

## סדנאות

# נוירודאנס

## דואט בין מוח לתנועה

סדנאות לאינטגרציה והטמעה של ידע המוח והגוף במבצע התנועתי והאמנותי של יוצרים

הסדנאות מיועדות לרקדנים מקצועיים, לכוריאוגרפים ולאנשי חקר הגוף והתנועה

### מוטיבציה

בתחום המחול, בו האמנות מתווכת באמצעות גוף הרקדן, ידע על דרכי פעולת המוח והגוף הינו משאב יקר ערך להתפתחותו של האומן. ידע זה מאפשר לחדד ולעדן את המסרים שאנו מעבירים באמצעות התנועה.

ידע המוח והגוף מבוסס על דיסציפלינות של פיזיולוגית גוף האדם, חקר התנועה, חקר המוח וחקר המודעות.

סדנאות הנוירודאנס הן יישומיות במהותן, והן נבנו ועוצבו במיוחד עבור הקהילה המקצועית של המחול. הסדנאות משלבות תובנות מההיבט התיאורטי עם התנסויות פיזיות בסטודיו. באמצעותן ניתן להגיע להבנה של המנגנונים הפנימיים העומדים בבסיס יכולתנו ליצור תנועה ולהגיב אליה.

### נושאי הסדנאות

כל סדנא עומדת בפני עצמה ואינה תלויה בסדנאות האחרות. כל אחת מהן מוקדשת להעמקה בסוגיה ספציפית וכמכלול הן יוצרות אינטגרציה בין המוח, המודעות והתנועה. משך סדנא הוא 4-5 שעות.

#### השראה ליצירתיות



יצירתיות היא תופעה מורכבת והספרות המקצועית מגדירה סוגים מובחנים של יצירתיות, שלכל אחד מהם מאפיינים שונים אשר יוצגו בסדנא. בעקבותיהם נתרגל תהליכי יצירה תנועתיים המבוססים על הסוגים שונים של היצירתיות ונבחן כלים אקספרסיביים עבור כל אחד מהם.

#### אמפתיה רוקדת



תנועת האדם בו אנו צופים מייצרת בקרבנו אמפתיה קינסטטית, מעוררת בנו רגשות ומובילה את מוחנו לייחס כוונות לאחר בו אנו צופים. בסדנא נכיר את המנגנונים שפועלים בנו בזמן צפייה באחר המתנועע. כמו כן נתנסה במצבי הזדהות שונים עם תנועת האחר.

#### רדוקציוניזם והפשטה במחול



תהליכים רדוקציוניסטים ותהליכי הפשטה מתרחשים בכל האומנויות. במחול ההפשטה מקבלת צורה ייחודית ושונה מאחר ואת התנועה מבצע הגוף האנושי של הרקדן/ית והוא מאוד קונקרטי ולא מופשט. בסדנא נפגוש תהליכי הפשטה רלוונטיים לתנועה אנושית, ונתנסה באופנים שונים של רדוקציה במחול.

#### לגעת במגע



מגע הינו אמצעי ראשוני וקריטי עבורנו, בני האדם, להכרות ולבניית הבנה של אובייקטים בעולם. בסדנא זו נכיר את סוגי המגע ומאפייניו מההיבט המוחי-פיזיולוגי ונחשוף את הפוטנציאל הרחב שלנו לעבודה אמנותית מבוססת מגע. בנוסף, נתייחס לאופני מגע שונים במחול ולפונקציה שלהם הן בהוראה והן בפרפורמנס.

#### רתמוסים, סינכרוניזציה ואוניסון בתנועה



בסדנא נעקוב תחילה אחר מספר תהליכים ריתמיים במוח ובגוף, ונבחן אופנים פיזיים להגיב אליהם. בהמשך נתרגל דרכים להגיע לסינכרוניזציה של תנועה בין אנשים ניצור מהלכי אוניסון ברמות שונות של אחידות, ונברר את השפעתם על הצופים.

ורד אביב היא אומנית, חוקרת גוף ותנועה ודוקטור לחקר המוח, הפועלת בממשק שבין אמנות ומדע. בעבודת הדוקטורט שלה באוניברסיטה העברית בירושלים חקרה את תגובת תאי עצב לנזק, ובכלל זה התנאים בהם תאי העצב מצליחים לשקם את עצמם. ורד הייתה חברת סגל בבצלאל ובאקדמיה למוסיקה ולמחול בירושלים, שם היא יסדה ועמדה בראש תכנית הלימודים לתואר שני בכוריאוגרפיה ובביצוע במחול. ורד גם כיהנה כדיקנית הפקולטה למחול.

ורד אביב פיתחה ולימדה קורסים ייעודיים לאומנים בנוירואסתטיקה/ אמנות ומוח, למידה ושיכלול של מיומנויות מוטוריות לרקדנים, כמו גם קורסים על המוח, החושים ואנטומיה של גוף האדם. מחקרה עוסקים בזיקה שבין אמנות ומוח ומתמקדים בעיקר בתפיסה של ריקוד. במחקרה מבררת ורד כיצד תהליכים מוחיים-תפיסתיים משפיעים ומעצבים את התפיסה האמנותית של תנועה (ראו כאן).

ורד אביב היא ציירת פעילה. עבודותיה הוצגו בארץ ובאירופה (כאן). הקו המקשר את עבודתה האמנותית והמחקרית הינו חיפוש מתמשך ומעמיק של הקשר בין הבעה אמנותית ומחקר מדעי על המוח והגוף.

• פרטים על הסדנא הבאה ישלחו בקרוב •

ליצירת קשר ולמידע נוסף  
neurodanceva@gmail.com  
veredaviv.com