

מושגים בסיסיים: מהו מחול ומהי יצירת מחול?

כוריאוגרף - היוצר שאחראי על כל מרכיבי יצירת המחול.

משפט תנועתי - סידרה קצרה של תנועות.

שפה תנועתית - חיבור של המשפטים התנועתיים, ה"מילון" התנועתי הייחודי של היצירה, טכניקת המחול הספציפית שמשתמשים בה והסגנון (קלאסי, מודרני, אחר).

סוגי מחול מרכזיים - הינם הבלט הקלאסי והמחול המודרני. סגנונות בולטים אחרים הינם: מחול עכשווי, תיאטרון מחול, ריקודי רחוב, פלמנקו ועוד.

הרעיון המרכזי - המוביל את הכוריאוגרף. יכול להיות סיפור, רגש, תוכן ומסר או רעיון מופשט.

מרחב - חלל הבמה בו נעים הרקדנים והשימוש שהם עושים בו. מעניין לשים לב האם הרקדנים נעים במקום אחד, מתקדמים בחלל במסלולים, יוצרים מבנים (שורות, טור) משתמשים ברמות גובה שונות (גבוה - עמידה וקפיצה, בינוני -כיפוף רגלים, נמוך רצפה).

הרקדנים - בלתי אפשרי להפריד בין הרקדן והריקוד. הם היצירה וכלי הביטוי בו זמנית בניגוד לאמנויות אחרות. הם שמאפשרים לכוריאוגרף להביע את עצמו ולעיתים גם משתתפים בתהליך יצירת המחול. מעניין לשים לב ליכולות הטכניות ורמת המיומנות הגופנית של הרקדן ולנוכחותו. מה ההכשרה שלהם (קלאסי, מודרני, אחר)? לאיכויות התנועתיות, לשרירים, הזיעה וכו'. יש לשים לב למספר הרקדנים, החלוקה המגדרית (כמה בנים וכמה בנות?).

הלווי המוסיקלי - של המחול יכול להיות קטע מוסיקה קיים או מוסיקה המולחנת במיוחד למחול. התנועות יכולות להיות מותאמות למוסיקה בדיוק רב, בצורה חלקית או להיות מנוגדות למוסיקה (תנועה איטית בלווי מוסיקה מהירה) המוסיקה תורמת ליצירת המכלול האמנותי השלם.

התלבשות והתפאורה - גם הם משלימים את החוויה האמנותית. הכוריאוגרף מחליט על צבע ועיצוב התלבשות, מה תהיה התפאורה או האם בכלל תהיה, צורת הבמה והישיבה של הקהל ועוד. כל החלטה כזאת היא מכוונת ויוצרת משמעות.

מה אנחנו חווים במהלך מופע מחול?

אמנות המחול במהותה היא מופשטת מאחר שהיא מבוססת על תקשורת לא מילולית שבדרך כלל נושאת משמעות עמוקה. עם זאת, המחול הוא גם גשמי מעצם העמדת הגוף במרכז ההבעה. אנו חווים את גוף הרקדן החי, את שריריו, תנועתו, זיעתו ועל ידי גופנו והחושים, אנו חווים את הריקוד. הצפייה במחול אינה מחייבת להבין את הנראה, אלא לחוש, לדמין ולהרגיש את מה שמתעורר בנו לאחר תפיסת המחול. החוויה האמנותית מכוונת להשאיר מקום לפרשנות אישית של הצופה, שבוחר על מה להסתכל ובמה להתמקד. לכל צופה, בעקבות זאת, נוצרת חוויה ייחודית ואישית.

כיצד נוצרות יצירות מחול?

הרקדנים מתפרנסים מעבודתם, המחול הוא מקצועם וייעודם המקצועי הוא להעלות יצירות מחול ולהופיע איתן. יצירה של מופע מתחילה בעבודה פרטנית בסטודיו על כל חלק בנפרד. לאחר מכן מתקיימות חזרות בהן היוצר מעיר הערות לרקדנים ומתקן אותם. השלב הוא הוא חזרות מלאות, כלומר הרצת כל המופע ללא הפסקות, לעיתים מול קהל וללא תלבושות ותאורה. השלב הבא הוא מופע שלם ללא תאורה והשלב הסופי הוא מופע על הבמה עם כל האמצעים בכל אחד מהשלבים הללו, עוד בטרם גיבוש המופע הסופי, אפשר לצפות ואכן, אף אתם תצפו במופע סטודיו שאינו כולל תאורה.



בסטודיו
הבימתיים.
ולהנות.

מה מייחד את המחול העכשווי?

ביצירות מחול קלאסיות, הבימה נתפסת כייצוג העולם הבדוי שבו מתרחשת העלילה. הדרמה המועלית בשפת המחול מוצגת כאירוע נפרד מהמציאות של הצופים, ולכן היא מוצגת באולם, במרחב ייעודי, שבו קיימת הפרדה בין חלל התנועה של הרקדנים ובין חלל הצפייה. יותר מכך, החלל שבו מתרחשת היצירה מוגבה על בימה, וזאת מתוך חלוקה בולטת: עולם האמנות מזה ועולם היום-יום מזה. המחול העכשווי מערער על תפיסה בימתית זו. יצירות רבות של המחול העכשווי נמנעות במכוון מהפרדה חותכת בין חלל הריקוד לחלל הצפייה. טשטוש גבולות זה מושתת על התפיסה שלפיה הצופה הוא שותף פעיל ליצירה, והתיחום בין עולם האמנות ועולם החיים מועמד בלי הרף בסימן שאלה.

מופע המחול "It's Now. It's never"



כוריאוגרפיה: דפי אלטבב
שותף ליצירה: ניני משה
מוסיקה: רעות יהודאי וגל הוכברגר
תלבושות: מלי אביב
משך הופעה: 50 דקות
קהל יעד: חטיבה עליונה

על המופע: בקיץ 2016 הוזמנו דפי אלטבב וניני משה ליצור יצירה עבור פסטיבל המחול הבין לאומי בארה"ב ADF. בקיץ זה נוצר גרעין היצירה הראשוני של It's Now. It's Never. לאחר שנה החליטו לחקור ולהעמיק ברעיון היצירה ולפתוח אותה מחדש עם שמונה רקדנים ישראלים.

It's Now. It's Never היא יצירת מחול באורך מלא העוסקת בזיכרון. בכל פעם שאנחנו מספרים זיכרון שלנו, אנחנו משנים פרט אחד מתוך הסיפור. ככל שנתרחק מהזיכרון עצמו, מה שנספר לעצמנו יתרחק יותר ויותר מהזיכרון המקורי. ביצירה זו, נרקמים זה בזה תשעה זיכרונות שונים לכדי סיפור אחד.

<https://www.youtube.com/watch?v=yiYIKGdGQw4>



על דפי אלטבב: רקדנית וכוריאוגרפית ישראלית, בוגרת מחלקת המחול של סמינר הקיבוצים, זוכת פרס שרת התרבות שנתיים ברציפות (2013-2014), פרס רוזנבלום כיצרת מבטיחה (2014) בוגרת בית הספר לאמנויות המחול של מכללת סמינר הקיבוצים. יוצרת מחול משנת 2005. המנהלת האמנותית והכוריאוגרפית של "קבוצת המחול של דפי אלטבב" שהשתתפה בפסטיבלים "הרמת מסך", "אינטימדאנס", "חשיפה בינלאומית", "מחולוהט", פסטיבלים בינלאומיים בגרמניה, סין, ברזיל, צרפת, סלובקיה, איטליה, רוסיה, ליטא ועוד.

הכנה לקראת הצפייה במופע

פעילות מס' 1

מופע ייחודי זה מאת דפי אלטבב מדבר על זיכרונות ועל דרך בה אנחנו תופסים זיכרונות. הכוריאוגרפית לוקחת את הנושא של זיכרון אנושי והופכת אותו למופע מחול. העבודה מוקדשת לבדיקת מערכות יחסים בין נשים לגברים. המופע מתאר מציאות בה כפי שאיננו יכולים לפסוע באותו נהר פעמיים, זיכרונותינו משתנים בכל פעם שאנו משחזרים אותם. כל זיכרון אשר קיים אצלנו נצבע במוחנו על-פי כמות הפעמים ששחזרנו אותו ובכל פעם שזיכרון נלקח ממדפיי מוחנו, הוא חוזר אליהן שונה במקצת.

הרקדנים שמופיעים ביצירה זו, מגיעים מאסכולות ומרקעים שונים. כל אחד מהרקדנים מביא אתו חוויה אישית פיזית שאלטבב מפתחת. השפה התנועתית בעבודה זו היא עכשווית ומופשטת. התנועה משקפת סיפורים של הרקדנים. לאורך היצירה, הכוריאוגרפית נותנת ביטוי תנועתי לכך שהגוף שלנו זוכר דברים מסוימים. האירועים שנחוו במהלך החיים יכולים סתם כך להישכח, אבל בפועל, גם אם הזיכרון מחק את החוויה לחלוטין בהליך פסיכולוגי של הדחקה, הגוף שלנו זוכר את הכל ודרך המגע מתעוררים הזיכרונות.

עצמו עיניים ונסו להיזכר בחוויות שונות שעברתם במהלך חייכם. איזו חוויה הייתה לכם בצו ראשון בצבא? מהו הזיכרון הגופני מבדיקות רפואיות שעברתם? מה הרגשתם כששמעתם אזעקה? איזה תחושות עולים בכם כשאתם נזכרים בחיבוק של אמא מהעבר הרחוק כשעדיין הייתם בגן או בכיתה א'? מהו הזכרון הכי "חזק" שעולה לכם מתת מודע כשאתם עוצמים את העיניים? מהו הזכרון הגופני מהאירוע הספציפי הזה: שמחה/פחד/רעד/אושר/שיתוק/צמרמורת ועוד. האם אתם זוכרים את כל הפרטים מאותו האירוע או שחלק מהפרטים נשכחו?

* ניתן לקיים בכיתה דיון בנושא, במידה שהתלמידים רוצים לשתף.

פעילות מס' 2

אחרי שהמורה מסביר על הנושא של היצירה (זיכרונות) ועל הטיפול התנועתי הייחודי של דפי אלטבב (ראה התחלה של פעילות מס' 1) ניתן לדבר עם התלמידים על הכוריאוגרפיה.

מחול עכשווי הוא מופשט בדרך כלל. גם בעבודה זו על המוסיקה הנעימה והמוכרת של אלוויס פרסלי, נעים הרקדנים בתנועות יחסית פשוטות, חלקן יומיומיות בסדרת קטעים לפעמים באוניסונו (ביחד) לפעמים בקבוצות קטנות, בסולו או בדואטים.

אלטבב לא נותנת לנו עלילה ברורה להיאחז בה, היא לא מאכילה אותנו בכפית, היא רק מכוונת אותנו אל הנושא הכללי, לכן הקהל שרואה את העבודה הופך להיות צופה פעיל עם התרשמות אינדיבידואלית שנותן בעצמו את הפרשנות ליצירה מתוך עולמו הפנימי.

בקשו מהתלמידים לחשוב על זכרון/חיה/דמות מסוימת. כל פעם בחרו בתלמיד אחר שיראה בפנטומימה את מה שהוא חשב עליו בפני הכיתה ללא מילים (כמו במשחק הפנטומימה). אילו מצבים הכיתה הצליחה לנחש בקלות? מה היה קשה? איזה תנועות היו תנועות מפתח שעזרו לפענח את החידות?

שאלות למחשבה לאחר הצפייה במופע

לאחר שתחזרו מהמופע תנהלו דיון בכיתה על מה שראיתם. מה נגע בככם? מה אהבתם? מה עיצבן איתכם? מה דמיינתם? איזה אסוציאציות מתוך העולם הפנימי התעוררו אצלכם? האם היו תנועות מפתח ספציפיות בעבודה שעזרו להבין את הזכרונות? האם אהבתם את המוסיקה בעבודה?

הידעת? להורים:

שורשי הטיפול בתנועה ומחול כתחום ממוסד התפתחו במקביל לצמיחת של המחול המודרני בתחילת המאה ה-20. מרבית החלוצים של הטיפול בתנועה ומחול החלו את הקריירה שלהם כרקדנים במחול מודרני. ניסיונם כרקדנים שהופיעו על במה וכמורים למחול, הוביל אותם להבנת היתרונות החבויים בשימוש בתנועה כסוג של פסיכותרפיה. החידוש שלהם היה התובנה כי ניתן לקשר את ההבעה התנועתית של הרקדן לתוכן רגשי-נפשי.

בתחילת שנות ה-40 יישום הטיפול במחול היה מוגבל בעיקר לבתי חולים פסיכיאטריים. בשנות ה-50 החל להתפתח סוג חדש של תרפיה במחול, רקדנים לשעבר החלו ליישם את הטיפול בתנועה בסטודיו הפרטי שלהם, הם המשיכו את יישום הטיפול בתנועה גם על אנשים נורמטיביים. החלוצים המשיכו לחקור את הכוח של התנועה והמחול ככלי פסיכו-תרפויטי, הם חיפשו הבנות נוספות על טבע האישיות וכיצד זו מושפעת ומשפיעה על הגוף הנע והרוקד. מחקריהם המוקדמים הובילו אותם לבחון מסגרות תאורטיות קיימות, במיוחד בפסיכולוגיה, באמצעותן יוכלו ליישם את הידע האינטואיטיבי שלהם ולקדם את השימוש בטיפול בתנועה ככלי פסיכו-תרפויטי; למעשה, הדיסציפלינה של התרפיה בתנועה שהתפתחה בשנות ה-40 ושנות ה-50, פותחה מתוך השילוב של המחול המודרני עם התאוריות קיימות בפסיכולוגיה.