

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

מטרות

1. יכולת לבצע את טכניקת הבלט הקליני בהתבסס על הכרת מבנה הגוף (והשרירים).
2. הכרה והבנת סגנון התנועה הנלמד - עקרונות מרכיבים.
3. טיפוח מודעות ליכולות הגוף ולנתונים האישיים
4. יכולת בצע הטכניקה הקלאנית באיכות תנועה שונות :
 - א. יציבה (Alignment)
 - ב. הבנה וביצוע של Turn Out (סיבוב החוצה של מפרק הירך)
 - ג. פיתוח יכולת קווארדיינציה (תיאום בין יד-רגל-عين)
 - ד. גמישות (בפרק הירך מעלה 90 מעלות של الرجل העובדת ביחס לרגל התומכת)
 - ה. שיווי משקל
 - ו. דיקוק ביצוע טכניקת הבלט הקליני
 - ז. השקעת עבודה ומאץ מתוך מודעות לנוטנים פיזיים מולדים ו/או מגבלות פיזיות.
 - ח. ביצוע הוליסטי של תנועות הגוף בהלימה לקוים ולסגנון הבלט הקליני
5. יכולת התמצאות ושליטה למרחב האישי ובמרחב הכללי.
6. ידיעה והבנת המינוח (הטרמינולוגיה) של הבלט הקליני (ברסתית).
7. טיפוח זיכרונו חזותי ותונעתי ויכולת לבצע רצפי תנועה קצרים וארוכים.
8. יכולת עבודה על Point (בהונות).
9. פיתוח מוסיקליות :
ביצוע רצפי התנועה בהתאם למצב, למשקל ולמשפטים מוסיקליים.
ביצוע בהלימה לאיכות מוסיקליות מגוונות.
10. יכולת ריקודיות
ביטוי אישי במסגרת הטכניקה המובנית.
nocחות בימתיות והרמונייה תנועתית.
11. יכולת לבצע רפלקציה בתהליך הלמידה.
12. יכולת לבצע ריקוד כמבצע יחיד וכפרט בקבוצה.
13. הכרת רפרטואר של בלט קליני.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

תכלינים

- כל התרגילים והאלמנטים הכתובים בתכנית זו הם חובה. אולם סדר התרגילים, משך הזמן הקומבינציות ובחירה המוסיקה נתונים לשיקול דעת המורה.
- התכנים מורכבים מאלמנטים המייצגים את הרמה הבסיסית הנדרשת במסגרת לימודים של מגמת מחול.
- למורה ניתנת האפשרות על פי שיקול דעתו להוסיף אלמנטים ותרגילים נוספים בתהליך ההוראה למידה וכן לטפח יכולות וbijoux מעבר לרמה הבסיסית.
- פרישת התכנים לאורך כל שנות הלימוד נתונים לשיקול דעת המורה.
- התכנים כתובים במינוח הנפוץ ביותר בקרב מורי הבלט הקלסי ולא על פי אסכולה, או סגנון מסוים.

שיעור הבלט הקלסי מורכב משלושה חלקים:

1. בר – Barre
2. מרכז – Centre
3. מהפינה – En Diagonale

תרגלי בר⁵: **Barre**
لتלמידים ולתלמידות

1. Pliés

בכל פוזיציות הרגליים (ראשונה, שנייה, רביעית, חמישית):

Demi-plié

Grand-plié

(נשיאת ידיים) Port de bras

2. Battement Tendus

En croix:

En Avant

En Arrière

A là Seconde

כולל : דגש פנימה, דגש החוצה

⁵ בתרגלי ה Barre חייבים להופיע לפחות ארבע תנוחות של שווי משקל (בלנס) כגון: בעמידה ראשונה, עמידה

חמישית ב Attitude Arabesque וב Attitude arabesque.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

עט : Temps lié - ג', Demi-plié

3. Battement Jetés

כולל : דגש פנימה, דגש החוצה.

Battement Piqué

4. Rond de jambe par terre

En dehors

En dedans

Grand rond de jambe jeté

5. Rond de jambe en l'air

En dehors

En dedans

Simple

Double

6. Battement fondu

Simple, En croix

Double, With demi pointe

7. Adagio

Développé: Ecarté, En avant, En arrière

Grand rond de jambe en l'air

Cambré, Port de bras Devant, To the side, Circular port de bras

Fouetté

Attitude

עם כיפוף (הגו) לכל הכיוונים

8. Battement frappé

Simple

Double, on démi pointe

Petit battement sur le coup de pied

Battus

Battement serré

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

9. Grand battement

Grand Battement, **with Piqué**

En cloche, On démi pointe

תרגילים שמטרתם הגדלת טווח התנועה במקדים – גמישות

11. Rélevés: From 2 to 2; **From 2 to 1; From 1 to 1**

: Centre מרכז-

1. Adagio (Small)

כולל: - **פוזות** גדולות וקטנות בכל התנוחות של הגוף בחלל, ידיים וראש.

צדדים מחברים (מקשרים) :

, Pas de Bourrée Dessous, Dessus, **En tournant**, Glissade devant, derrière, over & under, en avant, en arrière, Temps lié

Battement tendu

2. Adagio (Big)

כולל:

Développé (Devant, Derrière, A là seconde), Grand Plié

Grand rond de jambe en l'air

Fouetté

Renversé

Promenade

Arabesque (4), Attitude, Retiré : **פוזות**

3. Balancé

Balancé de coté, En avant, En arrière, Waltz,

Sissonne tombé , Pas de bourrée, Demi contretemps.

4. Allegro.

קפיצות קטנות, **ביןוניות** וגדולות :

Changement

Entrechat Trois

Entrechat quatre

Royale

Assemblé

Jeté

Echappé

Sissonne: fermé, ouverte

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

Temps levé בפוזיציות שונות

Soubresaut

Jeté en tournant

Chassé

Pas de chat

Failli

Ballonné

Ballotté

Assemblé volé

Grand jeté

لتלמידים בלבד להוסיפה :

Tour en l'air

Sissonne renversée

Grand échappé

Cabriole

הערה : כל סוגי הקפיצות מופיעים בשלושת תרגילי האלגרו (קטן, בינוני ונגדל) והם לבחירה על פי שיקול דעת המורה.

מהפינה – En Diagonale

Tours :

Chainé déboulés

Piqué en dehors

Piqué en dedans

Soutenu en tournant.

Réverence

ביבליוגרפיה

Grant Gail (1982) Technical Manual And Dictionary Of Classical Ballet, Dover, NY

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

Guillot G. Prudhommeau G. (1976) The Book Of Ballet, Prentice hall inc. New Jersey

2. מחול מודרני 1 יח"ל

מהות התחום

המחלול המודרני התהוו כצורת מחול חדשה לבימה בתחילת המאה ה- 20 באירופה ובארה"ב.

המחלול המודרני מתאפיין בתפיסה חופש המאפשרת לכל יוצר לבטא את עולמו הפנימי וליצור את סגנון המחול האישי שלו. יש במחול המודרני סגנונות רבים הנקרים בדרך כלל על שם היוצר (מרתה גראם, מרס קניגסם, חוצה לימון אריך הוקינס, לואיס הורטן....) כך גם קיים המחול העכשווי כמו : RELEASE, CONTAT IMPROVISATION

נהרין. סגנונות המחול המודרני נבדלים זה מזה בטכניקה, במושגי היסוד, באוצר התנועות, בתבניות התנועה ובתפיסה הפילוסופית והאסתטית שליהם.

המחלול המודרני נמצא בתהליך השתנות מתמדת ובחיפוש אחר דרכי חדשות להבעה, הוא מגיב למציאות החברתית, התרבותית והפוליטית המשתנה וimbues תפיסות פילוסופיות פסיכולוגיות ואסתטיות. המחול המודרני מאפשר תנויות רחבות, מעמידה עד לשכיבה על הרצפה ולהפוך, והענות לכוח הגוף. כיום נוצרות טכניקות חדשות חלקן אקלקטיות וחלקון פרי יצירה חדשה המכונת מחול העכשווי.

התכנית מכוונת להקשר את התלמידים להננסות מעשית במחול מודרני עם מתן דגש לטכניקה⁶ מובנת באחד מסגנונות המחול המודרני או המחול העכשווי.

מטרות

1. יכולת לבצע את הריקוד בהתאם הגוף (השלד והשרירים).
2. הכרת והבנת סגנון המחול הנלמד על עקרונותיו ומרכיביו.
3. יצירת מודעות ליכולות הגוף ולנתונים האישיים.

א. יציבה (Alignment)

ב. הבנת מקור התנועה ודרך הביצוע שלה.

ג. יכולה ליצור הילמה בין תנועת הגוף לסגנון המחול הנלמד (טכניקה מובנית ו/או מחול עצמוני)

ד. התאמת התנועה ליכולות הגוף.

ה. ביצוע הוליסטי של תנועת הגוף תוך מודעות לקוים ולסגנון של הטכניקה הנלמדת

4. יכולת גופנית (МОТОРИКА) - יישום המודעות הגוףנית בתנועה

א. קווארדיינציה

ב. גמישות, כוח, זריזות ומהירות

ג. שווי משקל סטטי ודינמי

⁶ כל בית ספר לימד טכניקה מובנית אחת ע"פ בחירתנו

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

- ד. שליטה באברי הגוף ובתנועה
ה. דיקוק בביצוע
ו. שימוש בנשימה בהתאם לביצוע התנועה

5. יכולות תנועתיות

- א. יכולת תנועה בдинמיקה משתנה.
ב. פרשנות אישית של החומר התנועתי והבעה אישית.
ד. ביצוע סגנון הריקוד באיכות תנועה מגוונת ובדרכים שונות.

6. יכולת תנועה למרחב

- א. הכרת כיוונים וגבאים שונים למרחב ושליטה במעברים ביניהם.
ב. יכולת שימוש במיקוד (פוקוס) של העיניים

7. יכולת לבצע ריקוד כמבצע יחיד (סולן) וכפרט בקבוצה.

- א. יכולת לשתף פעולה עם שאר רקדנים
ב. מותן מרחב לרקדנים השונים

8. מוסיקליות- הקשר בין תנועה למוסיקה

- א. הבנה, הבעה ויישום של קצב, מקצב וליריות בתנועה.
ב. יכולת מתן פרשנות אישית למוסיקה בתנועה.
ג. יכולת לרקוד על פי צורות מוסיקליות שונות.

9. נוכחות בימתיות

- א. הבעה אישית (אכטפרסייביות/דרמטיות/ליריות/קומיות).
ב. התמסרות והתמוקדות ברגע הביצוע
ח. יכולת הקרינה בטחון עצמי
ה. "Projecting"

10. יכולת לבצע רצפי תנועה קצרים וארוכים.

11. טיפוח זיכרון חזותי ותנועתי

- 12. יכולת לבצע רפלקציה בתהליך הלמידה.**
13. הכרת רפרטואר של מחול מודרני ועכשווי.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

דרבי הוראה מקדי למידה משמעותית

- השיעור הינו שיעור מעשי (שיעור בין 90- 75 דקות), ההוראה משלבת הדגמה, הסבר מילולי, והוראה מניפולטיבית - קינסטטיטית תוך שימוש במינוח המכווני של התחום.
- השיעור חייב ליווי פסנתר.

תכנים

מבנה שיעור מחול מודרני משתנה בהתאם לסגנון התנועה והטכnika הנלמדים, גם היחס והסדר בין חלקיו השיעור ייגזרו ע"פ הסגנון והטכnika הנלמדים ובהלימה לרמת כוונת הלומדים.*

מבנה השיעור יכול את החלקים הבאים :

- עבודת ריצפה
תרגילי עמידה
תרגילי התקדמות במרחב

עבודות הריצפה

עבודת ריצפה עוסקת בחיזוק שרירי הגוף והגפיים, בבידוד והפרדת איברים (ISOLATION) ובשילוב עבודות המפרקים. היא מתמקדת בעבודת הגוף והאגן כאיברים בעלי ערך תנועתי משמעותי היכולת של הרקדן .

עבודת הריצפה תיעשה על בסיסים שונים של הגוף : עצמות המושב , הגוף , הכתפיים , השוקיים , הברכיים ועוד. בתנחות ישיבה שונות : כף אל כף , רגליים מקבילות , ישיבה בפיסוק , ישיבה ברביעית ועוד. בתנחות ידיהם שונות : על בסיס 12 התנחות (פוזיציות) של הבלט הקליני .

תכנים :

- הארכה וצמיחה אנטנית ואופקית
- הטוונ לחזיות תנוצה תנוצה שונות
- קימוריים וקיוריים
- רוטציות [תפניות]
- פיתולים [תנוצה גלית]
- עבודות כפות-רגליים
- גלגולים
- החלקות
- נפילות
- כפיפות ופשיות
- מתיחות

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

- **ניסיונות**

- **כיווץ והרפהיה**

תרגילי עמידה

תרגילי העמידה עוסקים בארגון נכוון של היציבה, כבסיס לחיזוק כפות הרגליים, הרגליים והגו תרגילי העמידה מבוצעים על בסיסים שונים של הגוף בעמידה ובתנוחות שונות תוך התמודדות עם שינויים מגוונים במצב הגוף והרגליים.

תכנים

- משפטים התנוועה בתרגילי עמידה יכלולו: גלגול, סיבוב, החלקה, נפילה, התرومמות.
- יבוצעו תוך התייחסות למרחב בגביהם ובכיוונים שונים.
- יבוצעו באיכות דינמיות שונות.
- תרגילי העמידה יבוצעו בתנוחות (פוזיציות) של הרגליים: עמידה ראשונה, שנייה, שלישית, רביעית, חמישית ובנוסף תנובה ששית - עמידה ברגליים וכפות רגליים מקבילות (פוזיציה ששית)
- עבודה רגלים: כפיפה ופשיטה בגביהם שונים תוך תרגול העברות משקל ושווי משקל.
- עבודה גו מגוונת על בסיס עבודה הרגליים [קימור, קיור, רוטציה, הטיה, כפיפה ועוד]
- תנוחות ידיים על בסיס 12 התנוחות (פוזיציות) של הבלט הקלסי

תרגילי התקדמות למרחב

תכנים

תרגילי ההתקדמות למרחב כוללים:

- הליכה, ריצה, דילוג, ניתור, קופיצה, גלגול והשילוב ביניהם
במנעד תנועות רחב.
- קופיצות מסווגים שונים (מרגל לרגל, משתיים לאחת, מאחת לשתיים, משתיים לשתיים ומאתה לשנייה).

מטרת תרגילי ההתקדמות למרחב לסייע לנולד ולהביא לידי ביטוי את יכולתו של התלמיד להתמודד עם העברות משקל, שינוי חזיות, שינוי בסיסים, שינוי מסלולים בגביהם משתנים.

מטרת הקפיצות להכשיר את התלמידים לארגן את גופם במצב בו יוכל להתנתק מהרצפה לגביהם שונים מחד, ולשלוט ברכז הנחיתה באמצעות שימוש פעולה ולביצוע קופיצות במתירות שונות מאידך. יש להתייחס לחומרים התנועתיים בפלג הגוף העליון שנלמדו במהלך השיעור ושלבים בקפיצות.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

סוגנות וטכנייה במחול מודרני

כל אחת מהטכניקות המובנות במחול מודרני שלහן מכילה: מושגי יסוד, מושגים מורכבים, תרגילים מובנים וקומבינציות.
מושגי היסוד של כל טכנית מהווים את בסיס הטקסט התנועתי שלה ומשמשים ציר מרכזי העובר לאורך השיעור ובא לידי ביטוי ברמות שונות של הטכנית (מתחלים, ביןוניים, מתקדמים).

טכנייה מרתה גרהם

מושגי יסוד :

קיימור בגו-Contraction

הארכת הגו-Release

יישור והארכת הגו עם קיור בחלק העליון-High Release

רוטציה סביב ציר עמוד השדרה-Spiral

מושגים מורכבים: (תנועות וקומבינציות של תנועות הקיימות בטכנית וمبرוסות על מושגי היסוד)

הטיית הגו-Tilt

תרגיל נפילות אל הגוף-Back Falls

תרגיל נפילות לצד-Side Falls

תרגיל הטלת משקל הגוף קדימה לרצפה תוך הטלת רגל לאחור-Pitch Falls

תרגיל "צעד הסוס"-Prances

צעד התקדמות במשקל משולש-פליה, רלווה, רלווה-Triplets

תרגיל ה"תchingה"-Pleading

תרגילים מובנים וקומבינציות :

תרגיל המבוסס על השימוש בנשימה-Breathing

תרגיל ניעות-Bounces

תרגיל רוטציה במשקל 3/4-Spiral on 3

תרגיל של קיימור عمוק בגו.-Deep Contraction

תרגיל היישעניות ארוכות לצדדים-Long Leans

תרגיל סיבובים סביב הגוף-Turns Around the Back

תרגיל של פשיטת רגל לאחור-Back Extension

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

ביבליוגרפיה:

Cohan Robert (1986) The Dance Workshop Simon&Schster NY

p. 52 - 150

Horosko M.(1991) Martha Graham acappela books US p.140 -146

טכנייקת מרס קניגהム

מושגי יסוד :

בטכניקת המחול של מרס קניגהム קיים תלביך ייחודי בין תנועות הרגליים לתנועות הגוף. עבודות הרגליים מבוססת על עקרונות עבודות הרגליים של הבלט הקליני. בדומה לבלט הקליני יש שימוש בפתחה של מפרק הירך (Knee Joint) וחמש עמידות היסוד הנגזרות ממנו. בנוסף יש שימוש בעמידה ישית וברגליים מקבילים. עבודות הגוף ייחודית לסגנון ומוששת על נקודת המוצא ש"כל הגוף בפעולה".

מושגי יסוד של הגוף :

Curve - קימור לפנים בחלק העליון של הגוף ,

Arch - הקשתה לאחור בחלק העליון של הגוף

Tilt - הטטיות הגוף לצד ולפנים

- Twisting - רוטציה סביב ציר عمود השדרה וכנגד תנוחת האגן .

טכנייקת חוצה לימון

מושגי יסוד :

Alignment - יציבה, מיקום כל חלק הגוף זה ביחס לזה.

Succession - תנועה ברצף בין חלקים הגוף (כמו בתגובה שרשרת).

Opposition - יצירת תחושה של אורך ומתייה בין אברי הגוף .

Kinetic Energy - אנרגיה פוטנציאלית בתנועה. מודעות לתחושה של אנרגיה פוטנציאלית באברי הגוף השונים ויכולת לשחרר אותה ליצירת מומנטום .

Fall - נפילה, שחרור הגוף או אבריו תוך כניעה לכוח הכבוד .

Recovery and Rebound - תיעול האנרגיה הנוצרת בגוף מנפילה להמשך תנועה או להתקומות וניתעה .

Suspension - השהה ("נשימה") בשיא התנועה .

ביבליוגרפיה

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

Lewis Daniel (1984) **The Illustrated Dance Technique Of Jose Limon**, Harper & Row, NY

3. כוריאוגרפיה 1 יח'יל 180 שעות

315 שעות בסיסי הידע והמיומנויות 135 שעות מרכיב ההרחבה והעמקה

מהות תחום

כוריאוגרפיה היא ארגון תנועה בחלל ובזמן, התוצר הסופי של תהליך הкорיאוגרפיה הוא יצירה מוחול המיועדת להופעה בפני קהל ויש בה ביטוי שהוא מעבר לתנועות עצמן. ביצירת מוחול יש ביטוי אסתטי צורני לניסיון חיים, לרעיונות ולרגשות. התהליך הcoresographic מטבעו צורך שיהיה בו תהליכי יצירתי, חיפוש, חקר וביטוי אישי. תהליך זה כרוך באימון רב ובפיתוח של מרכיבי המוחול וההבעה המגוונים. תוכנית הלימודים בקורס אוגרפיה מכוונת להכשיר את התלמידים לחבר יצירה מוחול תוך התנסות מעשית. התוכנית מכוונת לאפשר לתלמידים פיתוח וצמיחה אישית בדרך של גילוי, חקר, פתרון בעיות, התמודדות עצמית וקבלת החלטות. באמצעות יצרת מוחול ניתנת לתלמידים אפשרות **לבטא את עולמת הפנימי: דמיון, רגשות, מחשבות, רעיון, עמדות ערכיות וכן לבטא את ניסיון החיים שלהם, להציג לסביבה החומרית, התרבותית, החברתית בה הם חיים.** התכנים המובאים בתוכנית זו מפרטים את המרכיבים המהווים בסיס לחבר יצירה מוחול. המרכיבים אינם מובאים בסדר היררכי מחייב וכל מורה יזהה ויבחר את תהליכי ההוראה הרצוי לו והולם את התפישה המקצועית שלו.

מטרות

- 1. הכרות עם מדיום המוחול על כל מרכיביו.**
 - הבנת עקרונות השימוש בחלל בו מתרכשת יצירת המוחול והאפקונים שלו.
 - הבנת ההיבטים המשפיעים על ההתרחשות בחלל עצמו כמו תאורה, תפאורה, אביזרים, שימוש בOIDIAO ועוד'.
 - יכולה לבחור ורקדים בהתאם לדרישת יצירת המוחול : התאמות סגנון התנועה הייחודי שלהם וצורתם החיצונית.
 - יכולה להתאים את תלבושות הרקדים ועיצוב השיער שלהם לייצור המוחול.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

- הכרת המוסיקה ויכולת שימוש במוסיקה/ צליל/ קול, על כל מרכיביהם, ביצירת המחול
- הכרת הגוף על כל אבריו, יכולותיו ופועלותיו למרחב ובזמן, תוך התייחסות לשאלה בין הגוף למבצעים אחרים.

2. פיתוח מיומנויות בכוריאוגרפיה

- יכולות פיתוח תנוצה באמצעות אימפרובייזציה (אלטאור)
- בחירה ובחינת החומר התנועתי ומידת שיוכותו לייצרת מחול מסויימת
- יכולת חיבור ופרק רצפי תנוצה
- יכולת פיתוח של מוטיב בתנועה
- יכולת ייצור צורות מופשטות, בעלות תכנים ורבדים סמליים
- יכולת ייצור ארגון פנימי, מבנה וההתפתחות מוטיב
- יכould בחירה ושימוש מושכל במוסיקה יכולת בחירה ושימוש בעיצוב חזותי : תלבושים, אביזרים ותפאורה.

3. פיתוח יכולות של יוצר מחול

- טיפוח שפה תנועתית אישית
- פיתוח יכולת לחקרת תנוצה
- הכרה ושימוש במרכיבי הזמן והמרחב בתנועה.
- יכולת הבעה במחול באמצעות אלטאור (אימפרובייזציה).
- יכולת חיבור רצפי תנוצה (קומפוזיציה) בנושאים שבחר.
- יכולת שיקוף ערכיים אסתטיים, תרבותיים, חברתיים, פוליטיים וכדי של הקהילה אליה שייך התלמיד ביצירת המחול שיצר.

4. טיפוח יכולות של מעריך וצופה מושכל במחול

- הבנת עקרונות השפה המולית.
- יכולת להעריך ולבקר יצירות מחול: מבחינת המבנה, הצורות, הדימויים, שפת התנועה והסגנון.
- הבנת הקשר בין סגנון לסוגה (ז'אנר) במחול.
- זיהוי מבנים מרכיבים ומאפיינים של יצירות מחול.

5. פיתוח כישוריים אישיים וחברתיים והפנתה ערכיים אוניברסליים באמצעות התנשות בכוריאוגרפיה

- פיתוח יכולת התמודדות אישית: משמעת עצמית, עמידה בלחצים, עמידה בלוח זמנים, פתרון בעיות וכו'
- טיפוח בטחון עצמי, מוטיבציה, תשומת אחריות וכו'

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

- פיתוח מיומנויות אינטראקטיביות ביןאישית: תקשורת עם הזולת, כבוד לגיוון, גילוי אמפתיה לאחר, הקשה, שיתוף פעולה, עובדות צוות וכד'

6. הברת יצירות מחול מהארץ ומהעולם כמשמעות מורשת תרבותית פלורליסטית ומהוות נקודת מוצא לפיתוח שפה אישית

- יכולת ניתוח והערכת יצירות מחול של כוריאוגרפים ידועים מהארץ ומהעולם תוך שימוש במרכיבי המדיום.
- יכולת התבוננות ביצירות מחול בסיס וכנתשתייה להעשרה מאגר הידע.
- פיתוח אוריינות מחולית בסיס לפיתוח שפה אישית.
- פיתוח יכולת הערכת יצירות של כוריאוגרפים אחרים
- טיפוח המודעות לחוויה התנועתית בחיי היום-יום

7. פיתוח מודעות לאסתטיקה וסבירה בסיס לפיתוח טעם אישי אמוני

- פיתוח תחושות אסתטיות ומודעות לחשיבות האסתטיקה.
- יכולת לקבל החלטות בתחום האסתטיקה לגבי עיצוב וארגון התנועה בהתאם למטרות היצרה

8. פיתוח יכולת ליצור שיח בין המחול לאמנויות אחרות ולתחומי דעת אחרים

- הכרה והבנה של הקשרים והקשרים בין המחול לתחומי הדעת האמנותיים, החומניסטיים והמדעיים.
- יכולת ליצור זיקה בין המחול לאמנויות אחרות ולתחומי דעת אחרים (כמו: מדעים, תנ"כ) ולבטא זאת במחול.
- טיפוח חשיבה רב כיוונית ורב תחומיות.
- הכרת המחול בסיס ליצירת גופי ידע חדשים.

דרכי הוראה מקצועיים למידה משמעותית

הוראה פרונטלית המשלבת משימות מונחות, לימוד ותרגול עצמאי על ידי התלמיד, צפייה מונחת במסגרת הכתיבה ומשוב עמיתים.

התכנים

שני שלבים עיקריים בלימוד כוריאוגרפיה:

- א. פיתוח חומר תנועתי
- ב. שילוב מרכיבי החומר התנועתי לכל אחדות שיש בה הגון פנימי (יסודות מארגן) ורצף

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

שלב א. פיתוח החומר התנועתי:

אלטור(איימפרובייזציה)

האלטור היא תנועה ספונטנית לא קבועה מראש ולמעשה מתחילה את תהליך הכוריאוגרפיה (האלטור יהיה מונחה על ידי המורה).

בסיס לאלטור יוצגו לתלמיד גירויים מסוימים שונים שישמשו כנקודת מוצא מכונת להמשך תהליכי חיבור יצירת המחול.

הגירויים יכולים להעניק למחול אוירה, סגנון, מבנה, ולהשפייע על משך העבודה, התחבר והאינטרנסיביות שבה מתגבשת היצירה.

גירוי שמיוני-מוסיקה/צליל/קול

גירויים שמיוניים יכולים להיות מקורות שונים למשל : מכלי הקשה, קול אנושי, קולות וצלילים אלקטרוניים ואחרים. קולות שהגופ מפיק או כל אפשרות אחרת המחברת אותנו לחוש השמיעה. אין כל הגבלה או חוקיות לאופנו בו ניתן להשתמש בגירויים אלה. המוסיקה היא אחד הגירויים המקבילים ביותר.

גירוי יזואלי – שימוש באובייקטים חזותיים למשל תמונה, פסל או כל אובייקט אחר הנראת לעין כמו תבנית, צורה ועוד כמניע ליצירה.

הגירוי היזואלי אינו חייב להיות נוכח ביצירת המחול עצמה. ב一幕ה והגירוי היזואלי שימוש בסיס לאינטראקטיבית בעבודה, ראוי שיהיה לו אזכור ביצירה בדרך כללשוי.

גירוי תנועתי-כאשר תנועות או רצפי תנועות נתונות משמשים כמקור ליצירה. התנועות ורצפי התנועות יכולים להיות מקורות שונים : סוגות (זיאנרים) וסוגנות שונים.

גירוי של מגע-גירוי שמקורו בחוש השימוש. למשל חפצים כמו בד, אבן היכולים לשמש כמניע לאיכות תנועתית וליצירה עצמה.

גירויים לא חשישים-מקורים במחשבה, בדמיון, בריגשות, בתחשות, באסוציאציות בהרבה וכדומה.

גירוי מילולי-מקורו במילים או בטקסט (תמליל) נתון למשל: שיר, סייפור, ספר, תני"ק. גירוי טקסטואלי דורש מיומנויות המשגה הכוללות פענוח ופרשנות או התייחסות אחרת נוספת אליו. לכן מומלץ להשתמש בו בשלבים מתקדמים של ההוראה.

⁷ על המורה לכוריאוגרפיה להציג את כל הגירויים, העמeka בכל אחד היא לשיקול המורה לכוריאוגרפיה

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

שלב ב' - חיבור רצפי תנועה

חיבור רצפי תנועה בדרך מודעת מתוכננת עם כוונה מוגדרת המבוססים על החומר התנועתי שפותח בדרך של אלטור.

חיבור ויצירת מבנים

סולו, דואט, טריו, קוורטט, קבוצה ושילוב ביניהם.
שימוש במבנים מוסיקליים כבסיס לבניים כוריוגרפיים:

אי-בי-אי

זונדו,

קנו,

טוגה

התווסףות/צבירה (accumulation)

יצירת המכול:

שילוב של כלל האלמנטים של תנועה, מוסיקה, תפארה (אビיזרים, תלבות, איפור, תסרוקת,
תאורה),

שימוש באמצעות טכנולוגיים שונים כמו: מצלמה, וידיאו, מחשב לכדי יצירת שלמה כוללת.

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול

נספח א': תוכנית מפורטת של המחול האתני בפרק ההתמורות

מחול אתני

מהות התחומי

מחול אתני מייצג חברות וקהילות. מחול של קבוצה אתנית (שיש לה טריטוריה/מוצא, היסטוריה ותרבות מסוותים מסמל את זהות הקבוצה כלפי פנים, מהוועה אמצעי לחיזוק תחרות השיכנות והיחود של אותה קבוצה ומיצג אותה כלפי חברות אחרות אשר מקיימות אתה קשרי גומלין).
המחול האתני מלאוה בדרך כלל במוסיקה מסורתית או במוסיקה אופיינית לקבוצה.
מחול אתני הוא חלק בלתי נפרד מהירע הקשור במחזור החיים או במחזור השנה. הוא מלאוה בלבוש אופייני, לעתים מסורתית. במקרים רבים הקשור המחול האתני בטקסטים מיוחדים וכן באביזרים וכלי נגינה. מכאן כי יש ללמוד מחול אתני בהקשר הכלל של האירוע, תוך בחינת הדינאמיקה של מסורת ושינוי.
בלימוד ההיבט האתנוגראפי של המחול נעשה שילוב בין ההיבט העיוני ההיבט המחקרית והתנסות סדנאית, זאת כדי לאפשר את לימוד המחול והבנתו כחלק בלתי נפרד ממחזור השנה ומחזור החיים המשפחתי-קהילתי.
במסגרת המחול האתני נלמדת הדינאמיקה של מסורת ושינוי במחול כחלק מביטוי חברות ותרבות: המנהגים, המסורות, המוסיקה, הלבוש, הטקסטים והקשרים. לימוד המקצוע עניך לסטודנטים הכרה והבנה של המסורת האישית, פתיחות למסורת קהילתית ורכישת כלים להבנה והפנמה של המחול כחלק מתרבויות של חברות רבות ומגוונות.
רבים מהעלים שעלו לישראל לצורך בהמשכיות ובחיזוק הקיים, ובאותה עת, לשאיפה להתחדשות בארץ. המחול היהו ביוטי לצורך בהמשכיות ובחיזוק הקיים, ובאותה עת, לשאיפה להתחדשות ולהתערות בארץ החדש.
תהליכי המעבר של החברה הישראלית מ"כור הייטק" לחברת רב-תרבותית הם עדיין בראשיתם על כן המחול האתני בישראל ממשיך לחתקים ולהתאחד במסגרת המשפחתיות והקהילתיות, וממלא תפקיד חשוב בהיבט החברתי-תרבותי ועונה על הצורך בחיזוקים לדימוי העצמי המשפחתי והקהילתי בקרב משפחות רבות ובקהילות שונות. בנוסף למחול יש ביוטי גם לסמנים מייחדים של שפה, פיות וזרם ומתקיימת דינאמיקה של תהליכי שיבוץ והזנה ההידית בין המקורות השונים. היוזמות ל민הון, אינה תוצאה של יוזמה מכוונת. דינאמיקה זו היא חלק מדינאמיקה של תרבויות בת זמננו, מסורת ושינוי, יחיד וקבוצה יוצרים אותה.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

מטרות

1. הכרת המחול האתני כאחד מסוגי המחול
2. הכרת המורשת התרבותית - משפחתית-קהילתית של הלומד
3. חיזוק הדימוי העצמי של הלומד באמצעות לימוד והכרת המחול האתני כחלק מסורת קהילתית.
4. הבנה והכרה בשוויון ערך של תרבותות, מנהגים, מסורות ואמונות שונות.
5. הבנת מושמות המחול באמצעות תקשורת, כביטוי לפרט, כמייצג חברות וمشקף תרבותיות.
6. הפנמת הערכים של מסורת ושינויים כערכים משלימים שניתן לקיימים זה לצד זה בחברה בת זמנו.
7. לימוד המחול האתני כמקור להעשרה השפה התנועתית-האישית במחול לבימה.
8. הכרת המחול כביטוי לרבת-תרבותיות בכלל ובישראל בפרט.
9. העמקת הזיקה של הלומדים אל מסורות היהודית-ישראלית או ישראלית אחרת, תוך עיסוק במסורות המחול השונות.
10. הבנת הקשרים החברתיים -תרבותיים של כל אחד מהחולות האתניים הנלמדים.
11. הכרה והבנת המאפיינים במחול המשותפים לקבוצות האתניות בישראל והמאפיינים הייחודיים של כל אחת מהקבוצות.
12. הכרה והבנת מושגי יסוד במחול אתני בכלל ובמחלול האתני בישראל בפרט.
13. יכולת התבוננות, זיהוי וניתוח התרבותיות במחול באירוע חברתי - תרבותי במחוור החיים ובמחוזר השנה.
14. יכולת של עבודה-שדה תוך כדי הנסיונות במשימות לימוד של צפיה משתתפת באירוע הכלול במחול אתני.

התכנים

התכנית בניה מודולארית וכוללת 2 יחידות חובה עיוניות ויחידת בחירה מעשית:

נושאי חובה עיוניים (180 ש' 2 יח"ל)

התכנית כוללת: מאפיינים ומושגי יסוד במחול אתני בכלל ובישראל בפרט, מחלות אתניים של 3

הקבוצות האתניות המרכזיות בישראל. מכל קבוצה תלמיד דוגמה אחת על כל מאפיינה.

מאפיינים ומושגי יסוד במחול אתני

- א. מחול כמייצג זהות של קבוצה חברתית וمشקף את תרבותה.
- ב. מחול פולחני - מחול כתפילה, כרפואה וכמייצג.
- ג. מחול חלק בלתי נפרד מאירוע במוחוזר השנה ובמחוזר החיים
- ד. ריקוד תהלהכה בחגיגות עממיות, בקרנבלים ובמסורות ישראל

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

שלוש קבוצות של מחולות אתניות בישראל

א. מסורת יהודית שונה מהסבירה המקומית, על אף הייתה מושפעת ממנה

הדוגמה : מחול היהודים יוצאי מרכז תימן

**המחול הוא מצווה כי יש לשמה חתן וכלה - מועד מרכזי, שבו רקדו הוא חגיגות הנישואין.
ריקוד התהלהכה-זפה (או ברבים : זפת) - צורת מחול מרכזית בחגיגות החתונה.**

הפרדה בין המינים בשעת המחול : גברים ונשים רוקדים בפרד.

היחס אל הריקוד ועל הרוקד נקבע בתימן, כמו ברחבי העולם היהודי, על פי יחסם של המסורת היהודית.

הריקוד איננו מבוצע על ידי רקדנים מקצועיים (כך גם הזמרה). בקרב יהודי תימן רקדן כל גבר או אישה אשר חפץ בכך.

המחול כזרק לתקשות, פורקן והנאה.

המחול באספקריה לתרומות האמנויות של יוצאי תימן לתרבות הישראלית - תהליכיים, כיוונים וצורות, שבהם חומרים מסורות הפיות, הלחן, הזמר והמחול של יהודי תימן התקיימו וממשיכים להתקיים כחלק מהתרבות הישראלית.

שינויים במחול שהל בישראל:

*** זמן השירה והמחול מתカリ.**

*** המבנה הבסיסי של המחול (נשיד-שירה-הלל) נשמר בחלקו.**

המחול האתני של היהודי תימן כמקור השפעה על המחול בישראל:

*** דמות האישה היהודיה או הגבר היהודי במסגרת ניסיונות ראשוניים לייצור חגיגות עממיות בישראל המתחדרת יוצאי תימן נטפסו כדמותו של העברי הקדום (רינה ניקובה, רחל נדב, ברוך אגדתי).**

*** יסודות מסורת יהודי תימן במחולות העם בישראל - באמצעות יוצרים רבים שובצו דגמי יסוד של צעדים ושל תנעות מסורת יהודי תימן במחולות עם שנוצרו בישראל.**

*** יסודות אתניים מסורת יהודי תימן במחולות לבימה:**

*** שחזור של אירופאים אתניים השווירים במחולות, כגון חינה וחתונה, ואשר הופק מהם מופע בימתי על ידי להקות קהילתיות שונות.**

*** יצירות מחול בנויות זמננו המבוססות על חומרים אתניים של טקסט, מוסיקה ומחול.**

אפיונים במחול הגברים:

*** שילוב של מסורת בכתב ובעל-פה**

*** שילוב דגמי יסוד (Patterns) של צעדים ואלטור בתנועה.**

*** מרחב המחול : מחול הגברים הוא מחול קאמרי, מחול חדר, ובמצעים אותו רקדנים אחדים בלבד.**

*** מבנה המחול מבוסס על הרצף הפיטוי נשיד-שירה-הלל.**

*** הנחתית המחול נעשית בדרך כלל על ידי הרוקד הבוגר והמנוסח.**

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

אפיונים במחול הנשים:

* **מחולות נשים בחגיגות החתונה** – בצדדים לאירועי החתונה מושבצים המחולות לפי תפקידם.

* **דعا**

* **מחולות משחק**

* **ריקוד הפנים והידיים**

ב. מסורת של מחול אתני שאומצה על ידי היהודים מהסביבה המקומית והמשיכה להיות מסורת מייצגת של הקהילה גם בישראל.

דוגמיה: מחול של יווצאי אתיופיה בישראל

הריקוד האמהרי – ריקוד הכתפיים, אסקסטה: תנועה, מבנה קבוצה, מוסיקה ותלבושת.

הריקוד הטגורי – הריקוד האקסטטי- תנועה, מבנה קבוצה, מוסיקה ותלבושת.

מגיה רפואי ופולחן – הקיסים – כוהני הדת, **הטקוואי** – המרפא המסורתית, **הדברה** – עשויה הקמעות, **תופעת הארץ**.

AIRUIM BEMACHZOR HOSHANA – מחולות התפילה, חג הסיגיד (חג חידוש הברית).

AIRUIM BEMACHZOR HAYYIM – בר מצווה, חתונה, טקסי אבלות.

ג. מחולות אתניים של מיעוטים לאומיים בישראל (ערבים, דרוזים, צ'רקסים, וארמנים)

דוגמיה: הדבקה והשכגה (מכונה גם סאף/ זפה, מחול בו יש הפרדה בין גברים לנשים).

מחולות הנשים:

הנשים רוקדות בעיקר בחתונות, (בבית הכללה אך ורק בפני נשים). צורות מרכזיות האופייניות

למחולות הנשים: האחת – ריקוד בمعال, השנייה – ריקוד תהלוכה או ריקוד סביב הכללה.

מחולות הגברים: במחולות הגברים יש שני סוגים עיקריים:

* **שכגה**, (או סאף או זפה) המכונה לעתים ריקוד מחיאות הכפים, הוא **ריקוד תהלוכה**.

המהווה מסגרת לשמחה הכלכלית בחגיגות החתונה).

* **דבקה**: מחולות שהם עיקר הרפרטואר של מחולות הגברים (ניתן לרקוד את הדבקה בכל אירוע

בחברה הערבית והדרוזית, ובראש בראש בחגיגות החתונה). במחול הדבקה משתתפת קבוצה

נבחרת של גברים.

סוגים של הדבקה:

תלאויה – השם מקורו בפועל העממי "תליי" (לי דגש) אשר פרשו לנוטות לאחר, להיסוג.

שאמאליה – פרישו: הצעונית, סוג זה של דבקה נפוץ בעיקר בצפון הארץ.

שערוואיה – שהיא רבגונית,عشירה בוריאנטים. חדוד מעלה אפשרויות שונות למקורו של השם

(ראה בביבליוגרפיה).

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנויות

הפיקוח על המחול

כראדייה - בעלת אופי קליל יותר. כנראה מקורה בקורדייסטאן.

נסיאניה - ריקוד נשים, דגם פשוט של ריקוד: צעד ברגל ימין לימין, שמאל רוקעת לפנים ומכופפים אותה לאחר מכן, ולאחר הורדות שמאל ליד ימין פותחת ימין מחדש.

בחירה (90 שניות 1 יחוי ליום)

יישום וביצוע – פרויקט גמר

יחידת הבחירה כוללת הכרה וביצוע של מחולות אתניות נוספים בישראל.

התלמידים יבחרו קבוצה אחת מהקבוצות שלחלן:

1. מחולות בחסידות
2. מחולות יהודית כורדיסטאנית, מחולות היהודי גרויזיה, מחולות יהודיות צפון אפריקה.
3. מחולות צירקסים בישראל

התלמידים יבחרו נושא אחד מהנושאים שלחלן:

1. התבוננות במחול האתני כתופעה אוניברסלית של חגיגה.
2. פולחן ומנגנון שליטה חברתי: חגיגות עממיות (קרנבלים) ברחבי תבל
מחולות פולחן ברחבי תבל
3. שלבי מעבר ממחול אתני למחול בימה;

דוגמאות * להקות קהילתיות: ברקמת, עמקה – אושורת, עורי תימן, שאי יונה – לב השרון,

מעוז ציון, ועוד.

להקת ענבל, להקת אסקסטה, ביתא ישראל.

תהליכי הוראה המקדים למידה ממשמעותית

א. מקורות ביבליוגרפיים – עיון ודיון בנושאים מתחום המחול האתני, המוסיקה, הטעקטים

והמנגים הקשורים בהם.

- ב. סרטים - ניתוח סרטים המתעדים מחול אתני במסגרת האירוע.
- ג. שיחות וסדנאות עם מודיענים בנושאי מסורות של מחול אתני.

ד. ביצוע פרויקט אישי בנושא נבחר מתחום המחול האתני לשם כך התלמידים נדרשים :

* לימוד כללי עבורות שדה בחקר מחול אתני כולל התנסות ב.ufiyah משתתפת.

* לימוד כללים לביצוע ראיונות אישיים והתנסות בהם עם מודיענים לפי הכללים
שנלמדו.

* השתתפות באירועים מסורתיים-אתניים הכוללים מחול

* לימוד רקע כללי על הקהילה (העדה) בה מדובר.

* סקירת האירוע הנבחר ממחזור החיים או מחזור השנה ומוקומו במסורות הקהילתית

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

***תיעוד המחול הנכלל באירוע והתנסות מעשית (לפחות חלקו ממנה) על ידי מגיש הפרויקט.**

***תיעוד חראיונות עם המידענים לפי הכללים שנלמדו.**

***תיעוד בצלום בתמונות או בוויריאו (במידת האפשר) של המחול במסגרת האירוע לפי הכללים הנדרשים כפי שנלמדו.**

***ניתן לבצע את הפרויקט האישי גם במסגרת פרויקט שורשים :**

• **עיוון במקרים ביביבוגרפים אודוות הקהילה האמורה.**

• **ראיונות עם מידענים, בני המשפחה והקהילה ותיעודם בכתב.**

• **תיעוד אירוע נבחר הכלול מחול אתני.**

• **לימוד ותיעוד בכתב של המחול כמבטא מסורת אישית, משפחתית
וקהילתית.**

• **צוגה והמחשה של הפרויקט בפני התלמידים, המורים ובני המשפחה**

כישורי המורים

על המורים להיות בעלי הסמכה להוראת מחול אשר התמכו באנתוגרפיה של המחול,

עליהם להתמכחות במסורות מחול אתניות כליליות ובמיוחד במסורות של מחול אתני ישראלי,

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

ביבליוגרפיה

- אמרד, אסתר, 1979 - "התהلوוה במקור של ריקוד", **מחול בישראל, גיורא מנור (עורך), משמר העמק, העמותה למחול בישראל**
- אשלי רות, כתפיהם רוקדות, **מחולות העדה האתיאופית בישראל, מחול בישראל, גיליוון 2, ספטמבר 1993.**
- בהת-רצון, נעמי, 2004. **מחול-חברה-תרבות בישראל והעולם, הוצאה כרמל, ירושלים.**
- בהת-רצון, נעמי (עורכת) 1999 - **ברgel יחפה, תל-אביב, עלה בתמר.**
- בהת-רצון, נעמי, בהט, אבנر, 1995 - **ספריית מהה - דיوان יהדי מרכז תימן, פיטול-לחן-מחול. בית התפוצות, תל אביב.**
- בהת-רצון נעמי, 1978 - "הדבקה - מחול מסורת של אהדות ופורך", **בתוך מחול בישראל, 78/24 גיורא מנור (עורך), משמר העמק : העמותה למחול בישראל**
- גורן קדמן איילה, הדבקה וגלגוליה, ויקות גומלין בין הדבקה במגזר היהודי והיהודי בישראל, **מחול עכשווי, גיליוון 3, נובמבר 2000.**
- גירץ, קליפורד 1990 - **פרשנות של תרבויות. ירושלים, כתר.**
- זוית שלולה, אמננות ומנהגים דתיים של יהודית אתיופיה בישראל, המכון למחקר הטיפוח בחינוך, האוניברסיטה העברית, ירושלים, 1989.
- זקס, קורט תש"ג - **תולדות הריקוד, תל-אביב, מסדה.**
- חדד, מנעם, 1979 – "ריקוד העם בגליל", **בתוך ריקוד אתני בישראל, עורכת תמי ויינר, חוברת מס' 3, ינואר 1979, תל-אביב**
- יואלי-טללים, רונית (עורכת), 1995 - **קרנבלים - אים ביום השגרה, תל-אביב, ספריית מסע אחר.**
- כרמייאל, ביתיה, 1999 - **תל-אביב בתחרות וכתר. חגיגות פורים בשנים 1912-1935, הוצאה מוזיאון ארץ-ישראל, תל-אביב.**
- פרידהבר צבי, **טפת מעל הקרקע, מחול בישראל גיליוון 6, ספטמבר 1995.**
- פרידהבר צבי, **ריקודי מצווה – תולדותיהם, צורותיהם ורקעיהם, מחול בישראל גיליוון 9, נובמבר 1996.**
- קאפק, הרב יוסף 1968 - **הlibcות תימן, הוצאה מכון בן-צבי האוניברסיטה העברית, ירושלים.**
- קדמן, גורית; סקוויירס, פמלה, 1977 – **חמשה ריקודים כורדים, המפעל לטיפוח ריקודי עדות, מפעלי תרבות וחינוך, תל-אביב.**
- קוריナルדי מיכאל, **יהודית אתיופיה זהות ומסורת, ירושלים : ראובן מס, 1988.**
- רזון דו, **פולקלור לבמה – ובמה לפולקלור, מחול עכשווי, גיליוון 2, יולי 2000.**

- Jonas, G. 1993. **Dancing - The Power and Art of Movement.** U.S.A.: Pub. H.N. Abrams.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

- International Encyclopedia of Dance. S. J. Cohen (Ed), 1998, Oxford University Press, Oxford - New York.

סרטים וידיאו

1. היהודי צנעא - בית התפוצות, משך הסרט : 15 דקות.

טוב להמחשת חייו היהודים בכנען בירת תימן, כולל דוגמה קצרה של מחול גברים תימנים, לא יהודים. צולם בשנות השלושים של המאה העשרים. (ניתן לרכישה בבית התפוצות, ת"א).

2. סוף גלות תימן - תסריט וצילום : זיק אונגר, הפקה ובימוי לاري פריש, משך הסרט : 54 דקות. כולל צילומים נדירים של מחול גברים יהודים בתימן, צולם בשנות התשעים של המאה העשרים.

(הפקה : 02-5865534)

3. עם וצליליו - תימן, אשכנו, החסידות - מפיקה צפורה יוכסברג. במאית אשר טללים. משך הסרט : 28 דקות, כולל מחול אתני ואחר (ניתן לרכישה בארכיון הסרטים ע"ש ס. שפירברג, האוניברסיטה, ירושלים).

4. כמו מעולם רחוק - לידיה - משלך הסרט 28 דקות, שרוט הסרטים הישראלי

5. " - בגירות - " "

6. " - נישואין - " "

7. סרט טלוויזיה - **מדבקה לדבקה**, 1989, עורך 1, ישראל, במאית : איתן וצלר, צלם : עדי שעון, משך הסרט : 50 דקות. הסרט סוקר את הדבקה ממחול אתני בחברה הערבית והדרוזית אל מופע בימה ואל דבקות במחלות עם בישראל.

8. ברגליים יchapot. – סרט תעודי על שרה לוי תנאי ולהקת ענבל. מופרטואר הלהקה : חתונה בתימן, מגילת רות, שיר השירים.

9. Dancing - לרקוד, סדרה תיעודית פרק 2 : אלוהי המחול, פרק 4 : הריקוד בחצר המלוכה, פרק

? : **עולם חדשים**, פרק 7 : הפרט והמסורת, פרק 8 : רוקדים בעולם אחד.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

נספח ב': כתוב תנועה אשכול וכמן בתחום אפשרי לבחירה

והעמקה

כתב התנועה אשכול-וכמן 240 שעות (3 יחידות)

מהות התחום

כתב תנועה הוא מトודה אנליטית, המגדירה את היחידות ההכרחיות לתיאור תנועת השلد של גוף האדם. בכתב התנועה אשכול-וכמן, הגוף נتفس כמערכת ציריים (איברים), הקשורים זה לזה, באמצעות מפרקים. תכוונה זו מאפשרת פרישה של רשת קואורדינטות כדורית – מערכת מתווה, אשר ביחס אליה נקבעים המיקום (פוזיציות) ומסלולי התנועה של כל ציר (איבר) ושל הגוף כולו בכל רגע נתון. לרשום נתונים אלה משמשת מערכת סימנים לכידה, מצומצמת ו פשוטה. על ידי צירוף הסימנים ניתן לתאר כל תנועה ומכלול תנועתי הנראים לעין.

ארגון החומר התנועתי בקטגוריות פשוטות יחסית, סימולן ויצירת מושגים ניטרליים – המשותפים לכל העוסקים בתחום, מאפשר ניתוח של חומרית תנועה משתנות, חיבור ותיעוד. יחידת הוראה זו מתחזקת בכתב התנועה שפותח בישראל על ידי נועה אשכול ואברהם וכמן והוא אחד משלשות כתבי התנועה המקובלים בעולם המערבי.

מטרת התכנית לטפח תלמידי מחול אורייניטיים המסוגלים לשמש בשפה מדעית, בתחום המחול ומשותפת לכל.

באמצעות תכנית זו התלמידים יכירו את המושגים של כתב תנועה אשכול – וכמן וייהו מסוגלים לישם אותן בرمמות שונות של מילונות.

כתב תנועה זה, המפרק תופעות תנועתיות למרכיבי היסוד של הMOVEMENT, מסמל אותן, מאפשר לעצב חומרiy לימוד

מושחררים מtabיות תנועה סגניות וモבנות ולהתווודע אל מגוון רחב של צירופים ואופני ארגון של חומרiy יסוד.

הבסיס הגיאומטרי של הכתב וגיבוש מרכיביו למערכת לכידה שיש לה חוקים וכללים, מקשרים את עולם התנועה למערכות מושגים וסמלים, ומאפשרים בניית יחידות לימוד בין תחומיות, אשר מרכיביהן השונים תורמים לפיתוח עולם המושגים והיכולות של התלמידים.

התכנית כוללת

- 2 יחידות עיוניות חובה בהיקף של 180 שעות – מהות כתב התנועה.
- 1 יחידה מעשית לבחירה בהיקף של 90 שעות "יישום ויצוע" – פרויקט גמר.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

מטרות

1. הכרה והבנה של מרכיבי התנועה הבסיסיים, המשותפים לכל תופעות התנועה במוחול

ובשיטות

תנועה אחריות וסימולום.

2. ניתוח מבנים וצורות של יצירות מוחולMSGNGOT ותקופות שונות ויכולת השוואת בין

יצירות שונות באמצעות ערכים ומושגים זהים ואובייקטיבים..

3. יכולה לתאר ולנתח תופעות תנועה של בני-אדם ובעלי-חיים.

4. ניתוח צירופי תנועה מרכיבים ויצירת צירופי תנועה מקוריים.

5. יישום הידע בחיבור ריקודים

6. יכולה להרחיב את המאגר התנועתי

7. יכולה לחבר ריקודים מגוון רחב של תנועות

8. הכרה והבנת רפרטואר מוחול בימי ומחולתרבות שונות ותרבות עדות

ישראל, המתועד בכתב.

9. שימוש ברפרטואר המתועד בכתב לשיפור יכולת הביצוע בתנועה – עידון, דיקוק ותאום

תנועה (קווארדיינציה).

10. שילוב פרטיטוריות מוחול הרשומות בכתב בתנועה בפרטיטוריות מוסיקליות.

11. יכולה לזכור זיקה בין עולם התנועה לתחומי לימוד ופעילותות שונים במסגרת

bihis על ידי שימוש בכתב התנועה לנитוח היבטים תנועתיים בתחום דעת

שאינם מוחול

התכנים

הגוף הנע

- זיהוי וטיפול של אברי הגוף
- הגדרת איבר תנועה : פרק ופרק
- ארגון איברי התנועה בקבוצות עיקריות
- איברים נשאי משקל וושאני נשאי משקל
- היררכיה של האיברים על פי "חוק האיברים הכבדים והקלים"

המרחב

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

1. אזור התנועה (במה, חדר, מגרש...):

- דרכיים שונים למיפוי אזור התנועה
- יחסים בין המתנווע לבין אנשים וחפצים באור התנועה

2. מרחב התנועה (המערכת המתוועה):

- הכוונים הקרטינאליים: מעלה-מטה, קדימה-אחור, צדדים
גימון ושמאל
- התכוונה המעגלית של תנועת איברי הגוף
- המעל האופקי: חלוקת המעל לגזרות
סימונו הכוונים
חוית
העברת משקל
- המעלים האנכיים: הצבה
חלוקת לגזרות
סימונו
- פיזיות - נקודות המפגש בין המעל האופקי לمعالים
האנכיים
כיוון הפיזיות בהתאם לחוק האיברים הכבדים והקלים
- מערכת הייחס הקבועה (אבסולוטית) והמערכת הנגררת (Body
(Related

התנועה

1. הבחנות כלליות:

- מיומנויות יסוד: הליכה, ריצה, קפיצה, סיבוב וגלגול
- תנועה פונקציונאלית (פעולות מחיי היום יום ותנועה למטרה)

2. תנועה כורנית - הגדרות התנועה בכתב התנועה אשכול-וכמן:

- תנועה מעגלית של איבר בודד:

- כיווני התנועה של מעגלי התנועה: "פוזיטיבי" ו"נטיבי"
- כמות תנועה

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

- תנועת ציר איבר סביב ציר תנועה:

- סיווג המסלולים המעלגיים על פי גודלם – מישור, קווים

ורוטציה

- מיקום מסלולי התנועה במערכת המתווה

- שינוי יחס של איבר קל לאיבר הכבד הסכוד לו:

- תנועה של איבר קל ביחס לאיבר כבד נח

- גירירה של פוזיציה

- תנועה סימולטנית

הזמן

1. זמן פתוח וזמן מדריך

2. הזמן בכתב התנועה אשכול-וכמן:

- היחידה הגרפית – המשבצת בדף הכתיבה

- ייחדות הזמן – TU

3. יחסי זמן:

- בתנועות עוקבות

- בתנועות בו-זמןיות של איברים בלתי תלויים

- בתנועות סימולטניות

4. תבניות ריתמיות

5. יחסי זמן בין תנועה ומוסיקה

6. מהירות התנועה - יחס בין כמות תנועה במסלול תנועה מסוים וזמן

רישום

1. דרכי ייצוג של תנועה בציור ושפה הדיבור

2. סימול מושגי הגוף, המרחב, התנועה והזמן בכתב-התנועה אשכול-וכמן

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול**

3. טכטים בדרגות מורכבות שונות (קריאה וכתיבה)
4. מילוני תנועה מתחומי מחול ותרבות שונים

לבחירה (90 שעות 1 יחידת לימוד)

יישום וбиוץ – פרויקט גמר

עבודה עצמית ליחידים או בקבוצות : המשלבת מטלות חקר או מטלות

ביצוע :

המטלות כללו :

- התנסות בתנועה

- חיבור עבודות בתנועה ליחידים ולקבוצות וצפיה בהם
- קראיה, כתיבה וחיבור משפטים תנועה,
- בניית יחידת הוראת מחול,
- ניתוח טקסט בכתב תנועה,
- תיעוד תופעות תנועתיות מתחומים שונים : מוסיקה, אמנות הפלשטיית, ספרות ושירה,

ביבליוגרפיה:

Arad, M., Sonnenfeld, M., Eshkol, N., (1969), **Physical Training**, Israel: The Israel Music Institute.

Cohen, E., Namir, L., Schlezinger, Y., (1977), **A New Dictionary of Sign Language**, The Hague: Mouton.

Cohen, E., Hetz, A., (1993), **Study to Studio: Bartok's Bagatelles**, The Jerusalem Academy of Music and Dance.

Cohen, E., (2001), **D'muyot (Wandering Figures): Five Dance Scores in Eshkol-Wachman Movement Notation**, The Jerusalem Academy of Music and Dance.

Eshkol, N., Wachman, A., (1958), **Movement Notation**, Great Britain: Arrowsmith Ltd.

Eshkol, N., Nul, R., (1968) **Classical Ballet**, Israel: The Israel Music Institute.

Eshkol, N., Seidel, S., (1969), **The Golden Jackal**, Holon: The Movement Notation Society.

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול

- Eshkol, N., Shoshani, M., Seidel, S., (1970), **Folk Dances of Israel**, Israel: The Israel Music Institute.
- Eshkol, N., et al., (1970), **Notation of Movement: BCL Report No. 10.0**, Urbana: University of Illinois (Biological Computer Laboratory, Dept. of Electrical Engineering)
- Eshkol, N., et al., (1971), **The Hand Book**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., Seidel, S., Sapir, T., Shoshani, M., (1971). **The Yemenite Dance**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., Sonnenfeld, M., Shoshani, M., et al., (1971), **Twenty-Five Lessons By Dr. Moshe Feldenkrais**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., et al., (1973), **Moving, Writing, Reading**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., Seidel, S., et al., (1974) **Debka**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1975), **Diminishing Series**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1975), **Right Angled Curves: Dance Suite**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1975), **Rubaiyat**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1976), **Twenty-Five Lessons By Dr. Moshe Feldenkrais – second and revised edition**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., with Shoshani, M., Dagan, M., (1979), **Movement Notations (Part I)**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1980), **Fifty Lessons By Dr. Moshe Feldenkrais**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., with Shoshai, M., (1982), **Movement Notations (Part II)**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (ed.) (1985), **Tomlinson's Gavot**, Israel: Tel Aviv University.
- Eshkol, N., with Harries, J.G., Sella, R., Sapir, T., (1986), **The Quest for Tai Chi Chuan**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., and Seidel, S., (1986), **In The Steps Of The Hora**, Holon: The Movement Notation Society.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול**

- Eshkol, N., with Harries, J.G., Sella, R., Sapir, T., (1988), **The Quest for Tai Chi Chuan – Second and expanded edition**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N., (1990), **Angels and Angels**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol-Wachman Movement Notation, (1998), **Children's Work**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N. with Harries, J., (1998), **Eshkol-Wachman Movement Notation A Survey – Vol. I**, Holon: The Movement Notation Society.
- Eshkol, N. with Harries, J., (2000), **Eshkol-Wachman Movement Notation A Survey – Vol. II**, Holon: The Movement Notation Society.
- Harries, J.G., (1969), **Shapes of Movement**, Holon: The Movement Notation Society.
- Harries, J.G., (1983), **Language of Shape and Movement**, Holon: The Movement Notation Society.
- Harries, J.G., (1985), **Symmetry and Notation**, Israel: Tel Aviv University.
- Hoyman, A.S., (compiled) (1984), **Eshkol-Wachman Movement Notation**, Illinois: Hoyman.
- Mei, W.J., Lin, G.C., Eshkol, N., tr., (1991), **Tavim Leriquid – CMDN (Hebrew)**, Holon: The Movement Notation Society.
- Sapir, T., Eshkol, N., ed., (1987), **Hanukka Notebook**, Holon: The Movement Notation Society.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

נספח ג': מחול עממי ישראלי כתחום אפשרי לבחירה והעמקה

מהות התחום⁸

המחלול העממי הישראלי - ריקודי העם והשירים נוצרו החל משנות העשרים של המאה העשרים כיצירה מקורית ישראלית מתוך מטרה להגעה לצורת ריקוד הולמת לחברה החדשנית והפתוחה בארץ. הריקודים נוצרו בתחילת עיקר בקרב היישובים החקלאיים והקיבוצים. ריקודי העם והשירים הישראלים, שראשיהם מחלולות חג וטקס בהתיישבות העובדת, הם מהיסודות של המורשת התרבותית העברית הישראלית שנוצרה בארץ במהלך השנים האחרונות.

במחלול העם יש ביטוי של פשוטות וכנות השווה לכל נפש. ריקודי העם הם פשוטים במבנה, בצורה ובתנוועה.

ברבים מריקודי העם הישראלים יש התאמה לשירי העם הישראלים. המחול הישראלי העממי הושפע בעיקר מריקוד החסידי, מריקוד של יוצאי תימן, מהמחלול הערבי באזורי ומריקודים שהובאו לארץ ממצרים ומרכז אירופה על ידי בני העלייה השנייה והשלישית. ריקודים אלה עברו לארץ תהליכי "עיברות" ו"ישראליזציה".

תוכנית זו מכוונת להפגיש את התלמידים תוך התנסות מעשית עם ריקודי עם שהוברו בישראל.

מטרות

1. הכרת ריקודי העם כמשמעותם את פניה הרב תרבותיים של החברה בישראל בעבר ובהווה.
2. הכרת תרומות הקבוצות האתניות השונות בישראל למחלול העם תוך טיפוח הבנה וסובלנות כלפין.
3. חיזוק ותחזות השיליכות החברתיות.
4. חוויה והתנסות ישירה בריקודי העם כאמצעי לחיזוק התרבות הישראלית, שימורה, הפצתה והעברתה מדור לדור.
5. השתתפות פעילה בריקודי העם כمبرאות חיוניות ושמחה חיים.

מטרות

⁸ התוכנית מבוססת על הריקודים שקובצו במסגרת פרויקט "בית הספר הרוקד" שהוקם ביוזמתו של מר שלום חרמוני.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

1. הכרת רפרטואר ריקודי עם ישראליים על פי מורכבותו, שנים ויוצרים.
2. הכרת ריקודים המשלבים אלמנטים מהמחולות האתניות בישראל והתנסות בהם.
3. הכרת השינויים שהליכים בסגנון ובמרקם של ריקודי העם הישראלי יכולת לזהות את הצדדי והצדדים מהמקורות השונים ששולבו בריקודי העם הישראלי
3. יכולת לרקוד בקבוצה ולהשתלב בה
4. יכולת לרקוד ולהשתתף במסגרת ריקודי עם בשעות הפנאי.
5. יכולה לבצע ריקודים שחויבורו בישראל ורוקדים אותם לשירים ישראלים.
6. הכרה, ידיעה ושליטה בתנועות הגוף.

תכנים⁹

עיוני (90 שעות 1 יח' ל')

פרק 1. תולדות תנועת ריקודי העם בישראל

1. מגמות, ושלבים מרכזיים בהתפתחות תנועת ריקודי העם בישראל
2. תרומות כל אחד מהיוצרים החלוצים לעיצוב דפוסי היסוד של ריקודי העם בארץ: ובקה שטורמן, גורית קדמן, לאה ברגשטיין, זאב חבלת ושרה לוי תנאי.
3. תרומת ההתיישבות העובדת להתפתחות תנועה לריקודי עם בישראל.

פרק 2. השפעת ריקודי העדות על ריקודי העם הישראליים

1. מאפיינים תרבותיים וחברתיים של העדות בישראל.*
2. מסורת מול עוני: ההתמודדות של העדות השונות עם הביעות הכרוכות בניסיון ההשתלבות שלחם בחברה בישראל מול הניסיון לשמור את המורשת כפי שהיא בא לידי ביטוי במחול העממי בישראל,

פרק 3. דור המשך של יוצרי ריקודי העם***

1. שלושה יוצרים ומכל יוצר שני ריקודים יוצרי דור המשך ותרומותם להתפתחות ריקודי העם בישראל והיחידיות של כל יוצר: יואב אשראל, יונתן כרמן, תמר אליגור, יעקב לוי, מושיקו הלו, שלום חרמן, יונתן גבאי, אליהו גמליאל, בנצי תירם, שלמה ממן, סעדיה עמיishi, ויקי כהן, רעהה ספריקן, שמואליק גוב אורי ועוד.

פרק 4. תמורה חידושים ושינויים בריקודי העם

1. הכרת חידושים והשפעות מרכזיים עכשוויים על סגנון ריקודי העם בישראל.

⁹* התוכנית מתבססת על התנסות התלמידים בריקודי הבסיס בגילים הצעיריים בן בחינוך היסודי ובחטיבת הביניים יש לשלב התנסות זו בתהליך ההוראה למידה. רק העדות שהשפיעו על ריקודי העם בישראל. מיידי שנה מותוספים יוצרים חדשים וריקודים חדשים.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

ב. מעשי* (90 שעות 1 ייח' לימוד)

פרק 1. ריקודי עם על פי תקופות, נושאים ויצרים.

- 1.1 ביצוע שלושה ריקודי ראשונים וחלוצים : ריקודי הורה שונים, קרקוביאק, פולקה, מזורקה, אלכסנדרובה, סקוטש, ריקוד המרcka.
- 1.2 ביצוע חמישה ריקודים שהחוברו על ידי יוצרים ישראליים : רבקה שטורמן, גורית קדמן, לאה ברגשטיין, זאב חבלת, שרה לוי תנאי, שלום חרמוני, יונתן כרמן, מושיקו ועוד.
- 1.3 ביצוע שלושה ריקודי ההתיישבות העובדת וריקודים הקשורים בנושאים כלליים : "חג הגז", עז וככש, שיבולי פז, הורה יין, אדמה אדמתית, שיבולת בשדה ועוד.
- 1.4 ביצוע שלושה ריקודים הקשורים לאירועים בתולדות היישוב : דבקה גלבוע, אם הופנה, דבקה רפיה, קומהacha ועוד.

פרק 2. ריקודי עם המייצגים השבעות שונות

- 2.1 ביצוע שלושה ריקודים מקור תימני : בת תימן, מהמד לבבי, אהבת הדסה, כי אשמרה שבת, מי לי ייתן ואל גינט אגוז.
- 2.3 ביצוע שלושה ריקודים מקור חסידי : עד בליך די, יוסל יוסל, הנה לנו ניגון יש, שרלה לה, הורה חסידית.
- 2.4 ביצוע שלושה ריקודים מקור ערבי : יה עבד, דבקה רפיה, דבקה אוריה, דבקה דרוויז, דבקה בנות הכפר.
- 2.5 ביצוע שלושה ריקודים מקור אירופאי : הר וכר, ידיד נפש, בת יפתח, ימין ושמאל, לילה לילה, ריקודי ראשונים.

פרק 3. ריקודי זוגות ומעגל

- 3.1 ביצוע שלושה ריקודי זוגות : כאן בדרכם, לנר ולבושים, אדמה אדמתית, אל הגן, חזראים, גאולים ושםחו נא (החסידה).
- 3.2 ביצוע שלושה ריקודי מעגל : דרור יקרה, שמחת העמל, מחול השבת, על כנפי הכסף, אהבת החילים, ושוב אתכם, סובבוני, ערబ בא, קוראים לנו ללכת, גוונים, אני מאמין, מי האיש, ארץ ישראל יפה, איך עבר לו רץ הזמן, אתן במדבר, שירiyeli כנרת, געוגעים, הורה אגדתי, קומהacha, יברכך, עורי ציון, בוא איתני אל הגליל, ויניקחו, על שדנו, יש עת לעמל, שלג על עירין וניתנים.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

דרבי הוראה מקדמי למידה ממשמעותית

- הריקודים ילמדו בקבוצה וישולבו בהם ריקודים שנלמדו בכיתות היסוד ובחטיבת הביניים.
- כל פרק עיוני ילווה בלימוד מעשי של הריקודים והתלמידים יידרשו לזהות את מקור הצדדים והצדדות.
- התלמידים יידרשו להכין עבודות חקר עיוניות בנושא ריקודי העם.

*התכנים המעשיים מבוססים על שלושת קובצי הריקודים של "בית הספר הרוקד"

כישורי מורים

על המורה לריקודי מחול ישראלי להיות מורה מוסמך למחול, רצוי עם התמחות בריקודי עם.

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

ביבליוגרפיה

אשכנזי, רות, (1992), **סיפור מחולות העם בדיליה**, הוצאת תמר גורן יורם על ברגשטיין לאה, (תשמ"ד), **שדות לבשו מחול**, הוצאת קיבוץ רמת יוחנן.

בhatt נעמי, (עורכת), (1999), **ברגל יחפה**, תל אביב: עליה בתמר בהט-רצון, נעמי, (2004), **מחול-חברה-תרבות**, בעולם ובישראל, ירושלים: הוצאה כרמל בהט-רצון, נעמי, בהט, אבער (1955) , **ספר תמה-דיואן יהודי מרכז תימן**, פיטוט-לחן-מחול, תל אביב : בית התפוצות.

ברטונוב דבורה, (1982) , **מסע אל עולם הריקוד**, אוניברסיטת חיפה : הוצאה רשפים ברטונוב דבורה, (תשמ"ה) **ריקוד אליו אדמה**, חולון : הוצאה בית דבורה ועמנואל ברטונוב דבורה, (1973) **ריקוד אליו אופקים**, הוצאה רשפים זקס, קורט (תש"י) **תולדות הריקוד**, תל אביב : מסדה.

על שלום חרמוני, (1997) **בעגלי שלום**, הוצאה המשפחה על שלום חרמוני, (1976) **התוף והים**, הוצאה ספרית פועלם. כהן, ירדנה, (1976), **דרכה הcoresografic של שרה לוי תנאי**, תל אביב : הוצאה תיאטרון מחול ענבל מנור, גיורא, (2002), **דרכה הcoresografic של שרה לוי תנאי**, תל אביב : הוצאה תיאטרון מחול סרי, שלום, (עורך), **סע יונה, היהודי תימן בישראל**, הוצאה עם עובד, עמותת עליה בתמר סרי, שלום, (עורך), **בת תימן, עלמה של האישה היהודית**, הוצאה עליה בתמר פרידהבר, צבי, (1984) , **המחל בעם ישראל**, נתניה : מכון וינגייט פרידהבר, צבי, (1989), **גוריות קדמן, אם וכלה**, חיפה : הוצאה ארכיוון המחל היהודי פרידהבר, צבי, (1994) , **הבה נצא במחולות**, תל אביב : מרכז לתרבות וחינוך פרידהבר, צבי, (תשנ"ט), **גברים ואירועים המחל הישראלי בחמישים שנות מדינת ישראל**, חיפה : הוצאה ארכיוון המחל היהודי קדמן, גורית, (1982) , **ריקודי עדות בישראל**, תל אביב : מסדה.

קדמן, גורית, (1969) , **עם רוקד**, הוצאה שוקן שרת, רינה, (1988) , **קומה אחת**, דרך רבקה שטורמן המחל, הוצאה הקיבוץ המאוחד שרת, רינה, (2003) , **מחלנו לי ולך, דברים על מחול, זאב חבלת**, הוצאה גלבוע ..

חוברות עזר להדרכה :

בית הספר הרוקד (1984) **חוברת א** מכון וינגייט הוצאה עמנואל גיל,
בית הספר הרוקד (1986) **חוברת ב** מכון וינגייט הוצאה עמנואל גיל,
בית הספר הרוקד (1988) **חוברת ג** מכון וינגייט הוצאה עמנואל גיל,
הodus, תרצה, (שנה?...), 60 מחולות עם , הוצאה המרכז לתרבות איזה?..היכן..

פריסת התכנים לשולש הלימוד החל מתשע"ה

לימודי ליבה : מרכיב בסיס הידע והמיומנות - ללא צבע להערכת חיצונית

הlimah – בורוד

לימודי בחירה והעמקה להערכת פנימית – בירוק

בלט קלאסי/מחלול מודרני מעשי

כיתה וסיכון שעות	ylimodi libah - 7%	שיעור בהתאם להlimah	בחירה והעמקה בהתאם להlimah
בלט קלאסי/מחלול מודרני סה"כ 450 שעות			
315 שעות מרכיב בסיס הידע והמיומניות	135 שעות בחירה והעמקה		כיתה י' 120 שעות הלימה 84 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומניות 36 שעות-רכיב הרחבת והעמקה
אפשרות להרחבה והעמקה עד 16 שעות נוספות	44 שעות מתוך 60	baar / רצפה	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 10 שעות נוספות	20 שעות מתוך 30	עמידה/ מרכז	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 10 שעות נוספת	20 שעות מתוך 30	התകדמות במרכז/פינה	כיתה יא' 180 שעות הלימה 126 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומניות 54 שעות-רכיב הרחבת והעמקה
אפשרות להרחבה והעמקה עד 16 שעות נוספת	44 שעות מתוך 60	baar / רצפה	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 16 שעות נוספת	44 שעות מתוך 60	עמידה/ מרכז	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 16 שעות נוספת	44 שעות מתוך 60	התקדמות במרכז/פינה	כיתה יב' 150 שעות הלימה 115 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומניות 35 שעות-רכיב הרחבת והעמקה
אפשרות להרחבה והעמקה עד 12 שעות נוספת	28 מתוך 40	baar / רצפה	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 15 שעות נוספת	35 שעות מתוך 50	עמידה/ מרכז	
אפשרות להרחבה והעמקה עד 18 שעות נוספת	42 שעות מתוך 60	התקדמות במרכז/פינה	

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנות
הפיקוח על המחול
קוריאוגרפיה מעשי

כיתה וסיכון שליממה	לימודי ליבת- 70% שעות בהתאם להלימה להלימה 30%	שעות בהתאם להלימה	בחירה והעומקה בהתאם לבחירה 30%
קוריאוגרפיה סה"כ 180 שעות			
120 שעות מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 54 שעות בחירה והעומקה			
כיתה י'			
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	12 שעות	שלב א' – אלטור אימפרוביזציה	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	6 שעות מトーク 10	גירוי שמייתי מוסיקלי	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	6 שעות מトーוק 10	גירוי ויוזאלי	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	6 שעות מトーוק 10	גירוי של מגע	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	6 שעות מトーוק 10	גירויים לא חושיים	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	6 שעות מトーוק 10	גירוי מילולי	אפשרות להרחבת והעומקה עד 10 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	12 שעות	שלב ב' – חיבור רצפי תנועה	אפשרות להרחבת והעומקה עד 30 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	20 שעות מトーוק 30	חיבור : סולו, דואט, טרייו, קוורטט, קבוצה שילוב ביןיהם.	
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	22 שעות מトーוק 30	שימוש במבנים מוסיקליים כבסיס למבנים קוריאוגרפיים : אי-בי-אי, וונדי, קנוו, פוגה התווספות/ציבור (accumulation)	אפשרות להרחבת והעומקה עד 30 שעות נוספת
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה		שימוש באמצעים טכנולוגיים שונים כמו : מצלמה, וידיאו, מחשב לכדי יצירה שלמה ברלת.	אפשרות להרחבת והעומקה עד 18 שעות נוספת
כיתה יב'			
60 שעות הלימה – 42 שעות – מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 18 שעות-מרכיב הרחבת והעומקה	42 שעות מトーוק 60	יצירת המכול – עבודת חקר תנועתית	הרחבת והעומקה באמצעות חקר תנועתי נוסף או/ו עבודה חקר עיונית מלאה עד 18 שעות נוספות

עינוי

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנותיות

הפיקוח על המחול

				כיתה וסיכום שנות בהתאם להלימה
	בחירה והעמקה בהתאם להלימה 30%	שעות בהתאם להלימה	ליבת 70% הערכה	
חלק 1 וחלק 2 – תולדות המחול 180 שעות, חלק 3 30 שעות, חלק 4 30 שעות סה"כ 240 שעות	240 שעות מרכיב בסיס הידע והמיומנויות 72 שעות בחירה והעמקה			
				חלק 1 - תולדות המחול במערב
	শעות נוספות	אפשרות להרחבת והעמקה עד שמותן	1. א. פרק מבוא	כיתה י'
	শעות נוספות	אפשרות להרחבת והעמקה עד שיש	1. ב. ראשית המחול	60 שעות הלימה 30 שעות – מרכיב בבסיס הידע והמיומנויות 30 שעות-מרכיב הרחבת והעמקה
	শעתים נוספות	אפשרות להרחבת והעמקה – עד	1. ג. ימי הביניים המאות 4-14	
	শעות נוספות	מושאים נוספים מהתקופה להרחבת והעמקה בחירת בית הספר – עד שיש	1. ד. תקופת הרנסנס המאות 15-16 נושא אחד מתוך רשימה הנושאים.	
	শעות נוספות	מושאים נוספים מן התקופה להרחבנה והעמקה לבחירת בית הספר – עד שיש	1. ה. תקופת הבארוק המאה ה-17. נושא אחד מתוך רשימה הנושאים	
	ארבע שעות נוספות	מושאים נוספים מן התקופה להרחבנה והעמקה לבחירת בית הספר – עד שיש	1. ו. התקופה הקלאסית המאה ה-18	
	עד ששות נוספות	הרחבת והעמקה לבחירת בית הספר –	1. ז. התקופה הרומנטית המחצית הראשונה של המאה ה-19	כיתה יא'
	עד ששות נוספות	הרחבת והעמקה לבחירת בית הספר –	1. ח. התקופה הרומנטית המחצית השנייה של המאה ה- 19	60 שעות הלימה 40 שעות – מרכיב בבסיס הידע והמיומנויות 20 שעות-מרכיב הרחבת והעמקה
	עד ששות נוספות	אפשרות לבחירה – הרחבת והעמקה – עד ששות נוספות	1. ט. המאה ה-10 הבלטים הרוסיים של סרגי דייגלב: 1-3 – חובה 4 – ניתוח יצירה אחת 4 – ניתוח יצירה אחת במקומן 2 5 – חובה	
	עד ששות נוספות	אפשרות לבחירה – הרחבת והעמקה – בחירה נוספת – עד שעתים נוספות	1. ג. המחול הניאו- קלסי. ניתוח יצירה אחד מאת ג'ורג' בלשון. לא תיכלilly יצירה אחת מתוך שתים מאת ג'ורג' בלשון.	
	עד שעתים נוספות	אפשרות לבחירה והעמקה : הכללתם של צירsis וידמן והניה הולם עד שעתים נוספות	1. יא. מחול מודרני בארא"ב	
	עד שעתים נוספות	אפשרות לבחירה והעמקה עד ארבע שעות נוספות	1. י"ב המחול המודרני בארא"ב משנות ה-50	כיתה יב'
	עד ששות נוספות	אפשרות לבחירה והעמקה עד ששות נוספות	1. י"ג המחול הפוסט מודרני בארא"ב משנות ה-60 של המאה	40 שעות הלימה 24 שעות – מרכיב הידע והמיומנויות

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנותיות

הפיקוח על המחול

				16 שעות בחירה והעמקה
אפשרות להרחבת והעמקה עד שיעטים נוספות	2 שעות מותך 4	1. י"ד המחול בגרמנית מראשית המאה ה-20. לא יכולו: סעיף 1 - השבעת רعيונות הבאווהאוס		
אפשרות להרחבת והעמקה עד ארבע שעות נוספות	6 שעות מותך 10	1. ט"ו מייצגי מחול ההבעה הגורמי 1. ט"ז מחול עצמוני		
אפשרות הרחבת והעמקה עד 12 שעות נוספות	10 שעות	1. ט"ז מחול עכשווי		
אפשרות הרחבת והעמקה עד 6 שעות נוספות	14 שעות מותך 20	חלק 2 - מחל אטני, מחול ישראל לבסמה, מחל עממי ורוקודי עם	כיתה יב' 20 שעות הלימה 14 שעות – מרכיב הידע והמיומנות 6 שעות בחירה והעמקה	
חלק 3 – מוסיקה למחול				
	20 שעות	3. א. מאפיינים של תולדות המוסיקה האמנויות המערבית 3. א. 1. ימה"ב יצירה אחת – כנסייתית יצירה אחת חילנית 3. א. 2. רנסנס אחד המלחינים המוסיעים בתכנית 3. א. 3. בארוק שתי יצירות במקום שלוש המוסיעות בתכנית. 3. א. 4. התק' הרומנטית שתי יצירות במקום THREE המוסיעות בתכנית. 3. א. 6. המאה ה-20 שני יצירות במקום חמש המוסיעות בתכנית.	כיתה יא' או יב' 30 שעות הלימה	
	6 שעות	3. ב. מוסיקה ישראלית למחל יצירה אחת.		
	4 שעות	3. ג. מוסיקה אטנית ועממית יצירה אחת מכל סוגה		
חלק 4 – אנטומיה יישומית למחול - קינסיאולוגיה				
	6 שעות מותך 16	4. א. אנטומיה ופיזיולוגיה	כיתה יא' או יב' 30 שעות הלימה	
	6 שעות	4. ב. קינסיאולוגיה:		

מדינת ישראל

משרד החינוך

אגף אמנויות

הפיקוח על המחול

		יציבה ותנועה בחיה היוםום במחול - ניתוחי תנוצה ותזונה	
	4 שעות	ג. תזונה 4. ד. היבטים ביכולת הגוףנית הרלוונטיים במחל אלמנטים של פיזיולוגיה של המאמץ לא ייכל ובחינת הברורות תשע"ח	
	2 שעות		

מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנותיות
הפיקוח על המחול

תכנית לימודים במחול – מבוסס על הגרסה אחרונה 2.2.06

התכנית המלאה הוכנה על ידי חברי ועדת התכנית

ד"ר דן רון יו"ר

נורית רון,

סמדר וייס,

שרי כץ זכרוני

תולדות המחול*

טליה פרלשטיין כדורי

שרי כץ זכרוני

סמדר וייס

יעל גריינולד

ישומי אנטומיה למחול – קינסיאולוגיה

דר' אסא שגיא

שליביקלט

דר' אפרת היימן

מוסיקה למחול

שאלול גלעד

נורית רון

נעם בן זאב

בלט קלסי

נטע בלומנטל

איRNAה מרקיש

מריוולן גוטסמן

מחול מודרני

בתניה כהן

זיווה שוחט

יעל מירון

ג'ודי ברקן

כוריאוגרפיה

סמדר וייס

סיקי קול

מורתה ענבר

AMILCAה בר מאיר לייאו

יעל מירון

מחול אתני

נעמי בהט-רצון

יעל מירון

ענת שרון

בתב תנועה

תרצה ספרו

דפנה גיונס

עין יה כהן

מיכל שושני

מחול עממי

ברכה דודאי

יזרעאללה כהנא

איילה גורן

נורית רון

סמדר וייס

**מדינת ישראל
משרד החינוך
אגף אמנויות
הפיקוח על המחול**

עריכת המסמך
נורית רון, סמדר וייס, שרי כץ זכרוני
חנה אדן

ביבליוגרפיה
דר' דן רון

קראו והעירן
דר' נעימה פריבוב
הגב' צופיה יועד, סגנית מנהלת האגף לכ"ל ומנהלת גף תכנים

הדפסה : סיגי
עריכה לשונית: ליאורה הרציג

מתאריך – 9.5.14

הליימה

ד"ר נורית רון
הילה קובייגרו-פנחי
שיריليلוס

חלוקת

ד"ר נורית רון
הילה קובייגרו-פנחי