



תנועתי, חווייתי, ריתמיקה עם

קוראת יקרה, את מוזמנת להפעיל מוסיקת רקע, להתנועע לפי הקצב, להפעיל את הידיים, את הרגליים ואת העפעפיים. את מוזמנת לחוש את המוסיקה. "הגוף שלנו מוסיקלי", מסבירה מלכהלי, "מייד כשהתינוק נולד מניחים אותו על בטן אמו, שם הוא שומע וחש את פעימות ליבה, את הקצב המוכר לו; כך נוח לו". מלכהלי ממשיכה ומתארת את ההרמוניה של הגוף האנושי הפועל בקצב: פעימות הלב, קצב הנשימה, קרקור הבטן, בליעת רוק, עפעוף...

בשיעורי הריתמיקה משלבים את הריתמוס (קצב) עם המוסיקה: השירה והמלל. הפעילות היא רב ערוצית: שמיעה, תנועה, מישוש, גמישות ושפה.

ח-נו-כה; בשיניים ח-נו-כה; ובאף ח-נו-כה... ועכשיו הסביבון רוצה לישון. שששששש!

ובינתיים, בדממה שהשתררה, ננסה להאזין לנעשה בקורס המוסיקלי הקסום הזה: "ריתמיקה עם מלכהלי".



עם כל היתרונות של עיתון מודפס, אני מבינה מייד כי הכנת הכתבה הזו לא תהיה משימה קלה. כיצד נתאר את המסלול להכשרת ריתמיקאיות ללא סרט וידאו, או לפחות פס קול? ובכן,

יום שני בבוקר, המרכז להשתלמות, קומה א. בחדר - שהוא ספק כיתה ספק אולם - מסודרים הכיסאות בצורת חי"ת. התלמידות מתארגנות לתחילת השיעור. 10:45, מלכהלי-השם והמותג - נכנסת. צמה שחורה, חיוך גדול, ידיים עמוסות אביזרים: חישוקים, כדורים, סרטים: "בוקר טוב". לחיצה על כפתור, והצלילים בוקעים וממלאים את כל החדר. 10:46, שתיים מהמשתתפות כבר נותנות ידיים למלכהלי ופוצחות עימה בריקוד במרכז הכיתה. עוד חצי דקה, וכולן שרות יחד, מנתרות, מנפנפות בידיים, רוקדות, מתאמנות על שירי מסיבת החנוכה בגן.

והנה הן סביבונים. יושבות על הרצפה. מסתובבות, בידיים ח-נו-כה; ברגליים

גב' אסתי גופין, מרכזת המסלול להכשרה מקצועית בבית רבקה

המסלול להכשרה מקצועית נותן מענה לבנות חב"ד המעוניינות לרכוש תעודת מקצוע במסגרת מכללתית-חב"דית. "זוהי פינה חמה בתוך המכללה," אומרת גב' אסתי גופין, מרכזת המסלול. השנה לומדות בו כשבעים תלמידות במגמות: גרפיקה, הנהלת חשבונות, מזכירות רפואית (בשלושתן מקבלות התלמידות תעודה של התמ"ת) ובמגמת הריתמיקה (תעודה מטעם המכללה).

משך הלימודים הוא שנה או שנתיים, בהתאם למגמה. תלמידות המסלול הדו שנתי משלבות גם יציאה לשליחות בחו"ל במסגרת הלימודים כמו חברותיהן במסלול ההוראה. "התלמידות שלנו מקבלות שיעורים ממיטב המורים בנושאי חינוך, הבית היהודי, חסידות והשקפה," מוסיפה גב' גופין. "הן מקבלות כאן שנה חסידית מלאה תוכן והווי."

אחוזי ההצלחה של בוגרות התכנית גבוהים במיוחד. 95% מהתלמידות עומדות בדרישות וזכאיות לתעודה עם תום הלימודים. העובדות מדברות בעד עצמן. התלמידות מקבלות כאן הכנה מעולה לבחינות, ורבות מהן אכן משתלבות בשוק העבודה.

מרכזת המסלול אינה מסתירה את שאיפותיה: "אני רוצה שהבוגרות שלנו יקימו בתים חסידיים. על כך אני מתפללת. שיזכו לזיווג הגון ויקימו בתים, כמובן עם המקצוע שרכשו שיייע להן לנהל את הבית בפרנסה טובה."

זו השנה השלישית שמלכהלי מעבירה את הקורס במסגרת המכללה, ובוגרות הקורס משתלבות יפה במעגל העבודה. "השוק צמא לבנות שלנו," אומרת מלכהלי. הן אוהבות את הילדים ואת המקצוע, בעלות מוסר עבודה גבוה ומביאות עמן ערך מוסף של אישיות וערכים. בגלל המחסור הקיים בשוק, הריתמיקאיות הצעירות שמוכיחות מקצועיות - משתלבות. מלכהלי מעודדת את תלמידותיה להתחיל לעבוד כבר במהלך שנת הלימודים הראשונה, לצבור ניסיון ולהרגיש את השטח. "מלכהלי יודעת לפרגן," אומרת דבורי, אחת התלמידות בקורס. "היא מחדירה ביטחון בכל אחת, שהיא יכולה להצליח!" חברתה לקורס, יפי, הפיקה בעצמה - בהשראת הקורס - דיסק עם שירים והפעלות לילדים לקראת י"ט כסלו, והפעילה אותם בהצלחה במספר כיתות גן(!). "הקורס פתח לי צוהר לעולם שלא הכרתי," אומרת יפי. היא גילתה בעצמה כוחות שלא ידעה עליהם קודם, ובעידודה הצמוד של מלכהלי העזה והצליחה. "מלכהלי מלמדת אותנו חכמת חיים," מוסיפה דבורי, "רק החיוך שלה יש

אסיקלי למכהלי

זוהי הריתמיקה על רגל אחת. ואם את מעוניינת לדעת יותר - א ת מ ז מ נ ת

בוכדי



ללמוד ריתמיקה במסלול להכשרה מקצועית.

להשרות עלינו רוגע וסבלנות. אנו לומדות כאן לתת כבוד לכל אחת, לכל אחת יש מקום להתבטא. הקורס הזה הוא סדנה לעיצוב אישיות!"

בקורס "במעגל השנה עם מלכהלי" לומדות בוגרות י"ב במסלול להכשרה

מה לומדים? יסודות הריתמיקה, העברת שיעור בצורה הנכונה בהתאם לשכבת הגיל: גני הילדים מהמעון ועד לגן חובה, וכיתות א-ב, מוכנות לכיתה א, עריכת מסיבות ועוד.

מכירות אותה מעטיפת התקליטור? בואו להכיר אותה פנים אל פנים:

היא את האכהאי באוי-אנוכה?



התחלתי ללמוד נגינה בכיתה א, בחלילית. אחר כך המשכתי באקורדיון, פסנתר, אורגנית. אמא שלי תמיד אמרה לי: את תהיי מורה למוסיקה.

למדתי במכללת בית-רבעה במגמת המוסיקה. ביום שישי לא היו לימודים במכללה. לאמא שלי הייתה חברה- גנת. היא הכירה אותי והזמינה אותי לעבוד אצלה בגן ביום שישי.

- "אבל אני לא יודעת ריתמיקה", אמרתי לה. "אני בסך הכול יודעת לנגן..."

- "תבואי", היא ענתה, "תראי שהכול יהיה בסדר".

באתי עם כל המרץ פתחתי את האקורדיון, ו...התחלתי; כמו בקייטנה---- הילדים היו בהלם. הגנת הדריכה אותי, ממש חנכה אותי. התאהבתי בגיל הזה. למדתי את רזי המקצוע תוך כדי עבודה. אחר כך התפנתה משרת מורה למוסיקה ואני קיבלתי אותה. במקביל למדתי השתלמויות מקצועיות.

עם הזמן נוכחתי שחסרים חומרים, ואז התחלתי ליצור בעצמי, לצורכי הגנים "שלי". השירים האלו היו הבסיס לקלטות ולתקליטורים שאתם מכירים.

אני רואה בעבודה שלי שליחות. אספר לך סיפור: יום אחד עמדת בתחנת אוטובוס. פתאום אני שומעת קוראים בשמי 'מלכהלי'. הסתובבתי. בחור גבוה עם ראש מלא תלתלים בלונדיניים.

- "את יודעת מי אני?"

- "לא".....

ואז הוא מתחיל לשיר: "מודה אני אמרתי, ואת ידיי נטלתי..."

הוא הפסיק לפזם, ושאל: "זוכרת את התאומים ש...? אני אחד מהם!"

מסתבר שבתור תינוקות, קיבלו התאומים במתנה קלטת של מלכהלי. המוסיקה מאוד הרגיעה אותם והם האזינו לה שוב ושוב.

- "את יודעת?" הוא הפתיע אותי, "עד היום, בכל בוקר אני נוטל ידיים!"

שילוב תנועה, קצב, מוסיקה ושירה. תלמידות המגמה לריתמיקה באימונים בכיתה ובעבודה המעשית בגן הילדים

הילדים בכפר, לפי קבוצות גיל. הן צופות בשיעורי ריתמיקה ומעבירות שיעורים בעצמן. במסגרת ההתנסות המעשית הן מכינות אביזרים, לומדות להציב מטרות, להרכיב שיעור מתוך חומרים קיימים וגם יוצרות חומרים חדשים. לומדים גם מהטעויות. לכל התלמידות רקע מוסיקלי, ומלכה'י כדרכה מעודדת כל אחת לפתח את נקודות החוזק שלה ולבטא אותן בשיעוריה.

למה ריתמיקה?

בשיחה גלויה מספרות התלמידות במגמת ריתמיקה מדוע בחרו במסלול

מרים: הייתה לי התלבטות כמו לרבות מהבנות המסיימות תיכון חב"ד: מצד אחד, את רוצה לקיים את ההוראה של הרבי וללמוד בבית רבקה; מצד שני, הוראה לא מתאימה לך.

הריתמיקה היא התשובה עבורי. אני מקבלת לימודי פסיכולוגיה ודידקטיקה מרוכזים, לומדת להתמודד עם חינוך לא דרך בית הספר הפורמאלי, ורוכשת מקצוע פרקטי ומכניס ששעות העבודה שלו מתאימות לצרכים של אמא לילדים קטנים.

חנה: אני אוהבת ילדים. אני אוהבת מוסיקה, מחול, שירה. הריתמיקה נותנת לי שילוב של שניהם: ילדים ומוסיקה. קיבלתי כאן יותר ממה שציפיתי, ממש תענוג ללמוד. הלימודים נותנים לי מרץ לכל היום.

שטרני: ריתמיקה היא מקצוע סוחר. הלימודים נותנים הרגשה טובה: אחרי שמסרתי שיעור והצלחתי, יצאתי בהרגשה ש'עשיתי את זה'. למדתי ליצור. למדתי ואני עדיין לומדת דברים חדשים שלא ידעתי קודם. בכל שבוע אני מגלה דברים חדשים.

אירית היא גננת מנוסה, הלומדת במרכז להשתלמות לקראת דירוג **M.A.** "הקורס של מלכה'י הוא הדובדבן שבקצפת", היא אומרת, ומפרטת: "לומדים כאן הכול: ערכים יהודיים וחסידיים לצד תכנים מוסיקליים. אני פוגשת בקורס אותם התכנים שלמדתי בקורסי החסידות העיוניים אך מתוך חוויה מוסיקלית!"

ככלל, בקורס מושם דגש על הפן ההתפתחותי של הילד, בהתאם לגילו. באמצעות הריתמיקה לומדים לטפל בשלבי התפתחות חסרים. לדוגמה, כשלומדים על החילזון, מזמנים זחילה סינטטית. הזחילה מסייעת מאוד לילדים ש'דילגו' את שלב הזחילה בינקותם. הריתמיקה משלימה עבורם פער התפתחותי.

לדברי מלכה'י, הריתמיקה היא כעין רפואה מונעת. באמצעות הפעילות אפשר לעזור לילדים להשלים שלבי התפתחות. בשיעורי הריתמיקה לומדים גם תזמור: כלי הקשה, מטלפון, דרבוקות. הילדים לומדים לנגן תוך הקשבה לזולת. הם רוכשים מיומנות של עבודה בצוות, לומדים קצב וחווים מימוש עצמי. הנגינה בדרבוקה תורמת גם לחיזוק השרירים וחגורת הכתפיים. הריתמיקאיות הצעירות לומדות להבחין בכל אלו, ולנצל את כל האמצעים באופן חווייתי. בעתיד, כך מקווה מלכה'י, ייפתח קורס המשך, עבור ריתמיקאיות לחינוך המיוחד.

מלבד הקורס שמלמדת מלכה'י, לומדות המתמחות גם קורס פסיכולוגיה התפתחותית עם הגב' שרה תאומים, מפקחת ארצית (בדימוס) על החינוך הקדם יסודי הדתי במשרד החינוך. מדי שבוע הן יוצאות, בהדרכת מלכה'י - כמובן, לתכנית הסטאז' "לפי הקצב - פרויקט מוסיקלי חסידי תנועתי" (בשיתוף המועצה האזורית עמק לוד). הבנות משתלבות בהפעלות ריתמיקה בגני

מקצועית לצד גננות הלומדות במרכז להשתלמות. הצעירות מפיחות בקבוצה רוח נעורים, והמבוגרות מביאות עמן את יישוב הדעת והניסיון. המפגש הבלתי אמצעי הזה מפחית את החרדות מפני האישיות הסמכותית שמהווה הגננת ומקנה כלים והכוונה לקראת קבלה לעבודה כעוסקת עצמאית וההשתלבות בה. "אין מנוס. צריך להתנסות בחוויה של 'חיפוש עבודה'". אומרת

מלכה'י, "צריך לדעת לקבל 'לא' ולא ליפול. צריך להאמין בעצמך, לעשות יחסי ציבור לעצמך. הקורס שלנו הוא גם קבוצת תמיכה להשתלבות בשוק העבודה התחרותי."

"בקבוצה שלנו יש צעירות הלומדות מקצוע וגננות משתלמות, ויש גם אותי", אומרת נעמי, אמא לילדים שהצטרפה לקורס, "בעלי קרא על הקורס והציע לי להירשם, ואני מברכת על כך כל הזמן. הקורס הזה נתן לי רוגע, הוא מעניק שמחה לנפש. אפילו הגננת של הילדים שלי אומרת שמאז שהתחלתי ללמוד ריתמיקה אני נראית אחרת, יש לי יותר אנרגיה. כל השבוע אני מחכה ליום שני וחמישי."



בקורס שמעבירה מלכה'י באופן אישי במכללה היא מקיפה את התכנים לפי מעגל השנה, לפי מעגל השנה החסידי, ולפי סיפורי התורה. הגורם המזמן מכתוב את הפעילות. אם יורד גשם, לדוגמה, חווים את הקצב של הטיפות, את החוזק שלהן, כיצד יורד הגשם? האם הטיפות קופצניות או המים זורמים? כל פעילות משלבת קול ותנועה. "בגיל הצעיר", מסבירה מלכה'י, "כל תנועה מביעה הבשלה מחשבתית."