



תכנית לימודים מגמת מחול 5 יח"ל

כיתה י"ב	כיתה י"א	כיתה י'
4 ש"ש קלאסי	4 ש"ש קלאסי	4 ש"ש קלאסי
4 ש"ש מודרני	4 ש"ש מודרני	4 ש"ש מודרני
4 ש"ש כוריאוגרפיה	2 ש"ש כוריאוגרפיה	2 ש"ש כוריאוגרפיה
2 ש"ש תולדות מח'	2 ש"ש תולדות המחול	2 ש"ש תולדות המחול
	1 ש"ש מוסיקה למחול	1 ש"ש אנטומיה יישומית למחול

כיתת רסיטל 2 ש"ש בשבוע למצטיינות בלבד.

מבחני בגרות ויחידות לימוד

מקצועות עיוניים:

בגרות בי'	כיתה י'	1/2 יח"ל	יישומי אנטומיה למחול
בגרות בי"א	כיתה י"א	1/2 יח"ל	מוסיקה למחול
בגרות בי"ב	י"ב	2 יח"ל	תולדות המחול

מקצועות מעשיים:

בגרות בי"ב	י"ב	1 יח"ל	בלט קלאסי ומחול מודרני
בגרות בי"ב	י"ב	1 יח"ל	כוריאוגרפיה

כיתת רסיטל, כיתת מצוינות לתלמידות נבחרות, תוספת של 5 יח' לימוד (הבחינה מעשית בלבד, בכיתה יב')

שעות העשרה:

צפייה במופעי מחול מהארץ ומחול"ל.
סדנאות של מורים אורחים וכוריאוגרפים עכשוויים.
השתתפות בכנסי מחול ארציים.

תנאי קבלה למגמה:

רקע בבלט קלאסי ובמחול מודרני של לפחות 4 שנים.
בדיקות רפואיות (נערכות בתחילת כיתה י')
מבחני קבלה בבלט קלאסי, מחול מודרני ויצירה

תשלום:

ההשתתפות במגמה כרוכה בתשלום



מקצועות לימוד מגמת מחול לבגרות 5 יח"ל

בלט קלאסי: טכניקת הבלט הקלאסי מבוססת על כוח, גמישות וזרימה. הבלט מעמיד את הגוף נדבך על גבי נדבך ומגדיל את טווח התנועה של המפרקים. הטכניקה הקלאסית מפתחת מודעות גוף, משכללת את היכולת הוירטואוזית של התלמידות ומעצימה את יכולתן להשתמש בשפה סגנונית מוגדרת.

מחול מודרני בטכניקת קנינגהם: השיעור המודרני בטכניקה זו בנוי בעיקרו בעמידה. מטרתו לשכלל את המיומנות והיכולת הגופנית של המשתתפים תוך זיהוי אפשרויות התנועה של כל איבר ואיבר ופיתוח פעולתם של איברים בתיאום. ראשיתו של השיעור למתחילים בעבודת רצפה והמשכו בעמידה והתקדמות במרחב. התנועה זורמת תוך דגש על שבירת הסימטריה הטבעית של הגוף במטרה לפתח ולשכלל חשיבה גופנית מודעת למורכבויות של תנועה המושפעות מכיוונים, שינויי רמות גובה, מרחב ומקצבים מוסיקליים משתנים.

כיתת רסיטל: טכניקת "HORTON" לתלמידות מצטיינות המעוניינות לגשת לבחינת הרסיטל המקנה 5 יח לימוד נוספות, הבחינה מעשית בלבד בקלאסי מודרני ורפרטואר. התלמידות נבחרות על ידי צוות מורות המגמה מכל השכבות.

כוריאוגרפיה: אמנות חיבור היצירה (קומפוזיציה), העוסקת בפיתוח יצירתיות, הבנת מרכיבי הכוריאוגרפיה ושכלול שפה אישית ומקורית של התלמידות. תוך שימוש באלתור וחקירת מושגים יסודיים במחול ויצירה, עבודה יחידנית ובקבוצות משתנות, עבודה עם אביזרים, טקסטים ומוסיקה בסגנונות וגישות שונות, לומדות התלמידות את מרכיבי השפה הכוריאוגרפית ואת היבטי המופע.

יישומי אנטומיה למחול: הבנת התאמת הגוף לתנועה ומאמץ, הכרת מערכות הגוף: שלד, שרירים, ואופן תפקודם בהקשר לעבודת הגוף במחול. פציעות ספורט ותזונה. השיעור מועבר על ידי מצגות ובלמידה חווייתית בשילוב שעורי פילטיס.

מוסיקה למחול: תכנית המוסיקה למחול מכוונת להפגיש את התלמידות עם מושגי יסוד ומרכיבים בתחום המוסיקה המערבית ועם רפרטואר מוסיקלי היסטורי. התכנית בנויה משני חלקים: מושגים ומרכיבים במוסיקה וזיקתם למחול, והיבטים תיאורטיים בתולדות המוסיקה וזיקתם למחול.

תולדות המחול: תכנית הלימודים בתולדות המחול עוסקת בסקירה היסטורית של המחול במערב. התכנית מאפשרת התבוננות מושכלת וביקורתית במחול כמשקף היבטים חברתיים, תרבותיים ואמנותיים של התקופות השונות. התכנית מציגה היבטים היסטוריים, אסתטיים, פילוסופיים, חברתיים ואנתרופולוגים בחקר והבנת יצירות מחול והתפתחותן באמצעות צפייה וניתוח יצירות מחול בוידיאו וקריאת טקסטים (על התלמידות בכיתה י' לרכוש מקראה שנערכה בבית הספר לשלושת השנים).



צוות מגמת המחול

הילה סבר בהט - רכזת המגמה, בלט קלאסי, כוריאוגרפיה ויישומי אטומיה למחול.

רנה בדש - מחול מודרני

דר' יעל (ילי) נתיב - תולדות המחול ומוסיקה למחול

עינב אשל - כוריאוגרפיה

אילנה שטייאר-עומר - בלט קלאסי ואחראית כיתת רסיטל

ליווי בפסנתר - אינה קוסוב

הילה סבר-בהט – בוגרת ביה"ס למחול 'בת-דור', רקדה ולימדה בלהקת 'קול ודממה', ממקימי להקת 'גופים מדברים', בוגרת סמינר הקיבוצים בתנועה ומחול, בעלת תואר ראשון בחינוך, בעלת תואר שני ב"אוריינות חזותית" ממכללת סמינר הקיבוצים. מורה לפילטיס ובעלת סטודיו פרטי. מנחת סטאג' למורות בהוראת מחול.

ד"ר יעל (ילי) נתיב – בוגרת התיכון שלייד האקדמיה למוסיקה ולמחול ע"ש רובין בירושלים במגמת מוסיקה וסמינר הקיבוצים בתנועה ומחול. תואר ראשון בכוריאוגרפיה מאוניברסיטת הסורבון בפריס, תואר שני בחינוך ויצירתיות מהמרכז הבינתחומי באוניברסיטת סן-פרנסיסקו. לימדה מחול מודרני, כוריאוגרפיה וקורסים עיוניים בתחומים הנושקים למחול באירופה, ארה"ב וישראל. סיימה את עבודת הדוקטורט שלה בנושא "קהילה מסדר שני": גוף אתיקה ומגדר במגמות מחול בבתי ספר תיכוניים בישראל" במגמה לסוציולוגיה של החינוך, בבית הספר לחינוך באוניברסיטה העברית בירושלים ומשמשת שם כמרצה.

רנה בדש – כוריאוגרפית עצמאית, מורה למחול מודרני-עכשווי וקומפוזיציה במגמות מחול בחטיבות עליונות ובבית הספר לאמנויות המחול, סמינר הקיבוצים. מאמנת אישית. רקדה ב"תיאטרון מחול רינה שיינפלד" וב"מאגמה קבוצת מחול". השתלמה, בין השאר, בבית הספר למחול של מרס קנינגהם, ניו-יורק, וב"לאבאן סנטר" לונדון. שותפה בהשתלמויות מורים. בעלת תואר B.ed בחינוך למחול, מכללת סמינר הקיבוצים, M.A. בתכנית הבין-תחומית לאמנויות, אוניברסיטת תל-אביב. סיימה את כתיבת הדוקטורט.

עינב אשל – בוגרת מגמת המחול בתיכון מוסינזון, למדה בהולנד בארטז תואר ראשון באומנויות, התמחות למחול וכוריאוגרפיה. תואר בהוראת מחול ממכללת סמינר הקיבוצים. רכזת מחול בקאנטרי קהילתי בנווה שרת, תל אביב. הופיעה בפסטיבלים בצרפת בלגיה, הולנד וגרמניה. יוצרת ואומנית פעילה.

אילנה שטייאר – עומר – מורה למודרני בשיטת "Horton", למדה והשתלמה בניו יורק, בלהקתו של אלווין איילי. לימדה בבית הספר צעדים, בביכורי העיתים, ומלמדת מודרני במגמה ברחובות. מעבירה שעורים לרקדן מצטיין ומלגות שונות. מלמדת בלט קלאסי ואחראית על כיתת הרסיטל, כיתת מצוינות, אשר התלמידים נבחרים אליה ע"י המורים (התשלום מסובסד אך באחריות ההורים).



תקנון מגמת המחול

1. על התלמידות להגיע לשעורי טכניקה לבושות בהתאם לסגנון השיעור:
בלט קלאסי: בגד בלט, גרביון בהיר, נעלי בלט.
מחול מודרני: בגד בלט, גרביון ללא כף רגל, ללא נעליים.
כוריאוגרפיה: בגד גוף, גרביון או מכנסי טרנינג צמודים, חולצת T צמודה, גרביים ומחממים בחורף, מחברת כתיבה.
לכל השיעורים: שיער אסוף, ללא תכשיטים.
2. על התלמידות להגיע כמה דקות לפני תחילת השיעור לכל השיעורים ובמיוחד בשיעורים מעשיים בכדי שתספיקנה להתלבש.
3. על התלמידות להקפיד להביא את ציוד וספרי הלימוד הנדרשים במקצועות השונים.
4. על התלמידות לשמור על ניקיון הסטודיו, לאכול רק במקומות המיועדים לכך ולהשליך את הפסולת לפח.
5. הודעות תעבורנה מן המורות אל התלמידות באמצעות דף קשר שיחולק בתחילת השנה.
6. במידה ויש לתלמידות הצעות, תלונות, בעיות או תגובות הן מתבקשות לפנות לרכזת המגמה או לאחת המורות בצוות.
7. תקנות זה עומד לצד תקנון בית הספר ומהווה לו תוספת ייחודית למגמת המחול.