



## השתלמות הסיפור השלם במחול - ארצי

במסגרת זו של הפיתוח המקצועי נעסוק ביישום מדיניות "ועדת הסיפור השלם" (ועדת ביטון) שמטרתה שכל תלמיד במערכת החינוך יכיר את הסיפור הישראלי השלם הכולל גם את העושר התרבותי, החברתי וההיסטורי של קהילות יהדות ספרד והמזרח. ההשתלמות תעסוק בהעמקת היכרות עם יוצרים אשר שואבים השראה מעולם תנועת שאיננו מערבי ומשלבם אותו באמנותם ותכלול התנסויות באמנות תלוית מקום - במצפה רמון. ההשתלמות כוללת שלושה ימים מרוכזים ובהם התנסות בעבודה עם היוצרים והרקדנים: אורלי פורטל, אבבה יוסף וקרן-אור שרעבי. סדנאות השראה לאומנות תלוית מקום עם שירי בר און, יערה רייך וורד שומרון.

### היכרות עם דרך עבודתה של אורלי פורטל/ אורלי פורטל

התנסות מעשית עשירה ומעשירה של שפת התנועה הייחודית של הכוריאוגרפית והיוצרת אורלי פורטל:

- סדנת מחול צפון אפריקאי - הסדנה תתמקד במחול השבטים המרוקאים, שבט ה-"גנאוה" וה-"ברבר" שבסהרה - צפון אפריקה, מוזיקה וריקוד. היכרות עם ה"דרך" תרגול על הרצפה להכנת הגוף וכיוונו, פירוק ולימוד התנועות הבסיסיות של האגן, מתוך הבנה עמוקה של התנועה וכבוד למסורת עתיקת יומין.
- סדנה בהשראת היצירה "רביע" מחול סופי פרסי מודרני שנוצרה בהשראת רביע אל אדוויה, מיסטיקניית סופית מהמאה ה-8, ומציגה כוריאוגרפיה של טקס סופי על אהבה ואחדות. היצירה נרקדת לצלילי מוסיקה פרסית סופית המוקדשת לשיריו של ג'לאל אל-דין אל-רומי, המשורר בן המאה ה-13.
- סדנה בנושא המחול המיצרי ומחול מודרני, עם היצירה "לילת חוב", ריקוד על שירתה של אום כולתום. הסדנה תתמקד בנושא הוולס שמתחבר ליצירה "פולחן האביב של פריד אל אטרש"
- סדנא מפלדנקרייז לאימפרוביזציה (מודעות דרך ריקוד ATD) בשיעור זה משולבים יסודות מעולמות המחול והאימפרוביזציה ומשיטתו של משה פלדנקרייז. בתהליך ייחודי שבו נתמקד בחקר הגוף בתנועה כדרך להרחבת המודעות העצמית, לשכלול היכולת התנועתית ולמימוש הפרטנציאל היצירתי.



**אורלי פורטל** רקדנית, כוראוגרפית, מורה למחול, מטפלת בתנועה ובקול, חוקרת מחול שבטי (שבטי ה-"גנאוה" וה-"ברבר" במרוקו, פולקלור מרוקאי). פיתחה שפת מחול ייחודית, המתבססת על יצירת תנועה מתוך מצב של הרפיה, המכבדת את התנועתיות הטבעית של הגוף ואת מבנה הנפש והגוף של כל רקדנית ורקדן. יצירתה מציגה פרשנות עכשווית למסורות עתיקות ומשלבת אלמנטים מתחום - ריקודי הבטן, מחול מודרני עכשווי, קונטקט אימפרוביזציה ופלדנקרייז.

בשנת 2009 הקימה את להקת המחול אורלי פורטל עבורה יצרה יצירות מקור, המחברות בין המחול העתיק והביטוי העכשווי תוך יישום התובנות של מחקרה. במשך 25 שנות יצירה עצמאית הופיעה על במות ובפסטיבלים רבים בארץ ובעולם ושיתפה פעולה עם אמנים מובילים מתחומים שונים.

### היכרות עם המחול האתיופני / אבבה יוסף

התנסות מעשית בהשראת המחול האתיופני והאפריקאי:

- סדנא מעשית בעקבות נרטיבים של המחול האתיופני והשימוש בהם כמקור ליצירה.
- סדנא מעשית בריבוי מקצבים Afro-Beat ובמעבר מריקוד אפריקאי מסורתי לריקוד אורבני חדש הפופלארי בעולם היום.
- הרצאה על התווך בין טבע לתיאטרליות, ריטואל חברתי ותור הזהב של התיאטרון הלאומי של אדיס אבבה.

**אבבה יוסף**, רקדנית יוצרת, אוצרת, ומורה למחול. בוגרת בית הספר למחול ואומנויות הבמה במכללת סמינר הקיבוצים. השתלמה במחול מודרני ועכשווי במסגרות שונות בארץ ובמחול אפריקאי עכשווי (Afro Intensive Contemporary Dance) בניו יורק. בשנת 2015 זכתה במענק מטעם משרד התרבות והספורט לקידום המחול האתיופני ובשנת 2017 זכתה בפרס ראשון על כוריאוגרפיה שלה למחול אתיופני מטעם הקרן הקיימת לישראל וקרן קרל מרקס

### היכרות עם שפת המחול הענבלית / קרן אור שרעבי

התנסות מעשית מתוך רפרטואר להקת תיאטרון מחול ענבל אשר משלב אלמנטים מתוך המחול התימני ודיון בדרך עבודתה של הכוריאוגרפית שרה לוי תנאי על הקמת הלהקה, ערכיה ומטרותיה.

**קרן-אור שרעבי**, מורה למחול ורקדנית בעלת תואר ראשון במחול במכללת סמינר הקיבוצים. בוגרת מגמת המחול תלמה ילון, רקדנית באנסמבל בת-שבע, סולנית בלהקת המחול ענבל ורקדנית אורחת בלהקת אלווין איילי.



### סדנת קול ותנועה/ יערה רייך

סדנה מעשית אשר מייצרת חיבור ואינטגרציה בין עולמנו הקולי ותנועת הגוף. באמצעות תרגילי תנועה ונשימה ומתוך חקירה עדינה וקשובה לעצמנו, יתאפשר מפגש ראשוני בין הקול לבין הגוף.

### פעילות אבנים בזריחה/ שירי בר און

הסדנה משלבת הליכה שקטה אל שפת מצוק המכתש ופעילות עם אבנים גדולות המחברות אותנו לאדמה, לעבר ובעיקר להווה בעזרת הנחיות פשוטות לביצוע ונעימות לגוף.

### היכרות עם העיר מצפה רמון דרך מדיטציה בתנועה/ רוד שומרון

בין טבע גוף ואמנות: מדיטציה בתנועה בגן הפסלים מול מכתש רמון. אימון בכלים יומיומיים לחיזוק גוף-נפש, הרפיה, שחרור מתחים וגילוי שמחת חיים בעזרת תנועה, נשימה, מגע, דמיון, קשר לטבע ועוד

### תכנית ההשתלמות

#### יום א' 14.04.2019.

12: 30-13: 00 הגעה, קבלת פנים, כיבוד קל והתארגנות. ניתן להגיע החל מהשעה 12: 00  
13: 00-13: 45 מעגל היכרות והצגת תכני ההשתלמות המלאים/ נופר דויטש  
13: 45-15: 15 נרטיבים במחול האתיופי/ אבבה יוסף  
15: 30-17: 00 Afrobeat, ריבוי מקצבים/ אבבה יוסף  
17: 30-19: 00 המחול האתיופי – דיון וצפייה/ אבבה יוסף  
19: 00-20: 00 ארוחת ערב  
20: 00-21: 30 עבודה עיונית בקבוצות- מחול אתני

#### יום ב' 15.04.2019

06: 30-09: 00 פעילות אבנים בזריחה/ שירי בר און  
09: 00-11: 15 ארוחת בוקר  
11: 15-12: 45 סדנת מחול צפון אפריקאי/ אורלי פורטל  
12: 45-13: 30 כיבוד קל צהריים  
13: 30-15: 00 סדנה בהשראת היצירה "רביעי" מחול סופי פרסי מודרני/ אורלי פורטל  
15: 30-17: 00 מחול מיצרי- מודרני- וואלס/ אורלי פורטל  
17: 30-19: 00 מפלדנקרייז לאימפרוביזציה (מודעות דרך ריקוד ATD)/ אורלי פורטל  
19: 00-20: 00 ארוחת ערב  
20: 00-21: 30 סדנת תנועה וקול/ יערה רייך



**יום ג' 16.04.2019**

08:00-09:30 ארוחת בוקר

09:30-11:00 מדיטציה בתנועה בגן הפסלים/ ורד שומרון

11:15-12:45 היכרות עם שפת המחנות הענבלית/ קרן-אור שרעבי

12:45-13:30 סיכום ההשתלמות/ נופר דויטש

### **מקום ההשתלמות**

ההשתלמות תתקיים במשך שלושה ימים מרוכזים ב- [ibex](#) מצפה רמון. הלינה והארוחות יתקיימו במקום.

### **היקף ההשתלמות**

מוכר לצורך קידום מקצועי בהיקף של 30 שעות עם ציון במסגרת "אופק חדש" בדרגות 1-6 ובמסגרת "עוז לתמורה". מותנה בהרשמה ליומן ההשתלמות, הגשת עבודה ותשלום של 15 ₪ למרכז פסג"ה מצפה רמון.

### **אוכלוסיית יעד**

מורים מקצועיים למחול בלבד

### **מחיר ההשתלמות וקישור להרשמה**

הרשמה בשני שלבים :

1. תשלום של 650 ₪ ל- [ibex](#) יש לציין שמדובר בהשתלמות הסיפור השלם במחול. המחיר כולל לינה, ארוחות בוקר וערב וכיבוד קל בצהרי היום. ללא לינה עלות ההשתלמות הינה 300 ₪
2. הרשמה ליומן ההשתלמות ותשלום של 15 ₪ למרכז פסגה רמון בקישור הבא – [ראו כאן](#)

### **לפרטים נוספים בנושא השתלמות:**

נופר דויטש [nofaraway77@gmail.com](mailto:nofaraway77@gmail.com)

הפיקוח על החינוך למחול [dance\\_educ@education.gov.il](mailto:dance_educ@education.gov.il)

