





ב. שורה 1 נשארה באמצע, שורה 3 מתקדמת את היא למרכז. אפשר לחזור בבה אחת, או כל שורה לחוד. אותו דבר מבצעות גם שורות 2 ו-4.

ג. שורות 1 ו-3 מתקדמות בבה אחת זו אל זו עד שנפגשות וחוזרות. אותו הדבר מבצעות שורות 2 ו-4.

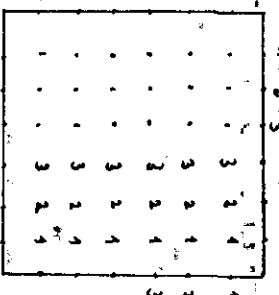
ד. שורה 1 מתקדמת עד שורה 2 ועומדת לפניו. שורה ראשונה חוזרת אחרינה ומשכה אחריה את שורה 3 (אחזים זה בזה בקידים או במפורד) עד שמגיעים בחזרה למקום שורה 1. עכשיו חוזרת שורה 3 למקומה, ושורה 2 מתחילה להתקדם לעבר שורה 4 וכן הלאה. לרצא בזה מתקדמות גם השורות 3 ו-4.

ה. רבע שהחזרת נפגשות זו בינו אפשר ליצור מעגלים קטנים מונחת גודלים לפני שהחזרים לקופים.

הנ"ל א: זכרון מקומי. ג. מעגל בישיבה מרחיקה.

הראשון קם בקיף את המעגל פעם אחת עד שמגיע למקומו ומחלישב. ברגע זה קם השני. רצוי לשנות מדי פעם את טמפו החליכה. כן אפשר להוסיף תנועות חופשיות הטלן פותח, ושאר המשתתפים מחקים אותו.

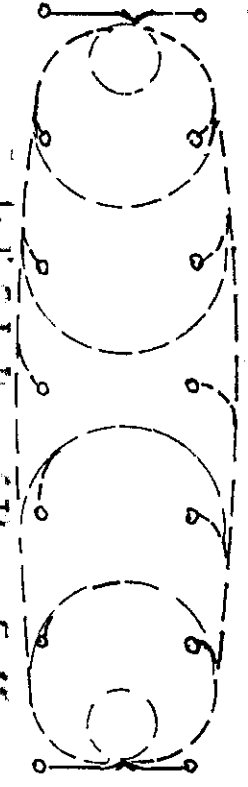
הנ"ל א: מעבר ממרובע לארבע שורות.  
מ"ב-מוצא: ארבע שורות בצורת ריבועי. ככל שורה ככל שורה.  
מספר משתתפים שווה.



מתקדמים למספרים בכל שורה.

שורה אחת נשארת במקומה כל המספרים, אחת משאר שלוש השורות מסתדרים לשורה מאחורי מי 1 בשורה העומדת. כל המספרים 2 מסתדרים אחרי מספר 2 בשורה העומדת, וכן הלאה, עד שכל השורות מסתדרות במקביל זו לזו. אחריכן מתמקדים בבה אחת, וכל אחת חוזר למקומו בריבועי. עכשיו אפשר לקבוע, כי-שורה אחת מן הריבועי נשארת במקומה ויתר השורות מסתדרות אחריה.

הנ"ל א: מעבר משורות למעגלים בגודלים שונים.  
מ"ב-מוצא: שתי שורות עומדות פנים אל פנים.



שני הראשונים מכל שורה מתקדמים לאמצע ויוצרים מעגל קטן. רוקדים החוזרים אחורנית אל מקומם בפנים השניה לוצאים שניים מכל שורה ויוצרים מעגל של ארבעה רוקדים החוזרים למקום בפנים השלישית יוצאים שלושה מכל שורה ויוצרים מעגל של ששה, וכן הלאה. כך ממשיכים בהוספת אחד מכל שורה, עד שנוצר מעגל גדול מכל המשתתפים. באופן זה מתקבל "קרישנדרי חזותי."

אפשר לחזור על התרגיל בסדר הפוך, כעין "דימוניאנדרי חזותי". אחרי שכולם חזרו רים למקומם, נשארים הראשונים ונוצר מעגל קטן יותר. בפנים השניה נשארים השניים במקומותיהם ונוצר מעגל קטן יותר, בפנים השלישית — השלישיים, וכן הלאה עד שכולם נשארים בשתי השורות.

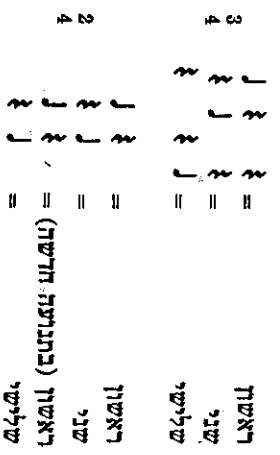
שנייה: לשם הקיצור אפשר לחזור בבה אחת משני צדי השורות. המעגל הראשון יהיה כן ארבעה משתתפים. השני כן שמונה משתתפים, וכן הלאה.

הנ"ל א: חילופים בארבע שורות.  
מ"ב-מוצא: ארבע שורות בצורת ריבועי.



א. המלמידים עומדים בשורות ופונים למרכז. שורה 1 מתקדמת בחזית ישרה עד לאמצע וחוזרת. אחריכן מתקדמת שורה 3 וחוזרת. לפניה שורות 2 ו-4.

שינוי ב': מטמדים בשלישיות אחד מדריך ושנים מגיבים. המדריך עומד באמצע.



המגבה במתואותרפה או בנגינה בכלים.

שינוי ג': כולם מקובצים בנגוש. כל אחד מחזיק כלי בידו. סולן ומקל אחד ביחד — או מקל בכל יד — מנגן באופן חופשי כל פעם על כלי אחר כפיין, קסילופון"זי. המשי-תתפים, משנים כל הזמן את אופן אחיזה הכלי עם הצליל הראשון, ואחר זאת מנגן הסולן על כלי אחד או יותר. שוב משנים את אופן האחיזה חוזר חלילה. כדאי להאזין לצלילים המתקבלים בלי ליקוי כפסגמר.

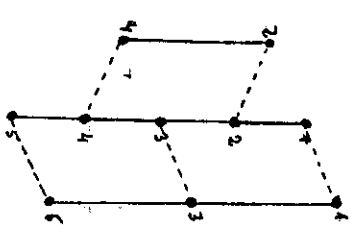
הנושא: הדרכת והנחה.  
מצב-מוצא: זוגות.

אחד מן הזוג הוא מדריך (הפעיל), השני — מגיב (הסביל). לשי סימן מתחלפים בתפקידים.

- א. אחזים זה בידי זה (ביד אחת או בשתיים). המדריך-מוביל את השני על-ידי משיכות קלות בידים. נוצרים מצבים שונים בנגוף ובקידים.
  - ב. אותו דבר בלי אחיזה ידיים. מגיבים כמו ב"א."
  - ג. כמו א' — אבל בהליכה חופשית.
  - ד. כמו ב' — בתוספת ההליכה.
- ה. צירוף חופשי של כל האפשרויות.  
הערה: הרגילים ב', ד' וה' הם תנועה לניצוח על קבוצה, תנועה במרחב.

הנושא: יצירת שורות אחדות מתוך שורה אחת.

מצב-מוצא: שורה עורפית.



הראשון יוצא מן השורה וצועד ימינה. השני צועד שמאלה, השלישי צועד שוב ימינה ועומד אחרי הרא-שון. הרביעי פונה שמאלה. באותו אופן אפשר לבנות יותר שורות (בקבוצות של שלושה או ארבעה).

שינוי י': לא תמיד יוצא רק תלמיד אחד מן השורה היסודית — על כך מקבלים הוראות לפני מספר הצלילים המנוגנים (אם מנוגנים שני צלילים בזה אחר זה יוצאים שניים בבת אחת. שלושה צלילים — יוצאים שלושה ילדים, וכן הלאה). אך בכך אין משתנה הסדר של פניות-הסירוגין לימין ולשמאל.

הנושא: הדרכת והנחה.  
מצב-מוצא: זוגות.

משמעים שני צלילים. עם הצליל הראשון עומד אחד מכל זוג בעמידה חופשית. כשכפוח ידיו פתוחות; עם הצליל השני טופח בו הזוג בשתי כפות ידיו על כפות ידיו הכרו.

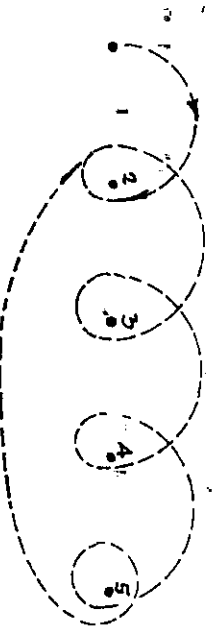
הראשון: א' נ'  
השני: א' נ'

בני הזוג משתמשים זה את זה בשינויי מצב נגוף וידים. רצוי שתנועת הידיים לא תהיינה מקבילות.

לפי סימן מתחלפים בתפקידים. את הטמפו והריטמוס אפשר להחליף מדי פעם.  
שינוי א': לכל זוג יש כלי אחד. למשל: טמבורין או תוף. הראשון משנה את מצב התחמית והשני מכה על הכלי ביד או במקל.  
הרגיל זה אפשר לבצע בכלים "מתולקים": כל אחד מחזיק מקל מוגז מקלות, חלק אחד מן המצלתיים או כלי מתאים אחר. אפשר גם להשתמש בקוביות.

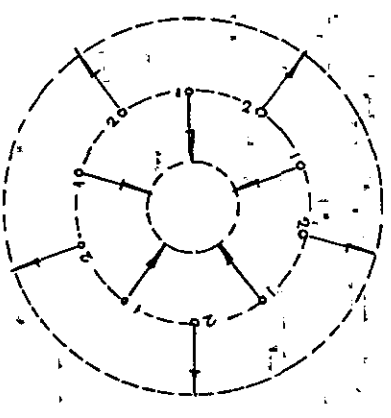
שינוי 3: קאנון בתנועה הממדית. הראשון מתחיל להתקדם למרבה, כשהוא מגיע לאמצע, נכנס השני, וכן הלאה. אין מספרים. ללכת אחת פעם אחת. מסיימים בבת אחת או לפי סדר הכניסה. במקרה הראשון נשארים בשני מעגלים: פנימי חיצוני.

הנושא: חילופי מקום.  
מצב-מוצא: שורות קטנות של 4-5 משתתפים.



הראשון מסתובב סביב שכנו מס' 2 לפי סימן נעצר במקום. השני מתחיל להסתובב סביב מס' 3 וכן הלאה. האחרון חוזר ומסתובב סביב הראשון החדש בשורה. אפשר להמשיך כך פעמים רבות (ראה ציור).

הנושא: יצירת מעגלים זוכרון מקום.  
מצב-מוצא: עומדים במעגל גדול עם המנים למרכז מתפקדים לשניים.



א. כל המספרים 1 מתקדמים בכיוון למרכז במספר צעדים קבוע, נעצרים לרגע וחוזרים למקום.

הנושא: מעבר ממעגל אחד לשניים, זה בתוך זה ואפשרויות התנועה המתקבלות את.  
מצב-מוצא: מעגל חמונה למרכז.

1. קובעים את הראשון. לפי סימן הוא נכנס במספר צעדים לפנים המעגל. השני נשאר במקומו, השלישי מתקדם פנימה, הרביעי עומד, וכן הלאה. מתקבל מעגל בתוך מעגל ברווחים.

2. המעגל החיצון נכנס פנימה, על שמניע למעגל הפנימי, הנוצר מעגל צפוף אחר. שוב חוזרים באותה דרך למקומותיהם. כך נע המעגל הפנימי בכיוון למעגל החיצון וחזרה.

3. המעגל החיצון נכנס למעגל הפנימי כמו במרגיל 1. אבל אינו חוזר נשאר עומד במעגל הפנימי.

4. המעגל הפנימי הקודם הולך בכיוון החוצה כמו במרגיל 2. בלי לחזור, ועומד במעגל היציא. התוצאה—חילופי מקומות.

5. 'התנועה' היא בשני הכיוונים בבת אחת. המעגל החיצון נכנס פנימה, הפנימי יוצא החוצה. באופן זה מתחלפים בתפקידים.

הצורה: אפשר ללחוץ בתנועות ידיים מתאימות, המציינות את כיוון החלפתן.

6. בהישמע צליל מודגש נעצרים. המעגל הפנימי מושיב ידיים אחרוניים, והחיצונים אחרונים בהן. אחריו כן עוברים את הידיים הולכים שוב ומתכים לצליל מודגש חדש.

7. אותונים בידיים כמו קודם, וממשיכים ללכת כך כל הזמן.

8. עומדים במקום באחזקת ידיים. מחליפים את כיוון הידיים בתנועה גלית. הגוף משתתף בהעברת המשקל קדימה ואחורה.

הנושא: היגשת כיוון המרכז במעגל.  
מצב-מוצא: מעגל חמונה למרכז.

לפי סימן מתקדם התלמיד הראשון נכחו למרכז ועומד. בתנועה לשם, מתחיל השני להתקדם וכן כולם לפי הסדר, עד שנוצר מעגל פנימי קטן.

באותו סדר חוזרים למקום אחרונים בבת אחת, או אחד אחד.

שינוי 1: שניים מתחילים יחד להתקדם למרכז המעגל, כלומר, אחד סכל צד.

שינוי 2: קאנון. הראשון מתחיל ללכת למרבה, כשהוא מגיע לשם הוא פונה

אחורנית ואז מתחיל השני, וכן הלאה. כל אחד הולך רק פעם אחת לאמצע וחזרה.

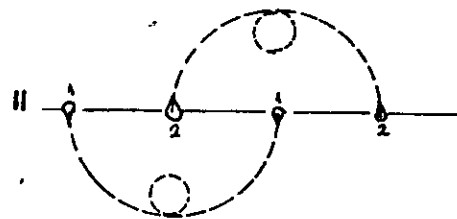
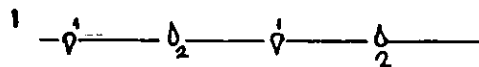
- ב. המספרים 2 הולכים אחורנית אותו מספר צעדים, נעצרים וחוזרים למקומם.  
ג. המספרים 1 ו-2 צועדים בעת ובעונה אחת — זה פנימה וזה החוצה וחוזרים למצב-המוצא.

ד. לפי פקודה או סימן, או גם לאחר כל פעולה, מתחלפים בתפקידים.

ה צרה: אפשר להוסיף לתרגיל תנועה או מצב התזקת הגוף. לכל כיוון תנועה אחרת.

רנושא: חילוף כיוונים.

מצב-מוצא: שורות קטנות בנות 4 משתתפים.



כל תלמיד פונה לצד אחר (ראה ציור). בני הזוג הפונה קדימה (1 ו-3) רצים זה לקראת זה בקשת, וכן עושים גם בני הזוג, הפונים אחורה (2 ו-4). רוקדים במעגל קטן וחוזרים למקום. עתה הופכים את הכיוון, וכל זוג פונה לצד השני בקשת. נפגשים במעגל קטן וחוזרים למקום.

הנושא: פיתוח ההסתכלות וההבחנה.

הולכים במפוזר. לפי סימן מחפש לו כל בן חבר, וכל בת — חברה. רוקדים ביחד, שוב הולכים במפוזר. עתה מסתדרים בזוגות מעורבים: כל בן בוחר לו בת ולהיפך. שוב הולכים במפוזר. מסתדרים בשני מעגלים. מעגל בנות ומעגל בנים — זה ליד זה או מעגל פנימי וחיצון.

ה צרה: אפשר להשתמש בסימן-היכר היצון אחר, כגון: צבע הבגדים, השערות וכו'.

הנושא: צירוף של תנועה מלווה לתנועה יסודית.  
מצב-מוצא: זוגות (אפשר בשתי שורות).

א. אחד מן הזוג מראה צורת הליכה ריצה, קפיצה או כל תנועה אחרת ברגלים. השני מחקה את התנועה ומוסיף תנועה מתאימה משלו, בידיים או בגוף.

ב. מתחילים מתנועת הגוף או הידיים ומוסיפים את ההליכה או תנועת רגליים מתאימה.

הנושא: הגבה על הדגשות.  
מצב-מוצא: מעגל או שורה בישיבה.

קובעים את הראשון במעגל. עם כל צליל מודגש מתרומם ועומד כל פעם אחד המשתתפים לפי הסדר. אחרי שכולם קמו ועומדים, אפשר להושיב אותם במעגל באותה דרך — בזה אחר זה, תוך הגבה על צלילים מודגשים.

רצוי שההדגשות יושמעו באופן בלתי סדיר ויגרמו להפתעות.

שינויים: א. עם כל צליל מודגש קמים שניים יחד.

ב. בהדגשה ראשונה קם הראשון, בשניה — השלישי, בשלישית — השני, אחר-כך הרביעי, השלישי, החמישי וכו'.

ג. קמים ראשון, שלישי, חמישי, שביעי וכו'.

ד. קמים ראשון, אחרון, שני, לפני האחרון וכו', ועוד צירופים דומים.

הנושא: תרגילי ספירה.  
מצב-מוצא: מעגל.

א. סולן מתחיל לרקוד עם שכנו. לפי סימן מוזמין את השכן השני, וכן הלאה.

ב. כנ"ל, אלא שהסולן רוקד כל פעם עם השני, הרביעי, הששי וכו', או לפי סדר מוסכם מראש — עם השלישי, הששי, התשיעי.

ג. אין סדר מוסכם, אלא שהמורה משמיע מספר צלילים והתלמיד סופר ומגיב. כאן צפויות הפתעות בכל פעם, שכן מספר הצלילים משתנה.

את הנעותו ליו המתאמה לשורה המדשה. כחוצא מכך משנה כל אחד את מצבו באופן עצמאי, בלי שתופגם התכנית הכללית של הריכוז.

הנושא: זכרון פעולת שונות.  
מצב-מוצא: מעגל גדול אחד או כמה מעגלים קטנים, זוגות וכו'.

קובעים מראש סדרת הנעות, כגון: מחיאות-כפיים, ידיים מורמות, השטת ידיים זה לזה וכו'. התלמידים מתחילים בשטת, עוזבים את הנורה ההתחלתית וחוזרים אליה ניתן אות. מוסיקאלי, והתלמידים מתחילים לנוע ולבצע את הפעולה הראשונה. שוב מתחילים, עם הסימן השני, חוזרים למקומותיהם ומבצעים את הפעולה השנייה, וכך יעד סוף הפעולות (צורת רונדו).

שינוי: במקום סדרת הנעות אפשר לקבוע סדרת צורות, שאותן יוצרים לאחר כל המטרות בשטת.

למשל: מעגל גדול, זוגות, רביעיות, עמידה ליד הקיר, ריצת באמצע, ישיבה מסורת על הרצפה — לפי הצעות התלמידים.

הנושא: תרגיל לכינון תנועות, מצבים או צורות בשטת.

התלמידים יוצרים מצבים שונים, או מוטרבים של הנורה, או אף צורות סדרת בשטת. בחורים בהצעות הטובות האופייניות ומצבים אותם במספרים או באותיות. התלמידים רצים או הולכים במסור, לשמכריות מספר, או את המטרות מסדרים בעמידה או בצורה שהוצעה או מבצעים את התנועה שנקבעה.

הנושא: הנחה על מספרים.  
מצב-מוצא: מעגל בישיבה מוחתת.  
שינוי: זכרון, זכרון ועמאות.

המורה מנגן צליל אחד, שניים או יותר: לפי מספר הצלילים קמים הילדים ויוצרים מעגלים קטנים.

בהישמע צליל אחד, מנגב רק תלמיד אחד (ראה ציור). שני צלילים משמשים סימן למעגל של שניים.

לצאת בריקוד וכיוצא בזה. גם החזרה למקום מבוטאת על ידי הנבה על מספר הצלילים, כשהמעגלים המתאימים חוזרים למקומותיהם הראשונים במעגל הגדול.



הנושא: הנחה מהירה בתלכי גוף שונים.

המורה מכריז כל פעם על חלק גוף אחר (נורע שמאלית, רגל ימנית, כתפיים, ראש וכו'), ועל התלמידים להגיב במהירות בהנחה חופשית באיבר המתאים. אפשר לצרף גם שני איברים, כגון ראש ורגל, כהף ימין ופה יד שמאל וכו'.

שינוי: במקום חלקי הגוף אפשר להשתמש במושגים, כגון: רחב — צר, גבה — נמוך, כבד — קל וכו'.

הנושא: קואורדינאציה וריכוז.

מצב-מוצא: זוגות פונים זה אל זה בישיבה או בעמידה.

חומר: מחלקים לכל משותף חפץ, שנה לחתיקו ביד אחת.

כל אחד מחזיק את החפץ בידו הימנית ומוסרו, בשמפו קבוע לידו הפניה של החבר ממול, וחוזר חלילה. לפי פקודה מעבר, כל אחד את החפץ מידו האחת לשניה. אחריה, עם קבלת הוראה חדשה, חוזרים למסירת הנורה, כהתחלה.

לנושא: שפורה.  
חומר: כדור.  
מצב-מוצא: מעגל.

הראשון מקפץ את הכדור פעם אחת על הרצפה ומוסרו לשני. הלה מקפץ אף הוא פעם אחת את הכדור ומוסרו לשלישי, עד שהוא מגיע שוב אל הראשון. מחזיק או סיבוב שני, שבו מקפץ כל אחד את הכדור פעמיים לפני שמסרו לשני, בסיבוב השלישי מקפץ כל אחד שלוש פעמים וכו'.

שינוי: הראשון מקפץ את הכדור פעם אחת, השני — פעמיים, השלישי — שלוש פעמים וכו'. אפשר לקבוע מראש את המספר הנוסף שאליו יגיעו ואת המחזורים שוב מחודש ממספר אחד.

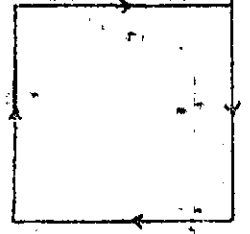
הנושא: זכרון ועמאות.

מצב-מוצא: ארבעה טורים יוצבים בצורת ריבוע.

שינוי: כשהם פונים לזיון אחד.

כל שורה בחזרה הנורה מסוימת בידים או ברגל.

מקבלים, ארבעה מצבים שונים. השורות המחולקת לנוע בריבוע של אחד פונה בזווית הריבוע, הוא מחליף.



מתפור שוב. לפי אות חדש מסתדרים במעגל, הפעם ללא אחיזת ידיים, ושוב מתפורים. באופן זה ממשיכים ומסיימים סידרה שונה של מצבי מעגל, לפי הצעות החלוקים, כגון: כשהידיים נחזרות על כתפי השנה, בשיכול ידיים לפני הגוף, חזית המעגל פונה החוצה וחזית למרכז, שבו צומדים זה אחרי זה, כאשר פעם כתף ימין מופנית למרכז, ופעם כתף שמאל מופנית למרכז, מעגל בכריעה ברמיים, מעגל בשייבה מורחית (אף הוא בחלופי חזית) וכו'. אם מלווים את ההליכה החופשית באותו נושא מוסיקאלי מתקבלת צורת רונדו.

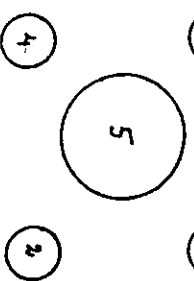
### ב. גודל המעגל

1. יוצרים מעגלים במספר משתתפים שונה, כגון: זוגות, שלישות, רבעיות וכו'. את המעגלים אפשר לסדר בפירור בחדר או מעגל במרח מעגל.
2. תלוקה למעגלים.

מצב - מוצא : מעגל גדול (רצוי במספר זוגי).

המעגל מסתובב; לפי סימן ראשון או בסוף הפסקה המוסיקאלי ימתחלק המעגל לשניים, שני המעגלים מסתובבים. בסימן הבא מתחלק כל אחד משני המעגלים שנית, שוב מסתובבים המעגלים ובסימן הבא מתחלקים, כך ממשיכים עד שמתקבלים בחידים, המסתובבים סביב עצמם. אפשר להפך את המעגלים באותו אופן שבו נחלק, עד שמגיעים שוב למעגל הגדול.

3. הצעה לסידור מעגלים:



מצב - מוצא : איביעה מעגלים קטנים בארבע פינות החדר ומעגל גדול מרכזי (ראו ציור). המעגלים סובבים לפי הזמנת מספרהם. אפשר להזמין מעגלים בחדרים או צירופים של שניים ויותר. מומנים את המעגלים בהדרגה, תחילה מס' 1, אחריו 2, 3, עד שכל המעגלים מסתובבים. באופן זה גם מפסיקים בהדרגה מעגל אחר מעגל.

הערה: מדי פעם יש לחלק את פיתוי הסיבוב, רצוי כהנבה על משפט מוסיקאלי. כל מעגל רשאי להמציא תנועות שונות וצורות של אחיזת ידיים וכן יחידות ריתמיות.

חנניא : זכרון דרכים ותנועות.  
מצב - מוצא : זוגות.

הראשון בכל זוג נע באופן חופשי בששת כאליל, מציירי על הרצפה, השני מחקה אותו תחילך בדיוק באותה דרך. בשלב שני אפשר להוסיף לתרגיל גם תנועות או מצב החזקת הגוף.

חנניא : זכרון חזיר ככיוון הפוך.

כל תלמיד נע באופן חופשי-מציירי, כליכל, בצעדי קו על הרצפה, עליו לחזור באותו קו, אל נקודת המוצא, כלומר בכיוון ההפוך. אפשר לבצע זאת גם תוך תנועות שונות.

### הצעות לאסוציאציות ולהמחשות

1. הפרכת רכבות וקטרים וחבורים.
2. תור לאוטובוס או למעלית. עולים אחד אחד בלי להדחף.

### התמצאות בשטח ובמרחב

התרגילים הבאים כללים רק צורות יסודיות אחדות. לייצא בזה אפשר לבצע צורות אחרות בשטח ובמרחב. השימוש באותיות ובמספרים וכיצודם בתנועה בכיחות הגוף האחר-נות ונחתות היסוד של בית-המספר. מסייעים להקלת הקליטה של החומר ויכולת הכתיבה ותקייאת. הסתגלים שואלים, חידות תנועה" מסוג זה, ושאר התלמידים פותרים אותן. אגב, כהתנהגו כנו מתקבלות פיסקות מוסיקאליות באורך שונה, וכן מקצבים, הדיגשות וחילופי משקל.

### תרגילי יסוד להקניית צורות בשטח ובמרחב

חנניא : מעגל  
מצב - מוצא : התלמידים מפורקים בחזר.  
א. צורת המעגל  
לפי אות או פקודה מסתדרים במעגל באחיזת ידיים; החזית פונה למרכז. המעגל



הניסוי א: סיכום תצורות שנקבעו.

מצב-מוצא: התלמידים עומדים פשוטים בחזית.

הליכה או ריצה תופשית. המורה מכווין על צורה מסוימת (למשל, הסיפורה 8). וכל

מייצגים" בצדדים את צורת ה"8 בהליכה או בריצה. עתה מכווין המורה על צורה אחרת (למשל, משולש). התלמידים מתחילים לסמן מיד בצעדיהם משולש, וכן הלאה. גם הפעם מכוונים על הצורה ה"רצויה", והתלמידים יכולים לבצע אותה באופן פשוט, וכן ל"צייף" אותה בתנועה.

הערה: במקום לבנות צורה אחר צורה ללא תסקיה, אפשר גם לבצע תנועות הליכה, קפיצה וריצה בזמן הבנייה, עד שהמורה מכווין על צורה חדשה.

הניסוי א: התמצאות וריחות

מצב-מוצא: שתי שורות עומדות זו מול זו, פניס-אל-פניס.  
חומר: כדור או חפץ אחר.

הראשון בשורה הראשונה מוסר את הכדור מעל לראשו לידיו המורמות של החבר השני. הלה ממכוּפף ומסוּר לידיו המורדות של השלישי. זה מחלומס ומוסר את הכדור מעל לראשו לרביעי, וכן הלאה.

הראשון בשורה השנייה מוסר את הכדור. בכפופה כלומר בכיוון מנובל לזה של הראשון בשורה הראשונה. באופן זה מתקבלת תנועת מנובלת בשתי השורות.

הניסוי א: התמצאות נחילופים.  
מצב-מוצא: זווית במעגל מתקדלים בשיניים.

הזוגות מסתובבים במעגלים קטנים באחיות ידיים, לפי אותם עוזבים כל מס' 1- בשורה את הכדור ומצטרף לשכן מס' 2 של הזוג הקודם ומסתובב איתו. לפי אותה חדש הוא עוזב אותו ומצטרף לשכן הקרוב, וכן הלאה. במחזור השני מחליפים המספרים 2 את מקומותיהם והמספרים 1 עומדים.

שינוי (קשה יותר): בפעם הראשונה עוזבים המספרים 1 את הרבייהם בפעם השנייה — המספרים 2 בפעם השלישית שוב המספרים 1 וכן הלאה.

הניסוי א: התמצאות ותנועה על יחידות ריחמיות  
מצב-מוצא: זווית בכיוון המעגל, כחף אל כתיף.

הזוגות מְדלגים או רצים באהדת יד אחת עם הישמע נגינה ל פונים זה לזה וטופחים זה בכף ידו של זה.

ג. תיאור מעגלים

1. כל תלמיד, מייצג מעגלים על הרצפה בהליכה או בריצה. רצוף להחליף את גודל המעגל חזית החליכה ומצב הגוף.

2. עומדים במקום בעזרת הגוף, הידיים, הרגלים, הראש והזנב, מסמלים מעגלים בתל, בכל המשטחים האפשריים. כל אחד בחר לעצמו צורת מעגל אחת קבועה, ועליו לבצע את התנועה שלו בהתאם לסמפו הכללי. מתקבלת, סימפונוריה של מעגלים.

3. כל תלמיד יוצר מעגל בעזרת חבר. הפעם הביצוע הוא במעגל פשוט ולא בתנועה. לאחר שכל התלמיד קבע לו את מצבו, מסתדרים בשורה או במעגל. מניחים על צליל, בוח את זה ובוהים את המעגל, מתקבלת תנועה של מעגלים, הנוצרים בזה-אחר זה.

4. התלמידים עומדים לאורך הקיר וכל אחד רץ, בהגיע תורו, לפנים החדר. בהישמע צליל מדגש נוצר התלמיד בעמידה המתארת מעגל, בעמידה זו ישאר עד שכולם מצטרפים לתנועה שלמה של מעגלי התלמידים. מקשיבים לזווי המוסיקאלי, בסופי המסוקים או בצלילים מדגשים, משנים את מצב הגוף ויוצרים מעגל חדש.

הניסוי א: צורות אחרות.

באותו אופן אפשר לבצע צורות נוספות כגון:

פיתולים;



הסיפורה שמתה;



שבלי;



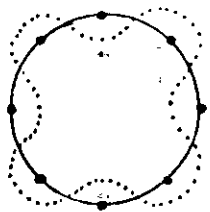
משולש יחיד;



ריבוע;



וכן אחריות ומספרים אחרים.



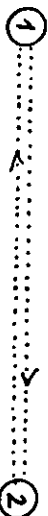
הנושא: פיתולים.

מצב-מוצא: מעגל בעמידה או בישיבה.

אחד המשתתפים רץ תוך פיתולים בין התלמידים.  
עם צליל מרגיש הוא נעצר ומחלף בתפקיד עם  
העומד או היושב לידו.

הנושא: מעגלים.

מצב-מוצא: שני מעגלים סמוכים זה לזה במרכז חתרה.



בכל מעגל קובעים תלמיד אחד כמוביל. הוא עוזב יד אחת מוליד את הקבוצה החווה בקשת ויוצר מעגל חדש. באופן זה נוצרים שני מעגלים מרוחקים זה מזה. בסוף הפסק המוסיקאלי עומדים עם החילה פסק חדיש מחליף-הראשון. במעגל הראשון את מקומו עם הראשון במעגל השני. בהחילה הפסק השני מהחלפים השניים וכו'. כתוצאה מכך יתחלפו שני המעגלים במקומותיהם ואת מוביל הראשון בכל מעגל את קבוצתו בחזרה אל מצב-המוצא.

הנושא: פיתולים.

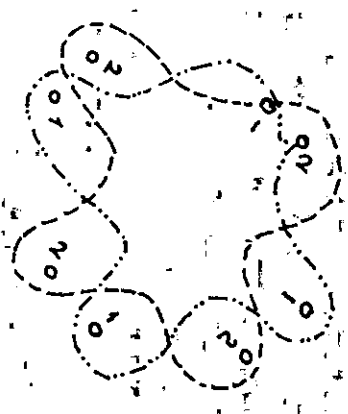
מצב-מוצא: זוגות עומדים במעגל.

פנים-אל-פנים.

מתקדים למספרים 1 ו-2.

א. כל המספרים 1 עוזבים את מקר

מם ומתחילים סביב המספרים 2. לשהם  
חוזרים למקומותיהם, מחללים המספרים  
2 להתחיל סביב המספרים 1.



שינוי: אם התלמידים רבים, נוצרים שני מעגלים: פנימי וחיצון.

א. המעגל הפנימי רץ בכיוונים מתגדרים עד שכל תלמיד חוזר לכן זוגה ושוב מוחאים כף. הוא חוזר במעגל החיצון.

ב. שני המעגלים רצים או מדלגים בכיוונים מנוגדים. כאשר כן תלמיד מוצא את בן זוגו מוחאים כף זה אל זה.

ג. כניל, אלא לשמונגים נ' נוצרים באופן פמאומי ומוחאים כף עם התלמיד הקרוב.

הנושא: צורת המעגל.

מצב-מוצא: מעגל באחיות יריים.

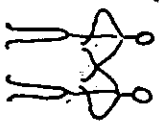
המעגל נע בכיוון אחד. לפי את (הדגשה, ה'הלפת' סמפל, פיסוק וכו') נפתח המעגל במקום קבוע מראש והמוביל יוצא מן המעגל בכיוון נגדי ומשך אחריו את כלם עד ששוב נוצר מעגל המקום הנפתח נסגר שוב.

הנושא: התמצאות וריחות.

מצב-מוצא: זוגות עומדים במעגל בידיים מעולבות, כתף אל כתף, ופנים למרכז.

עם הישיבת צליל מודגש חושבים את כיוון העמידה על-ידי פניה אל מחוץ למעגל (180°), בלי לעזוב את הידיים (פעולה מספרים) ואת המקום.

שינוי: אותו תרגיל בהליכה בכיוון המעגל. עם הצליל המודגש מחליפים את הכיוון. אם-התאמתו הישב' בהחלפת הכיוון אפשר לבצע גם חזר ריצה.



הנושא: מעבד חזרתי פכמה מעגלים קטנים למעגל אחד גדול.

מצב-מוצא: מעגלים קטנים אחדים, מסומנים בקספרים.

המעגל הראשון מסתובב, לפי את נפתח המעגל במקום שנקבע מראש, מתקדם לעבר מעגל מס' 2

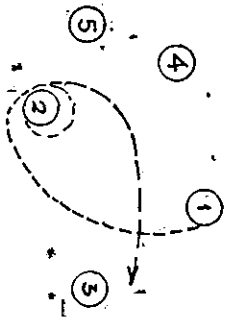
הנפתח את הוא מצטרף אליו ומסתובב אתו.

המעגל 1+2 נפתח ומתקדם לעבר מעגל מס' 3

מצטרף אליו, מסתובבים יחד, וכן הלאה. לבסוף

מצטרפים כל המעגלים למעגל אחד גדול. באותו סדר

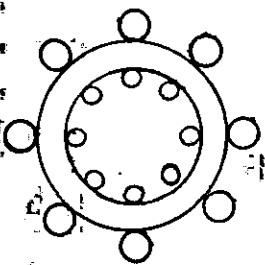
אפשר להפסיק שוב למעגלים קטנים.



ח'ו"ש א': מעבר מונוטה למעגל.  
מ'צב-מ'ו'צ'א': זווית במעגל.

הזווית מסתובבת במעגלים קטנים: לפי אות ערכים יד אחת, מסתובבת למעגל גדול ומסתובבת בו, והחזר חלילה.

ח'ו"ש א': אמטריות בתחילה מעגלים.  
מ'צב-מ'ו'צ'א': שני מעגלים, חיצון ופנימי.

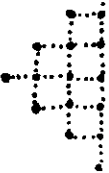


המעגל החיצון מסתובב באחידות יריים-הפנימי, מתפרק למעגלים קטנים, המסתובבת בתוכם המעגל הגדול. לפי-אם מסתובבת כלומר-המעגלים הפנימיים מסתובבת מסתובבת אחד ואחרים זה ביד זה, המעגל הגדול החיצון מתפרק למעגלים קטנים.

ה'ע'ר'ה': אפשר לבצע את החישובים לפי יחידות רימניות (נ' ל) או שני מקצבים (למקדומים), למשל: נ' ל' למעגל השלם, נ' ל' ל' למעגלים הקטנים, על-ידי כך מתקבל דדוקוליות גם בצורה גם במקצב.

ח'ו"ש א': משולש ומעבר משורות לקשתות.  
מ'צב-מ'ו'צ'א': שורה יושבת לאורך חקירה.

עם נגינת צליל מודגש עם תלמיד אחד, הולך לפי המסוק המנוגן ועומד עם סיומו. עתה מנגנים שלושה צלילים מודגשים, המשמשים את קימה לשלושה תלמידים לפי החזר. הם מסתדרים מאחורי התלמיד הבהוד, באופן שהאמצעי יעמוד אחרי גבו. המשיכים בהמישה תלמידים, שבעה, וכן הלאה, וכך נוצר כעין משולש. השורות מסתובבות באחידות יריים, בהינתן אות ערכים את הירדים, מסתובבת רבע סיבוב ומסתובבת מחדש. על פשלה זו חוזרים עד שמגיעים למצב-המוצא.

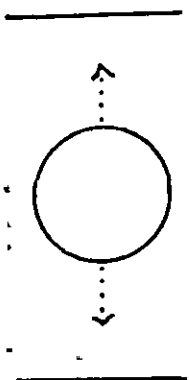


ב. כני'ל; בהדגשה או בסוף מסוק מוסיקאלי חוזרים למעגל ועומדים ליד תלמיד מס' 2 הקרוב ביותר.

ה'ע'ר'ה': רצוי לקבוע מראש את כיוון ההתמטלות, אפשר להתחיל בכיוון אחר — כלומר התלמידים פונים אל פנים המעגל או אל מחוצה לו, או לסדרונן — אחד פונה פנימה והשני — החוצה (מסובך יותר).

ח'ו"ש א': מעבר מצורת המעגל לשתי שורות.  
מ'צב-מ'ו'צ'א': המעגל בהתמקדות אחד, שניים.

המעגל מסתובב, לפי אות או בסוף-המשפט המוסיקאלי פונים כל-המספרים 1 לצד אחד ויוצרים שורה, וכל המספרים 2 פונים לצד השני ויוצרים שורה נגדית. לאחר מנחתה קצרה מתקדמות השורות זו לעבר זה עד שהן נפגשות והחזרת אחרי-נית בלי לפנות. לאחר מנחתה קצרה חוזרים אל המעגל.



ח'ו"ש א': מעבר משלשה-שורה לשלשה במשולש.  
מ'צב-מ'ו'צ'א': שלשיות ממורות בשורות קטנות.

א': מס' 2 צולע קדימה צעד אחד וחזר.

ב': (תרגיל סדר) מס' 1 עובר את שני חבליי ועומד ליד מס' 3, ואז נהמר מס' 3 לאמצעי והוא צועד צעד קדימה וחוזר. מס' 2 עובר עכשיו ועומד ליד מס' 1, וצורה מס' 1 הוא האמצעי החדש. מס' 3 עובר עוד פעם אחת, ואז חוזרים למצב הראשון.

ה'ע'ר'ה': אפשר להוסיף תנועה במקידה, ברגע שנוצרת תנועה חדשה.

המשך (קשה יותר) : מעבר משורות לקשתות.

האמצעיים בכל שורה עומדים במקומותיהם בלי לזוז. השכנים משמאל ומימין מתקדמים צעד אחד קדימה ועומדים. השניים מהמרכז מתקדמים שני צעדים ועומדים. השלישיים — שלושה צעדים וכן הלאה. יש להקפיד, שבמשך כל התרגיל לא יעזבו את הידיים. כאשר כל אחד יודע את מספר צעדיו והמקום, שאליו הוא חייב להגיע, אפשר לבצע את ההתקדמות בבת אחת. העצירה מבוצעת בשלבים הדרגתיים.



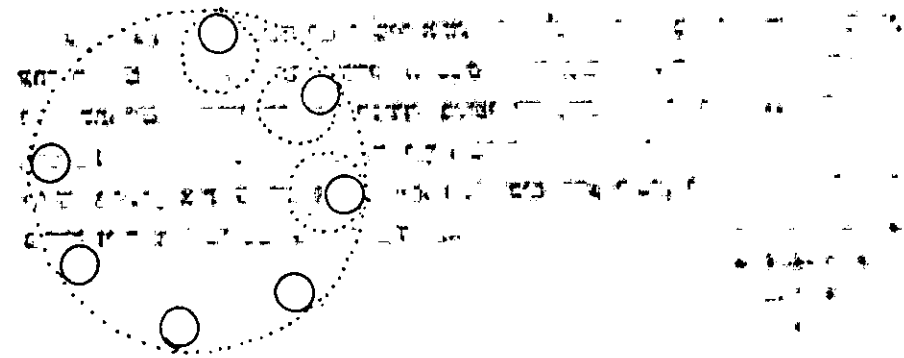
כשהתלמידים התאמנו בתרגיל זה, חוזרים הקיצוניים בשורה הארוכה אחורנית. עם הצליל השני מתחילים השכנים שלהם לצעד אחורנית. עם השלישי — השכנים שלהם וכו'. האמצעיים עומדים במקומותיהם.

לשמגיעים למצבא-המוצא (שורות במשולש), עוברים את הידיים, פונים אחורנית בחצי סיבוב ואוחזים שוב זה ביד זה. נוצרת חזית חדשה. עתה מבצעים את המעבר לקשתות בכיוון החדש כמו קודם.

הנושא : הקו הלולייני.

מצב-מוצא : מעגלים קטנים במעגל גדול או מעגל גדול של תלמידים בודדים. (במקרה שאין די משתתפים).

המעגל הראשון נפתח במקום אחד לשורה. הרצה מסביב למעגלים האחרים בצורה לוליינית, עד שחוזרת למקומה, נסגרת שוב למעגל, והמעגל השני יוצא לדרך.



שינוי 1 : גדול המעגלים יהיה שונה ועל-ידי כך מגוון הקו הלולייני.

שינוי 2 : במקום הקו הלולייני הרגיל רצים בצורת הסיפורה 8.

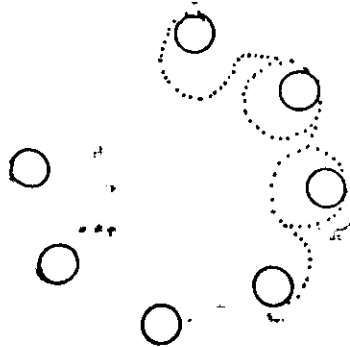
שינוי 3 : הֶוֶךְ ריצה משנים אח

מצב הגוף לסירוגין: מעגל אחד בכפיפה

ומעגל אחד בזקיפה. המעבר יעשה בהדר

רגה בדרך בין המעגלים. כך מתקבל קו

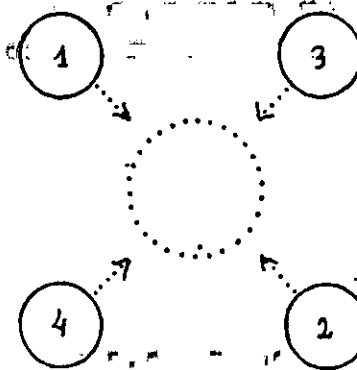
לולייני גלי.



הערה : אצל מתקדמים אפשר לבצע קאנון דו־קולי בשתי קבוצות בבת אחת.

הנושא : התמצאות וזכרון.

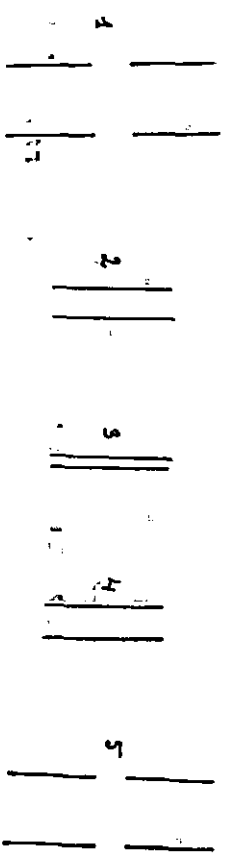
מצב-מוצא : ארבעה מעגלים בארבע פינות



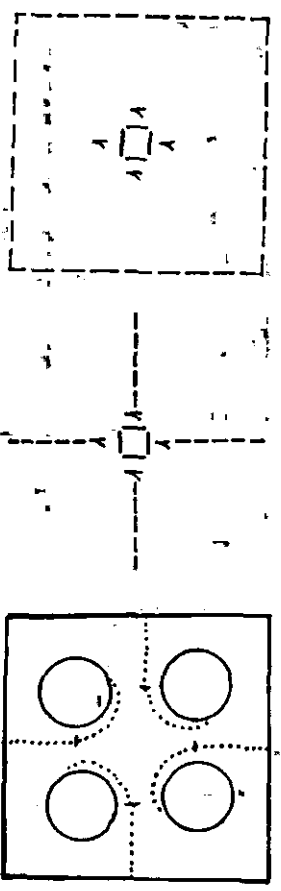
לפי אות ראשון יוצאים למרכז זוג אחד ממעגל 1 חוג שני ממעגל 2 ויוצרים מעגל קטן. לפי אות שני יוצאים זוגות ממעגלים 3, 4 ומצטרפים למעגל המרכזי. וחוזר חלילה, עד שנוצר מעגל גדול אחד. מפרקים את המעגל הגדול בסדר שנוצר וחוזרים למצב הראשון בסדר הזוגות. עד שמגיעים לארבעת המעגלים בארבע הפינות.

הערה : המעגלים הם רק דוגמת של צורה יסודית, ואפשר למצוא אפשרויות רבות לפי מספר הילדים והצורות. למשל : יחידים מכל מעגל, מעגלים שלמים וכו'. אף הצורה העיקרית ניתנת לשינויים.

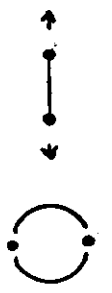
תצורה: אפשר לחבר את שתי הפעולות (ראה ציור).



הנושא: מעבר מצורה אחת לשניה בשטח.  
מצב-מוצא: ארבע שורות בצורת ריבועי.



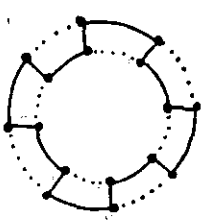
לפי אות, יוצא הראשון מכל שורה לאמצע, פניו אל המרכז וגבוה אל השורה שממנה יצא. כך נוצר במרכז ריבוע קטן. עם הפסקו המוסיקאלי הראשון מסתדרת השורה מאחורי הראשון העומד במרכז. (אפשר שכל שורה תסתדר אחת אחרי השניה וגם כל ארבע הקבוצות בבת אחת). נוצרת צורת צלב. עם הפסקו המוסיקאלי הבא מוביל המרכזי את שורתו בקשת ויוצר מעגל קטן (כל שורה יכולה לבצע זאת לחוד, אך אפשר גם בבת אחת). נוצרים ארבעה מעגלים. לסיים החורים למצב-המוצא או יוצרים מעגל גדול אחד.



הנושא: חילוף כיוונים ומצבים.  
מצב-מוצא: קבוצות של שני זוגות. זוג אחד עומד בצורת מעגל קטן, והשני בשורה עורמית קטנה (ראה ציור).

המעגל מסתובב ומחליף כיוון עם החילה פסקו מוסיקאלי חדש. בו בזמן מתרחקת השורה ומתקיימת עם החילה הפסקו המוסיקאלי. עם ציליל מדגיש נעצרים, המעגל יוצר גשר, השורה עוברת מתחתיו ומסתדרת למעגל קטן. המעגל הקודם מתאסף לשורה ושוב נעים מחדש בחילופי תפקידים.

הנושא: התמצאות במרחב.  
מצב-מוצא: מעגל זוגות, המונח זה אל זה. חומרי: כדור או חפץ אחר.



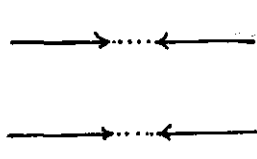
תלמיד אחד מקבל לידו את הכדור ומסדר לידו העומד ממולו. הלה מוסדר לחבר העומד מצדה וזה מוסדר שוב לחבר ממולו, וכן הלאה.

שינוי 1: אחרי מסירת הכדור נשארות הידיים בכיוון המסירה. באופן זה מתקבלת צורת מחשית.

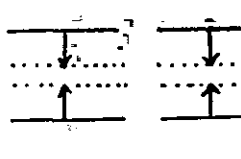
שינוי 2: במקום כדור מעבירים חבל ארוך. גם במקרה זה מתקבלת צורת מחשית.

הנושא: שורות.  
מצב-מוצא: ארבע שורות עורמיות.

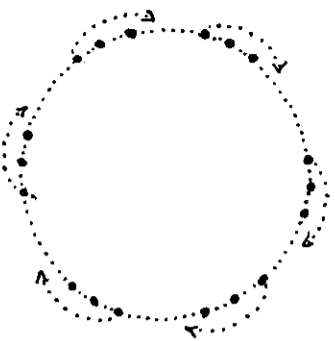
א: השורות מתקרבות זו אל זו עד שנוצרות שתי שורות ארוכות. פונים אחורנית בכיוונים מנוגדים, השורות נפתחות וחוזרות למצב הראשון.



ב: השורות פונות זו אל זו מתקרבות עד שנפגשות. הן פונות אחורנית וחוזרות למצב הראשון.

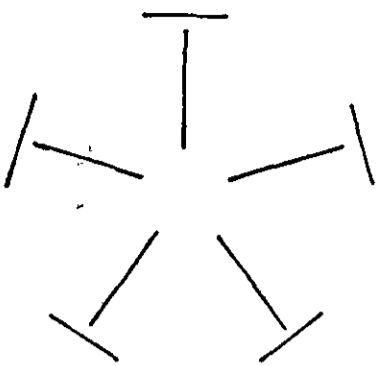


חדש. אחריכך מחזיקים שוב בהרמת הידיים בפיון החדש. החיצונים מרימים עכשיו את היד השנייה. עם הישמע צליל מהגש, רצים הקרובים למרכז מעבר לשניים האחרים ועומדים בסוף השלישה. כך נוצר "פנימי" חדש. שוב מתחילים בתרגיל החלפת הכיוונים בהסתגלות למצב החדש. ממשיכים עד שהשלוש מסתדרות כבהחלטה, כלומר, שלוש



פעמים. ברגע זה פונה כל שלישה אל המרכז. שוב מחזיקים בידיים מורמות לפי אות מסתובבים אל מחוץ למעגל בהורדת הידיים, ושוב מרימים אותו במצב החדש. אפשר גם להחליף את המקומות מן המצב הזה. כדי שיווצר כל פעם "פנימי" חדש על-ידי כל זן כל המעגל לצד אחת. אפשר לגמור את התרגיל בעמידה מסיימת בתנועה, המדגישה צורת השלישה לפי המצאמה.

שינוי: מ צ ב - מ ו צ א — קבוצת שלישות אחת כמו קודם; קבוצת שלישות שניה (במספר מקביל) עומדת בחוץ במצב ב' של התרגיל הקודם. אין מחליפים מקומות בתוך השלישה. אהרי כל החלפת כיוונים והרמת ידיים, מתחלפות השלוש הפנימיות החיצוניות במקומותיהן וממשיכות לחדש.



חנישה: תחושה גופנית של פתולים אופקיים.

מצב-מוצא: מעגל.

חחומר: כדור.

הראשון מעביר את הכדור בקשת לפניו ומעבירו אל העומד קרוב לו. הלה מוכיל אותו מאחוריו בקשת אל השלישי; זה מעביר שוב לפניו כמו הראשון וכו'.

תערת: אחרי שהתאמנו בהנחיה המוחלת, אפשר לביצע ללא כדור ולהקפיד על ביצועה המדויק.

חנישה: תרגיל סדר וצירוף שתי יחידות ריחמיות.

מצב-מוצא: שתי שורות.

תרגיל יסודי: הזוג הראשון נפרד זה מזה

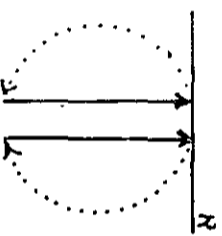
ורץ בחציגורן לסוף השורה; הזוג השני ממשיך אחריו וכו'.

פיתוח התרגיל: כל שורה נעה יחד. בהגיע

כל זוג לקו א' הוא מתחיל בריצה; בסוף השורה הוא ממשיך לצעד בנקודה ב', חוזר חלילה.

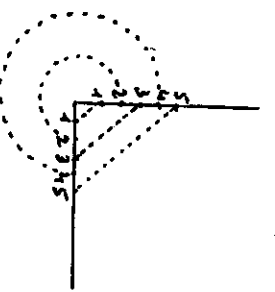
חנישה: כיוונים במצב שלישה.

מצב-מוצא: שלשות בראדיוס המעגל החלמיים פונים לאותו כיוון.



מחזיקים את הידיים מורמות, כלומר, הפנימי מרים שתי ידיים ומחזיק בהן את ידי העומדים לצדו. עם הינתן האות מורידים את הידיים בתצ' סיבוב, על-ידי כך נוצר כיוון

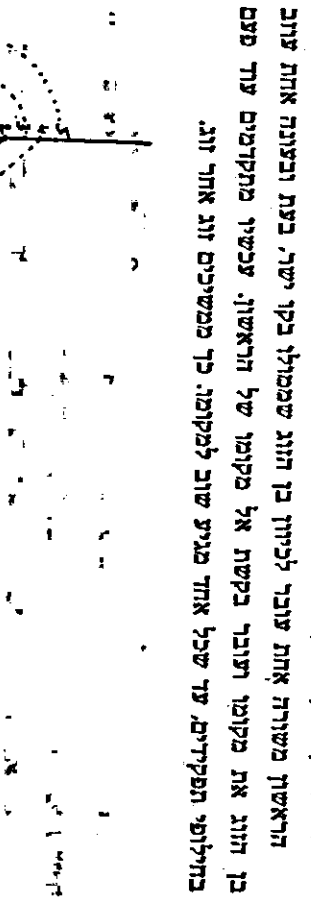
הנושא : המצאות : הבדלה בין קו ישר וקשת.  
מצב - מצא : שתי שורות במספר משתתפים שוח עמודות בנות ישרי.



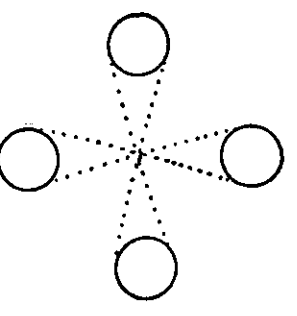
המספרים 1 בשתי השורות מתלפפים את מקומותיהם. זה עם זה בתוך החזית בקו ישר. המספרים מתלפפים את מקומותיהם זה עם זה בקשת. מחוץ לזוית. מ"ס 3. הוג'ל כמ"ס 1, מ"ס 4 כמ"ס 2. וכן הלאה. יוצא שהמספרים המבולבלים יוצרים יקום ישרים בדרכם. והמספרים הזוגיים יוצרים קשתות. בפעם השנית, מחלופים את המספרים כלומר המבלבלים יוצרים קשתות, והזוגיים - קוים ישרים.

רצוי לבצע את הדרכים הקצרות יותר לפי יחידה ריחמנית אישית יותר מאשר הדרכים הארוכות, ואז אפשר לסיים את שתי הדרכים בעת ובצורה אחת (בשני זוגות שונים), למשל: מ"ס 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1.

כמוצאה מכל מחקבלת דיקוליות ברחמנים הניכרת גם בשתי צורות שונות בשטה שיגוי (מסופך יותר) :



הנושא : שמיניות בצורת מעגלים.  
מצב - מצא : ארבעה מעגלים בארבע פינות חוזרי.

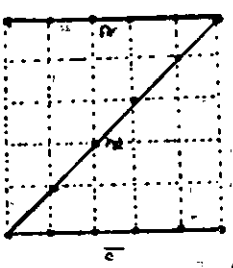


המעגל הראשון מקיף את המעגל שממולו וחוזר למקומו בצורת סיפדה 8. כך חוזרים על הפעולה מעגל אחרי מעגל.

הצורה : אפשר שכל ראשון, המוביל את השורה, יקבע את החזית הריחמנית או את המקצב שבה מלד השורה כן אפשר גם לקבוע מראש ארבע יחידות ריחמנית. וכל מעגל מניב לפי תפקידו - לא נדקא לפי הסדר.

הנושא : מעבר משורה ישרה לאלכסונית  
מצב - מצא : שורה ישרה (א) בציורה.

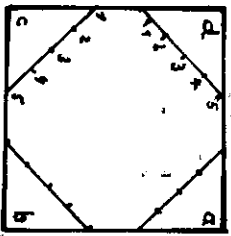
הראשון בשורה נשאר במקומו. השני צועד צעד אחד קדימה, השלישי - שני צעדים, הרביעי - שלושה, וכן הלאה עד סוף השורה. מתקבלת שורה אלכסונית (ראח ב). כדי לחזור לצורת היסודית (שורה ישרה), חוזר כל תלמיד אחורנית בדרך שבא, או בצורה יותר מעניינת: כל תלמיד צועד קדימה את יחידת הצעדים, כדי להגיע למספר הכללי של הצעדים (ראח ג).



בווגמה שלנו: מי שצעד צעד אחד, יסיף ענה 5 צעדים. מי שלא צעד בכלל, יצעד את כל ששת הצעדים, מי שצעד שלושה, יצעד שלושה, מי שצעד חמישה, יצעד אחד וכך השרה: יאשר לבצע את החיגיל בכמה שורות מקבילות בעת ובצורה אחת.

צפוי פנים הראשונים אלכסוני זה מזה, גם הפעם בוית ישראל (ציר ד), ונעצרים כאשר מתקבלת שוב צורת X (א). אפשר להמשיך את התרגיל או להפוך את הלוח, ואז יוביל שני הראשונים מן הצד השני.

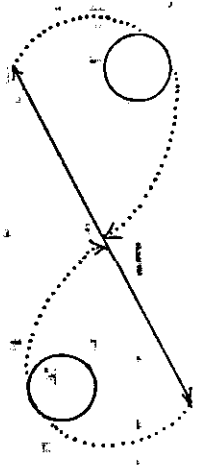
תנושא: אלכסונים בריבוע.  
מצב-מוצא: ארבע שורות במספר שווה בארבע פינות החדר (ראה ציור).



- א. כל המספרים 1 באים למרכז וחוזרים, אחרתם—מספרי 2 וכך.
- ב. מלריוס על כמה מספרים בבת אחת:
- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 70, 71, 72, 73, 74, 75, 76, 77, 78, 79, 80, 81, 82, 83, 84, 85, 86, 87, 88, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 95, 96, 97, 98, 99, 100.
- ג. כל המספרים 1 באים למרכז, כרגע שהם פונים לחזור, יוצאים המספרים 2 בכיוון למרכז. כשהמספרים 2 חוזרים, יוצאים מספרים 3, וכן הלאה. מתקבל קצונה.

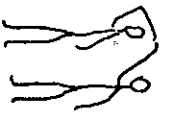
תצורה: המספרים 1 מכל פינה יכולים ללוח את ההליכה הנעדרת, ושאר המספרים של אותה שורה מחקים אותה.  
הקצונה יכול להתבצע בשורות שלמות, קודם יוצאת שורה א' מפינה אחת, כרגע שהיא פונה לחזור, יוצאת שורה ב' וכן הלאה, אם רוצים ללוחו בתנועתו, יש לקבוע אותו מראש.

תנושא: מעבר משורה לשני מעגלים.  
מצב-מוצא: שורה ארוכה מחולקת לשניים.



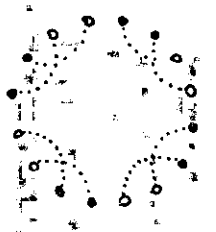
הראשונים מכל צד בשורה מובילים בקשת נגדית את מחצית השורה שמאחוריהם, עד שנוצר מעגל. המעגל נחמד והראשון מוביל חזרה למחך השורה.

תנושא: התמצאות בחלוק מקומות.  
מצב-מוצא: זוגות עומדים ברווחים שווים במעגל (ראה ציור).  
בני הזוג אחריים זה בזה כדי ימנית ומרימים אותו למעלה, בן הזוג השמאלי עובר בקשת קדמית לפני חברו בלי לשזוב את היד, עומד לימין חברו ופונה למרכז.  
כפעולה זו כל המעגל ימנית.



רצוי ללוח במחטיב ריחמי כל חילוף. 8 תת | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8  
לצורה יסוד זו אפשר לפתח תרגילי-משה.

- א. לפי פקודה מחליפים את הידיים ואת הלוחין וכך יזוז כל המעגל לצד שני.
- ב. פעולת שלשלת זוג אחד מבצע את החלופים. כשהרווח בינו לבין הזוג השני מתמלא, מחלי הזוג שמימין, וכן הלאה זוג אחר זוג (גם כאן אפשר לחלוק את הלוחינים).
- ג. התרגיל נעשה בקצונה.



תנושא: מעבר מערות X לצורת מרובע.  
מצב-מוצא: שתי שורות במספר משתתפים שווה עומדים בצורת X (ראה ציור א').



הראשונים בקצות השורות מצד אחד מתקרבים זה לזה בווית ישראל, וכל השורה מתקרבת אחריהם (ציור ב'). כשהראשונים נפגשים נוצרת צורת מרובע (ציור ג').



החשבת חסרונותיו

ח' ו' א': החשבת חסרונותיו, אונות או מעגלים קטנים.

מ' צ' ב' - מ' ו' א': מעגל גדול הבנוי מתיחידים, אונות או מעגלים קטנים.  
הילד הראשון או הקבוצה הראשונה פסחוביבין, בן בזמן מוחאים פניים השני או הקבוצה השנייה, עם הזנתו האות (כסיום או הפסקה) הראשון עומד, השני מתחיל להסיר תוכב השלישי מתחת-כפיים עם האות הבא נעצר השני, השלישי מתחיל להסחוב והרביעי מתחיל-כפיים, וכן הלאה.

במקום מוחאות-כפיים אפשר להבצע תנועות בעמידה.

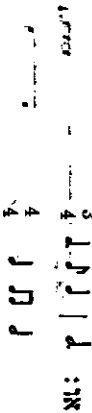
ח' ו' א': שורות בלתי-יחידות.

מ' צ' ב' - מ' ו' א': שורה עומדת בצורת שורות באחיות יחידים.

א: עם הישמע הצליל הראשון, צועד הראשון בשורה צעד אחד, בכיוון כלשהו; עם הצליל השני צועד השני-בכיוון חופשי, וכן הלאה. פנה-אחר ונח במשך, כל הזמן אסור לעזוב את היחידים.

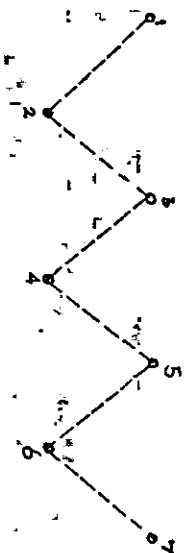
ב: כמו א', אך מוסיפים לצעד, תנועה בגוף ובד', בלי לנתק את השרשרת מקבלים צירופים של צעדים, כשמות, קידוח וכו'.

ג: למתקדמים: במקום צלילים בפעמה, אפשר להשמיע מקצב קצר.



כל חלמיד מניב על-כל צליל שבמקצב.

ה' ו' א': אונות עומדות נגזרות עומדות כולותים (ראה צורה 1).



א: החלמיד הראשון מחקדם לצבר החלמיד-השני, בהגיעו אליו, מתחיל החלמיד השני לנרע לקראת השלישי, החלמיד הראשון עומד במקום השני, בן מתנהל החלמיד עד שהאחרון מסיים ויוצר צלע חדשה בוינוגו. במשך הזמן מתקדמת-שתי השורות לצד אחד.

שינוי (מסובך יותר): מ' צ' ב' - מ' ו' א' = שורה ארוכה מחולקת לשניים ושני מעב לים משני צדדי.

הראשונים מכל צד בשורה מתקדמים בקשת לעבר המעגלים כמיר קודם, ובעת ובמנה אחת נפתחים המעגלים, הראשונים מתקדמים ויוצרים כל אחת את חצי השורה, וחוזר חלילה.

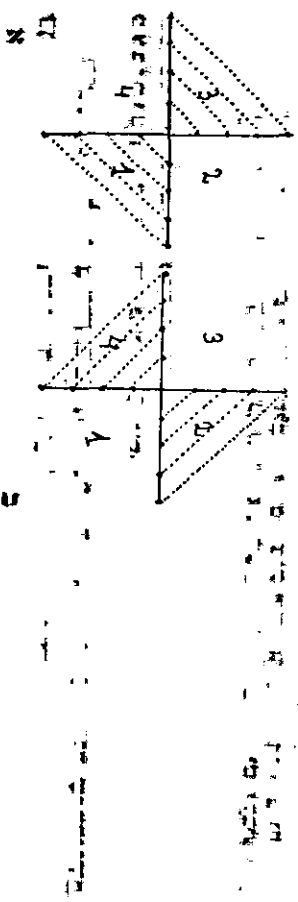
ח' ו' א': חלוקת שטחים: היחס בין מוחיות זמן ושטח.

מ' צ' ב' - מ' ו' א': שתי שורות במספר משתתפים שוה עומדות בצורת זווית (ראו לאורך הקירות בפניה החזרה).

מנוגנים פסוק מוסיקאלי באורך מסוים, על שקולטים אותו היסב, שתי השורות מתחלפות במקומותיהם באופן שכל אחת מחליף את מקומו עם בן הזוג שממול למרות שהדלילים שונות באורכן, הייבים כל המשתתפים להספיק להגיע לקיר הנגדי עד סוף הפסוק המוסיקאלי.

כדי למנוע פעולה מכאנתי, רצוי לחלק את המקומות בתוך השורה.

שינוי (מסובך יותר):



מ' צ' ב' - מ' ו' א': עומדים בצורה צלב (שתי הזוויות מחוברות בקדקוח). החלמידים תצורמים בשתי הצלעות פונים זו אל זו (זווית 3, 1 — ראה ציור א'). בהתאם לפסוק המוסיקאלי מחליקים את המקומות, בלי לפנות אחורנית; על-ידי כך נוצרים זוגות חדשים (זווית 2' - ציור ב').

שינוי: מניחים את החישוקים בצד ומבצעים אותו תרגיל בתנועות דמיוניות בהשראת החישוקים.

הנושא: חגכה מהירה.

א. התלמידים הולכים במסחר. המורה קורא בשמו של אחד התלמידים. הלה חייב להוביל את התלמידים, המסתדרים אחריו והולכים לפי הוראתו. עם הכרות שם חדש, הפוכים מיד את כיוון ההליכה לפי הוראת המוביל החדש. שוב מכריזים שם חדש, וכן הלאה.

רצוי שהמוביל ימצא תנועה או מצב גוף וכולם יתקדו.

ב. הקבוצה יכולה להסתדר מאחורי המוביל בצורת שונות: שורה, מעגל, או קבוצה בצורת גוף.

ג. אפשר להכריז בבת אחת שני שמות או יותר, ואז יסתדרו מספר קבוצות או מצבולים— לפי קרבת המשתתפים אל המוביל.

הנושא: תחושת שיוויון.

החומר: כדור ביד כל אחי.

מצב-מוצא: מעגל במספר משתתפים בלתי-זוגי.

הראשון מקפיץ את הכדור על הרצפה. לפי אות (הרצפה, סוף פסוק מוסיקאלי) הוא מפסיק להקפיץ, והשני זורק את הכדור למעלה. לפי אות מפסיק אף הוא והשלישי מקפיץ שוב את הכדור על הרצפה. הרביעי זורקו למעלה וכו'. התפקידים מתחלפים בכל סיבוב, כתוצאה מהמספר הבלתי-זוגי של המשתתפים.

שינוי 1 (קשת יומר): כל משתתף מקפיץ או זורק את הכדור מספר פעמים קבוע. החליף הקשה הוא אחרי פעולה חד-פעמית בלבד.

שינוי 2: שתי שורות עומדות זו מול זו. בשורה אחת מקפיצים המשתתפים את הכדורים על הרצפה, ובשורה השניה זורקים אותו למעלה. בהינתן אות — מתחלפים.

שינוי 3: בשורה הראשונה מקפיץ הראשון את הכדור, והשני זורקו למעלה וכו'. בשורה השניה זורק הראשון את הכדור למעלה, והשני מקפיצו על הרצפה וכו'. בהינתן אות — מתחלפים.

בצורה זו מתקבלים, סיווגידי כפולים— גם מפול וגם מן הצד.

ב. כמו א, אך כל התלמידים מחזילים לגוץ בזמן אחד. יש הכרח לדייק ולתכנן היטב את הדרך. כדי שלא תיהרס הצורה.

ג. ברגע שנשמע צליל מודגש או אות — פונים כולם אחרנית ומתקדמים בכיוון התפוף. בהינתן אות נוסף — חוזרים לכיוון הקודם.

ד. הולכים קדימה, עם אות או צליל מודגש, הולכים רק לאורך צלע אחת אחרנית וממשיכים שוב קדימה. עם אות חדש הולכים שוב רק לאורך צלע אחת אחרנית ושוב בכיוון הקודם.

ה. אפשר לקבוע סדר מסוים: למשל שתי צלעות קדימה ואחת אחרנית, או ארבע קדימה ושתיים אחרנית, וכן הלאה.

הנושא: המחשת צורות בעזרת תפסים.

כלי-עזר: כדורים בגודל שונה, קוביות, כלי-נקישה, חבל, חישוק וכו'.

מניחים את התפסים על הרצפה. מתקים בתנועה את צורת התפס — בעמידה ותנועות קדיים מעל לתפס או בהליכה סביב התפס. המונח על הרצפה ו"אצורה". בשלב שני מוציאים את התפסים ומתקים אותם בתנועות לפי הוכרן.

הנושא: התנוות זרכים בעזרת חישוקים.

כלי-עזר: חישוקים.

התלמידים מתווקים חישוקים בידיהם ומתחללים באופן חופשי בהדרגה עם הישמע צליל מודגש מניחים את החישוק על הרצפה ומסתדרים בצד. אחד אחד. בה אחר זה עוברים התלמידים במשך החישוקים. משיילים ביניהם ואף נכנסים לתוכם בלי לדדון עליהם. אפשר לנצל את התרגיל לאימת הוכרן: תלמיד אחד הולך כרצונו, ושני הולך בעקבותיו.

הנושא: בניית צורות בעזרת חישוקים.

כלי-עזר: חישוקים.

מצב-מוצא: התלמידים עומדים ליד הקיר וחישוקים בידיהם.

כזה אחר זה יוצאים התלמידים בריצה ונעצרים עם הישמע אות הוך החזקה דקורטיר בית בתושוק. כל אחד צריך להתאים את עמידתו למערך שנוצר לפניו, כדי לסייע לקבלת תמונה כללית יפה. משהסתדרו, משנים את מצב ההחזקה עם כל צליל מודגש חדש, ונוצי יים מדי פעם צירופים חדשים.

חניו שא : התמצאות.

- א. המרוץ רכבות והפכת קרונות וקטרים במחנה רכבת מרכזית.
- ב. מעבר מקבוצה אחת גדולה לקבוצות קטנות: השמים מכוסים בענן גדול אחד — באת הרחוק ומפורט אותו לעננים קטנים רבים.
- ג. אמצע וצדדים. אנשים חולקים לטעם מתחיל, לרדת גשם: הגל ברוחקים לצדדים ומסתחררים במבואות הכתים.

חניו שא : חרובה ומגפה.

- א. שומר תנועה (רמזור) מכונן את התנועה ברחוב — פליחורכב חולצתהרגל מחקדמים לפי חוראותיו.
- ב. רדעה ועדרו.
- ג. משפוכית ועדר כבשים. לחקת צפורים. ציורים.
- ד. שירת.

- ה. החלוקת זולת המצאות.
- ו. ציפור מלמדת את נחלתה לעוף. לנתר, לנקר וכר.

- ז. משא ומתן עם אדם שאינו מבין את שפתו. בעזרת תנועות בלבד נזמנים חוראות לביצוע פעולות שונות.

- ח. אדם וצולל.
- ט. אדם מול הראי.

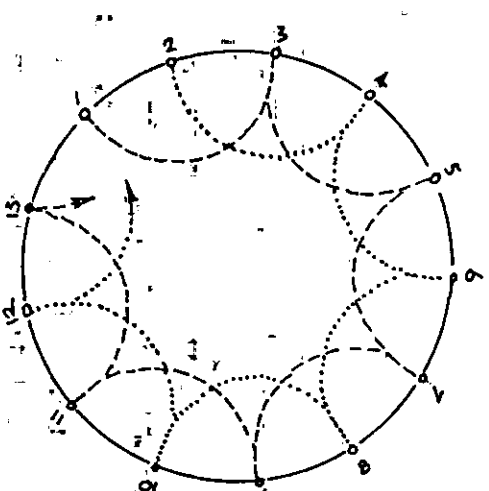
- י. משיכה בובת ציץ או ליצן בחושים.
- יא. משחק בכדור (המדורד — ילד שני).

- יב. גלגל הישוק (החישוק) — ילד שני).
- יג. יצירת מפלמים מילודים.

תרנגוליים כוללים

התרגילים הבאים אינם נזמנים להכליל בהחלוקה הקודמת. שכן אין בהם נושא מרכזי אחד. ביטחו של דבר אין אין תרגיל רצחמלי העשוי מקשה אחת ו בתרגילים הבאים באים אישוא ללדי כטיף מלכביכב מוסיקאליים אחרים וכן גרמי תנועה ומטרות שונות.

חניו שא : כושר חזיוני.  
מצב - מוצא : מעגל במספר משתתפים בלתי-זוגי.



הראשון רץ, מדלג על שכנו ומחליף את מקומו עם השלישי השלישי רץ, אל החמישי (מדלג על הרביעי) ומחליף את מקומו אמו. החמישי אל השביעי וכר. האחרון במעגל יצטרך לדלג על הראשון (הואיל ומספר המשתתפים הוא בלתי-זוגי), ואז ישתתפו השני הרביעי הששי וכר.

הצעות לאסוציאציות ולהמחשות

חניו שא : צורות בשפה ובהלל.

- א. הליכה בחול על חוף הים, משאירים עקבות בכל מיני צורות.
- ב. "צורה" עננים שונים בתנועה.
- ג. פיתולים. כביש מתפתל בין הרים, הליכה ביער ובחורשה בין עצים. נחש או חולצנים מתפתלים בחול, אשקף הנהל. הליכה בין ערוגות הגינה, טיול בשבלים. פרחולים עמוקים: חרישה בחלמלים.
- ד. מגל: כדורים צלחה, חישוק, גלגלים ועוד.
- ה. קוים ישרים: סרגל, מחטים, מסרנות, מקלומת מספרים, מטאטא, עמודים וכר.

שינוי: אפשר לזמן גם שני מעגלים שינוצו ביחד. ההזמנה צריכה להיות עם ההפקה בין מספר הנקישות למעגל הראשון ומספר הנקישות למעגל השני:

הנושא: טמפו והתמאות.  
מצב-מוצא: יושבים במעגלים בינוניים.  
חומר: לכל מעגל כדור חזל אחת.

אחד המשתתפים בכל מעגל מגלגל את הכדור שבידו על הרצפה להבר הרצוי לו. מקבל הכדור מניחו על הארץ, קם ומקיף בריצה את מעגלו עד שהוא חוזר אל מקום הכדור. יושב ומחזיל לגלגל את הכדור מחדש. בכל המעגלים מתנהל המשחק כעת ובעונה אחת.

הנושא: טמפו וסדר.  
מצב-מוצא: שורה ערוכת תלמיד אחד מחזי לשורה ומניו מונם אליה.  
חומר: כדור חזל או בינוניים.

הכדור נמצא בקי הסולן, המשחק בו באופן חופשי. הראשון בשורה מתקדם אל הסולן בדרכים חופשיות לפי הטמפו של המשחק בכדור. כשהוא מגיע אל הסולן מורס לו האחרון את הכדור וחוזר לטף השורה. הסולן החדש מחזיל לשחק בכדור, וראש השורה החדש יוצא לדרכו חוזר חלילה. המשחק נמשך עד שכל המשתתפים חופפים לסולנים.

הערה: לגיל הגן יוצר ליווי מוסיקאלי, למבוגרים יותר מעניין בלי ליווי אם קסידים על ספון אישי.

הנושא: זריזות, תזאם (קואורדינציה).  
חומר: כדור או קובייה בגודל בינוני לכל תלמיד.  
מצב-מוצא: זווית.

הזוגות עומדים גב אל גב כל תלמיד מחזיק כדור בידו הימנית. מוסרים את הכדור לתלמיד העומד ממול מצד ימין ומקבלים אותו בו בזמן מלדי העומד משמאל. את הכדור מעבירים מיד שמאל ליד ימין מלפני הגוף וממשיכים באותו צורתו. עם הזמן האת פתים הוגגות בהצג סיבוב פנימל-פנימי, ומסירים את הכדורים באותו צורה, אלא שעמה מעבירים את הכדור מיד שמאל אל יד ימין מאחורי הגוף.  
כדי לפתח את הצד השמאלי של הגוף, אפשר להתחיל את המרגל בהחזקה הפוך ביד שמאל.

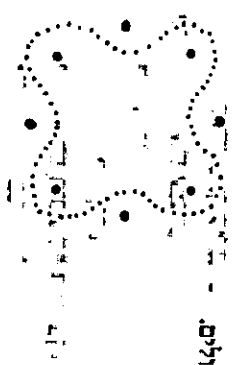
הנושא: התמצאות בשטח ופיתוח זכרון.  
חומר: גיר צבעוני, סרטים צבעוניים או קוביות צבעוניות.  
מצב-מוצא: תלמידים מסודרים בתור.

כל תלמיד מסמן את מקום הימצאו בעזרת אחד החפצים הנ"ל. לפי נגינת הספנתר נעים בתלל (המוסיקה מתחלפת מרי פעם). עם הזינו את מוסכם מראש (צליל מדגיש סוף פסק מוסיקאלי, מנגינה קבועה מראש) חוזרים אל המקום המסומן.  
הערה: במקרה שאין חפצים צבעוניים, אפשר להשתמש בצעירים שונים לשים סרטים בצורות שונות וכו'.

הנושא: ייחודות ג'ן. ביגוד ייחודי.  
התמצאות ובייחוד צורות בשטח.  
מצב-מוצא: זווית במעגל — התמקדות לשניים.

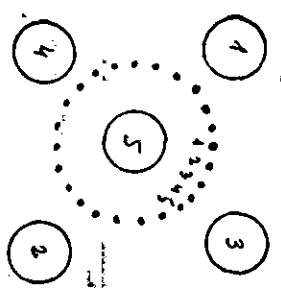
מס' 1 עומד ומתואכפיים או נע במקום (ל) מסטי 2 מקיף בריצה את המעגל כולו (ג) עד שהוא מגיע לכו זוגו.

הערה: בהנחה רצוי להתחיל קודם באופן סולימטי, ורק אחר כך מביעים כל הזוגות ביחד.



הנושא: התמצאות בשטח וריכוז שמיעתי.  
מצב-מוצא: מעגל גדול.

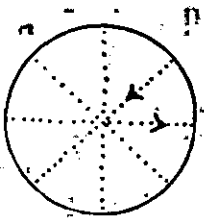
מתפקדים מ' עד 5. מטמנים את מרכזי המעגלים על-ידי חפצים או מספרים. לפי מספר הנקישות בכל הנגינה, מחזמן כל מספר לצדו את המעגל וליצור משגל במקומו המסומן. כך נוצרים 5 מעגלים. אחרי של המעגלים מסודרים, מנמינים כל מעגל לתנועתו. בנקישות המתאימות למספרו.



שינוי: רק נושא א' מונג על-ידי המורה. המובילים במעגל רשאים להציא בעצמם את נושאי-הביניים ולהימנע מנושאים שכבר בוצעו. כן רשאים הם להתקדם בדרגים תמישיות. ולהימנע למעגל רצוי להם, לאו דווקא לפי המדרג. באופן זה קובע המוביל את מועד תופעת הנושא החוזר (א'), ועל המורה לעקוב אחרי המוביל ולנגן נושא זה בזמן המתאים.

הנושאים: התמצאות במעגל.

מצב-מוצא: מעגל חוג במספר משתתפים לא חזלי. עומדים בתווים מולים זה מזה.



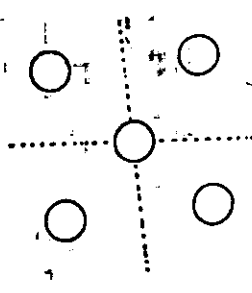
שלב ראשון: תלמיד מס' 1 נע לעבר מרכז המעגל. בהגיעו לשם, הוא פונה החזק לכיוון החיצון כשהוא מתקדם לעבר מקומו של מס' 2. בהיפגשו עמו הוא נשאר במקומו של מס' 2, והם מתקדם למרכז, כשהמוביל החזק לעקוב בו עומד מס' 3. זה חוזק למס' 4 וכן הלאה. כשהדרגים כבר ידועות למשתתפים, אפשר להוסיף תנועות המדגישות את כיוון ההליכה. והרגע שנפגשים אפשר להסתובב במעגל קטן (החלילים נצפים לפי שינויי מקצבים או סופי פסוקים מוסיקליים).

שינוי א': המרגיל מבצע ככה"אחה על-ידי שני משתתפים העומדים זה מול זה במעגל.

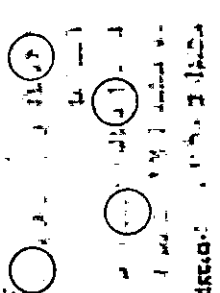
שינוי ב': כולם מבצעים את המרגיל בעת ובעתה אחת. על-ידי כך מתקבלת תנועת זינוג מהמדה (mobile perspective). במקרה זה מוותרים על הסיבוב במעגלים הקטנים.

הנושא: חיחס בין שטח וזמן בקשר לאורך הפיסוק המוסיקלי ויחידות ריתמיות.  
מצב-מוצא: סופי שורה-שוקים בן 20 משתתפים ערוך פיסוק חזי אולם (ראו ציור).  
התלמידים מסתדרים בצורה, מדרגות" בשטח א', כשפניהם מופנים לאמצע החזק.

הנושאים: תרגיל סדר, התמצאות חזרון.  
מצב-מוצא: מעגלים מסודרים בחיף, ומעגל אחי מרכזי. בכל מעגל מספר משתתפים כמספר המעגלים החיצוניים.



כל משתתף מן המעגל הפנימי נכנס בריצה לרוח שכן שני מעגלים חיצוניים עם זריזות אות הוא נעצר וברקע אם מקומו במעגל הכללי. לפי אות חודש: חוזר למרכז, המשך תחמים במעגל המרכזי מתולטים מקומם עם, אחד המעגלים החיצוניים המעגל המרכזי החוזר מתפרק ברווחים כמו קרדם, ושבו מתחלק המעגל המרכזי לפי החרי.



הנגיש את המעגל במעגל לשורה. הנהגה על יחידות ריתמיות או מקצבים.  
מצב-מוצא: מעגלים.  
תרגיל א':

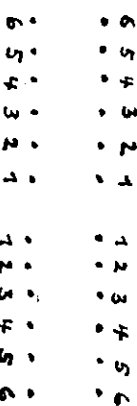
כל המעגלים מסתובבים בהישמע חידה ריתמית או נושא מוסיקלי (א').  
כשהלחיות משתנה כלומר, אם המנגינה עוברת לחידה ריתמית אחרת או מקצב אחר, נפתח המעגל הראשון לשורה ומתקדם. לעבר המעגל השני, שוב מונג הנושא של חלק א': — השורה נכנסת לחזק המעגל השני וכל המעגלים מסתובבים לפי המקצב. אם שוב משתנה המנגינה נפתח המעגל השני לשורה ומתקדם לעבר המעגל השלישי, עתה מס' וחובבים שוב כולם על פי נושא א' וכן הלאה.  
כך מתקבלת צורה ריגורית שכן נושא א' חוזר תמיד.

התנועות. הזוג הוא על התנועה היפה והמונחת, המתאימה למבטיר, והריחמום הנזכר הוא כעין ליווי. רצוי לוותר על הליווי האינסטרומנטאלי, כדי לא להפריע לצליל העדין של נגישת החישובים.

הערה: אפשר לעבר את המקצבים המתקבלים, אם הם מתאימים לקאנון, לדיקטולות, לסידור בשפת ניגונים וכו'.

קאנון בשתי-

הצורה א: קאנון בשתי-  
מצב-מוצא: עשרים וארבעה משתתפים מסודרים בנוגת בשתי קבוצות (רי ציור). ששה זוגות מכל צד — הפנים אל המרכז:



כולם כורעים על ברך אחת.

ש ל ב א: הזוג הראשון מכל צד קם;

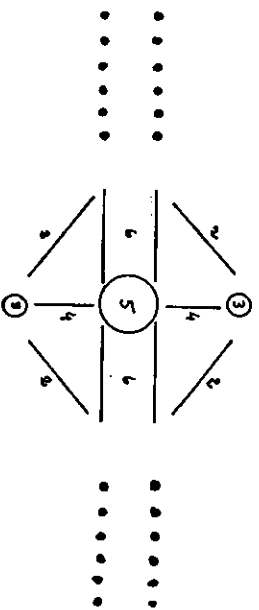
ש ל ב ב: בני הזוג נפרדים והולכים האחד בכיוון אלכסוני;

ש ל ב ג: בכל צד נוצר מעגל קטן של שיניים המתחווה על-ידי פגישה התלמידים משני הצדדים, הזוג מסתובב.

ש ל ב ד: המעגלים הקטנים משני הצדדים נפתחים והתלמידים מתקדמים בהם אתר זה למרכז;

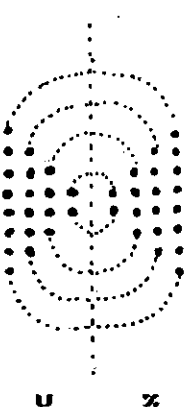
ש ל ב ה: שתי השורות מתלכדות במרכז למעגל של ארבעה ומסתובבים;

ש ל ב ו: כל זוג חוזר למקומו הראשון;



התרגיל נערך בקאנון, כלומר כשהזוג הראשון פותח בשלב ב/ פותח זוג שני בשלב

שורה ראשונה בת שני משתתפים, שורה שניה בת ארבעה משתתפים, שלישית בת ששה משתתפים, ורביעית בת שמונה משתתפים.



שורה ראשונה, שורה ד', מתפרקת לשניים, ושני המשתתפים נעים בקשתות נגדיות

להצני השני של החדר ועומדים במקום החדש, מול מקומם הישן בהזית הפוכה (הפנים מופנים אל הקבוצה שנשארה). שורה שניה, שורת ה' מתפרקת לשניים, והזוגות נעים בקשתות נגדיות ועומדים מאחורי השורה הראשונה. כך ממשיכים עד שמתקבלת אותה תמונה בחלקו השני של החדר (כעין רא'). הליווי המוסיקאלי מכונן את סדר הפעולות בסטוקים מוסיקאליים באורך מתאים לגודל הקשתות.

הערה: אם המשתתפים התאמנו היטב בהרגיל, אפשר להזמין כל שורה להתקדם כתר, לאחר השפעת המסך המוסיקאלי, המתאים באיזונו לדרך שעליה לעבור, ולהחליף מדי פעם את המסך.

שינוי: אפשר לתת לכל שורה תפקיד של יחידה ויתמיה בהתאם לגודל השורה, כלומר, שורה ראשונה מתקדמת לפי נ, שורה שניה — ת, שורה שלישית — תת, שורה רביעית — תתת.

תחילת נעה: כל שורה לחדר בנו אחר זה. על-ידי כך מבחין התלמיד, כי אורך המסוק המוסיקאלי שווה בכל הקשתות, והמתירות השונה של היחידות אינה משפיעה על אורך המסוק. מכאן, שאפשר לעבור דרכים שונות באורכן במשך אותו זמן, אם הכינות הצעדים תגדל או תקטן.

תלמידים מתקדמים יכולים לבצע בשלב סיום את כל החילוף כבת אחת בארבעה קולות.

הנושא: יצירת מקצבים בהמרת התנועה.  
מצב-מוצא: עמידה חופשית.  
חחומר: חישובים או מקולות-שי.

התלמיד מחזיק בחישוק בצורה חופשית וע אתו. כל תנועה חייבת להיאמר בהקשת החישוק על הרצפה. כחוצאה מכל מתקבלים מקצבים, שאורך צליליהם תלוי בגודל

למדות על-ידי הסתכלות את הצורות שהתקבלו בפנינת האחרות. על משתפי הקבוצות לומר כל צורה ולאיה פינה היא שלימה, וכשהם מחליפים את פנינותיהם (ראה פס' 2) עלהם לבצע כל צורה בפנינתה, כך שהצורה הכללית בארבעת הפנינות אינה משתנה. לפי אופן הביצוע השלישי אראפשר לעסמים להקרות את הצורות, הואל ומספר התלמידים משתנה בכל פנינתה לפיכך ינסה כל תלמיד לבצע בעצמו את עקרי הצורה האוטונומית.

שינוי ב': כל קבוצה בפנינתה מקבלת תפקיד יחסי (יחדה יחמית או מוסיבי). מבצעים זאת לפי 2, 1, 3.

שינוי ג': משמיעים קטע מוסיקאלי קצר. כל קבוצה מנסה לעבד בעצמה את קטע על-ידי ריקוד, בלי להיות מושפעת משאר הקבוצות. כל הקבוצות לומדות את כל הריקודים. כאשר נלמדו הריקודים מבצעים את התרגיל לפי שלוש האפשרויות הנ"ל (ראה 2, 1, 3).

הערה: בעיל הנו רצוי לצבם את מספר הפנינות הקבוצות, לשנים ולהסוף בהדרגה אתריפן. תנאים: יגודים... שתי שורות עומדות זו מול זו.

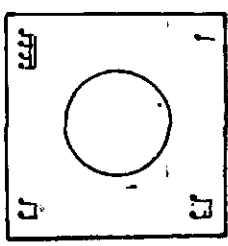
תלמיד אחד מן השורה הראשונה מתקדם עד למרכז ונצטר חנך עמידה בתנועה מסוימת, בו זמנו שממול מתקדם אליו ונצטר בתנועה מנוגדת.

שני התלמידים חוזרים למקומם, וזוג שני משיך וכו'. כאשר כל זוג יתקדם למרכז בלי לחזור, ואחריו יתקדמו שאר התלמידים, וזוג אחר וזוג, תיווצר בהדרגה המונה כללית של יגודים.

תחילת הצעות לתנועות מנוגדות:  
 א) לאט — מהח;  
 ב) — פק;  
 קרשנדו — דקרשנדו;  
 ג) גודלול — קטן;  
 פתח — סגור;  
 גבת — נמרז;  
 ניגוד, כיוון — ניגוד, כיווץ.

א, וכשהזוג הראשון פותח בשלב ג', פותח זוג שני בשלב ב' וזוג שלישי בשלב א', וכן הלאה.  
 הערה: אפשר להתעורר את הקאנון על-ידי ביצוע יחידות ריחמיות שונות בכלי שלב, כן ניתן להוסיף תנועות חומשיות לפי המצאת הנוג תחמית, שמחקים אותו היקוי קאנוני.

תנאים: התמצאות בעזרת יחידות ריחמיות. מצב-מוצא: התלמידים יושבים במעגל על הרצפה.



ארבע פנינות החדד נקבעות ליחידות ריחמיות שונות (ראה ציור). התלמיד הראשון הורשב במעגל קם, מקיפ לייחידה המנוגנת, הולך לפינה המתאימה ויושב, וכן הלאה. באופן כזה מתחלק המעגל לארבע קבוצות. עתה יוצרים בפנינות מעגלים קטנים, שכל אחד מגיב על המנוגנה ונע לחדד או בצירופים.

הערה: בהתאם ליכולת התלמידים אפשר להוסיף עוד יחידות ריחמיות או אטילו מציבים שלמים.

תנאים: זכרון והתמצאות במרחב ובפעולה. מצב-מוצא: ארבעה מעגלים בארבע פינות החדד.  
 את התרגיל הבא מבצעים בשלושה אופנים:

1. ארבעת המעגלים מסתובבים בהישמע את מהסורים בחדד. עם זאת שני חוזרות כל קבוצה למקומה המעגלים מסתובבים שוב.
  2. התלמידים ניצים בחדד באופן חושי בהתאם לליווי. בהינתן אות עוברת כל קבוצה לפינה הקרובה ומסתובבת בה. משיכים את התרגיל עד שכל הקבוצות עברו את כל הפינות והגיעו למקומן הראשון.
  3. התלמידים ניצים במסור בחדד בהתאם לליווי עם הישמע צליל מדגש פתאומי, רץ כל תלמיד לפינה הקרובה לו-ביחידת ומסתובב שם. פעמים נוצר מצב, שבפנינה אחת מספר התלמידים רב ובפנינה אחרת הם מעטים, או אין שם אף אחד.
- שינוי א': ארבע הקבוצות בפנינת החדד בחדרות לזו ארבעה מצבים או צורות, למשל: שורות, משולשים, מעגלים, שונים, צורות, אי-סמטריות, וכו'. ארבע הקבוצות

ג. צורות הלכה, ריצה או קפיצות רילינגים.

ד. בתורים הנולה מסוימת כנושא. כל אחד מפרש ומפתח את הננועה כדי דמינה. זה כמו בהרגל דל, אך בזוגות. אחד מבני הזוג מציא את הננועה השני מפתח אותה. בפעם שניה (לפי סימן) מתחלפים.

4 1  
4 1  
פירחה עמידה יסודית

ו. מוסיפים הזנן לננועה, אחד מצניג פעולה מסוימת, והכלל מגיב בננועה מתאימה לדוגמה: אחד מושיט ידו לשלום — השני מקבל את היד או מסרב לקבלה, אחד קופץ פורת, השני עונד אותו על כרני, שם בצננת או מריח אותו ועוד.

ז. למתקמים — הראשון מציא מוטיב ריחמי — השני מפתח אותו. אפשר לבצע במחאות רכף או בכלי ריקישה.

הנושא: רוחני, חמויכב ממוגילי סודי, התמצאות, זכוני, בעזרת תצעות התלמידים. מצב-מוצא: שתי שורות עומדות פנים אל פנים ברווחים גולים בין המשתתפים.

א. שתי השורות מתקרבות עד שהן נפגשות באמצע וחוזרות אחורנית למקום.

ב. זוג אחרי זוג הולכים זה לקראת זה ומתחלפים במקומותיהם. אחרי שכולם התחלפו חוזרים השאר למקומות הקודמים.

א. כמו קודם.



ג. זוג אחרי זוג הולכים זה לקראת זה, נפגשים, באמצע, סתובבים במעגל קטן וחוזרים.

א. כמו קודם.

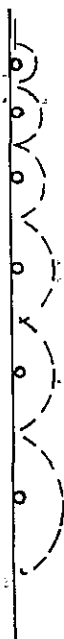
ד. הראשון בשורה הראשונה והאחרון בשורה שניה

הולכים כאכלסוך זה לקראת זה לעבר המרכז. נפגשים ומסתובבים במעגל קטן וחוזרים. עתה מתקדמים באותה צורה האחרון בשורה הראשונה והראשון בשורה שניה וחוזרים. וכן ממשיכים פעל צד (ר ציור 2).

א. כמו קודם.



הנושא: מעברים חזרתיים בדינאמיקה וסמון בעזרת המצבים. כלי-עזר: מפנים, מנון כוורים, קוביות, אבנים ועצמים קטנים אחרים.



מניחים את המצבים על הרצפה בשורה כמרחקים גדולים: הולכים (ראה ציור). על כל תלמיד לסמון בצעדים על המצבים האלה. עם כל פסחה צעדו מרחבה ומאט, וכך מתקבל קישור ודינאמיקה. בכיוון התפוך יתקבל דינאמיקה ואצילינג.

הנושא: התמצאות הזכרון.

מצב-מוצא: הלכה במעגל גדול.

א. קובצים תלמיד אחד כראשון. עם הכרזת, הופי הוא עוזב מקומה הולך במעגל פנימי בכיוון נגדי, סמוך לזיקה. בהגיעו למקומו הקודם הוא נעצר. בהכרזה שניה יוצא זה שלאחריו הולך במעגל פנימי באותה צורה, וכך הלאה. במשך כל אותו הזמן ממשיך כים כל התלמידים במעגל, כך, שבזמן החזרה למקום הקודם חייב ההולך במעגל הפנימי לזכור בין מי הלך במעגל הגדול קודם לכן.

ב. כמו קודם, אלא שהתלמיד הראשון יוצא לפי הכרזת, הופי, השני ללא סימן, שיד כשהראשון חוזר למעגל.

ג. כמו קודם. התלמיד הולך נגד הכיוון מלווה בתנועה. מאלוהרת חופשית את החליכה שלו. השאר יכולים לחקות תנועה זו.

הנושא: המצאת אופי ביעו שונים לנושא.

א. להסתדר בזוגות. זוג אחד זוג מדגים בהלכה צורה ההתברות שונה. אין זה הכרחי להחמיר בקידים או לגעת זה בזה אבל יש להדגיש את הקשר הזוגי. אחרי שכל הזוגות כבר הולכים בצורה שבהרו להם, ניתן את מוסיקאלי (הדגשה) תילוף פיוק, המסקה (וכן) ואז מתחלפים את צורת החיבור.

הצורה: באותו אופן אפשר להחמיר לשלישייה, לרביעיות או לקבוצות גדולות. כן אפשר לבצע את התנועה במספרים ללא הליכה באותה צורה ניתן לבצע גם נושאים אחרים. לדוגמה:

ב. תנועות בתלכי נתי מסוימים: בראש, בגוף, בפמות הריים, כורעוה, כרגליים וכך. השניונים — עליפי את מוסיקאלי.



ב. הולכים עם הכסאות בידיים — בסוף הפסוק המוסיקאלי מניחים את הכסא בתחילת הפסוק הבא מרימים אותו והולכים, וכן הלאה.

ג. מסתובבים מסביב לכסא. עם הישמע צליל מודגש יושבים עליו.

ד. צורות ישיבה שונות: 1. ישיבה רגילה, 2. רכיבה על הכסא (הפנים על המשענת), 3. ישיבה במצודד.

ה. זחילה מתחת לכסא מכל צדדיו.

ה ע ר ה: מסעיפים ד' וה' אפשר ליצור משחקי סדר, התמצאות וזכרון וכן לצרף צורות מוסיקאיות ליות, כגון רונדו, כיוצא בזה אפשר להשתמש בכלי-עזר והפצים אחרים ולמצוא את התנועות האופייניות להם.

ה נ ו ש א: היחס בין טמפו ודינמיקה ובין התנועה בחלל.

pp — תנועה באצבעות;

p — תנועה בכפות הידיים;

mp — תנועת הזרועות עם המרפק;

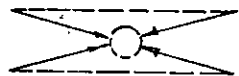
f — תנועת הזרועות עם הכתף;

ff — תנועת כל הגוף.

ה ע ר ה: באופן טבעי משתנה הטמפו עם גודל התנועה.

הצעות לאסוציאציות ולהמחשות

III



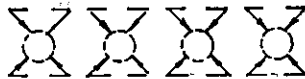
ה. 4 משתתפים מכל צד מתקרבים לאמצע, יוצרים מעגל קטן, מסתובבים וחוזרים. אחרי-כן — השכנים מכל צד וכו' (ראה ציור 3).  
א. כמו קודם.

IV



ו. האחרונים והראשונים בכל שורה יוצרים „גשר רים”. שורה אחת עוברת מתחת לגשר וחוזרת למקומה, אחריה עוברת השורה השניה (ר' ציור 4).  
א. כמו קודם.

V



ז. קבוצות של 4. שניים מכל שורה נפגשים באמצע, מתחברים ביד אחת לאמצע (כמו סביבון) ומסתובבים. עם תחילת פסוק מוסיקאלי חדש מחליפים את הכיוון והיד, מסתובבים וחוזרים למקום הקודם. תרגיל זה יכולה לבצע כל רביעייה לחוד, שתיים מכל צד או כל הרביעיות יחד (אם הסדר ידוע היטב למשתתפים).  
א. כמו קודם.

VI



ח. שני זוגות (אחד מכל צד) נותנים ידיים זה לזה, מתקדמים בכיוון לאמצע. כאשר נפגשים, מרים זוג אחד את הידיים, והזוג השני עובר מתחתיה, וכך מתקדמים זוג אחרי זוג.  
א. כמו קודם.

VI

ט. שורה אחת עומדת בידיים מורמות מחוברות (מחזיקים) יחד, שורה שנייה עומדת מחזיקים יחד, שורה

תביטוי תבלתי־מספיקים. אין תכונה כאן לחיבור מפורט, אלא לרישום בראשי פרקים, המנסים למסור התרשמות והעשויים לשמש כהצעות לעבודה.

לא רק מאורעות יוצאים מן הכלל, כגון מורדים, הגינות, טקסים, טיולים, אירועי חופשה וכדו הם חיוות, אף מעשים בכל יום עשויים להתפר לחייה, אם רואים אותם כאור חדש ויוצרים מתוכם משחק, כושלו והפגזי של המורה ותלמידיו של המורה והתלמידים לעבר את הדברים, שהתלמידים רואים ומרגישים.

בצערותנו נוטה התלמיד להזהרות עם התמצים שהוא מציג כך נוצרת בו יכולת ביטוי אמיתית וכנה. אין הוא משחק „באליל“ היה פרת, הוא חי אותו. אין להלש את הלל מעולם ומיגונוהי אלא יש לנסות לקיים בו הקרנש זה. בסיום השיעור, כשהוא מגיע לשיאו, ניתן התוכן להיות מרובם במשחק משותף. לדוגמה: הנושא הוא „בקול בתנוה צעצועים“. אפשר להפיל את הילדים שנית להציג את הצעות האהוב עליהם. אין צורך שהדבר יודגם על־ידי ילד בודד — דווקא, בביצוע. קבוצתי נוצרת אפשרות רב־קצבית מענינת. כאשר הילדים עוזבים את המקום פתיחה בתפקיד האהוב עליהם, ישאר בקרבם הרשם עזר ומרומה.

הקניית השירים, השירים בתוכנם של נולדו: המשחקים המאלחריים, צריכה לכוון כהמשך טבעי. במקרה שאין השירים מתאימים, לפי מבנם, לביצוע תנועת־ריחמני, כלומר אינם מפעילים את הילד במישרין, רצוי רק לשיר אותם, ואת תוכנם לבצע לחוד בצורה מאלחרת חופשית. לעתים קרובות ראינו כיצד מחוסר ברירה משתמשים בשיר בלתי מתאים, וכך מגיעים לביצוע מאונס ומלאכותי מבהינה מוסיקאלית, שהוא פורש חסר טעם וערך מכל הכחינתו.

מן הרצוי לשים את הדגש על ההכנה המוקדמת, לחינם, על חוויית־התנועה של המושגים הקשורים בהם, משחקי השטח המכונים את המסגרת, החינוכית לחינה, מבטיר חים לה צורה אסתטית. אגב משחקים אלה עשויים להתחווה צורות כוריאוגרפיות קטנות, המביאות באורח טבעי לדי הישגים מוסיקאליים, כגון: פיסוק מוסיקאלי נכון, הרגשה צורה, החוש לגו דינאמי וכדו.

אם מכינים היטב את החינה באופן זה, אפשר בשעת החינה עצמה להוציא כמה חלקים קבועים, ולהכניס במקומם גורמי הפתעה בדרך האילחור. כך נמנעים משיעוים ומשיעוים (או להיפך) — ממתחזות ללא צורך) והכשרה החוויית אינו נפגם. התלמידים מגיבים בתופעות ובקלות ללא חשש שמא „ישערו“.

הנישן א: זכרון סדר ופיסוק מוסיקאלי.

- א. אוטובוסים עוזבים זה אחר זה בבוקר את המוסך וחוזרים בערב.
- ב. עדר יוצא למרעה מן הרפת או הדייר. חוזרו בערב.
- ג. יונים עפות מן השוכך וחוזרות אליה.
- ד. דבורים יוצאות מן המורה וחוזרות אליה, ועד דוגמאות כיוצא בהן.

הנישן א: „תמונת חיות“.

- א. שפת־הים: חוללים בחול; גלים, סירות ואוניות; מישחקי ספורט; בונים בחול; משתופים בשכיבה; שוחים, מלקקים גלידה וכו'.
- ב. השמים: שמש, ירח, כוכבים, עננים, גשם, רוח, אורזנים וציפורים.
- ג. תצר ביהמהספר בעת ההפסקה: קופצים בהבל, משחקים ב„קלאס“, באבנים, בחדור ובגולות, קבוצות ילדים משוחזים, אוכלים רוקדים במעגל וכו'.
- ד. הרחוב: שוטר תנועה, כל־רכב, אנשים מטיילים, פועלים חוזרים מן העבודה, מסתכלים בחלונות־ראויה, חוצים כביש.
- ה. יער או חורשה: עצים ושוחים, עשב, פרחים, פטריות, ציפורים, פועלים כורחים עצים.
- ו. לונה פארק: נדנדות, קליעה למטרה, נסיעה במכונית (צעצוע), דמויות בראי עקום, מכונות משחק.
- ז. דירה: ישנים בחדר־השינה, משחקים בחדר־הילדים, מבשלים במטבח, מתרחצים באמבטיה, אוכלים בפניה־האוכל, חוללים כביסה על המרפסת.
- ח. גן־ילדים: משחקים בקבוצות ובכובות, מציירים, כותבים עובדים בהמר, מנגנים בכל־נקישה ורוקדים, עוסקים במלאכות שונות וכו'.
- ט. גינה: מסעלים, ערדים, שוחלים, משקים במשפך, במטרה או בצינור, דחליל וכו'.

### דוגמאות של שיעורים והכנות לחינם

קשה ביותר לתאר את מהלכו החי של שיעור ריתמיקה, ביחד כשתוא קשור בתוכן או בחויה ומבוסס ברובו על־ידי אירועי המציאות. אף־על־פי־כן מרגישה אני צורך למסור את מהלך השיעור, שנושאר חרות בזכרוני כמוצלח ובעל־ערך, למרות אמצעי־

הגשם מתחיל שוב לרדת, להזריים ביותר יש פטרייה. הם פותחים אותו (הזגשה מלודית בעליה) והולכים הלאה. כאשר נפסק הגשם, סוגרים את המטריה (הזגשה מלודית קורדת). לפעמים מתחיל שבר ענן או בורחים מיד לאחד ממבואות הבתים ומחכים עד שיעבור הגשם (יכולת הגבה מהירה על אפקט מוטיואלי, כנזן על מהלך כרומטי או גלסנאוד), לבסוף פסק הגשם ואפשר כבר להמשיך בדרך לזן או לביגה-הספרי. מנקים את הזעלים מן הבקו, מנערים את המטריה מהטיפות (צלילים חכוסים ומחירים או טרילר). חולים את המעיל ומתיישיבים.

אנו ממשיכים לשוחח על הגשם, אני שואלת: "מי שמח שהגשם בא סוף-סוף?" האדמה היתה צמאה, העצים, הפרחים והשדות היו עייפים מן החום והמגענו כבר למים." הילדים מראים עד כמה היו הצמחים מדולדלים וכיצד הם שותים בצמא את המים המתוקים ומחדשים אותם. (שני בנינו בתנועה; קרישנדו ושנינו בנון הצליל). השוחח נמסב; כשהגשם מתגבר הן מחפשות מוסה בין העננים — שם הן בטוחות, הן מתנודדות במקצת (משקל 8) ומפעם לפעם מוציאות את הראש החוצה לראות אם לא חדל הגשם, הן עדיין רטוב מדי, קוראת ציפורי אחת לשניה, "עוד לא כדאי לצאת". הגשם מתגבר והולך, המחסה כבר אינו מספיק; הציפורים קופצות מענף לענף, למטה, למעלה ולצדדים (הזגשות והמציאות); מדי פעם הן מהרות ומתנודדות, שבקרב אפשר יהיה להמשיך לעוף. הציפורים פותחות את מקורן ומפלטות להברותיהן, שבקרב אפשר יהיה להמשיך לעוף. הציפורים שוב. הן מרימות כנף אחת, אחריכן — את השניה ושתייהן יחד (פסקאות מוסיקאליות קצרות), מתנודדות מן הטיפות, מתנודדות על הענף (הכרה מחדש של הלווי האופייני לפעולות הניל) ופורחות לעולם הרחב.

אני מספרת לילדים, שעוד בבקר השכם בהתעוררי משנתי, שמעתי את קול הגשם, זדומה היתה לי, שהקיש איזו מנגינה על הגג ושמשות החלונות. אני שואלת אותם, אם גם הם שמעו מנגינה כלשהי ומי ידע לנגן אותה על החוף או לחקות בקולו את צליל הגשם. הם מנסים בכל מיני אופנים, ואת המוצלחים מפתחים עוד ועוד. לסיים אני מבינה בכמה פשוט, כנזן J. J. — זו המנגינה, ששמעתי בבקר השכם. אנו מבינים בהליכה טיפות קטנות וקלות ובאחת כבדה, עכשיו אני מבינים את המיקצב במחויאות-כף, בהליכה ומבטאים אותו בראש, רגליים, ידיים ותנועות גוף חופשיות. אנחנו מחפשים מלים או אפילו צלילים מאמימים ושיר הגשם שלנו קם ונוצר. פעמים מצליחים להמשיך בכך,

על פי רוב מצליחה המנגינה ביותר, אם קיים שיתוף-פעולה עם מתכנסים אחרים, ונמצאים מאורך המפרוח (תחושת הזמן של המורה?) ואם בה הזגשה לנקודת השא של החיבור המוסיקאלי-ריתמי. היומרות האישיות של המורה או של ההורים עלולות להפריע בעקבות החינוכית. אם נוכח קהל כדאי להסביר לו את המטרות במלים אחדות, בתוכן תנוסאים הכלליים וכן בתנים. יש להתחשב בתנאי הארץ ונפת.

## ה ג ש ם

סוף-סוף, לאחר הקיץ הארוך, ירד הגשם המקור. הילדים שוחחו כבר על נושא זה עם המתכנס. אני נכנסת לשיעור הריחמיקה נעולת מנפיים ולפלישה פליל גשם. מובן, שהדבר מעורר תשומת-לכל הערות. אני שואלת: "האם גם אתמול ירד גשם? התשובה: לא". אבל היו עננים בשמים, אני משוחחם על הרות המביאה את העננים, אני מבקשת מן הילדים לקום ולהתהלך באופן חופשי בחדר, להראות את צורות העננים, שהבחינו בהם, לשנות את צורתם וחדלים, עד שכל השמים מתכנסים. נוצרים מעברים מבודדים לזוגות, מקבוצות קטנות לגדולות עד לקבוצה גדולה אחת (פסיק מוסיקאלי על-ידי שינוי המצב, הממצאות בחלל). הרקע המוסיקאלי העדין המורחף (ליגנאטו) ישתנה בהתאם לכך (על-ידי מעבר מחד-קוליות לדו-קוליות או לאקורדים ועל-ידי שנייה צליל אחריים, כמו שינוי הטונים). ברגע מסוים אני מתחילה לחקות בניגוני את צלילי הגשם (סטאקאטו). הילדים חשים בשינוי ומתחילים לבטא באופן חופשי את טיפות הגשם, הגשם הקל מתגבר ומתחזק (קרישנדו ואציל-אנדו). הנגינה מכבדת את השינויים השונים והתלמידים מניבים על כך. לאט-לאט נחלש הגשם (דקרישנדו וריטארדאנדו) עד שהוא תלך לגמרי. עתה רטובה האדמה ושולליות רבות נראות מסביב. צריך ללכת בניגון נפסק לגמרי, כדי שלא ירטבו הרגלים. הזריים פוסעים פסיעות גדולות או מדלגים מעל השולליות (מקום והזגשה), אחריים הולכים או רצים מסביב לשולליות, כך נוצרות שמעניו ובחיים מותר לו להיכנס לתוך השולליות, אבל עליו להרים גבה את הרגלים, שאם לא כן ייקמו המים על בגדיו (טמפו אטי, הליכה יפה).. צורות השולליות: התעללות בצדי הדרכים הן שונות, ומי שנוכח בהן יכול אחריכן לתאר בתנועות ידיים או אף לצייר בנגר על הלוח או הרצפה (וכרן, התמצאות וכיטי בתנועה).

אחם לשלש קבוצות בהחאם לשלשת סוגי הפירות, וכל קבוצה הסתגלה לליווי הפוחאם לת. במקרה ואין פסנתר או פסנתרן. היחד ללוות באופן מאלתר, אפשר להשתמש בתוף. אחרי־כך שאלתי את הילדים, מי מהם מוכן להדגים את ההבדל בין הפירות יחד עם עוד חבר או חברים אחרים. לפי הצעות הילדים החתו שלושה מעגלים שונים: מעגל קטן משיני ילדים (קלמנטניה), מעגל בינוני משלושה ילדים (תפוז), מעגל גדול מחמישה ילדים (אשכולית) ומספר אחר לפי התנאים. המעגלים השונים עמדו במשורה, כלי סדר, בכל החדר, אחרים מכל סוג. הילדים הִתְחַלְלו להסתובב באופן ספונטאני בהחאם לתפ קדיהם:

חווית יום-יומית שימשה איפוא השראה לשיעור זה. החומר היה מוכר וקרוב לילד. התהוות החליץ אורגני: מעמידה להנחיה הטאטית וממנה להתקדמות. באשר לחומר המוסיקאלי התפתחו עוצמות צליל שונות וקלישה אינסטינקטיבית של שלוש התחזות הריחמיות: שמיניות, רבעים וחצאים. כך התפתחה גם מחושת החלל הששת, שליש המורמים המוסיקאליים האופייניים האלה גרמו גם להגבה גופנית מוסיקאלית שונה. לחלל דוגמאות אחדות של משחקים ושיעורים, הקטורים בתגים.

### ח ו כ ה

#### משחקי-סביבת.

- א. ההלמידים מתפקדים שנייט-שנייט. מי 1 יושב ללא תנועה, והשני מסתובב עם תינתן את או בסוף הפסקה המוסיקאלית המתלשים.
- ב. אחת דבר בשני מעגלים (או יותר), זה כהוך זה לסירוגין, מעגל אחד מסתובב והשני נת.
- ג. סביבונים<sup>1</sup> בגולים שונים. בודד, מעגל של זוג ומעגל של ארבעה, כל אחד מסתובב לפי אות מיוחד.
- ד. ארבע שורות אלסטיות בפירות החדר, אחד מכל שורה רץ לאמצע הארבעה מהורים צורה מסוימת של סביבון — מסתובבים וחוזרים לסוף התוף.
- לסיום יוצרת כל שורה סביבון פנימה ומסתובבים בחילופים לסירוגין או יחד.
- ה. ארבעה „סביבונים“ בארבע פינות „סביבון“ אחר באמצע, השאר — בודדים במשורה. מסתובבים לפי סדר מסוים.

לנתל שיהיה וגם לקרוד את השיר. הציפורים וקודות אותו לפי צרכי — בכנפיים, בנזב ובראש — חמות תו זו סביב לזו ומציצות. אף הצמחים מתרעעים אנה ואנה, רחש היסופת ואוישת העלים משלימים את התמונה הצלילית. כמובן, שגם הילדים רוצים לכסא את שמחם בריקוד משלהם.

את הנשוא אפשר לכצע גם בכל-נקישה. המיקצב יכול להיות מבוצע בקבוצות בחדרות או מצורפות, אפשר לנגנו בשינויים לפי המצאות התלמידים. כאן ניתן להבחין בהבדל שבין הגשם הקל ובין השוטף.

זהו צירוף מתחלץ של שיעורים אחדים. הבנויים על נושא זה, ונצורונו זו השיעור ארוך מדי. כוונתי היתה רק להצביע על כמה אפשרויות. מחלל השיעור כולו חלתי כמובן בילדים ובתעוועיהם, ייתכן שבמקום ציפורים יספון על כלבים או חמולים, המסחדים-מן הגשם. על המורה להסתייע בדמיון התלמידים והמצאותיהם.

### פ ר י - ח ד ר

נושא אקטואלי ואהוב הוא „הפרדס“, נושא זה נחגים להגיש ולבצע, בדרך כלל בצורה שיגרתית, עיונית, בלתי טבעית ובלתי חיה.

לילד העיר מודמן רק לעתים רחוקות להסתכל בהבדלת הקטוף, אך כמעט כל יום הוא נחמל בפירות החדר השונים ומכיר את ההבדלים ביניהם. שאלתי פעם את ילדי הנג, מה הם אוכלים בזמן ארוחת הבוקר ואיזה מאכל אהוב עליהם. שוחחתי על גודלם השונה של פירות החדר ועל צורתם. סיכמנו שהם עגולים כמו כדור.

אחרי שיחה זו עברנו לביצוע בתנועות. מחילה הציגו הילדים באופן טאטי, בצורת עמידה, את הקלמנטניות הקטנות, את החפז הגדול יותר ואת האשכולית הגדולה למנו. בהחאם לשינויים בגודל הפרי ליווייתי כפסנתר את הדגומהיהם של הילדים. בשורה עוצמת צליל שונה, כלומר, עלידי שינויים דינאמיים (פיאנו-שיקס, קצו פורטה-בינוני ופורטה-חיק).

הילדים הגיבו על הבדלים אלה. אחרי־כך ביקשתי לצייר בידיים את הפירות השונים על הצפה וגם באוויר וצירפתי תוך נגינת אל הבלי-העצמה של הצליל גם את ההבדל בקצב, שכן ביצוע התנועה הקטנה יותר מחייבת באופן אורגאני טמפו מהיר יותר מאשר תנועה גדולה. מבחינה גופנית מחייבת הצורה הגדולה תנועה הרבה יותר משולמת וכוללת. הילדים הגיבו מחילה על ההבדלים ביחה, קבוצה אחת, אחרי־כך חילקתי

מסכים אפני אחיה שונים של הכדים בגדלים שונים והצורות שונות. באופן זה אפשר לפתח מהלך קבוע לדוגמה:

מצב מוצא: שתי שורות במספר משתתפים שוות, עומדות זו מול זו.

- 1) . . . . .
- 2) . . . . .

א. הראשון בשורה הראשונה ניגש אל העומד ממול ומראה לו את הכד באחיות שבחר לעצמו. וחזור למקומו. עשיו ניגש הראשון בשורה השניה אל העומד ממול ומראה לו את הכד שלו. וחזור. וכך ממשיכים זה אחר זה, פעם משורה זו ופעם משורה זו. הערה: אפשר לבצע את הדבר לפי סדר קבוע אחר: להתחיל משתי הקצוות, וזוהו בסידורן וכך. בסיום במקומה שורה שלמה לכיוון השורה החוזרת למקומה. כשה עשה גם השורה השנייה.

ב. הוג הראשון משתי השורות נפגש באמצע. מראים זה לזה את הכדים וחוזרים ונך זוג אחרי זוג. לפי סדר שנקבע מראש. בסיום מתקרבות שתי השורות בשלמותן זו לזו ונפגשות באמצע.

ג. קאנון: כרגע שהוג הראשון פונה לחזור, נכנס הוג הבא, וכן הלאה. קאנון בתנועה מתמדת. הכניסה כמו בג, אבל אין מפסיקים.

אפשר לסיים בשתי צורות: א. כמו בכניסה, עם היגותן את נעצר הוג הראשון ואחריי כל הזוגות זה אחר זה. לבסוף עומדים כולם במרכז. המוצא, ב. מפסיקים יחד לפי אות כללי והשארים עומדים בשתי שורות היצוניות ושתיים פנימיות.

בצורה א' נוצרים קישורים והקישורים חוזריים. בצורה ב'—קישור עד לנקודת שאיפה. מכל פינה מתקרב תלמיד אחד באלכסה אל האמצע ונוצרת רביעית. אחרי שהם חוזרים למקומם, כאם שנייהם לאמצע, וכן הלאה.



ו. מסתדרים בשתי שורות. שורה אחת — סביבונים מסתדרים על מדף בתנוה שורה שנית — ילדים עומדים ומביטים בחלון. הילדים, קוברים בזה אחר זה סביבונים. לוקחים אותם בתוריות מן המדף ומובילים לרחוב. ברחוב, "מסכים" אם הסביבון טוב, מנגנים על קינן סביבון זריר / מן הבקר הוא עליו / אל תנוח אל חסול / טוב נא, טוב נא. במחול". במלה "מחול", משיעיים צליל מדגש בספנתר, המשמש אות למתן דחופה. קלה לסביבון. הוא מסתובב עד שהוא נוטה ליפול (ריטארדאנדו). כרגע זה תופס הילד את חסביבון (הרגשה) ומגלגל הלאה, אפשר לחזור על כך פעמים מספר. בסוף המשחק מסתדרים הילדים במעגל, באמצע החדר, מעמידים קופסה גדולה, והילדים מובילים זה אחר זה את הסביבונים לחוך הקופסה, כדי שיישמרו עד השנה הבאה (מרגיל סדר הזוגה על פטיקות מוסיקאליות). הילדים ניגשים ומרימים יחד את המכסה הגדול, ומכסים את הקופסה.

ז. מעגל גדול ופנים מסתובבים סביבונים. המעגל מוחא כפיים. עם צליל מודגש מרימים הילדים במעגל את הידיים וזצרים, שערים, שדרכם. מגולגלים הסביבונים החוצה, והמקידים מחלפים.

ח. רודנה הנושא החזור הוא שיר על סביבון. וקרים בארבעה לשיר אתה מכונה לאמצע. בחלקי הכיניים ורקד כל סביבון בצורה אחת (בנפרד או במחזור וכו'). עם הלישום השיר מתחברים מחלש לרביעיות.

ט. ילדים קטנים: עומדים במעגל, כל סביבון נכנס לאמצע, ורקד ורקוד יחד וחוזר למעגל. כל הסביבונים, מטיילים בחדר. עם היגותן האות מסתובבים סביב עצמם. לאחר כמה סביבונים מסתדרים בארבע פינות, קשבאמצע סביבון אחד גדול, ומסתובבים לפי סדר מסוים. עם אות חדש מסתורים כולם החוזרים לספסלים.

י. יורות ואור

הליכה עם נרות דולקים ממדול שונה. בכף היד שומרים על הלהבה לכל חכמה בפסקה מסקאלית חדשה משנים את צורת אחיות הנר. וכן את כיוון ההליכה. מסתדרים בשתי קבוצות או שורות מקבילות. במוסקה ראשונה מרימים לאט את הנרות, בשנית — מורידים. אפשר גם בניגודים: קבוצה אחת מורידה שעה שהשניה מעלה. למתקדמים אפשר להוסיף תנועות לצדדים, להגדיל את מספר הקבוצות ולבצע קאנון בשלושה או ארבעת קולות. לסיים כורעים על כרד ומעמידים את הנר על הרצפה.

בשכיבה על היצפה, בישיבה בזוגות, בקבוצות קטנות של מספר ילדים. האותיות הן כיד זה, וכל זה בכיוונים שונים — קדימה, אחורה, לצדדי.

שאלתי אותם: מה עדי שיש על פני המים? הילדים הדגימו סירות שונות: סירות מפוש, סירות-משושים, סירות-מוטור, סירות-מצילים. הם חיקו אותן על-ידי התנועה האופיינית לכל אחת מהן. אחרי-כן הציג כל ילד צורת סירה אחרת וצבעו ועבר גם לצורות אחרות. הילדים הופיעו גם את האוניות עם הארובות וציירו באוויר את העשן הקל המתמר מהן אל-על. נוצרו קווים שונים לפי כיוון הרוח. ליווי עדין וקל של המפנה או ציגוגת-חליל. הדגישו את אופי התנועות האלה.

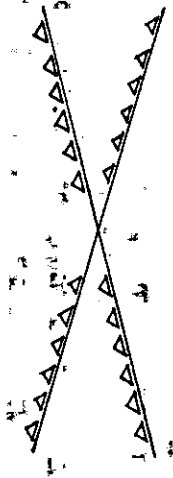
במשוכה לשאלתי: מה יש בתוך המים? הציגו הילדים, כמובן, את הדיגים. את תנועת התקרבותם בצורת הסנפירים, קפיצותיהם התליות, את חשיפת החריקים בפה. את הגלילה ואת העלילה. על פני המים הם הציגו גם את הצפרדעים בין קנרת-הסוף, הקופצות באופן ריתמי שונה לגמרי מן הדיגים. הם חיקו את קרקור הצפרדעים ואף זה בניגוד לדיגים האלמנטים.

ג. השתמשתי צמנם באסוציאציות סורמות מן ההגדה של פסח. אך כלי למנוע בשליל מות החיות האחרות וכלי להחליש את הממה לפני התיי.

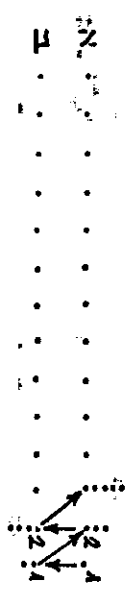
**יום העצמאות**

הגו מקסים דגלונים משולשים המלווים על שני חבלים אלסטויים מצטלבים באמצע החדר. בפניות מוכנים דגלים כבוצות או כלים לתחלוקה.

הילדים מכוונים בהבדל שביין צורות הדיגים (משולש ומרובע) ומציירים אותם באוויר או על הרצפה וכן מתכוונים במקל הדגל וכבר המתנפח ברוח. נשמעות הצעות כפיצ' להביע ולהאר את הדגל בתנועה. אחד הדיגונים בוצע כך: הילדים מחולקים בזוגות, אחד משמש מקל זקוף, השני קשור בו ומתנועע אנה ואנה. הילדים מתכוונים בתקרה (ר-צירי). הדגלונים מתנועעים ציי הרוח. התושבת בחלון הפתוח. כל ילד



ג. שתי השורות מתקרבות זו לזו. כל זוג מסתובב סביב באמצע, חוד ויקוד עם הכי. השורות תוררות.



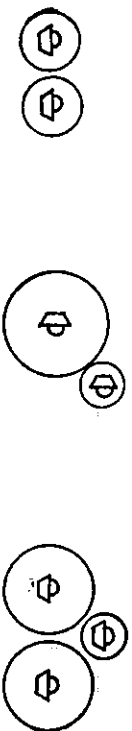
ה. הראשון בשורה הראשונה הולך בכיוון העומד ממול בשורה השניה ומתייצב מאחוריו. השורה הקטנה בהתנהגו הראשון הודש הולכת באלכסון אל העומד ממול בשורה הראשונה. השניים מתייצבים מאחוריו. השורה בת השלושה מתקדמת לעבר השורה שמתול. וכן הלאה. בכל פיסקה מוסיקאלית מתחופף תלמיד אחד לשורה. כך משכיכים עד שמשתי. השורות נוצרת שרשרת ארוכה. ההולכת בפיתולים. בחודל ובסוף מסתדרת לאורך הקיר.

ה. מתוך השורה על-יד הקיר יוצא כל פעם תלמיד אחד (לפי תורו) והולך בחדר בדרכים חופשיות בנושא או חכר שלל. עם הינתן אות נעצרים זה אחר זה בסדר שנקבע מראש, אגב אחיות דקורטיביות של חכר, עד שנוצרת תמונה כללית טופית. עכשיו מגיבים התלמידים על פיסקות ומוסיקאליות בעמידה וכשינוי מצבי האחיות עם סיום כל פיסקה. באקורד אחרון מניחים את הכרדים.

**התכנות לתח הפסח**

להלן דוגמה של שיעור-רימניקה חיי ומנוון מחול המבנות לתח הפסח. הטיפור על ילדותו של משה היה מופר לילדים: התיבה שששה ביססוף המיטלטלת על הגלים. עוררתי את הילדים להדגים בתנועות את הגלים השונים — הקלים: הגבוהים יותר וכן את כיוונם. כל אחד ביצע זאת לפי-דמיונו: אני ליוויתי את התנועות בניגון על הפסנתר. הילדים הציגו כגוש אחד, כלומר כל הקבוצה הביעה את חיש כולל ואני חדרתי אותה על-ידי הדגשת המבדלים הדינאמיים ברקע המוסיקאלי. כך השפלת את החחושה הקולקט טיבית וההתמצאות בחלל (התנועה המתמדת של התקרבות. הגלים אל החוף וחזרה — קרשנדו דקורטיבית). אחר-כך הדיגמו הילדים כיצד ששה התיבה על הגלים. הם ביצעו זאת בצורות שונות: ביריים בגללים פשוטות ובהעברת שיווי-משקל הנחו מצד לצד.

כפעם השניה החריים התלמידים על הפעולות לפי הוראתו. עכשיו מקבל כל ילד על עצמו את הפקיד הטוא העומד על הרצפה. טנאים גדולים נוצרים על-ידי כמה ילדים ביחד. כל אחד מעמיד לפי דמיונו טנא על הרצפה ומסתובב סביבו. על-ידי כך מתוארת צורת הטנא (עגולה או צורה אחרת). אפשר לצרף כמה טנאים יחד ולקבל על-ידי כך צורות מסודרות.

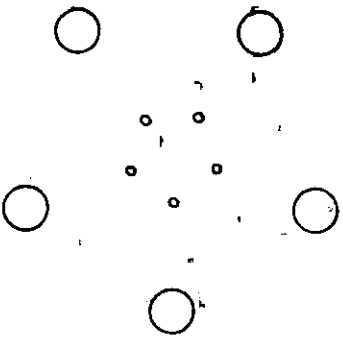


**יום הולדת**

בגנים רבים נהוג לחוג את מסיבות יום ההולדת לילדים אחדים במשותף, לרוב בני גיל אחד. כמובן, שממכרדים את הילדים, חתני יום ההולדת, על-ידי הענקת הפקידים ואשיים, לא רק בקבוצה אלא גם כסוללים. השמחה תגדל כאשר המורה לריחמיקה הנורמה בהגינה מבצעת תכנית רבגונית, הרצופה שינויים והפעלות. על-ידי כך היא מגבירה את המתח ומרוממת את מצב-הרוח. אם הילדים סיגלו לעצמם את יסודות הריחמיקה, תורגש השפעתה אף בהודמנויות החגיגות אלו.

והרי רשימת משחקים כהצעות לחגיגה, שניתן להשתמש בהם כיסוד ולשנותם בהתאם לגיל, ליכולת ולגודל השטח.

1. מצב-מוצא: הילדים, שלכבר, יום ההולדת שלהם נערכת המסיבה, יוצרים מעגל קטן באמצע. לפי מספר הילדים, המשתתפים בחגיגה, מתארגנים מעגלים קטנים מסביב.



מחקה את צורת הדגלון המשולש וגם את התנועה ברוח, בדרך-לך דגלון ועומד מתחזתי. הדיים מושטות הצדה ומתברות זו בזו, כמו החבלים שעל החקרה. נוצרות שתי שורות אלכסוניות מצטלבות. במקביל לאלו שעל החקרה, תנועת הדגלונים מבצעת ביחד, שכן הדיים מתחברות. על כל ילד לזכור את מקומו — לפי אות מוסיקלי. הם מתפורים באופן חופשי בחדר. ברגע, ששומעים ריטארדאנדו עליהם לחזור שוב למקומותיהם. את החבל בין משולש ומרובע אפשר להמשיך על-ידי יצירת קבוצות בנות שלוש וארבע: עומדים במעגל. כאשר משמיעים שלושה צלילים, מסתדרים: שלושת ילדים לקבוצה קטנה, וכאשר מנגנים ארבעה צלילים, מסתדרת קבוצה בת ארבעה. הביצוע בעמידה או בישיבה. את החזרה למצב-המוצא ניתן לבצע באותו אופן, כלומר בתנוכה על מספר הצלילים.

עתה מקבל כל ילד דגל דגלון התחלוקה מתחילה. בדרך קובעים תנועות-המתאימות להליכה עם הדגל: תנופות-ימעולים, שמיניות מצד לצד, סיבובים עם דגל מורם חיבור הדגלים השכנים במקביל וכמעולב; אפשר להושיט רגליים למרבה, להעמיד את המקלות או לתנודם על הארץ, כך שמתקבל מעגל-יפה של דגלים כשהסמל שעל גביהם סובלים. בידיים הפנויות מציינים באויר את צורת הסמל. מתוך האפשרויות הנ"ל אפשר לקבוע צורה-מושלמת (רונדו).

צירופים אחרים מקבילים על-ידי שני דגלים, דגל בכל יד, שמוניעים אותם. במקביל או במנוגד. לטיום נוצרות כמה קבוצות, שכל אחת מהן ממצאה תנועה אחרת בדגל, בתנועות שונות, ריפקוליות, ביחד, או בוז אחר זו. את הקבוצות אפשר לסדר בצורות פריאמידה: הראשונה יושבת, השניה כורעת על ברכי, השלישית עומדת והרביעית מרימה דגלים למעלה. למתקדמים יפים מאוד הקאנונים בתנועות עם הדגלים לקבוצה או לקבוצה עם סולן.

**חג הביכורים**

התלמידים מראים בתנועה את החבלים בין גודלי הטנאים הסלסלות, המיועדים להבאת הביכורים. על-ידי הארכת התנועה מתקבלים הכבלים דינאמיים.

תחילה הסלים ירקסו וקלים ומרימים אותם באמצע קל (p). כשהתמלאו מים, ההרמה קשה קצת יותר (mf). לאס-לאט הם מתמלאים יותר ויותר: ההרמה נעשית קשה מפעם לפעם; מתקבל קרישנדו בשלבים אחדים. בהתמלא הסל לגמרי מרימים אותו ב"א וצועדים אחרו. כאשר מניעים אל המסרה, פורקים את המסען לאס-לאט; (ריטורנאנדו).

כל המעגל. התרגיל נעשה בהדרגה ליוני מוסיקאלי, אך הביצוע חופשי וניתן לחילופים, תוך מצבי גוף ורייטי שונים.

3. המברכים באים קבוצות-קבוצות. לא רק הילדים מברכים את "חמני" יום ההולדת, אלא כל המוכר — החיות, הטבע, הצעצועים בנינה הצעצועים, בקיצור כל מה שמפרי לילד. כל מברך מבטא את ברכתו בתנועה האופיינית להפקידו ומזמין את "חמני" יום ההולדת להצטרף אליו.

4. קבוצות, המבטאות כל-דרכי שונים, עומדות מוכנות לנסוע עם הילדים, החוגגים את יום ההולדת שלהם. ל"חמני" החגיגה מצניקים את הזכות לבחור בתפקיד של טייט, נתג או נהג קטר וכד', הם חייבים להיות אחראים להדרכת הקבוצה.

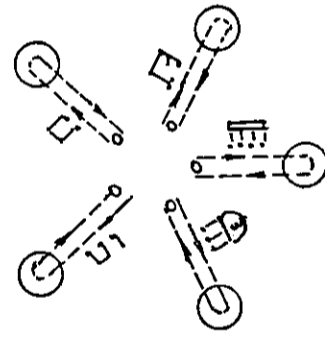
5. ההרמה המסורתית של הילד, היושב על כסא המקושט. מצמידים את הכסאות במרחק-מה זה מזה, ילד אחד ילד רץ בדרכים חופשיות מסביב לכסאות הברגה בלי לשכוח אף אחד (ההמצאות והחלשיות). שאר הילדים, ה"אורחים" מחולקים לקבוצות לפי מספר הכסאות. עם הישבע האות קמה כל קבוצה בוז אחר זו ויצרת מעגל קטר מסביב לכסא. הקבוצה עוזרת להרים את הכסא בצורה ריתמית. מספר פעמים במספר שנות הילד.

על מספר השנים החרים עוד פעם במתיאולרית, תוך ריקוד סביב הכסא. כאשר מתחיימות ההרמות של כל כסאות הילדים ורקדים הכל יחד ומתואפרכף מסביב הכסאות. לטוים בנוגים מן החרוזות כעין, חופשי" על הילדים, חמני" החגיגה. כל ילד קם מכסאו ועובר כמדריך לשורת הילדים שמסביבו. עליו להוביל בזריזות את קבוצתו בין המעגלים מסביב עד ליציאה. לתכנית החגיגה המסורתית שייכים השירים ליוס"ההולדת, אותם שרים או מבצעים בתנועה ומשחק וכן ריקודים או ריקודים פרי המצאת הילדים. עוד לפני יום ההולדת מעוררות הגננות המורות לדיחמיקה את הילדים להכיר כל מיני משחקים. הצעותיהם נבחנות, חורים עליון ומבצעים אותן בחגיגה.

### חגיגות סיום

חשיבות רבה נודעת לכך, שהחגיגה חסים תשקף את הישגי השנה. את התכנית של חגיגת הסיום ניתן לצרף מחלק מוסיקאלי קבוע ומתוכן חופשי שונה, ולהביע אף את החישים המוסיקאליים תוך שימוש באסוציאציות.

המעגל המרכזי מסתובב בעגלה (לפי נ), המעגלים החיצונים מלווים במתיאולרית, כאשר מנגנים נ או אי טן רצים או קופצים הילדים מן המרכז אל חוץ אחד המעגלים בחוץ. שני המעגלים רוקדים יחד עד לאות המוסיקאלי הבא. אז חוזרת הקבוצה וראשונה למרכז ושוב מחזילים מחדש את הליכה נ. בהישבע האות המוסיקאלי הבא רצים הילדים שבמרכז אל המעגל הקרוב, וכך ממשיכים עד שכל המעגלים משתתפים בריקוד.



כאשר מנגנים לשים החוזרת למרכז אותה מנגינה, ואילו לשים הריקוד עם המעגלים החיצוריים ניגודים דיתמיים ומלודיים — נוצרת צורת רונדו.

לטיים אפשר ליצור מעגל גדול אחד מכל המעגלים החיצוניים (כעין קודר), ולכשיו בתחלתו להסתובב או להתנועע באופן חופשי עם המעגל הפנימי.

שינוי: במקום של הילדים במרכז יוצר יחד לאחד המעגלים החיצוניים, בחוץ כל ילד בעצמו את אחד המעגלים החיצוניים ונכנס לחוכו. על הילד להמציא צורת הליכה, תנועה או מתיאולרית שהמעגל סביבו חייב לקחת אותו. הפעם אין חורים לאמצע עם הישבע האות המוסיקאלי הבא, רץ הטולן למעגל חדש (לא דוקא הקרוב) ונמציא תנועה חדשה. כך ממשיכים עד שכל סולן ביקר בכל המעגלים (החלטה מהירה, דמיון ההמצאות בשירה).

### 2. מצבי-מצבי: מעגל צולל

חמני" יום ההולדת הולכים בשורה ארוכה בפנים, במקביל למעגל, עד שנשמעת תפסקה או הדגשה במוסיקה. הם נעצרים ליד הילדים, העומדים במעגלים החיצוניים, כל ילד רוקד עם החבר ממול. עם הישבע אות, עוזבים הילדים בכיוון המעגל במרחק מילי-לילי, וכל אחד רוקד עם החבר השני, כך ממשיכים עד ש"חמני" יום ההולדת סיימו את



והרי כמה הצעות לנושאים, שנוסו עלידי:

1. יום ולילה.

הכוכבים הירח שומרים על שנתו של האדם. השמש וזרחת, החיים מקיצים, הרעש ברחוב ובבית מעירים את הילדים. היום מתחיל. הבוקר מלא וגדוש חוויות מן הגן או מבית-הספר; אחה"צ — שׂוּל, מישחקי ספורט וכו'. השמש שוקעת. הכוכבים הירח מופיעים שוב, הטבע שוקע בתרדמה, בדומה לבני האדם. המעגל נסגר.

2. זכרונות על עונות השנה ומועדיה.

חזרה בצורה חופשית על החומר שנלמד ונחוה, על מאורע פלוני ואלמוני.

3. שירים ומשחקים, שנלמדו במשך השנה. ביצוע בתנועה ואילתור חופשי של התוכן.

4. חידות. כל אחד מבטא בתנועה משאת נפשו לעתיד.

כלי-הנקישה שניתן להתאימם לנושא משלימים את התמונה.

### מבחר קטעים מוסיקאליים המתאימים לחינוך הריתמי בגן

אוסף הקטעים המובא להלן אינו מושלם בכמותו, אך בדוק ומנוסה. הם אינם מיועד דים להשמעה — כלומר לקליטה פאסיבית, אלא לביצוע תנועתי בתלל, תזמור בכלי-נקישה כאחד. המטרה היא שיתופו הפעיל והיוצר של התלמיד, שבו נודע למורה תפקיד מדריך ומארגן.

כל הקטעים הללו עובדו על-ידי בכיתות. אופן השימוש בהם תלוי בגיל התלמידים, ביכולתם, באופיים, בכלים המצויים ובסביבה. מן הרצוי, שכל מחנך ישלים את רשימת הקטעים הבאה בהתאם לנסיבותיו. אוצר הפולקלור, הבדלי הטעם ותגובות התלמידים יש בהם כדי להעשירם ולגוונם.

בהירות הצורה, המשקל, המערכת הריתמית והדינאמית חשובה ביותר לגיל הצעיר. אסוציאציה תכנית, הגורמת לשיפור איכות הצליל וההבעה בתנועה, יש בה תועלת רבה.

אף כי מצויה ספרות מוסיקאלית טובה ומתאימה, אַל יוניח המחנך המוסיקאלי את האילתור. אפשר בעזרתו לפתח תמיד יצירה קבועה כליוני לקטע תנועתי, או לנגינה בכלי-נקישה. רצוי שההצעות לתזמור יבואו מצד התלמידים. עוד בגן הילדים אפשר

להגיע לכך — אָמנם רק לאחר שהצליל ואפשרויות השימוש בכלים השונים כבר מוכרים לתלמידים. השלב הראשון הוא נגינה טובה ומגוונת של קטע המוסיקאלי שהושמע והבנת תכנו מצד הנושאים שבו וכן האופי וההבעה. הצעות התלמידים מובאות ונבחנות, ולאחר מכן ניגשים לביצוע מפורט.

מבחינה עקרונית דומה לכך הפרשנות של קטע מוסיקאלי בביצוע בתנועה, אלא שכאן התגובה היא בלתי-מודעת, ראשונית וספונטאנית. נסיונות רבים צריכים להיעשות על-ידי הקבוצה כולה מן הפסוקים המוסיקאליים או הפרקים הקצרים, תוך בידוד התלמידים זה מזה, כדי למנוע השפעות וחיקוי. ממבחר ההצעות המתאימות והמקוריות ביותר מרכיבים חטיבה שלמה אחת, וכך נוצרת המצאה קולקטיבית. לאחר שנקבעה מקסימים על ביצוע נאה ומדויק.

יכולת זכרון ההמצאה היא מצומצמת בגיל הגן, אך לפי נסיוני, ניתנת לפיתוח. כאן, כמו בצירוף ההצעות הבודדות, יכול המורה להושיט את עזרתו. אף-על-פי-כן תישאר זאת יצירתם העצמית של התלמידים, שעליה גאוותם ושמחתם — במיוחד בגיל הגן. ריקוד שהומצא ועובד על-ידי התלמידים רק לעתים רחוקות יהיה נטול-חיים או יבוצע כלאחר יד, ולעולם לא ייראה כמשעמם.

הקטעים, המובאים להלן, אינם מסודרים באופן כרונולוגי ואף לא לפי דרגת הקושי שבהם, אלא בסדר אי"ב (הואיל ובארצות רבות קיימים בתי-הוצאה שונים לתוים, הושטמו כאן שמות המו"לים, פרט ליצירות הידועות).

Album Preparative à l'École Moderne du Piano  
1er Livre (Edition C. Durand, Paris).

Bartok, Bela: For Children. All Sets (מבחר).

Beethoven: 1) Ecossaises, 2) Zwei kleine Klavierstücke "Lustig"  
"Traurig".

Blocksidge, Kathleen: The Childrens Percussion Band Book (Cramer  
& Co. London) (מבחר).

Borris, Siegfried: 1) Das grosse Spielbuch. Eine neuzeitliche Klavier-  
schule. 3 Hefte (Edition Peters Nr. 4603 a, b, c)  
(מבחר)

2) Erstes Klavierbuch für Karen-Isela (Sirius-Ver-  
lag, Berlin) (מבחר).

Casella, A.: 11 Children Pieces. No. 11; Galop Final.

Diller-Quaille: Solo Books for the Piano, four Sets.

Driver, Ethel: Tunes for Rhythmics (Augner Ltd. London) (מבחר).

Schubert, Franz: 1) Märsche; 2) Walzer, Ländler, Deutsche Tänze (מבחר)  
Schumann, Robert: Album für die Jugend (מבחר).  
Scott, Cyril: Zoo. (Edition Schott, No. 2115) (מבחר).  
Stutschewsky, J.: ריקודים חסידיים (מבחר).  
Tansman, Alexander: Pour les Enfants. Livre 1—4 (מחוב' 4 מבחר קטן).  
Tschaikowsky, P.J.: Album for the Young, op. 39.

Engel, Joel: כליל נגונים (מבחר).  
Folk Dances from many Lands. Three Series. (Published by the Bing Physical Education — Association, London).  
Frank, Cesar: Les Plaintes d'un Poupée.  
Goedicke, Alexander F.: Twelve Dances and Sketches. Arranged by Elisabeth Quaille. (מבחר).  
Gretschaninow, Alexander: Flüchtige Gedanken. Op. 115 (מבחר).  
Gurlitt: 1) Jugend, Album, op. 62 (Edition Schott No. 342) (מבחר קטן).  
2) Der neue Gurlitt. Leichte Klavierstücke, ausgewählt von Willy Rehberg. 2 Hefte (מבחר).  
Jaques-Dalcroze, Emile: 1) 24 Marches Rhythmiques (מבחר).  
2) Esquises Rhythmiques pour Piano, 1 Book (מבחר).  
Kabalevsky, Dmitri: 1) 18 Pieces for Children, op. 27 (מבחר).  
2) Variations, op. 40 (מבחר).  
3) 5 Sets of Variations, op. 51. From the Set I: Five Happy Variations on a Russian Folksong; From the Sets II—V (מבחר).  
Khatschaturian, Aram: Pictures of Childhood (מבחר).  
Lichner, H.: To a Daisy.  
Mendelssohn, F.: 6 Kinderstücke, op. 72: Nr. 1, 3, 5.  
Mozart, Leopold: Notenbuch für Nannerl (מבחר).  
Mozart, W.A.: 1) Balletsuite: Les petit Riens;  
2) Menuetts and other Dances.  
Newton, Ernest: English Country Dances (New Century Edition No. 76) (מבחר).  
Pignolet de Montclair M.: Musette. Les Festes d'été.  
Poldini, Ed.: Babioles, op. 92/d (מבחר).  
Prokofieff, Serge: Music for Children. Selection: Promenade, Grasshoppers' Parade, March.  
Roncoroni, Olga: 1) Six Simple Esquisses for Movement (מבחר).  
2) Eurythmic Studies for Children (Ed. Boosey & Hawkes, Ltd.) (מבחר).  
Rowley, Alec: From my Sketch-Book, op. 39.  
Russian Music: Educational Series of Russian Music. 1st and 2nd book (Edition Chester No. 7) (מבחר).