

## כנס מקצועי למורי צ'י קונג פעילים בוגרי המגמה מרתון צ'י קונג של ארבע שעות

צ'י קונג בחמשת הצלילים והמקצבים יצא לדרכו...

"אחד המאפיינים שהופכים את המגמה לצ'י קונג שלנו לכל כך מיוחדת ומובדלת משאר סוגי המגמות בארץ הוא שילוב של מוסיקה המותאמת כוריאוגרפית לתנועה. זוהי תוצאה של איסוף קפדני של מוסיקת עולם במשך 30 שנה. המוסיקה מלווה את מהלך שעורי הצ'י קונג במשך כל השנה, לא עומדת בפני עצמה, היא משמשת רקע ומתמזגת בהנחיות קריין המקריא את שם התרגיל מחד ומנחה את אופן פעולתו מאידך. מוסיקה זו מלווה את הסדנה השנתית בטבע בהנחיה של הסדרות אותן מעבירים תלמידי שנה ב' לשנה א' ומאפשרת אפס טעויות בהנחייתן. כמו כן היא משרה אווירה מיוחדת במהלך השיעור. המוסיקה מאפשרת... אווירה מותאמת לרעננות הזריחה במדיטציית השחר, לדינאמיות חום השמש בצהריים, ולצלילי ערב מרגיעים עם השקיעה."

### סיני הראל

כוריאוגרפיה סינית - ממזגת את חמשת הרגשות בצליל תנועה וקצב, פתחה את סמסטר האביב בכנס בוגרים מקצועי של המגמה להכשרת מורים לצ'י קונג במכללה בוינגייט. סיני הראל: מנהל המגמה פתח את צפונות המוסיקה המונחית אותה חיבר ב-30 השנים האחרונות. בצעד יוצא דופן העביר הראל את שרביט המוסיקה המונחית לשימוש בוגרי המגמה להדרכת הציבור ברחבי המדינה.

הכנס האביבי שהתקיים במכללה לרגל פתיחת סמסטר ב' תחת השם: כנס שיטת "חילוף העונות". שיטה בה נלמדים עקרונות הרפואה הסינית בתנועת הצ'י קונג. השיטה נהוגה באופן בלעדי וייחודי במכללה בוינגייט שעד כה הכשירה כ- 180 בוגרים. מתוכם נכחו בכנס 50 מורים שכבר פועלים בשטח במוסדות חינוכיים, מעונות יום לקשישים, ומוסדות בריאות. המפגש החגיגי פנים אל פנים – עם נבחרי הבוגרים של המגמה, וותיקים וחדשים שכולם עובדים, רענן את השורות ויצר אוירה של שיתוף פעולה נרחב בין המשתתפים. עקרונות שיטת "חילוף העונות" ליוו את הכנס, תוך שימוש בשיטות הוראה חדשניות. והרי תיאור של חיבור המוסיקה לעונות :

בחורף: מתגבש הצ'י כליבה (אחסון)	ניגון - מי הכליות בחורף
באביב: נע הצ'י ומתחיל לצאת כלפי חוץ ( התפשטות)	רנן - זימרת הכבד באביב
בקיץ : מתפזר הצ'י על פני השטח (פיזור)	הלמות - אש הלב בקיץ
בשלהי הקיץ : מתכנס הצ'י מהקצוות פנימה (ריכוז)	נעימת - אדמת הטחול בשרב
בסתיו: מתחיל הצ'י להתלכד ולשקוע מטה (אסוף)	לחן - שריקת הריאות בסתיו

שילוב תנועה במוסיקה מונחית כאמצעי דידקטי מלכד, צייד את קהל המורים בכלים מקצועיים חדשים. הייתה זו הזדמנות לשפר את רמתם ההוראתית האישית בעבודה עם מוסיקה חדשה. כולם התרגשו מעוצמת ההשפעה של המוסיקה הקצבית והמרגיעה לחילופין על חווית הלימוד. אחת מפסגות הכנס הייתה כש- 3 מורים פעילים סיפרו על תמורות מפתיעות שהתחוללו בתלמידיהם בתהליך הוראת הצ'י קונג שלהם. שלושת המורים באו מתחום ההוראה לנוער, והם דיווחו על הישגיהם בהתמודדות עם בעיית האלימות בקרב בני הנוער. להלן תגובה של אחד המשתתפים: "השתתפתי במרתון הזה יחד עם עוד כמה עשרות מוזמנים. מילה אחת יכולה לסכם את מה שהיה שם: "חוויה ייחודית". אלה היו ארבע שעות של מרתון צ'י קונג עם מוזיקה סוחפת כמו שרק סיני הראל יכול לארגן, וכל זאת ביחד עם הרבה אנשים שכיף לפגוש. זרם שם נהר ענקי של המון אנרגיות חיוביות. זה היה מסוג האירועים החיוביים, שבסופם אנשים לא ממהרים להתפזר הביתה, אלא למצות את האירוע עד תומו גם לאחר שהסתיים."

תמונת החוויה בכנס מתוך סדרת ה"מוט" הנלמדת במגמה



ומה קורה בינתיים במגמה בשנה ב' ? סדנה- ב"מחול הלוחמה עם מניפה סינית".

