



ירון מישר

עשו כמוני = העתק-הדבק

דברור נכון של הצעות



הקבועה שלנו בימי שלישי בדיזינגוף סנטר. להצטרפות לקבוצת האטסאפ: <https://bit.ly/3EIHERR>

איך בוחרים ריקוד ללימוד

א יזה ריקוד אלמד הערב בקבוצה אותה אני מדריך? זו שאלה בפניה ניצב כל מדריך, יומיים, יום, ואולי רק שעתיים לפני תחילת המפגש.

מהם השיקולים ששוקל המדריך בבואו לבחור ריקוד(ים) ללמד במפגש:

- א. יש לחץ מצד רוקדים ללמד את הריקוד שאתמול או לפני שבוע למדו בהרקדה אחרת.
- ב. לחץ מצד מחברי ריקודים, הלוחצים ללמד כבר היום את הריקוד שחיברו אך "אתמול", או לפני שבוע.
- ג. שמעתי ממדריכים אחרים שאצלם הריקוד תפס מצוין.
- ד. חיברתי ריקוד חדש ואני רוצה לנסות אותו על קהל הרוקדים שלי.
- ה. "הרוב קובע". הריקוד נרקד כבר בהרבה מקומות אחרים.
- ו. השיר כל כך יפה... (האם ניסית לרקוד את הריקוד? להבין את הצעדים?)
- ז. ההבנה שלך, המדריך/ה, מה נכון עבור הקבוצה שלך.

הסעיף האחרון הוא החשוב, אך נראה שהוא ברוב המקרים, אינו נמצא במקום הראוי לו.

כאשר אני למדתי בקורס למדריכים, בשנות השבעים (אז עדיין קראו לנו "מדריכים" ולא "מרקידיים"), למדנו שריקוד שאנו מלמדים בשבוע הנוכחי, עלינו לחזור וללמד אותו גם בשבוע שלאחר מכן. אולי מי מהרוקדים החסירה שיעור, וגם אלה שלמדו פעם אחת, בהחלט ראוי שילמדו שוב, יחדדו דקויות, ועוד... מי נוהג כך כיום?

אין ספק שזו הדרך הנכונה. איני יודע האם רבים מהמדריכים אכן נוהגים כך כיום. אני מקווה שעדיין כן. אני יודע שיש המלמדים בערב אחד גם ריקוד מעגל וגם ריקוד זוגות, ואם יש לחזור וללמד ריקוד או שניים שנלמדו בשבוע הקודם (כפי שצריך להיות), אז קיבלנו 3 או 4 הפסקות בערב עבור הדרכה... וכך לא מספיקים סתם לרקוד וליהנות...

שיטות הדרכה

א. השיטה הישנה, הנכונה

בעבר, ריקוד חדש נלמד בהתרגשות גדולה, כמעט בחרדת קודש. להדרכה הוקדש זמן לא מועט ועשינו חזרות ושינון. מעולם לא שמענו מהמדריך/ה משפטים מרגיעים כמו: "חמש דקות וגמרנו..."

**לרוקדים אין
סבלנות ללמוד
ריקודים ולכן
רבים רוקדים
ב"העתק-הדבק"**

או "זהו! עוד כמה צעדים... אנחנו כבר בסוף הריקוד", או "עוד 2 דקות וסיימנו", או "רק עוד חלק אחד קטן", ועוד מיני התנצלויות שכאלה, כביכול הרוקדים סובלים בהדרכה ועלינו להדגיש שהנה כבר-כבר ה"סבל" מסתיים.

למדנו והכרנו שמות של צעדות וכך הייתה לנו "שפה משותפת" עם המדריך. ההדרכה הייתה יסודית. כל צעדה או חלק מהריקוד הוצגו פעם ואפילו פעמיים. רק לאחר מכן הרוקדים נדרשו גם לבצע עם המדריך את החלק הנלמד בקצב איטי ואחר כך מהר יותר.

הרוקדים השתדלו להפנים את הצעדות החדשות, את הסדר שלהן בריקוד, את המבנה הכללי של הריקוד - החלוקה לצעדות, לחלקים ל"בתיים" ולמבנה הריקוד השלם - וכך ללמוד ולזכור את הריקוד כראוי. בסוף, לאחר שכל חלקי הריקוד נלמדו, הריקוד המלא נרקד ללא מוזיקה תוך כדי הדרכה.

היכן לומדים כך היום?

ב. השיטה החדשה

כיום, כשהמדריך מראה את החלק אותו הוא עומד ללמד, הרוקדים (חסרי הסבלנות) מבצעים איתו ביחד את הצעדות, עוד לפני שראו והבינו את מבנה החלק האמור להילמד. בדרך זו הם לא לומדים, הם מעתיקים.

האם כך ניתן באמת ללמוד ולהפנים את צעדי הריקוד, את המבנה הכללי, את סדר החלקים? ודאי שלא אבל למי איכפת?

כך נולדה שיטת "עשו כמוני" וריקודים שלמים נרקדים בדרך של חיקוי.

הנחיות תוך כדי הריקוד הינן כלי עזר חשוב ביותר. דקלום הצעדות תוך כדי כך שהן נעשות בפועל אינו נותן לרוקד כל אפשרות להיעזר בהדרכה כזו.



הקבועה שלנו בימי שלישי בדיזינגוף סנטר. להצטרפות לקבוצת האטסאפ: <https://bit.ly/3EIHERR>

עשו כמוני

שיטת "עשו כמוני" נולדה בגני הילדים. מישהו יצר "תורה" שלמה המבוססת על חיקוי. הילדים אינם לומדים מקצבים, צעדות, חלקים של ריקוד וריקוד שלם. הם לומדים "לעשות כמו המדריך" - לראות אותו ולחקות את מעשיו. לדעתי, כך לא נכון ללמד לא את הדור הצעיר, ולא אף אחד... אך נעזוב כעת את גני הילדים.

רוקדים רבים "מבלים" את רובו של ערב ההרקדה בהעתקת צעדים חפזים מאחרים שאולי יודעים את הריקוד כראוי ואולי לא... לצערי גם אני רוקד כך כי אינני הולך בכל ערב לרקוד...

כאן יש תפקיד למדריכים בחוגים, היכולים באמצעות "דברור צעדים" נכון, תוך כדי הריקוד, לעזור רבות לרוקדים. אני יודע שיש מדריכים העושים זאת נכון, אך מתצפית שעשיתי, רבים לא נוהגים כך. את דברור הצעדים צריך לעשות נכון.

הנחיות תוך כדי הריקוד הינן כלי עזר חשוב ביותר. דקלום הצעדות תוך כדי כך שהן **נעשות בפועל** אינן נותן לרוקד כל אפשרות להיעזר בהדרכה כזו. אין אפשרות להתכונן ולבצע צעדה אם אנחנו מתארים את מה שאנו עושים בזמן אמת, תוך כדי העשייה בפועל.

ספירת פעמות בקצב הריקוד (1,2,3,4...) ו/או הנחייה באמירות של: "ימין, שמאל, שהייה, ימין, שמאל ימין, ושוב שמאל, ימין" וכו', אינן מועילות לרוקד. לרוב הצעדות בהן אנו משתמשים יש שמות, יש מונחים אותם הרוקדים צריכים להכיר ולהבין ובמונחים אלה יש להשתמש.

כאשר המדריך עושה "שיכול חילוף" ואומר זאת תוך כדי העשייה, הרוקדים למעשה אינם משתמשים במוחם ובמחשבתם כדי לדעת מה לעשות, הם אינם מפנימים את הצעדה ואת מקומה במבנה השלם של הריקוד, אלא פועלים בשיטת "העתק-הדבק". כך לא ילמדו לרוקד.

דברור הצעדים צריך להיעשות כך **שיוביל את הרוקדים** אל הצעדה הקרובה. יכין אותם מראש לקראת מה שהם אמורים לבצע. יש לומר את שם הצעדה ב"פאזה" אחת לפני שהגיע הזמן לביצועה ולא תוך כדי עשייתה בפועל בריקוד.

בדרך זו הרוקדים המיומנים יכולים לרוקד מבלי להסתכל על המדריך, תוך שהם מעבדים את הנאמר בעזרת המוח ו"משדרים" לרגליהם את מה שעליהם לבצע.

ניתן לראות זאת בוידאו כאן: <https://youtu.be/qEe2XYAAgl>

שאלות קיטבג

יש מדריכים הנוהגים לשאול את הקהל הלומד שאלות. אלה שאלות מיותרות, שלמעשה נועדו לעזור למלמד/ת להרוויח זמן כדי לחזור ולחשוב בראש מה רצוי כעת להגיד/ללמד.

שאלות כמו: "הבנתם?" "זה ברור?" "להסביר שוב?" "מי לא הבין?" וכו', הן **שאלות קיטבג** מיותרות לחלוטין! מדריך מקצועי מתבונן על כלל הרוקדים ורואה האם רובם קלטו את הנלמד, והאם יש לחזור וללמד את החלק הנלמד שוב, או רק לחזור עליו בתרגול או להמשיך הלאה.

מדריך טוב רואה את כלל הרוקדים ויודע להחליט איך להמשיך. לשאלות הנ"ל מקבלים (אם מקבלים) המון תשובות שהמדריך כלל לא מסוגל ולא ערוך להאזין להן.

המונחים והשפה

והשפה - אוי השפה... לא יתכן שמורה בבית הספר יאמר, למשל, "אני מבקש **ארבע** בנים אל הלוח". זה נורא לשמוע כך, או "תעשו סירטש" (חיפוש) באינטרנט כדי למצוא מידע? זו לא עברית! כך מורה לא אמור לדבר אל התלמידים! ואנחנו צריכים להתייחס למקצוע ההדרכה שלנו בכבוד! לא מספיק שהרוקדים מבינים את הכוונה.

"צ'ה צ'ה" ו"מים" אינם מונחים נכונים. לעומת זאת "צעדת חילוף" ו"שיכול חילוף" זו שפה נכונה.



ירון מישר בהרקדת משפחות בבית הספר היהודי "לאודה-רעות" בבוקרשט, רומניה

דברור הצעדים צריך להיעשות כך שיוביל את הרוקדים אל הצעדה הקרובה. יכין אותם מראש לקראת מה שהם צריכים לבצע



הדרכה בגן ילדים



ירון מישר בהרקדת משפחות במתחם שרונה בתל אביב

"דילוג" מורכב משתי פעמות מוזיקליות (צעד וניתור על אותה הרגל) ושונה מ"ניתור" בו אנו מתרחקים מהקרקע ונוחתים על אותה הרגל (או על שתי רגליים) ואילו "קפיצה" הינה הינתקות מהקרקע ונחיתה על הרגל השנייה. "שיכול חילוף" מתחיל בשיכול בעוד "חילוף שיכול" מתחיל בפתחה. "צעדת רדיפה" מורכבת מ-2 פעמות (רגל לפנים והרגל השנייה מצטרפת אליה. זוהי למעשה צעדת צימוד שמבוצעת לפנים ולא הצידה.

רצוי מאוד לדבר עברית נכונה ("צעדת חילוף" ולא "צ'ה צ'ה"; "שיכול חילוף" ולא "מים"; "פנייה מינה" ולא "חצי פנייה ימינה" (חצי פנייה זה 45%); "סיבוב שמאלה" ולא "סיבוב דרך כתף שמאל"; ועוד ועוד... כן! שמות המונחים חשובים, השפה של המדריך רצוי שתהיה תקנית ונקיה.

צריך להספיק הרבה

הצורך של המרכזים בארץ (צורך מדומה לחלוטין) להספיק לרקוד הרבה ריקודים במפגש השבועי מביא להדרכה חפוזת ולשימוש בשיטת "עשו כמוני". הלחץ להספיק הרבה, הביא לקיצורם של השירים. בעבר רקדנו כל ריקוד לפחות 3 סבבים ולפעמים, אם הריקוד קצר, אז גם יותר מ-3 פעמים כיום, אחרי 2 סבבים, רוב הרוקדים נעצרים.... למה? מה בוער? מי רודף אחרינו?

יש כבר את השיטה של "מחרוזת ריקודים", האחד דבוק לשני, כל ריקוד סבב אחד בלבד ללא הקדמה וללא סיום. על המרכזי להכריז על הריקוד הדבוק הבא.

בהומור סרקסטי אני אציע שיטה טובה בהרבה, שיטה בה ניתן להספיק "לרקוד" מאות ריקודים במפגש אחד. פשוט, יש להשמיע את ההקדמה המוזיקאלית של כל ריקוד ומייד לעבור להקדמה המוזיקאלית של הריקוד הבא ואז לריקוד הבא, וכן הלאה. כך ניתן "להספיק לרקוד" המון ריקודים בערב אחד.

מה דעתכם על הרעיון?

וכעת ברצינות, תנו ליהנות מהשיר ומהריקוד עד הסוף! תנו ליהנות מה"ביחד" כי זהו סוד הקסם של תרבות ריקודי העם הישראליים.



הרקדה בבית ספר גיבורי ישראל, תל אביב

**התחום עובר
לשיטת הדרכה
של "עשו כמוני".
את השיטה הזו
יש ללמד ולתרגל.
לצערי הרבה
מדריכים אינם
יודעים לעשות
זאת.**