

בתנועה

כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט



תשפ"ה • 2025

כרך יד • חוברת 4

המרכז האקדמי
לוינסקי-וינגייט
מחקר, חינוך וספורט



בתנועה

כתב-העת יוצא לאור פעמיים בשנה במועדים :

◀ חשון-כסלו (נובמבר)

◀ אייר-סיון (מאי)

ISSN 6391-0792

www.wincol.ac.il/bitnua/

© כתובת המערכת : המרכז האקדמי לוינסקי וינגייט, מכון וינגייט 4290200

טלפון : 09-8639374

רכזת מערכת : אילנה אוסטרובסקי
דואר אלקטרוני : ostrovsky@l-w.ac.il

עריכה לשונית : עברית – עדי רופא
אנגלית – בברלי יוחנן

עורך האתר : ירין דבש
עיצוב : לויאל בר-לוי
צילום תמונת העטיפה : לילך וייס רוזנברג
לוחות והדפסה : א. ג. הדפסות

מחיר לחוברת מודפסת : ₪ 40

מנוי לשנה לחוברת מודפסת : ₪ 70

בתנועה

כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט

העורך: פרופ' ישעיהו הוצלר

המערכת: פרופ' משה איילון
פרופ' סיגל אילת אדר
פרופ' סיגל בן זקן
פרופ' דוד בן סירא
פרופ' אמיר בן פורת
פרופ' מיקי בר אלי
פרופ' אורי גולדבורט
פרופ' אילת דונסקי
ד"ר אנטוניו דלו-יאקונו
פרופ' גל זיו
פרופ' סימה זך
פרופ' יובל חלד
פרופ' ריקי טסלר

פרופ' דובי לופי
פרופ' דריו ליברמן
פרופ' רוני לידור
פרופ' מתי מינץ
פרופ' יצחק מלצר
פרופ' יואב מקל
פרופ' דני נמט
פרופ' יעל נץ
פרופ' עופר עזר
ד"ר סמדר פלג
פרופ' עינת קודש
פרופ' אריה רוטשטיין
פרופ' נילי שטיינברג קנופ

שיפוט מאמרים:

מאמר שישלח למערכת בתנועה יתפרסם רק לאחר שיישפט על ידי עמיתים מומחים.

תשפ"ה • 2025

חוברת 4 • כרך יד

המשתתפים בחוברת

– המכללה האקדמית תל-חי	פרופ' אודי כרמי
– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט	פרופ' רוני לידור
– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט	פרופ' מיכאל בר-אלי
– אוניברסיטת בן גוריון בנגב	
– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט	פרופ' ישעיהו הוצלר
– אילן מרכז הספורט לנכים בישראל	
– עמותת זיו־נעורים	מורן ניב
– מכללה אקדמית לחינוך אורנים	ד"ר הלל וורמן
– חוקר עצמאי	ד"ר ברוך פורמן
– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט	ד"ר יוסי חלבה

תוכן העניינים

בעיטות הכרעה מ-11 מ' בכדורגל – המאבק על הזיכרון ההיסטורי והזווית הישראלית	
אודי כרמי, רוני לידור, מיכאל בר-אלי	413.....
איתור, קידום וטיפול כישרונות לספורט פראלימפי	
ישעיהו הוצלר	429.....
”מים עוינים“: נשים בעולם שיט גברי כמקרה של ארגון עם מגדריות דינמית	
מורן ניב, הלל וורמן	454.....
מסעות המשחקים של גדנ”ע יהודה לקפריסין	
ברוך פורמן	489.....
תיאור, אימון והערכת ניתורים של לוחמי טאקוונדו ברמה הישגית גבוהה בתקופת ההכנה הכללית	
יוסי חלבה	509.....
תקצירים בערבית	523.....
תקצירים באנגלית	V.....

בעיטות הכרעה מ-11 מ' בכדורגל –

המאבק על הזיכרון ההיסטורי והזווית הישראלית

אודי כרמי¹, רוני לידור², מיכאל בר-אלי³

¹ המכללה האקדמית תל חי

² המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

³ אוניברסיטת בן גוריון בנגב

תקציר

הדרמה שמחולל דו-קרב בעיטות ההכרעה – בעיטות העונשין מ-11 מ' במשחק הכדורגל – מעלה את ערכו כריטואל דרמטי החורף את גורל המשחק ומסב את תשומת הלב של קהל הצופים העוקב בדריכות אחר כל בעיטה. הדו-קרב בין הבועט לשוער הוא אחד מרגעי השיא של משחק הכדורגל, המרתק לא רק את קהל הצופים אלא גם חוקרים במדעי הספורט השונים (כמו פסיכולוגיה של הספורט והיסטוריה של הספורט), אנשי תקשורת ופרשני ספורט, מאמנים ושחקנים. אין פלא אפוא, שמדינות שונות נאבקו על היוקרה שנלוותה להמצאתו של אירוע בעיטות זה. זכות היוצרים על "הפטנט", שמעביר את ההכרעה מכוח עליון (גורל) לבני האנוש (שחקני הכדורגל), נחשבה משאב יקר ערך מבחינת היוקרה הלאומית. ארבע מדינות – ספרד, גרמניה, מלזיה וישראל, טענו לבעלות על משאב זה והנציחו את חזקתם עליו באמצעות ייצוגים מוחשיים שונים כמו אצטדיון והיכל תהילה וייצוגים בלתי-מוחשיים כמו מסורת. מטרת מאמר זה היא לבחון כיצד סעיף חוקתי של משחק הכדורגל, שאימץ רשמית הארגון FIFA בשנת 1970, נעשה משאב יוקרתי שמעורר פולמוס ציבורי, בעיקר עבור מדינה כמו ישראל המייחלת להכרה בין-לאומית. אנו סוקרים במאמר את ציוני הדרך העיקריים שעברו בעיטות ההכרעה בכדורגל במשך השנים, מסבירים מדוע מסורת ספורט נתפסת כמשאב לאומי בקרב קובעי מדיניות ופעילים בספורט, ומציגים ארבע גרסאות שונות המייחסות לעצמן את המצאת בעיטות ההכרעה במשחק הכדורגל במתכונתן העכשווית. לצערנו לא ניתן להכריע בוודאות מיהו המנצח בקרב הגרסאות. עם זאת, אלו שהמציאו את ריטואל בעיטות ההכרעה הנוכחי יכולים לזקוף לזכותם המצאה של אירוע ספורט ייחודי המשמש זירה מרתקת למחקר רב-דיסציפלינרי.

תאריכים: זיכרון היסטורי, כדורגל, בעיטות הכרעה מ-11 מ', היסטוריה של הספורט.

ענפי הספורט השונים מתפתחים בהתמדה ומשנים את צביונם במהלך השנים, בין השאר, עקב השינויים היוזמים שמוסדות הספורט עורכים בחוקי המשחק ובכלליו (Eaves et al., 2008). לתיקונים ולשינויים, בעיקר בענפים קבוצתיים כמו כדורגל, יש כמה מטרות: האחת, לספק עניין לקהל הצופים; השנייה, לשפר את ביצועי השחקנים; והמטרה השלישית היא להגביר את התחרותיות ביניהם ולהגן על בריאותם (Schoenfeld, 2023). לא תמיד אפשר לחזות את ההשלכות של השינויים על אופיו של המשחק. לדוגמה, הגדלת מכסת חילופי השחקנים בכדורגל שיפרה את הביצועים הפיזיים של השחקנים (Ayabe et al., 2023) ואוששה אותם במהירות (Meyer & Klatt, 2021). הכנסת שיטת ה"וואר" (Video Assistant Referee - VAR), תרמה להעלאת מספר המסירות, הפחיתה את מספר מצבי הנבדל, העלתה את מספר בעיטות העונשין מ-11 מ', האריכה את משך המשחק הכולל (Oliveira et al., 2021) והפחיתה את מספר הפגיעות הגופניות במהלך המשחק (Beaudouin et al., 2019).

אחד השינויים הדרמטיים ביותר שהתחולל בחוקת הכדורגל היה אימוץ בעיטות הכרעה מ-11 מ' (penalty shoot-out), ועל כך יעידו אחוזי הצפייה הנוסקים בעת קיום ההליך (Jordet et al., 2007). באירוע זה שופט המשחק מזמין את שני הקפטנים של הקבוצות היריבות ומטיל מטבע הקובע את השער שבו ייערך דו-קרב הבעיטות. לאחר מכן הוא מטיל מטבע בשנית כדי לקבוע איזו מהקבוצות תבעט ראשונה. קהל הצופים נדרך לקראת האירוע, והמתח מגיע לשיאו כשהשוער ניצב בשער והבועט הראשון מתחיל לנוע לעבר הכדור. הבעיטה, שנמשכת פחות מחצי שנייה, שוברת את הקיבעון במשחק ומכריעה אותו (Palacios-Huerta, 2014). ההליך שתואר לעיל אומץ על ידי פיפ"א, התאחדות הכדורגל הבין-לאומית (FIFA - Fédération Internationale de Football Association) בשנת 1970 כפתרון למשחקים שבהם נדרשת הכרעה לאחר תום זמן ההארכה.

עם אימוץ של בעיטות ההכרעה נפתח פולמוס בין-לאומי על זכויות היוצרים שלו בין ארבע מדינות: ספרד, גרמניה, מלזיה וישראל. פולמוס זה יוצא דופן משום ששינויים תקנוניים הם, בדרך כלל, סוגיה רגולטיבית חסרת ברק, ולא ניטש מאבק על זכויות היוצרים שלהם. אלא שבמקרה שלפנינו הפיח ההליך החדש במשחק רוח חדשה והכריע אותו באופן צודק לאחר שנקלע לקיבעון. השינוי התקנוני היה דרמטי, משום שהוא העניק למשחק סיום מותח ולכן שימש בסיס למחקרים רבים (Palacios-Huerta, 2014). ממצאי השיטה החדשה לא תוגמלו מבחינה כלכלית, כנהוג בהמצאת פטנטים (גם בעולם הספורט) (Olowononi, 2022), אלא זכו בכבוד לאומי וביוקרה במדינותיהם. הוענק להם יחס מיוחד השמור לדמויות מופת שייצגו אותן בכבוד ופתחו מסורת חדשה בענף הספורט הפופולרי ביותר בעולם. יש להניח שהמאבק התודעתי שניטש על זכויות היוצרים של בעיטות ההכרעה נולד בשל הדרמה שיצר ההליך והריגוש שהוא עורר בקרב הצופים, שלא כמו שינויי תקנון אחרים שהשפיעו באופן צנוע, יחסית, על אופי המשחק. מטרת המאמר היא להראות כיצד שינוי תקנוני נעשה קניין רוחני שעל זכויות היוצרים שלו נאבקות ארבע מדינות. נציין שמאמרים שפורסמו בנושא בעיטות ההכרעה החמיצו כמה מהגרסאות וציינו רק את תביעתן של המדינות להכרה בהמצאתן. כך לדוגמה, ורניק (Wernicke, 2018) מקדיש בספרו העוסק בהיבטים שונים של משחק הכדורגל פרק קצר על יוצרי בעיטת

ה-11 מ' בכדורגל. הוא מדווח על יוצרים משתי מדינות בלבד: גרמניה וספרד. הוא אינו מזכיר את התרומה של היחידים מישראל וממלזיה לאימוץ בעיטות אלו ככלי להכרעת משחקים.

הגרסאות השונות שהעלו ארבע המדינות כהצדקה לתביעתן והדרך שבהן הן הנציחו את ממצאי החידוש התקנוני נדונות במאמר זה. המאמר אינו מתיימר לפסוק בשאלה לאיזו מדינה יש לייחס את המצאת דו-קרב הבעיטות כמנגנון להכרעת משחקים. ייתכן שחלק מהגרסאות הומצאו, וייתכן שלכולן יש אחיזה כלשהי במציאות, כיוון שהן רווחו באופן לא רשמי במקומות שונים בעולם לפני שפי"א אימצה אותן. המאמר מתמקד במאבק התודעתי על זכות היוצרים, בעיקר מתוך נקודת מבט ישראלית, ועל תרומתה של המסורת הלא-מוחשית של הספורט להעלאת מעמדה של האומה בזירה הבין-לאומית. בתוך כך נדון ביחס שבין הזיכרון המשותף להיסטוריה. שני מושגים אלה קשורים זה בזה אך אינם זהים. את התשתית המושגית לחקר הזיכרון שהזכרים לא חוו ולתיאורו הניח מוריס הלבוקס בשנות העשרים של המאה ה-20. 'זיכרון' זה מועבר באמצעות סוכני זיכרון ומטרתו לעצב תמונת עבר לצורך גיבוש דמותו הייחודית של הקולקטיב (Halbwachs, 1980; Olick et al., 2011). פייר נורה הבחין בין היסטוריה, המנסה לשחזר את מה שהיה ואיננו עוד, לבין הזיכרון, שהוא תופעה דינמית המשחזרת את אירועי העבר באופן בררני. נורה טען שהזיכרון הקולקטיבי מתקיים בחברה בנפרד מזיכרון היחידים ונמצא מעבר לחווייתם הפרטית (נורה, 1993). כלומר לא מדובר במצבור של זיכרונות. אף שהזיכרון הקולקטיבי תלוי ונישא בתודעתם של יחידים, הוא נוצר כתוצאה מתהליכי עיצוב חברתיים (בר און, תשס"א). במילים אחרות, הזיכרון הקולקטיבי הוא תהליך חברתי מתפתח (כרמי, 2025).

אימוץ בעיטות ההכרעה מ-11 מ' חרג בהרבה מעבר לשינוי בתקנון המשחק. המאמר הנוכחי מתמקד אומנם רק במאבק הגרסאות השונות שהעלו ארבע המדינות כהצדקה לתביעתן להנציח את ממצאי החידוש התקנוני, אך יש להדגיש שהספרות האקדמית קיימה דיון רחב ומגוון על היבטים שונים של בעיטות הכרעה אלו – כלכליים, חברתיים, פסיכולוגיים ותקשורתיים (Jordet, 2024; Littleton, 2015; McCrum, 2024; Palacios-Huerta, 2014). מאמנים ושחקנים נדרשים להתכונן פיזית ומנטלית לבעיטות ההכרעה. אנשי תקשורת החלו לסקור בהרחבה את אירועי הבעיטה. כלכלנים ופסיכולוגים החלו לחשב את סיכויי ההבקעה של הבוועטים תוך הבאה בחשבון של גורמים כמו סדר הבוועטים, משחק בית או משחק חוץ או הצלחה קודמת (Jordet, 2024). בעיטות ההכרעה הפכו אפוא לתופעה גלובלית המרתקת את אלו המשחקים כדורגל ואת אלו הצופים בו. מטרת המאמר היא להתחקות אחר עיצוב הזיכרון הקולקטיבי של מדינות באמצעות אסדרה טכנית, לכאורה.

קיצור תולדות ההכרעה בכדורגל

משחקי כדורגל המשוחקים במהלך עונת הכדורגל הרגילה מורכבים משתי מחציות של 45 דקות כל אחת, ובסך הכול 90 דקות במשחק השלם. במשחקים אלה אפשר לסיים את ההתמודדות בניצחון, בהפסד או בשוויון ללא הכרעה בין שתי הקבוצות. ואולם, בטורנירים ייחודיים וקצרים בכדורגל, המתבססים על שיטת ההוצאה הישירה, קבוצה מתקדמת לשלבים הבאים באמצעות ניצחון על הקבוצה היריבה והוצאתה מסבב המשחקים בטורניר. במשחקים אלה נדרשת הכרעה בתום

90 דקות משחק כדי לקבוע איזו קבוצה תעלה לשלב הבא. בתוצאת שוויון נדרשת הארכת זמן של 30 דקות המאריכה את משך המשחק ל-120 דקות. הארכת המשחק היא הליך מקובל גם בסוגי ספורט אחרים שבהם לא הושגה הכרעה בתום זמן המשחק הרגיל, אך משכה במשחק הכדורגל הוא ארוך יותר. הארכה של 30 דקות היא למעשה 33% מזמן המשחק הרגיל בכדורגל. לעומת זאת, במשחק כדורסל משך ההארכה הוא חמש דקות – 12.5% בלבד מזמן המשחק הרגיל הנמשך 40 דקות. במשחק הכדוריד תוספת זמן הארכה היא 16.6% מזמן המשחק הרגיל – 10 דקות הנוספות על 60 דקות זמן משחק. במשחק הכדורעף קוצר הניקוד הנדרש להכרעה במערכה החמישית ל-15 במקום 25 נקודות. גם בענפי ספורט אישיים קיימות הארכות זמן קצרות. בטניס, לדוגמה, זמן ההארכה של שובר שוויון בסיום מערכה מקביל למשך שני משחקונים, כ-2.5% בלבד מזמן המערכה כולה. בטורנירים גדולים בטניס, שבהם משחקים חמש מערכות, לא מקיימים שובר שוויון במערכה החמישית. לדוגמה, כדי להימנע מעומס יתר על השחקנים הוחלט בטורניר ווימבלדון ב-2019, כי במקרה של שוויון 12 במערכה החמישית ייקבע המנצח בשובר שוויון (מקל ואח', 2021).

ממחקרים שנערכו על ביצועי שחקני כדורגל בזמן הארכה אנו למדים שהארכת הזמן במשחק הכדורגל משפיעה באופן שלילי על השחקנים מכל בחינה: פיזיולוגית (Russell et al., 2015), מכנית (Field et al., 2020), טכנית (Harper et al., 2014), ביצועית (Russell et al., 2015) ודיוק (Harper et al., 2014). לרוב הארכת המשחק לא תורמת להכרעתו, ועל כן יעידו מספר השערים הנמוך לדקת משחק בזמן ההארכה לעומת מספר השערים במהלך 90 דקות המשחק הרגיל (Kubayi & Toriola, 2019).

במהלך השנים נקטו מוסדות כדורגל לאומיים ובין-לאומיים שיטות שונות כדי לפתור את הסוגיה של תוצאת שוויון (אי-הכרעה) בתום המשחק. בתחילת שנות השישים הוחלט על משחק חוזר בין הקבוצות ובמקרה של שוויון במשחק השני הוחלט לקיים משחק שלישי. הריטואל החוזר התיש את השחקנים וחלק מהקהל איבד את העניין בסדרה הלא נגמרת. בסוף שנות השישים עלה רעיון לקבוע את תוצאת המשחק באמצעות הטלת מטבע או על ידי שליפת פתק מכובע. רעיון זה עלה כבר בשנות החמישים ושימש פתרון דחוק למצוקה. אי-שביעות הרצון מההגרלה כאמצעי להכרעת משחקים עודדה חיפוש אחר אמת מידה מוחשית, המשקפת את יתרונה של אחת הקבוצות על יריבתה, גם מבלי שהצליחה לכבוש את שערך. הוחלט שבמקרה של שוויון אחרי הארכה יקבע את הניצחון מספר בעיטות הקרן של כל קבוצה שבוצעו במהלך המשחק. ההיגיון בבסיס ההחלטה היה שמספר בעיטות הקרן מבטא את איום הקבוצה על שער יריבתה, ולכן את שליטתה במגרש (מחר הגמר על גביע הנשיא', 1950).

בשנות השישים הייתה ההגרלה הפתרון המועדף במפעלי הכדורגל השונים. העיקרון המנחה של השיטה הזו היה חתירה לאובייקטיביות על ידי מתן הזדמנות שווה לשתי הקבוצות. אלא שהשיטות – על אף היותן מאוזנות – ספגו ביקורת קשה משום שהן קבעו את תוצאת המשחק באמצעות אמות מידה לא מוחשיות, כמו מזל. הכרעת משחקים באמצעות הגרלה הותירה טעם מר לקבוצה המפסידה (וגם לזוכה), משום שהייתה אקראית ולא ביטאה את המאמץ הספורטיבי שהושקע בהתמודדות.

הניסיונות לבסס את הניצחון בכדורגל על הגורל העיוור לא אומצו בחום על ידי הקבוצות והאוהדים. זאת ועוד, קרה שקבוצות שהפסידו בהגרלה טענו שהולכו שולל בשל הליך לא הוגן (לוקאש וכחן, 2025).

ההתמודדות של תוניסיה עם מרוקו היא דוגמה לכישלונה של ההגרלה כפתרון לקביעת תוצאה של משחק. בשנת 1962 הפסידה תוניסיה למרוקו בהטלת מטבע במשחק שהתקיים בפלרמו, סיציליה. בשנת 1968 התמודדו שתי המדינות במוקדמות המשחקים האולימפיים ומרוקו שוב זכתה בהגרלה. ביוני 1969 התקיים המשחק השלישי בהיסטוריה בין מרוקו לתוניסיה במוקדמות הגביע העולמי. המשחק נערך במגרש ניטרלי – במרסי, צרפת. הקבוצות סיימו את ההארכה בתוצאת שוויון (2:2), ולא נותרה ברירה אלא להכתיר את המנצחת באמצעות הטלת מטבע. המטבע הוטל ומרוקו זכתה בהגרלה ובכרטיס לגביע העולמי. תוצאת ההגרלה הייתה הקש ששבר את גב הגמל מבחינתה של תוניסיה חסרת המזל. ההתאחדות לכדורגל התוניסאית מיאנה לקבל את צו הגורל ושיגרה מכתב לפיפ"א שבו קבלה על ההליך הבלתי תקין של ההגרלה, וצירפה תמונות וסרטונים המוכיחים, כביכול, את טענותיה. ועדת החקירה שמינתה פיפ"א אישרה את ההליך לאחר שלא מצאה בו פגם. סאגה זו עודדה את פיפ"א לחפש פתרון טוב יותר מאשר הכרעת המזל (Miller, 1999).

מקרה דומה אירע בישראל. בעונת 1963-1964 התקיים גמר הגביע הארוך ביותר בתולדות מפעל גביע המדינה בכדורגל. ב-30 בספטמבר 1964 התמודדו 'מכבי' תל אביב ו'הפועל' חיפה על הבכורה באצטדיון בלומפילד לעיני 20 אלף צופים. אף קבוצה לא הצליחה להבקיע את שער יריבתה עד שבדקה ה-82 למשחק כבש שלום שיקווה מ'מכבי' תל אביב את שער 'הפועל' חיפה. צהלת אוהדי הקבוצה לא נמשכה זמן רב, משום שכעבור ארבע דקות כבש רובי (ראובן) יאנג את שער השוויון. לאחר הארכה של 30 דקות נותרה תוצאת המשחק בעינה. באין ברירה קבע שופט המשחק מנחם אשכנזי תיקו ומשחק חוזר. לצופים שהגיעו לצפות במשחק השני שהתקיים ב-10 בנובמבר 1964 היה מעין דְּזֵ'ה-וּו (Déjà-vu): אותו אצטדיון, אותו שופט, אותה תוצאת התיקו שנקבעה בהארכה (בדקה ה-102) על ידי שיקווה מ'מכבי' וויקטור יאנג מ'הפועל' (בדקה ה-108), בן דודו של רובי. 12,000 הצופים, שיחלו לניצחון קבוצתם, עזבו את האצטדיון במפח נפש. המשחק השלישי נקבע ל-8 בדצמבר 1964 בקריית חיים, ובו נפלה לבסוף ההכרעה: 'מכבי' תל אביב גברה על 'הפועל' חיפה בתוצאה 2:1 והגביע הוענק לקבוצה הזוכה ('הגביע הוא שלנו!', 1964).

דו-קרב בעיטות מ-11 מ' במקרה של שוויון לאחר הארכת המשחק כפתרון לקיבעון במשחק עלה כבר בשנות החמישים של המאה הקודמת במדינות שונות באירופה, אך לא עוגן בחוקה הבין לאומית. הליך ההכרעה עשה שימוש במנגנון הענשה של הקבוצה המפרה את כללי המשחק, והוא בעיטת 11 מ'. ויליאם מק'קרום (McCrum), האירי, היה הראשון שהציע להתאחדות הכדורגל האירית את התקנה, ובעקבותיה אימצה אותו ההתאחדות האנגלית (McCrum, 2024). בשנת 1891 נבעטה בעיטת העונשין הראשונה מ-11 מ' בשל הפרת חוקי המשחק.¹

¹ אתר מוזיאון ההגירה האירי. פרוטוקול ההחלטה על אימוץ בעיטות העונשין מ-11 מטר, 1891: <https://web.archive.org/web/20071007012059/http://ssbra.org/html/laws/IFABarc/pdf/1891/1891min.pdf>

בסוף שנות החמישים של המאה ה-20 נוסה הליך ההכרעה במקרה של שוויון גם בישראל (אם לא תיפול הכרעה ייקבעו בעיטות ה'11', 1959). כל קבוצה הייתה זכאית לחמש בעיטות רצופות לשער היריבה. במקרה של שוויון לאחר הבעיטות הטיל השופט מטבע שקבע את תוצאת המשחק ('מכבי יפו זכה בהגרלה בגביע טורניר הפרברים', 1963). מתחילת שנות השבעים ואילך הוחלט על סדרה של חמש בעיטות הנבעטות לסירוגין² (McGarry & Franks, 2000). אם לא מושגת בהן הכרעה, הקבוצה שעולה ליתרון בהבקעת שער יריבתה מוכרזת כמנצחת. כל שחקן מורשה לבעוט פעם אחת בלבד. נציין שלאחרונה התעוררה ביקורת על בעיטות 11 מ' כפתרון "צודק" יותר מאשר החלופות האחרות. מחקר שהתפרסם בשנת 2021 הצביע על היתרון המשמעותי שיש לקבוצה הבועטת ראשונה לשער יריבתה (Csató, 2021).

בשנות התשעים הונהגה שיטה נוספת – שיטת "שער הזהב" (GG – Golden Goal), שכונתה גם "מוות פתאומי". על פי שיטה זו, הקבוצה שהבקיעה את השער הראשון בזמן ההארכה זכתה במשחק, והוא הופסק לאלתר. שער הזהב הראשון נכבש במשחק הגמר של היורו בשנת 1996 שבו ניצחה נבחרת גרמניה את נבחרת צ'כיה. שער הזהב הראשון שנכבש בגביע העולמי בכדורגל היה בשנת 1999 ובו ניצחה נבחרת צרפת את נבחרת פרגוואי. בשנת 2003 החליטה פיפ"א על הנהגת שיטת "שער הכסף". לפי שיטה זו, קבוצה המובילה בסיום המחצית הראשונה של ההארכה מנצחת את המשחק, והוא מסתיים עם תום המחצית. משנת 2004 ואילך המשחקים נמשכים עד לתום זמן ההארכה ומוכרעים בדו-קרב בעיטות מ-11 מ'.

השינוי בכללים והנהגת שערי הזהב והכסף וביטולם לאחר מכן עוררו ויכוח על מידת תרומתם להתפתחות הכדורגל ולהנאת הצופים מהמשחק. ברוקאס וקרלו (Brocas & Carrillo, 2004) טענו ששילוב של כלל גול הזהב והענקת שלוש נקודות עבור ניצחון במקום שתי נקודות (מאז 1994), הוא מתכון מביטיח על פי תורת המשחקים להעלאת המוטיבציה של השחקנים להכריע את המשחק כבר בשלבי המוקדמים. כך או אחרת, ממעקב אחר טורנירים גדולים נמצא כי באחוז ניכר של המשחקים לא השיגה הארכת הזמן הכרעה, ונדרשו בעיטות עונשין כדי לקבוע איזו קבוצה מנצחת (%60.8 במשחקי הגביע העולמי, %61.3 במשחקי אליפות אירופה ו-92% במשחקי אליפות יבשת אמריקה (מקל ואח', 2021).

המתח והעניין שנלוו לבעיטות ההכרעה עלו עם השינוי שחל בכללי המשחק בשנת 1997 ושעל פיו ניתנה לשוער האפשרות לנוע לאורך הקו בזמן הבעיטה. לפני כן חויבו השוערים לעמוד ללא תנועה עד לביצוע הבעיטה. תנועת השוערים חוללה שני שינויים עיקריים: האחד, הבעיטות לשער חייבו את הבועט לחזות את כיוון קפיצתו של השוער בשעה שהוא מנסה לתעתע בו בתנועתו. השני, שיעור ההצלחות של הבעיטות עלה לעומת שיעורן בתקופה שבה השוער עמד ללא תנועה (Dalton et al., 2015).

הזרמה שמחולל דו-קרב הבעיטות העלתה את ערכו כריטואל דרמטי החורך את גורל המשחק ומסב את תשומת ליבם של המוני צופים העוקבים בדריכות אחרי כל בעיטה. אין פלא שמדינות שונות נאבקו על היוקרה שנלוותה להמצאתו. זכות היוצרים על "הפטנט", שמעביר את ההכרעה מכוח עליון (גורל) לבני האנוש (שחקני הכדורגל), נחשבה משאב יקר ערך מבחינת היוקרה הלאומית. ארבע המדינות טענו

² נתונים שנאספו מגביעי העולם ומאליפויות אירופה בין השנים 1982-1998 מצביעים על הצלחה של 133 הבקעות שער מתוך 176 בעיטות, שהן 75.6 אחוזי הצלחה.

לבעלות עליה והנציחו את חזקתן על ההמצאה באמצעות ייצוגים מוחשיים שונים כמו אצטדיון והיכל תהילה ובלתי מוחשיים כמו מסורת. בטרם נציג את גרסתן ננסה להבין כיצד סעיף חוקתי נעשה משאב יוקרתי שמעורר פולמוס ציבורי, ובעיקר עבור מדינה כמו ישראל המייחלת להכרה בין-לאומית.

מסורת ספורט כמשאב לאומי

כדורגל הוא ענף הספורט הפופולרי ביותר בעולם ולו מיליארדי אוהדים. בשנת 2022 השתתפו כחמישה מיליארד בני אדם בגביע העולמי בכדורגל בדרכים שונות (צפייה, רכישת מותגים ומעורבות ברשתות חברתיות), וכ-1.5 מיליארד צפו במשחק הגמר בין צרפת וארגנטינה, שהוכרע בבעיטות 11 מ'.³ פיפ"א היא ארגון הספורט הגדול בעולם ועימו נמנות 211 מדינות. לנוכח התפוצה הרחבה של המשחק בעולם ולאור מעמדו החשוב בזירה הבין-לאומית, מדינות רבות שואפות להשפיע עליו ולהטביע בו את חותמן. דרך אחת היא הכשרת כדורגלנים מצטיינים וקצירת הישגים במפעלים בין-לאומיים. בן-פורת טוען שהצטיינות בכדורגל בזירה העולמית היא משאב סימבולי התורם לגיבוש הזהות הלאומית (בן-פורת, 2010). דרך אחרת היא השתתפות בהחלטות גורליות שתורמות להתפתחותו של הענף. שתי הדרכים מעלות את מעמדה של המדינה בזירה הבין-לאומית ומבטיחות את מקומה ב'היכל התהילה' של הספורט ומחוצה לו. סביב הישגים אלה מתפתחת מסורת לאומית המטופחת באמצעות סיפורים ומונחלת מדור לדור (Smith, 2006).

סיפורים שאנשים מספרים זה לזה על חייהם ועל עברם הם משאב בלתי מוחשי שמעוגן באובייקטים מוחשיים כמו פסלים, כרזות, היכלי ספורט, היכלי תהילה, חפצים ומדים (Ramshaw, 2019), ואובייקטים מופשטים כמו שפה, טרמינולוגיה מקצועית או המצאת כללים, כבמקרה שלפנינו (Berra, 2010). הסיפורים הם אבן יסוד ביצירה של מסורת ובעיצובה. במילה מסורת מגולם השורש מסי"ר, המסמן את הכרחיותה של דינמיקה בין-אישית. נוסף על כך, שורשה של המילה מסורת מופיע גם בשם התואר מסור, כלומר נדרשת רציפות כדי להטמיעה בחיי הקהילה עד שתתקבע לדפוס 'טבעי' ומקובל. המסירה משמרת את העבר כזיכרון חי ומשפיעה על ארגון החיים בהווה (בן לולו, תשפ"א). הזיכרונות אמנם ניזונים מאירועי העבר אך הם אינם מקובעים בו (נורה, 1993).

וילסון טוען שהזיכרון הלאומי הוא תוצר של פעילות דינמית המגבשת את קשרי הגומלין החברתיים (Wilson, 2009). יאנג טוען שהזיכרון אינו נוצר בחלל ריק ומניעיו לעולם אינם טהורים (Young, 1993). ואכן, הזיכרונות נכנעים למניפולציות פוליטיות ומקבלים ללא ערעור השמטה של פרטים בלתי נעימים המפריעים ביצירת מסורת חדשה (Rodney, 2012). הדיאלקטיקה של הזיכרונות עם צורכי ההווה מאפשרת למסורת להסתגל לשינויים ולאמץ זיופים היסטוריים, ולכן יש לה תוחלת חיים ארוכה ותפקיד חשוב בהבניה של תודעה וזהות לאומית. זהות זו מבדילה את האומה מאומות אחרות, מקנה תחושת גורל משותפת ומעניקה תחושת עליונות על פני אומות אחרות (Aughey, 2007).

מדינות שואפות לנכס את הזיכרונות לעצמן ולעצב אותם על פי האינטרסים שלהן. מדינות נרתמות למאבק על הזיכרון ההיסטורי ועל החזקה בו (Hall, 2008). אחד הנושאים המצויים במחלוקת בתחום הספורט הוא זכות הבכורה על מקורם של

³ ראו אתר וואלה ספורט, <https://sports.walla.co.il/item/3552623>

ענפי הספורט השונים. הקושי המתודולוגי לקבוע מתי והיכן עשו ענפי ספורט את צעדיהם הראשונים מקורו בראש ובראשונה בחילוקי דעות באשר להגדרתם כענפי ספורט מודרניים. חילוקי הדעות נסבים סביב השאלות איזו גרסה של משחק קדום נחשבת לאב הקדמון של הספורט המודרני: היכן ומתי נוצרה גרסה זו? שאלות אלה אינן אקדמיות בלבד – הן חורגות מתחום הספורט ומשפיעות על יוקרתה של המדינה ועל מעמדה. לדוגמה, מאבק אקדמי סוער התקיים על מקורם של הסיוף (פאנון וזמרי, 1960; van Bottenburg, 2001), הטניס (Gillmeister, 2008), ואפילו של הכדורסל (Grundy et al., 2014), ענף שלכאורה אין עוררין על מקורו האמריקני. נציין שלמסורת ולהנצחה יש פן כלכלי לא מבוטל. הן מקדמות הפקת רווחים ממכירת מוצרים מעוררי נוסטלגיה (Lake, 2018).

הכדורגל הוא אחד מהמחוללים היעילים ביותר לעיצוב הזיכרון של יחידים ושל החברה ולכן נחשב משאב נחשק ביותר (Failey, 2003). משחקים בולטים, מאבקי ספורט והתעלות אנושית יכולים לשמש אבני דרך בחייה של קהילה ושל אומה כבר בעת התרחשותם. הסיקור התקשורתי האינטנסיבי של הכדורגל מאפשר גם למי שלא נכח באירועי ספורט חשובים לחלוק את החוויה כאילו חווה אותה באופן בלתי אמצעי (Snyder, 1991). גפני ובייל טוענים שצפייה באירועי ספורט היסטוריים מעניקה תחושה קיבוצית של "להיות חלק מהיסטוריה בהתהוותה" (Gaffney & Bale, 2004, p. 25). רגעי ההכרעה הם רגעים דרמטיים ביותר ומעוררים תשומת לב ציבורית רחבה ביותר. אין פלא אפוא שניטש מאבק גרסאות על המצאת בעיטות העונשין מ-11 מ' הקובעות את זהות הקבוצה המנצחת. כל צד בפולמוס הבין-לאומי על זכויות היוצרים של ההמצאה דאג להעתיר כבוד על נציגו ופיאר את שמו בדרכים שונות.

מאבק הגרסאות

אנו מציגים ארבע גרסאות שונות של המצאת בעיטות העונשין מ-11 מ': הגרסה הספרדית, הגרסה הגרמנית, הגרסה המלזית והגרסה הישראלית. אנו מבקשים להדגיש כי אין באפשרותנו לקבוע איזו גרסה אמינה יותר מזולתה, וקביעת זכויות היוצרים של הליך הכרעה זה אינה במוקד הדיון שלפנינו.

הגרסה הספרדית

באוגוסט 1957 פרסם עיתונאי ספרדי ידוע בשם רפאל בלסטר (Ballester) מאמר בעיתון מקומי של העיר קדיז (Diario de Cádiz) ובו המליץ על בעיטות מ-11 מ' לשם הכרעתם של משחקי כדורגל, ולכן נתפס כממציא הבעיטה (Palacios-Huerta, 2014).⁴ המאמר התפרסם לאחר משחק גמר הגביע בין הקבוצות אתלטיק קלאב דה בילבאו (Athletic Club de Bilbao) וסביליה (Sevilla), שהוכרע בהטלת מטבע (Palacios-Huerta, 2014). בחודש ספטמבר 1962 נוסתה לראשונה שיטתו של בלסטר במשחק הגמר בין מועדון הכדורגל של ברצלונה (FC Barcelona) לריאל זרגוזה (Real Zaragoza). ברצלונה זכתה בגביע אחרי שניצחה בדו-קרב הפנדלים

⁴ ראו למשל: Palacios-Huerta, Ignacio, 'Psychological Pressure on the Field and Elsewhere', *Beautiful Game Theory: How Soccer Can Help Economics* (Princeton, NJ, 2014; online edn, Princeton Scholarship Online, 19 Oct. 2017), <https://doi.org/10.23943/princeton/9780691144023.003.0006>

בתום שש בעיטות. עד מהרה אימצו מדינות רבות באירופה, בדרום אמריקה ובאפריקה את השיטה במפעלים שקיימו. הפופולריות שקנתה לה שיטה זו עודדה את פיפ"א לדון בה כפתרון רשמי למשחקים המסתיימים ללא הכרעה. ואכן, ב-27 ביוני 1970 התכנסה ההנהלה של פיפ"א בעיר הסקוטית אינוורנס (Inverness) והחליטה לאמץ את דו-קרב הפנדלים באופן רשמי, עם שינוי אחד: את הבעיטות לשער יבעטו שחקני הקבוצות לסירוגין ולא ברצף. החידוש לא הוחל על טורניר הכדורגל במשחקים האולימפיים במקסיקו, אולם מאז הוא נכנס לתוקף בכל המפעלים שבהם נדרשה הכרעה (Palacios-Huerta, 2014).

הגרסה הגרמנית

פנזברג (Penzberg) השוכנת במרכז בוואריה היא עיירה קטנה של כ-16 אלף תושבים. אחת משמונה דמויות המופת שבהן העיירה מתגאה היא שופט הכדורגל קרל ואלד (Wald), ממציא שיטת הפנדלים.⁵ ואלד שנפטר בשנת 2011 זכה להוקרת בני עירו כשבחודש יוני 2020 נקראו אצטדיון הכדורגל המקומי והרחוב המוביל אליו על שמו.⁶ בטקס המרשים של חנוכת האצטדיון נימק ראש העירייה שטפן קורפן (Korpan) את הבחירה בוואלד כדמות לחיקוי: "ואלד הפך את משחק הכדורגל להגון יותר. אחרי הכול, המשחקים לפני כן הוכרעו באמצעות הטלת מטבע או הגרלה. בעיטות העונשין שהומצאו בפנזברג הם משחק עצבים ומעוררי ריגוש, אך הקהל מתרגש לנוכח הכלל החדש. כיום אנו מכירים תודה לקרל ואלד וקוראים את האצטדיון על שמו".⁷ לטענת הגרמנים, ואלד הוא זה שהעלה את רעיון הפנדלים בישיבה של התאחדות הכדורגל הבווארית שהתקיימה ב-30 במאי 1970, לאחר שניסה את השיטה בליגות הנמוכות.⁸ לאחר שאושר הרעיון הוא אומץ על ידי ההתאחדות הכדורגל הגרמנית ועל ידי התאחדות הכדורגל האירופאית, ולבסוף על ידי פיפ"א (Wald, 2006). ביום ההולדת ה-90 של ואלד בירך אותו נשיא פיפ"א דאז ג'וזף בלאטר (Blatter) והעלה על נס את תרומתו לכדורגל באמצעות החידוש שהגה – בעיטות הפנדלים.⁹

הגרסה המלזית

מבחינת אוהדי הכדורגל של מלזיה נחשב קו יו טייק (Koe Ewe Teik) ל"מר כדורגל".¹⁰ טייק היה חבר בכיר בוועדת השיפוט של פיפ"א והחבר הראשון הלא-

⁵ ראו ריאיון של תימו הוייר עם קרל ואלד, ממציא בעיטות 11 מטר: Samstag, den 30. September 2006 um 11: 15 Uhr von Timo Heuer,

<https://web.archive.org/web/20061203004822/http://www.readers-edition.de/2006/09/30/interview-mit-dem-erfinder-des-elfmeterschiessens/>
⁶ <https://www.penzberg.de/kultur-und-freizeit/sport-freizeit/sportanlagen-und-hallen/karl-wald-tadion>

Roland Halmel, Ein eigenes Stadion für den Erfinder des Elfmeterschießens: Karl Wald hatte eine Vorbildfunktion. <https://www.merkur.de/sport/amateur-fussball/landkreis-weilheim/karl-wald-stadion-fc-penzberg-djk-penzberg-esv-penzberg-spvgg-maxkron-karl-wald-92353515.html>

⁸ <https://www.dw.com/en/penalty-shoot-outs-ready-to-add-further-drama-to-euro-2008/a-3425254>

⁹ Karl Wald, Der Vater des Elfmeterschießens, 30.6.2006. <https://www.stern.de/sport/fussball/wm-2006/news/karl-wald-der-vater-des-elfmeterschiessens-3597058.html>

¹⁰ Football Association of Malaysia.

International Football Association Board – אירופאי בוועד המנהל של הארגון (IFAB). הוא זה שהמציא את שיטת הכרטיסים הצבעוניים על פי מודל הרמזור: אדום ל"עצור", כלומר, "ראה הוזהרת", וירוק ל"סע", כלומר, "צא מהמגרש". בשנת 1966 התגבש הרעיון ונכנס לתוקפו עם שינויים קלים, כפי שאנו מכירים היום. במהלך השנים יוחסה ההמצאה בטעות לנשיא פיפ"א סר סטנלי רוס (Rous) ולשופט האנגלי קן אסטון (Aston). כך או אחרת, במלזיה רואים בטייק את ממציא שיטת הפנדלים. ב-10 בפברואר 1970 שיגר טייק מכתב לחברי ועדת השיפוט העולמית ובו העלה את רעיון הפנדלים. במכתב הוא הציע הליך של חמישה סעיפים: (א) השופט קובע באיזה שער יערכו הבעיטות; (ב) תיערך הגרלה בין הקפטנים של הקבוצות ועל פיה יוחלט איזו קבוצה תבעט ראשונה (להזכיר, הבעיטות נערכו אז ברצף);¹¹ (ג) כל קבוצה תבחר חמישה בועטים מבין השחקנים שהיו על המגרש עם תום ההארכה; (ד) אם בתום סדרת הבעיטות יהיה שוויון בין הקבוצות, ייבחרו שחקנים אחרים והם יבעטו עד להכרעה; (ה) לכל שחקן שעל המגרש מותר להחליף את השוער בכל זמן.¹² ההצעה עברה לוועדה מיוחדת שדנה במגמות הכדורגל המודרניות (Working Party on Trends in Modern Football). בתאריך 14-15 בפברואר 1970 דנה הוועדה בהצעות השונות, כולל בזו של סטנלי רוס – שליפת פתקים מהכובע – והכריעה לטובת הבעיטות כהליך מכריע. בפרוטוקול הישיבה יוחסו בעיטות ה-11 מ' לטייק.¹³ ב-27 ביוני אושרה ההחלטה בהנהלת פיפ"א.¹⁴

הגרסה הישראלית

הספורט הייצוגי בכלל והכדורגל בפרט היה טבוע בשנותיה הראשונות של המדינה בחותם של התלהבות לאומית ושל שאיפה עזה להפגין את סממני הריבונות החדשים לעיני העולם. היתרונות הפוליטיים שניתן היה להפיק ממפגשי ספורט בין-לאומיים הובלטו בהדגשה יתרה (חריף, 2011). הכדורגל, המשחק הפופולרי בעולם, היה חלק מההיסטוריה של מדינת ישראל ובאמצעותו נעשו הישראלים החדשים והוותיקים לשותפים בתהליך של בניו המדינה, כלומר, בעיצוב ההיסטוריה שלה (בן-פורת, 2010). גם בישראל היה הכדורגל לענף הפופולרי ביותר, והוא עדיין הוא זוכה למעמד זה. אלא שהפופולריות של הענף בארץ עומדת ביחס הפוך להישגיה של הנבחרת הלאומית.

רמתם של רוב כדורגלני ישראל נופלת מרמתם של עמיתיהם המקצועיים והמנוסים, והנבחרת הלאומית נחלה מפלות רבות בזירה הבין-לאומית, ומעולם לא נמנתה עם צמרת הכדורגל בעולם. הכדורגל הישראלי סיפק רגעי אושר מעטים בלבד וקשה לכנות את תרומתו הצנועה (מאוד) לכבוד הלאומי "משאב". ולכן, זכות יוצרים על תקנה ששינתה "סדרי עולם" בכדורגל הבין-לאומי והטביעה את חותמה על רגעיו הדרמטיים ביותר, נחשבת כפריט נחשק ביותר. הכרה בישראל כממציאת ריטואל

<https://www.facebook.com/FAMalaysiaOfficial/posts/dato-koe-ewe-teik-mr-football-of-asia-the-name-koe-ewe-teik-may-not-ring-a-bell-/512210173185557>

¹¹ בהמשך הוחלט על קיומן של שתי הגרלות: בחירת השער ובחירת הקבוצה שפותחת את סדרת הבעיטות.

FIFA. (1970, February 20). Minutes of the Board meeting. FIFA Archives. ¹²

FIFA. (1970, February 14–15). Minutes of the Referees' Committee meeting, Section ¹³

13.3. FIFA Archives.

FIFA. (1970, June 27). Minutes of the Annual Board Meeting, Section G, p. 6. FIFA ¹⁴ Archives.

בעיטות ההכרעה החדש עשויה לשמש פיצוי צנוע על כישלונות חוזרים ונשנים להעפיל לגביע העולם בכדורגל (זולת מקסיקו 1970) ולמפעלים יוקרתיים אחרים. משחקי גביע העולם במקסיקו שהתקיימו בשנת 1970 היו הראשונים והאחרונים שבהם השתתפה הנבחרת הלאומית. אין פלא אפוא שהטבעת חותם ישראלי על הכדורגל העולמי – גם אם מדובר בסעיף תקנוני – היא נחמת-מה על אוזלת ידה במגרש הכדורגל. ולכן התקבע רעיון המצאת בעיטות ההכרעה בתודעה הלאומית כ"פנטזי" ישראלי, שהומצא לאחר הדחתה של ישראל מטורניר הכדורגל האולימפי בשנת 1968.

בשנת 1968 השתתפה ישראל לראשונה בטורניר הכדורגל שנערך במסגרת המשחקים האולימפיים במקסיקו סיטי. ישראל סיימה את שלב הבתים במקום השני עם שני ניצחונות על גאנה (3: 5) ועל אל-סלוודור (3: 1) ועם הפסד אחד להונגריה (0: 2). בשלב רבע הגמר סיימה ישראל את המשחק מול בולגריה בשוויון 1: 1. מקץ 30 דקות הארכה נותרה התוצאה בעינה. הכלל קבע שיש לערוך הגרלה בין הקבוצות שתקבע את תוצאת המשחק הסופית. יושב ראש הוועדה המארגנת התייצב במרכז המגרש, הסיר את כובעו והכניס לתוכו שני פתקים, שעליהם נכתבו שמות הנבחרות. מרדכי (מוטליה) שפיגלר, הקפטן הישראלי, והקפטן הבולגרי שלפו את הפתקים מתוך הכובע. בולגריה זכתה בהגרלה ובניצחון (פורת, 2021).

כששבה הנבחרת לישראל קיבל את פניהם יגאל אלון, סגן ראש הממשלה. בקבלת הפנים שנערכה בשדה התעופה, הוא שאל את הקפטן מוטליה שפיגלר "מה קרה בהגרלה?" הכדורגלן השיב בהומור לקול לצחוקם של הנוכחים: "על שני הפתקים היה כתוב בולגריה" (יחזרה נבחרת הכדורגל, 1968). כשנעלמו החיוכים החלו לכרסם הספקות לגבי ההגרלה. מאז המשחק חלפו 55 שנים ועדיין מכרסמות שאלות לא פתורות, לפחות מבחינת הישראלים ובראשם שחקן הנבחרת דאז, יהושע (שייע) פיינגנבאום, שעדיין מלין על קיפוח מכוון (לוקאש וכהן, 2023).

הפסדה של נבחרת ישראל במשחקים האולימפיים במקסיקו הניע את מיכאל אלמוג, אז חבר הוועדה הטכנית של הקונפדרציה האפריקנית וחבר הנהלת ההתאחדות הישראלית לכדורגל, לשגר מכתב לפיפ"א בחודש יולי 1969. במכתבו הוא טען, שהטלת מטבע היא אכזרית, אינה ספורטיבית ומבזה גם את הקבוצה המנצחת. לחלופין הציע אלמוג את דו-קרב הפנדלים כמנגנון להכרעת המשחק.¹⁵ העיתונות הישראלית זקפה מייד את הרעיון לזכותה של מדינת ישראל וכינתה אותו "הפנטזי הישראלי" (הערב בבאנגקוק – פתיחת משחקי גביע אסיה לנוער, 1969). אימוץ הפנטזי על ידי פיפ"א עורר מחלוקת פנים-ישראלית, כשמזכיר ההתאחדות לכדורגל הישראלית יוסף דגן תבע לעצמו את זכויות היוצרים. מקורות שונים מצביעים עליו כמי שהגה את הרעיון ושיתף אותו עם מיכאל אלמוג, שפנה לפיפ"א. בזיכרון הציבורי הישראלי נחשב דגן ל"ממציא דו-קרב הפנדלים", על אף שאין ראיה

¹⁵ ראו העתק של המכתב המקורי:

<https://www.haaretz.com/israel-news/sports/2017-11-22/ty-article/.premium/israels-little-known-contribution-to-soccer-history/0000017f-f334-d223-a97f-fff5d580000>
הקרדיט לעוזי דן. המכתב פורסם בידיעון של פיפ"א ונמצא בארכיון פיפ"א בציריך:
FIFA. (1969, August). News item no. 75, p. 222. FIFA Archives.
<https://inside.fifa.com/about-fifa/official-documents>

חד-משמעית המאשרת את גרסתו.¹⁶ דווקא גרסתו של אלמוג מתחזקת לנוכח המכתב ששיגר כבר ביולי 1965, ובו ביקש את אישור פיפ"א לקיים בעיטות 11 מ' כדי להכריע משחקי גביע שבהם לא הושגה הכרעה, גם לאחר 120 דקות (פנייה לפיפ"א להכרעה בגביע, 1965). כך או אחרת, בשנת 2002 הכירה אופ"א בדגן, אז בן 93, כממציא בעיטות ההכרעה.¹⁷ לכאורה נסתם הגולל על שאלת זכויות היוצרים, אלא, כפי שנכתב לעיל, כעבור ארבע שנים נפתחה שוב שאלת הזכויות על ה"פטנט" כשפיפ"א הכירה בוואלד הגרמני כממציא השיטה.

הערות סיום: לא רק מאבק גרסאות

המטרה של מאמר זה הייתה לבחון כיצד סעיף חוקתי של משחק הכדורגל נתפס משאב יוקרתי שמעורר פולמוס ציבורי, בעיקר עבור מדינה כמו ישראל המייחלת להכרה בין-לאומית. ארבע הגרסאות שהוצגו במאמר מלמדות על הכמיהה במדינות שונות בעולם לנכס אליהן את הריטואל העכשווי של בעיטות ההכרעה בכדורגל. ארבע הגרסאות שונות זו מזו, ונראה שקרב הגרסאות אינו פתיר. להערכתנו לא ניתן לפסוק בשאלה לאיזו מדינה יש לייחס את המצאת דו-קרב הבעיטות כמנגנון להכרעת משחקים. כפי שנכתב במבוא, ייתכן שכמה מן הגרסאות הומצאו. אך גם ייתכן שלכולן יש אחיזה כלשהי במציאות. אנו התמקדנו במאבק התודעתי על זכות היוצרים, בעיקר מתוך נקודת מבט ישראלית, ועל תרומתה של המסורת הלא-מוחשית של הספורט להעלאת מעמדה של האומה בזירה הבין-לאומית.

ייתכן שאלו שניסו לייחס לעצמם את המצאת דו-קרב בעיטות ההכרעה בכדורגל הבינו גם את תרומת האירוע להתפתחות העתידית של משחק הכדורגל. הם הניחו שאירוע תחרותי זה, שבו מעורבים שוער ובעט, הוא בעל פוטנציאל להפוך למאבק טכני, טקטי ופסיכולוגי בין שני ספורטאים שעניי כולם נעוצות אך ורק בהם. ואכן, בעיטות עונשין מ-11 מ' הן נושא למחקר רב-דיסציפלינרי, המנסה לבחון את דפוסי ההתנהגות של שני המתמודדים – הבעט והשוער. ספרות מחקרית ומקצועית ענפה מנתחת את בעיטות ההכרעה מ-11 מ' ממגוון של זוויות ראייה – היסטורית, טכנית, טקטית, פסיכולוגית וכלכלית (ראו לדוגמה: Anthony, 2001; Jordet, 2001; Littleton, 2015; McCrum, 2024; Miller, 1999). בעיטות אלו מבוצעות בזירת ספורט תחרותית אותנטית המספקת לחוקרים הזדמנות ייחודית לבחון את דפוסי התנהגותם וביצועיהם של שני השחקנים המעורבים באירוע. אלו החוקרים את בעיטות ההכרעה בכדורגל בוודאי מודים לאלו שהמציאו את האירוע, גם אם יש מחלוקת על זהותם של הממציאים.

¹⁶ ראו המקורות האלה:

Naor, A. (2020, May 20). The Israeli roots of the penalty shoot-out. The Librarians. https://blog.nli.org.il/en/hoi_penalties/

Dann, U. (2017, November 22). Israel's little known contribution to soccer history – Penalty shoot-outs. Haaretz. <https://www.haaretz.com/israel-news/sports/2017-11-22/ty-article/premium/israels-little-known-contribution-to-soccer-history/0000017f-f334-d223-a97f-ffff5d580000>

<https://www.uefa.com/news-media/news/025b-0f8e76dd1922-7d39f05f65b2-1000-->¹⁷
remembering-penalty-shoot-out-pioneer-dagan

רשימת המקורות

- אם לא תיפול הכרעה ייקבעו בעיטות ה-11 (1959, 29 במאי). *למרחב*, עמ' 9.
- בן לולו, א' (תשפ"א). כי מציון תצא תורה ודבר ה' מתל אביב יפו. בתוך ש' ליפשיץ, ט' פישר וי' שטרן (עורכים), *בפרט ובכלל, על יהדות, ריבונות וזכויות אדם* (עמ' 17-39). המכון הישראלי לדמוקרטיה.
- בן פורת, א' (2010). ישראל שפה קשה, אך כדורגל דיברו כולם. *עיונים בתקומת ישראל*, 20, 144-168.
- בר און, מ' (תשס"א). לזכור ולהזכיר: זיכרון קולקטיבי, קהילות זיכרון ומורשה, בתוך *גבולות עשנים: עיונים בתולדות מדינת ישראל, 1948-1967* (21-54). יד יצחק בן צבי והמרכז למורשת בן גוריון.
- הגביע הוא שלנו? (9 בדצמבר). *הבקר*, עמ' 2.
- הערב בבאנגקוק – פתיחת משחקי גביע אסיה לנוער (1969, 15 באפריל). *היום (תל אביב)*, 15 עמ' 2.
- חזרה נבחרת הכדורגל (1968, 1 בנובמבר). *דבר*, עמ' 14.
- חריף, ח' (2011). *ציונות של שרירים*. יד בן צבי.
- כרמי, א' (2025). "לא ספורט לשם ספורט", *גיבורי ספורט בתקופת היישוב*. מכון מופ"ת.
- מחר הגמר על גביע הנשיא (1950, 29 בדצמבר). *הארץ*, עמ' 6.
- לוקאש א' וכהן, נ' (2023, 3 ביולי). שיעע פייגנבוים: "יכול להיות שבאולימפיאדת מקסיקו סיטי רימו אותנו". *ynet*.
- מכבי יפו זכה בהגרלה בגביע טורניר הפרברים (1963, 25 בספטמבר). *הארץ*, עמ' 2.
- מקל, י', תעוז, א', אלייקים, א', נמט, דקות, בן-זקן, ס' ואלייקים, א' (2021). הארכת זמן כאמצעי הכרעה במשחקי טורנירים בין-לאומיים, בכדורגל – משמעות ונחיצות. *בתנועה*, י"ג, 22-28.
- נורה, פ' (1993). בין זיכרון להיסטוריה: על הבעיה של המקום. *זמנים*, 45, 4-19.
- פאנון, ר', וזמרי, א' (1960). *תולדות החינוך הגופני, הספורט והמשחקים*. המדרשה למורי החנוך הגופני.
- פורת, א' (2021). הסומבררו ותעלומת הפתקים שמנעו מנבחרת ישראל לעשות היסטוריה. *ynet*.
- פנייה לפיפ"א להכרעה בגביע ע"י בעיטות 11 מטר (1965, 4 ביולי). *מעריב*, עמ' 11.
- Anthony, A. (2001). *On penalties*. Yellow Jersey Press.

- Aughey, A. (2007). *The politics of Englishness*. Manchester University Press.
- Ayabe M., Sunami, S., Kumahara, H., & Ishizaki S. (2023). Effects of substitute allowance on match activity characteristics in Japanese professional football across 2019, 2020, and 2021 seasons. *Journal of Sports Sciences*, 40, 2654–2660.
- Berra, Y. (2010). *The Yogi book: "I really didn't say everything I said"*. Workman Publishing.
- Beaudouin F., Aus der Füntten, K., Tröß, T., Reinsberger, C., & Meyer T. (2019). Head injuries in professional male football (soccer) over 13 years: 29% lower incidence rates after a rule change (red card). *British Journal of Sports Medicine*, 53, 948–952.
- Brocas, I., & Carrillo, J. D. (2004). Do the “three-point victory” and “golden goal” rules make soccer more exciting? *Journal of Sports Economics*, 5, 169–185.
- Csató, L. (2021). A comparison of penalty shootout designs in soccer. *4OR, A Quarterly Journal of Operations Research*, 19, 183–198.
- Dalton, K., Guillon, M., & Naroo, S. A. (2015). An analysis of penalty kicks in elite football post-1997. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10, 815–827.
- Eaves S J., Lamb, K. L., Hughes, M. D., Eaves, J. S., Lamb, L. K., & Hughes, D. M. (2008). The impact of rule and playing season changes on time variables in professional in rugby league in the United Kingdom. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 8, 44–54.
- Failey, S. (2003). In search of relieved social experience: Group-based nostalgia sport tourism. *Journal of Sport Management*, 17, 284–304.
- Field, A., Corr, L. D., Haines, M., Lui, S., Naughton, R., Page, R. M., & Harper, L. (2020). Biomechanical and physiological responses to 120 min of soccer-specific exercise. *Research Quarterly in Exercise and Sport*, 91, 692–704.
- Gaffney, C., & Bale, J. (2004). Sensing the stadium. In P. Vertinsky & J. Bale (Eds.), *Sites of sport: Space, place, experience* (pp. 25–38). Routledge.

- Gillmeister, H. (2008). Tennis history. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 15.
- Grundy, P., Nelson, M., & Dyreson, M. (2014). The emergence of basketball as an American national pastime: From a popular participant sport to a spectacle of nationhood. *The International Journal of the History of Sport*, 31, 134–155.
- Halbwachs, M. (1980). *La Memoire collective* (Trans, F. & V. Y. Ditter), *The collective memory*. Harper and Row.
- Harper, L. D., West, D. J., Stevenson, E., & Russell, M. (2014). Technical performance reduces during the extra-time period of professional soccer match-play. *PLoS One*, 9, e110995.
- Hall, S. (2008). Whose heritage? Un-settling ‘the heritage’, Re-imagining the post-nation, in G. Fairclough, R., Harrison, J., Schofield & J. H. Jameson, Jr. (Eds.), *The heritage reader* (pp. 219–228). Routledge.
- Jordet, G. (2024). *Pressure: Lessons from the psychology of the penalty shootout*. New River.
- Jordet, G., Hartman, E., Visscher, C., & Lemmink, K. A. P. M. (2007). Kicks from the penalty mark in soccer: The roles of stress, skill, and fatigue for kick outcomes. *Journal of Sports Sciences*, 25, 121–129.
- Kubayi, A., & Toriola, A. (2019). Trends of goal scoring patterns in soccer: A retrospective analysis of five successive FIFA World Cup tournaments, *Journal of Human Kinetics*, 69, 231–238.
- Lake, R. (2018). The Wimbledon Championships, the All England Lawn Tennis Club, and “Invented Traditions”. *International Journal of Sport Communication*, 11, 1–23.
- Littleton, B. (2015). *Twelve yards – The art and psychology of the perfect penalty kick*. Penguin Books.
- McGarry, T., & Franks, I. M. (2000). On winning the penalty shoot-out in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18, 401–409.
- McCrum, R. (2024). *The penalty kick – The story of a gamechanger*. Notting Hill Editions.
- Meyer J., & Klatt, S. (2021). Impact of one additional substitution on player load and coaching tactics in elite football. *Applied Sciences*, 11, 7676.

- Miller, C. (1999). *He always puts it to the right – A history of the penalty kick*. Orion.
- Olick, J. K., Vinitzky-Seroussi, V. & Levy, D. (eds.) (2011). *The Collective Memory Reader*, Oxford University Press.
- Oliveira M. A. C., Dambroz, F., Santos, R., & Moniz, F. (2021). VAR implementation and soccer team performance: a comparison between the 2014 and 2018 World Cups. *Journal of Physical Education and Sport*, 21, 3208–3213.
- Olowononi, E. O. (2022). Patent Rights in the Sports Industry. *European Journal of Law and Political Science*, 1(4), 9–16
- Palacios-Huerta, I. (2014). *Beautiful game theory: How Soccer can help economics*. Princeton University Press.
- Ramshaw, G. (2019). *Heritage and sport: An introduction*. Channel View Publications.
- Rodney, H. (2012). *Heritage: Critical approaches*. Routledge.
- Russell, M., Sparkes, W., Northeast, J., & Kildoff, L. (2015). Responses to a 120 min reserve team soccer match: A case study focusing on the demands of extra time. *Journal of Sports Science*, 33, 2133–2139.
- Schoenfeld, B. (2023). *Game of edge – The analytics revolution and the future of professional sports*. W.W. Norton & Company.
- Smith, L. (2006). *Uses of heritage*. Routledge.
- Snyder, E. (1991). Sociology of nostalgia: Sport halls of Fame and museums in America. *Sociology of Sport Journal*, 8, 228–238.
- van Bottenburg, M. (2001). *Global games*. University of Illinois Press.
- Wernicke, L. (2018). *Why is soccer played eleven against eleven? Everything you need to know about soccer*. Meyer & Meyer Sport.
- Wilson, R. (2009). History, memory and heritage. *International Journal of Heritage Studies*, 15, 374–378.
- Young, J. E. (1993). *The texture of memory: Holocaust memorials and meaning*. Yale University Press.

איתור, קידום וטיפול כישרונות לספורט פראלימפי

ישעיהו הוצלר^{2,1}

¹המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

²אילן מרכז הספורט לנכים בישראל

תקציר

ספורט פראלימפי הוא תחום מתפתח המפנה אנשים העוסקים בספורט ברמה של שיקום ופנאי לתחום הספורט ההישגי. בשני העשורים האחרונים חלה התמקצעות של הספורט הפראלימפי לרמה המתקרבת לזו של הספורט האולימפי. לפיכך, על מנת להמשיך ולפתח את הספורט הפראלימפי טמונה חשיבות רבה בהכרת המודלים והניסיון המצטבר באיתור, בקידום ובטיפול ספורטאים על סמך ראיות עובדתיות, מחקר תאורטי וניסיון מעשי. המאמר הנוכחי פותח בתיאור מודלים מקובלים של טיפוח כישרונות בספורט ובהמשך מאפיין הבדלים בולטים בין הספורט הכללי לספורט הפראלימפי. על סמך ההבדלים הללו הוא מציג אפיון של תוכניות לאיתור, לקידום ולטיפול של ספורטאים פראלימפיים מן העולם ולתיאור מדדי איכויותיהן. לבסוף מוקדש במאמר חלק העוסק בהקשר הישראלי בקידום ספורט פראלימפי ובפרט בתמיכה הממשלתית ובדוגמאות של הצלחה.

תאריכים: מוגבלויות, ספורטאים, תחרויות, הישגים

המונח ספורט פראלימפי משמש החל משנות החמישים של המאה ה-20 לתיאור פעילות ספורטיבית של אנשים עם פגיעת חוט שדרה ובהמשך גם של לקויות אחרות במערכת התנועה, בראייה וביכולת האינטלקטואלית (Vanlandewijck & Thompson, 2011). עם היסטוריה של כ-75 שנים תפס תחום ספורט זה עניין רב הן בקרב משתתפיו והן בקרב הציבור הרחב (Kolotouchkina et al., 2020). המיקוד של הפעילות הספורטיבית הפראלימפית נע בטווח רחב של תחומי יישום החל בשיקום גופני ונפשי באמצעות הספורט דרך עיסוק פעיל בפנאי ועד לרמה תחרותית גבוהה. מאמר זה מציג את הבסיס התאורטי ואת התנאים הייחודיים לפיתוח גישה מעשית לאיתור, לקידום ולטיפול משותפים כישרוניים בספורט הפראלימפי. כמו כן יוצגו בו מספר דוגמאות של הצלחה בהקשר הישראלי.

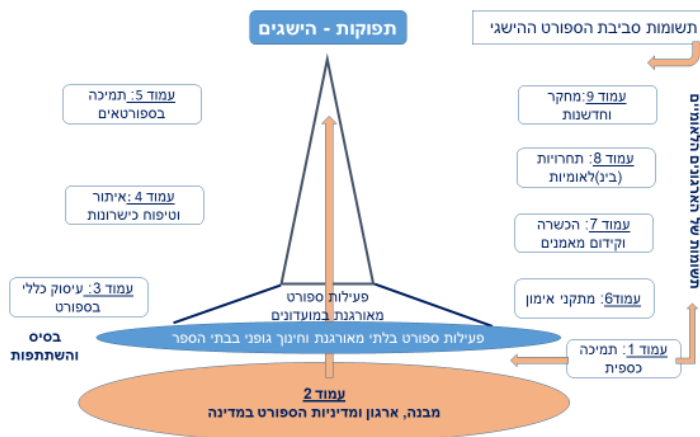
מודלים של איתור, זיהוי וטיפול כישרון בספורט

הערכה מקובלת היא שהזמן הנדרש לפיתוח ספורטאי צמרת הוא בין 8–12 שנים של אימון נחוש ומקצועי, תוך השקעה של כ-10,000 שעות תרגול ייעודי (Balyi & Hamilton, 2004). מחקר עדכני יותר מבריטניה הציע אפשרות להתפתח לרמה של ספורטאים אולימפיים באתלטיקה מהר יותר, בממוצע של 7.2 שנים, ובפרט לאלו שהחלו את התמחותם הספציפית בענף הספורט מאוחר יותר (Staff et al., 2020). לנוכח המאמץ העצום המושקע בקריירה של ספורטאי תחרותי במהלכן של שנים קריטיות בהתפתחות האישית, ולנוכח הצורך להוביל תהליך ארוך טווח של מצוינות

תחרותית המתמשך לאורך שנים רבות, נערך ברחבי העולם מחקר משמעותי ביותר כדי להבין את התפתחותם של ספורטאים מצטיינים ולתאר את התנאים המאפשרים את איתורם, זיהוים וטיפוחם (Johnston et al., 2018). המונח כישרון מאפיין יתרון יחסי שיש ליחיד או ליחידה על עמיתים בני אותו גיל בתחום עיסוק ספציפי (Howe et al., 1998). יתרון זה נובע מגורמים מולדים, רב-ממדיים (קוגניטיביים, גופניים וחברתיים), וכאלה המתהווים בתהליך אינטראקטיבי עם הסביבה, דינמיים לאורך זמן ההתפתחות וסימביוטיים עם הסביבה והחברה (Baker et al., 2019). למרבה הצער, יכולת החיזוי של כישרון ספורטיבי עדיין נמוכה, שכן, כאמור, הכישרון הזה איננו מתבסס על נתונים תורשתיים מולדים בלבד, אלא גם על גורמים סביבתיים המספקים הזדמנויות ועידוד לתרגול המיומנויות ולהשתתפות במסגרות המביאות אותן לידי ביטוי (Pion, 2017; Sotiriadou, et al., 2008). מרבית החוקרים העוסקים בהליך הפיתוח של כישרונות בספורט מציעים מודלים של פירמידה רחבה או צרה שתחתיתה בסיס הנוצר בגיל בית הספר היסודי לצורך התוודעות לפעילות ספורטיבית ואטרקטיביות זו (Bailey & Collins, 2017). האטרקטיביות של הפעילות הספורטיבית יוצרת מוטיבציה להשתתפות ולהישגים בביצוע הנדרש בתחום הספורטיבי הנבחר. ככל שהאטרקטיביות הזו נשמרת וההישגים מצדיקים את המשך ההתפתחות, יתאפשר מעבר לספורט הישגי ברמות המחייבות טיפוח חיצוני של המאמנים, האיגודים שמאחוריהם, המשפחה וכל מעטפת נדרשת אחרת (Green, 2005). הליך זה מורכב ומחייב שיתוף פעולה מאורגן היטב של גורמים שונים לרבות בית הספר, מועדון הספורט, מסגרות הכשרת המאמנים, האיגודים וגורמי המטה הארציים (Sotiriadou et al., 2017). כחלק מהליך הפיתוח האסטרטגי של הספורט ההישגי פיתחו דה בושר ואחי' (De Bosscher, 2015; De Bosscher & De) בספורט כבסיס להצלחה בספורט הישגי ברמה הבין-לאומית (Sports Policy – SPLISS – factors Leading to International Sporting Success), שתוקף ב-15 מדינות. המודל כולל תשעה עמודי תווך (pillars):

1. תמיכה כספית
2. ממשל, מבנה וארגון הספורט ההישגי במדינה
3. עיסוק כללי בספורט של האוכלוסייה
4. איתור וטיפוח כישרונות צעירים
5. תמיכה בספורטאים במהלך הקריירה ולאחריה
6. מתקני אימון
7. הכשרה וקידום מאמנים
8. ארגון תחרויות לאומיות ובין-לאומיות
9. מחקר וחדשנות בתחום הספורט (ראו איור 1, מודל SPLISS)

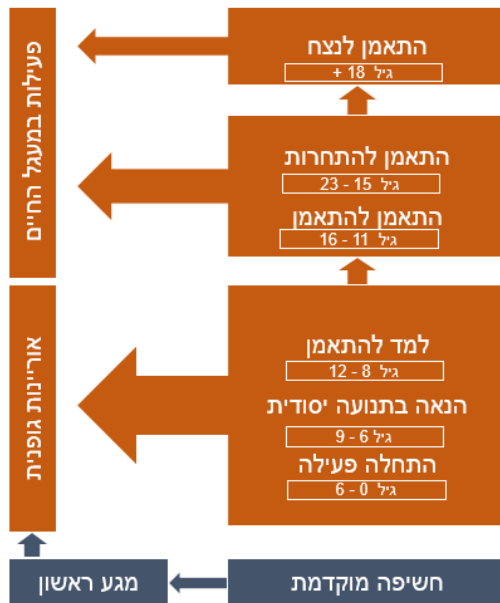
את מערכת היחסים בין עמודי התווך השונים כחלק מהסביבה הארגונית, החברתית, התרבותית והפוליטית של הספורט ההישגי במדינה, ניתן לראות באיור 1.



איור 1: עמודי התווך במודל SPLISS והיחסים ביניהם (תורגם על פי De Bosscher et al, 2010)

במחקר אשר התקיים בישראל בהובלת הוועד האולימפי (סקר ואח', 2018), נאספו נתונים רבים מתוך שאלונים שמילאו ספורטאים ומאמנים אולימפיים ואנשי מינהל אולימפי כמו גם מתוך ניתוח פרסומים רשמיים. ניתוח הנתונים נערך באמצעות כלי המחקר של הצוות ההולנדי שכלל שאלות ברירת תשובה (כן או לא) ביחס לקיומם של קריטריונים קריטיים להצלחה. התשובות לשאלות אלה שוקללו לציון כולל באחוזים מתוך 100 בכל עמוד תווך. האחוזים מציינים את רמת הפיתוח של כל עמוד תווך במדינה, כאשר מתחת ל-36% אין פיתוח, בין 36.1%-52% הפיתוח מוגדר נמוך, בין 52.1%-68% הפיתוח מוגדר בינוני, בין 68.1%-84% הפיתוח מוגדר טוב, ובין 84.1%-100% הפיתוח מוגדר מצוין. לכל המדדים הללו מתאם משמעותי להצלחה בטווח הקצר בזירה האולימפית. הממצאים העלו כי ישראל נמצאה באותה עת בפיגור משמעותי לעומת ממוצע המדינות האחרות שנבדקו בתחומים: תמיכה כספית (34%), מספר העוסקים בספורט (36%), איתור וטיפול כישרונות צעירים (38%), מתקני אימון (44%) ומחקר וחדשנות (27%). קבוצת המחקר אשר פיתחה את מודל SPLISS בנתה תוכנית מחקר שתכליתה לפתח מודל SPLISS שמותאם לצורכי פיתוח של ספורט פראלימפי (Pankowiak et al., 2015). כדי לממש כוונה זו רואיינו 16 מקבלי החלטות בין-לאומיים בכירים ונמצא שיש הבדלים משמעותיים במהלך התפתחות הספורטאים הפראלימפיים (Patatas et al., 2018). עד כה לא ידוע על התאמה של המודל לספורט הפראלימפי ועל שימוש בו לשם מתן ציונים למדינות. אחת הבעיות העולות בתהליכי פיתוח כישרונות בספורט היא שלמאמנים ולהורים שאפתניים מדי יש ציפיות לא מציאותיות באשר להישגי הספורט של ילדיהם. כיוון שכך, הם עלולים לתעל אותם לאימונים ולתחרויות שיוצרים עומס גדול מדי יחסית לגילם. לכן נפוץ שספורטאים צעירים סובלים מפציעות בתדירות גבוהה ומעומס נפשי שעלולים להוביל לשחיקה מוקדמת ולנטישת ענף הספורט הספציפי ובמקרי קיצון להפסקת כל פעילות ספורטיבית (Žvan & Čoh, 2018). לצד מודל הפירמידה התפתח אפוא מודל של פיתוח ספורטאים ארוך טווח המבוסס במקור על התפתחות

פיזיולוגית מגיל הילדות ועד לבגרות (Balyi & Hamilton, 1995, 2004). המודל מבוסס על ההנחה שעל מנת להגיע להישגים דרוש ביסוס הדרגתי של תשתיות מתאימות לבנים ולבנות בטווחי גיל שונים, ושללא התשתיות הללו ספורטאים צעירים שמוצגת להם סביבה תחרותית עצימה עלולים להישחק טרם זמן בין שבעקבות פציעות ובין שמבחינה פסיכולוגית, ובאופן זה ירד לטמיון פוטנציאל גנוז שעשוי להבשיל מאוחר. לכן באמצעות המודל מחלקים את ההתפתחות הכרונולוגית של הספורטאי לקבוצות גיל ומדרגות אימון תואמות המתחילות מיסודות התנועה ועד לרמה ההישגית הגבוהה ביותר. באמצעות מדרגות אלה ניתן למקד את תוכנית האימון באופן תואם גיל ותנאים סביבתיים רלוונטיים, לרבות התמיכה ההורית, המשאבים של האגודה והאיגוד וכל סוג אחר של תמיכה מקצועית נדרשת. מודל LTAD שפותח בקנדה (איור 2) זכה לתפוצה בין-לאומית והותאם לענפי ספורט רבים לרבות הספורט הפראלימפי (Dowling & Washington, 2021; Hutzler et al., 2016; Sport for Life, 2024). במודל מוגדרים שבעה שלבים של התפתחות פעילות ספורטיבית משלב החשיפה הראשונית בגיל הילדות המוקדמת תוך דגש על הנאה מהפעילות, דרך תהליכי למידה שמקנים אוריינות גופנית, רכישת יכולת אימון ותחרות ברמות מותאמות גיל, ובהמשך לאחר סיום השלב התחרותי – פעילות ספורטיבית שגרתית במעגל החיים. עבור ספורט פראלימפי נוספו שני שלבים של חשיפה ויצירת קשר ראשוני המתאימים למסגרות שיקומיות של אנשים שנפגעו במהלך החיים, ואכן, במיוחד לאחר מלחמות קשות כמו מלחמת יום כיפור ב-1973 וגם במהלך מלחמת חרבות ברזל ובימים רגילים תהליכים כאלה מתרחשים בישראל כבשגרה.



איור 2. מודל LTAD לפיתוח ארוך טווח של הישגים בספורט כולל התאמה למועמדים עם לקויות גופניות, שנפגעו במהלך החיים

מאפיינים ייחודיים של הספורט הפראלימפי

נוסף על המאפיינים הידועים מהספורט הכללי, ספורט פראלימפי כולל מספר מאפיינים ייחודיים ומשמעותיים להתפתחותם של ספורטאים, שהם שונים מאלה של הספורט בקהל הרחב.

המאפיין הראשון הוא השונות במנגנונים האישיים הקשורים בהתפתחות הספורטאי בין מי שהליקוי התנועתי התקיים אצלו ממועד הלידה או הילדות המוקדמת מאוד לעומת מי שהליקוי התנועתי נוצר במהלך החיים לאחר שנרכשו כבר השלבים המוקדמים של יסודות התנועה הכלליים והייחודיים לספורט ואולי גם יסודות האימון והתחרות הספורטיביים. לכן במודל LTAD המותאם לספורט הפראלימפי מתייחסים לאפשרות הזאת של כניסה מאוחרת ומחודשת לעולם הספורטיבי (Balyi et al., 2013). כניסה כזו מבוססת על חשיפה לספורט ועל רכישה של מיומנויות ספורטיביות בעבר העוברות התאמה לענף הספורט הפראלימפי הרלוונטי. לפיכך היא מאפשרת "מסלול מואץ" להתפתחות ספורטיבית אישית. בכפוף לתכונות האישיות של הספורטאי, לעיתים יש למסלול המואץ גם חסרונות כמו התנסות מועטה מדי לעומת הנדרש לשם פיתוח החוסן הספציפי הרצוי בתחרויות בענף היעד.

מאפיין שני בעל משמעות רבה הוא סביבת המגע עם הספורט. המניע להיכנס מלכתחילה לספורט מתעורר פעמים רבות בסביבה שיקומית (Brittain & Green, 1996; McCann, 2016). תופעה זו מתרחשת בקרב ילדים עם מוגבלות גופנית שנשלחים לעיתים קרובות על ידי הוריהם לפעילות גופנית כחלק מהליך השיקום נוסף על פיזיותרפיה. היא מתרחשת גם בקרב בוגרים הנמצאים במחלקות שיקום ונחשפים לספורטאים עם מוגבלות שמגיעים לבדיקות תקופתיות או להדגמה של פעילות ספורטיבית נוסף על פיזיותרפיה. לפיכך, נקודת המגע בין הפעילות השיקומית לבין הפעילות התחרותית היא מכרעת בתהליכי איתור ופיתוח.

מאפיין ייחודי שלישי, שיש לו חשיבות רבה בסביבה התחרותית הפראלימפית, הוא הקלאסיפיקציה (שיטת הסיווג) התפקודית. הספורט הפראלימפי מתנהל בכפוף לעקרון השוויוניות התפקודית היחסית. כלומר, המטרה של שיטת הסיווג היא לחלק קבוצות של ספורטאים באופן שבו הפער בין רמות הביצוע יושפע במידת האפשר מהכישרון הספורטיבי ולא מתנאים ביולוגיים הקשורים בלקות (Mann et al., 2021; Tweedy & Vanlandewijck, 2011). לכן בכל ענף ספורט פראלימפי קיים נוהל של סיווג לקטגוריות תחרותיות המתחרות בינן לבין עצמן בענפי היחידים ובאופן המשקלל את הערך התפקודי בענפים הקבוצתיים. בכל קטגוריה שכזו ישנו טווח מסוים של רמות תפקוד. למשל, לספורטאים הקטועים ברגלם מתחת לברך עשויים להיות אורכי גדם שונים, ולכל אחד מהם יש משמעות שונה בהקשר של האפשרות ליצור תנועה מקדמת בשחייה או יציבות בריצה. ספורטאי פראלימפי עשוי להיות מסווג על ידי ועדת הסיווג לקצה העליון, למרכז או לקצה התחתון של הקטגוריה התפקודית שלו (הקלאס) ולכן להיות ביתרון או בחיסרון יחסי לאלו הנמצאים במיקום יחסי טוב יותר. המיקום של הספורטאי על הטווח התפקודי בתוך הקלאס יהיה בעל משמעות דומה לזו של הגיל היחסי בהתפתחותם של ספורטאים צעירים בעולם הספורטיבי הכללי (Wattie et al., 2015). לנוכח אפקט התפקוד היחסי בקלאס וכיוון שבכל ענף ספורט ישנו מערך סיווג שונה, ספורטאים עלולים לנשור מענף שבו הם מזהים כי יש להם חיסרון יחסי. לעומת זאת, הם עשויים לבחור בענף הספורט המקנה להם יתרון יחסי.

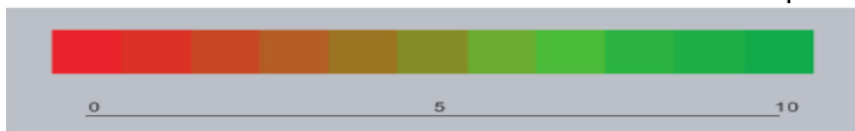
מאפיין ייחודי רביעי הוא השימוש הנרחב בטכנולוגיה. אומנם גם בענפי ספורט כלליים אחדים המעורבות הטכנולוגית היא רבה, כמו למשל בענף האופניים, בענפי ספורט החורף, השיט ועוד, אך המעורבות בענפי הספורט הפראלימפי משמעותית יותר וחודרת לענפי ספורט נוספים כמו אתלטיקה ומשחקי כדור (Abdelkader et al., 2020; Burkett, 2010; McNamee et al., 2021). הטכנולוגיה נדרשת בענפים כאלה לשם התאמת אביזרי הניידות הבסיסיים: פרוטזות וכיסאות גלגלים לענפי הספורט כמו לנסיעה מהירה, קפיצות והטלות באתלטיקה, משחק הכדורסל, משחק הטניס, משחק הרגבי ומשחק הבוציה. לכל ענף כזה נדרש ציוד ייעודי וייחודי שעלותו מגיעה לעשרות אלפי שקלים, וזהו מחיר גבוה במיוחד לספורטאים מתחילים שעדיין אינם משוכנעים שיתמידו בענף הספורט. הטכנולוגיה מאפשרת התאמות רבות ושונות שאת מרביתן הספורטאים מפתחים בעצמם. התוצאה היא מגוון אמצעים טכנולוגיים המיועדים למקסם את הביצועים תוך הבאה בחשבון של הלקות הספציפית ושל הדרישות הפיזיולוגיות, הביומכניות והתקנוניות של ענף הספורט. ואולם המגוון הטכנולוגי והתאמתו האישית דורשים מערכת מקצועית ויקרה של רכישת ציוד, ביצוע ניסויים ומשאבים נוספים לשם התאמתו האופטימלית לספורטאי; רק מדינות עם מערכת תמיכה מפותחת בספורטאים פראלימפיים יכולות לאפשר מערכת כזו, שעם זאת עלולה להביא לידי חוסר שוויוניות (Brittain, 2019).

מאפיין ייחודי חמישי הוא סביבת האימון והתחרות שעשויה להיות נפרדת, משולבת או מכילה (Pierre et al., 2022). סביבה נפרדת תבוא לידי ביטוי, למשל, במסגרת מועדון ספורט נכים המספק מודלים להזדהות, סביבה חברתית של עמיתים עם מכנה משותף מבחינת היכולות התפקודיות, תנאים סביבתיים מותאמים ובדרך כלל גם מאמנים בעלי מומחיות והיכרות עם המגבלות, הזהירויות הנדרשות וההתאמות האפשריות ליישום הטכניקה הספורטיבית הנדרשת. לעומת זאת, מסגרת משלבת תתקיים למשל במועדון ספורט כללי, שבמסגרתו הספורטאי עם המוגבלות צריך להסתגל לתנאים הסביבתיים במועדון, לרבות מודלים להזדהות ועמיתים שתנאי הביצוע שלהם שונים היות שאין להם מוגבלות. גם המאמנים יהיו בדרך כלל חסרי הכשרה ייעודית לצרכים וליכולות של ספורטאים עם מוגבלויות. למרות החסמים הללו, בארצות עם יחס של שטח/תושבים גדול כמו בקנדה, אוסטרליה, נורבגיה, אין לעיתים מנוס מסביבת אימון כזו. המודל השלישי הוא סביבה מכילה, שבמסגרתה מועדון ספורט כללי חותר לקליטה ולשילוב של ספורטאים עם מוגבלות ויוצר את התנאים המותאמים לשם כך, לרבות הכשרה למאמנים ולסגל והצהרה על כך בחזון המועדון. ואולם, למרות מאמצים רבים של ממשלת אוסטרליה לפתח את המגמה הכוללת מסגרות ספורט ביבשת, חוזרת ונשמעת הטענה כי הפיתוח לא הבשיל דיו וניסיונם של ספורטאים עם מוגבלויות להיקלט במסגרות כלליות נתקל בחסמים משמעותיים (Hammond & Jeanes, 2018; Jeanes, 2022). בארצות הברית נערכות תחרויות מסורתית של בתי הספר התיכוניים זה שנים רבות, אך עד כה רק בחלק מהמדינות מתאפשר שילובם של ספורטאי תיכון וקולג' פראלימפיים במשחקים אלה (Kozub & Samalot-Rivera, 2020). יתרה מכך, גם לאחר הכללתם הספורטאים המתחרים בליגת המכללות עדיין מדווחים על חסמים משמעותיים (Sample, 2004). אחד המודלים המוכרים להערכת קריטריונים של מועדוני ומרכזי ספורט לקראת הכלה של ספורטאים עם מוגבלויות הוא המודל של עמודי התווך להכלה של ארגון "שחק לפי הכללים" של ממשלת

אוסטרליה (Hammond, 2019), אשר לפחות בתחום השחייה סייע להכלת השחייה הפראלימפית במסגרות הכלליות של השחייה התחרותית. בתרגום חופשי ועם הנגשה חברתית ניתן להציע גם עבור סביבת ארגוני הספורט הישראלית מתווה למתן תקן (אקרדיטציה) עבור הכלה והנגשה לספורט מותאם לאנשים עם מוגבלות בשיטת הרמזור (איור 3).

תקן להכלה והנגשה בארגון ספורט

על סמך עקרונות שפותחו באוסטרליה במסגרת [The 7 pillars of Inclusion](#), ולנוכח [החוק ותקנות שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלות \(תשע"ג\)](#), שפותחו בארץ, להלן הצעה ל"תקן הכלה והנגשה בארגון ספורט" באמצעות מחוון על רמת המוכנות להכלה בכל ארגון שמספק **שירות פעילת גופנית וספורט** (כגון: בתי ספר, מתנ"סים, אגודות ספורט, מועדונים וחוגי ספורט). זאת באמצעות 5 משפטי חיוי להלן בדרג את המצב הקיים ביחס למצב הרצוי.



א. **נגישות פיזית:** יש נגישות נוחה לכל מתקני הארגון: מעבדות, אולם ספורט, מלתחות, שירותים, ספריה, כיתות, חדר המנהל, חצר... **סמן ...**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

ב. **נגישות חברתית:** בוצעה התנסות והדרכה של כל חברי סגל הארגון ביחס להכלה, התאמה והנגשה (מנהל, מורים, מזכירות, סייעות, תלמידים) **סמן ...**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

ג. **אחריותיות:** יש בעל תפקיד שעבר הכשרה מתאימה, זמין לציבור, ומתפקידו לתאם הנגשה והתאמות לכל משתתף עם מוגבלות **סמן X**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

ד. **מדיניות:** הארגון חרת על דגלו בחזון ובתקנון של הארגון התייחסות מכילה של משתתפים עם מוגבלויות במסגרת פעילותו, וחותר לממש זאת **סמן X**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

ה. **תהליכים:** הוראה והדרכה מתבצעים **במגוון דרכים**, תוך שימוש **במגוון אמצעים** לאפשר ולקדם תהליכי למידה והתפתחות אישית בקרב **כל** המשתתפים **סמן X**

איור 3: תקן מוצע להכלה בארגוני חינוך גופני וספורט (מעובד על פי Play by the Rules)

בהינתן המאפיינים הייחודיים של סביבת הפעילות הספורטיבית הפראלימפית, מספר חוקרים עסקו בסוגיית האיתור, הטיפול והפיתוח של ספורטאים עם מוגבלויות. למשל, דהגנסאי ואחי (Dehghansai et al., 2017) סקרו בשיטתיות היבטים שונים של תוכניות לפיתוח ספורטאים פראלימפיים, כגון מגמות התפתחותיות ורקע אימוני על מנת להציג גורמים המשפיעים על התפתחות מוצלחת של ביצועים בספורט הפראלימפי. הממצאים של סקירה זו חושפים כמה תובנות באשר לאימון של ספורטאים פראלימפיים, במיוחד אלה הנוגעות לערך של התערבויות לטווח קצר ולתפקידו של המאמן באימונים ובביצועים של הספורטאים. לתוכניות כאלה יש ערך רב במיוחד עבור פיתוח מקצועי של המאמנים שעל פי רוב אינם רוכשים השכלה מקצועית ספציפית לאימון ספורטאים פראלימפיים בקורסי הכשרת המאמנים שהם משתתפים בהם אלא ממגוון מקורות בלתי פורמליים

(Bentzen et al., 2021). בישראל, למשל, נמצא על פי מחקר איכותני שהקיף את כלל אוכלוסיית המאמנים של כדורסל בכיסא גלגלים, כי הם דיווחו על מחסור ניכר בסדנאות ובהשתלמויות או בחונכות במיוחד בשלבים הראשוניים של הכניסה לתחום האימון הפראלימפי (Nahumson-Fridman et al., submitted). לאחרונה דווח על ניסוי של חונכות שהתקיימה בקנדה באופן וירטואלי למאמני ספורט פראלימפי עם 15 חונכים ו-29 חניכים (Alexander & Bloom, 2023). התוכנית כללה שלושה מפגשי חונכות אישיים (ובהם הסכם בין החונך והחניך, תכנון הליך הלמידה למשך העונה, קביעת מטרות ורפלקציה), שלושה וובינרים ושלוש סדנאות וירטואליות. באמצעות קבוצות מיקוד וניתוח תמטי רפלקסיבי דיווחו החוקרים על חוויות של התקדמות הן במישור של ידע וביטחון מקצועי והן במישורים החברתיים והארגוניים.

בסיכום סקירות הספרות השיטתית שלהם ולנוכח העדר עקביות בין מחקרים שונים, דהגנסאי ואחי' (Dehghansai et al., 2017) המליצו להתמקד במחקרים עתידיים בקשר שבין המאמן והספורטאי ובהשלכות של תוכניות האימון הספציפיות על ההצלחה. במאמר נוסף של דהגנסאי ואחי' (Dehghansai et al., 2020) הם מתארים את האתגרים העומדים בפני מסגרות שתפקידן לאתר ולפתח ספורטאים פראלימפיים. נוסף על המשתנים שתוארו לעיל, של מועד היווצרות הלקות התפקודית (בגיל הילדות או בגרות) והסיווג, הם מציגים משתנים נוספים שעלולים להיות חסמים בפני תהליך הפיתוח כגון משאבים מוגבלים ומאגר מוגבל של ספורטאים מתאימים. למשל, לעיתים לספורטאים בדרגות הלקות ברמות החומרה הגבוהות יש סיכוי יחסי רב יותר להישגים עקב היקף משתתפים קטן יותר בדרך כלל במצבי לקות אלה. ואולם הספורטאים הללו זקוקים בדרך כלל למלווה קבוע נוסף על הצוות המקצועי על מנת לסייע בביצוע משימות יום-יומיות. העדר משאבים להעסקת מלווה עלול להיות חסם, שכן לעיתים המאמן נדרש להיות גם המטפל, והדבר עלול להפריע למערכת היחסים בינו לבין הספורטאי.

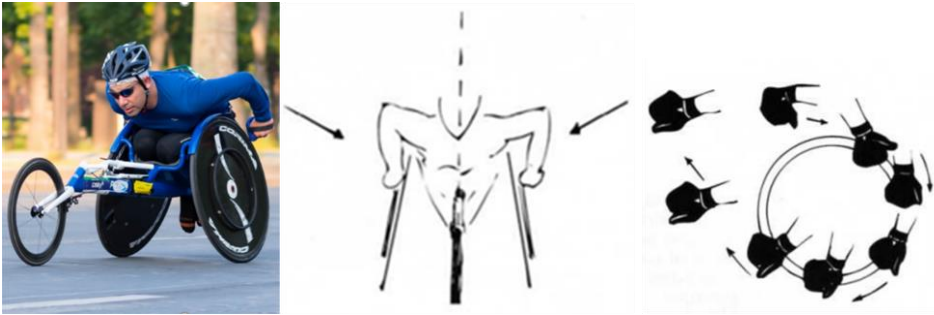
במסגרת מאמר אחר המתבסס על מודל האילוצים הדינמי של ניואל (Newell, 1986) דהגנסאי ואחי' (Dehghansai et al., 2020) מציגים מאפיינים נוספים שחשוב להתייחס אליהם במהלך האיתור והפיתוח של ספורטאים פראלימפיים. המודל מציג שלוש קטגוריות של אילוצים: האדם, הסביבה והמשימה. לצורך היישום בספורט הפראלימפי החוקרים מציעים לשים לב במיוחד להיבטים של המשימה ומצביעים על כמה קטגוריות של אילוצי משימה: (א) אילוצי תוצרים של המשימה כגון קליעות, מסירות, חסימות וכדומה בענף הכדורסל; (ב) אילוצי ענף הספורט כמו חוקים, סיווג וציוד הנהוגים בענף; (ג) אילוצי המיומנות, כמו למשל תנועות הקידום של הרגליים והידיים בשחיית החתירה, תנועות הראש לשם נשימה ואופן ביצוע הסיבוב. בספורט הפראלימפי יש חשיבות להתאמה תפורה אישית של הפעילות, וזאת ניתן לעשות באמצעות גישה שיטתית להתאמת משימות תוך הבאה בחשבון של אילוצי הלקות ומבנה הספורטאי, החוקים והכללים הנהוגים בענף הספורט, הציוד האופטימלי והסביבה שבה הפעילות מתרחשת (הוצלר, Hutzler, 2007; 2019). כך למשל הותאמה השחייה בסגנון החופשי של השחיין הפראלימפי בדרגת הסיווג הקשה ביותר 1S יצחק ממיסטלוב לקראת תחרותו הבין-לאומית הראשונה בשפילד (בשנת 1997) למנח צידי, באופן המנצל אופטימלית את הזרוע האחת שמסוגלת לייצר תנועה מקדמת ומפחית את היקף התנועות

הבולמות (איור 4). בשנים הראשונות לאחר שהחל לשחות חתירה נהג ממיסטלוב לשחות על בטנו, כמקובל, והתקשה למצות את הפוטנציאל עקב חוסר יציבות של הגב, תנועות נלוות של היד הגורפת (Sculling) וקושי להוציא את הראש הצידה לצורך נשימה. יחד עם מאמניו דני קרפן ואורי ברגמן הם פיתחו סגנון שחייה ייחודי ושונה מהרגיל, כשהחלק הרחב של הגוף מונח על ציר העומק של המים, בדומה לשחיית צד ולתנועת דגים במים. באופן זה, הגרר (התנגדות) במים מופחת, גריפת המים מתנהלת על ידי הזרוע הפעילה באופן אליפטי ללא מעצורים, והנשימה קלה יותר, שכן הראש פונה כלפי מעלה כל הזמן. בסגנון זה גרף הספורטאי שהתחרה בדרגת הלקות הקשה ביותר, בין היתר, ארבע מדליות פראלימפיות (במשחקי אתונה 2004 ובלונדון 2012) שתיים מהן מזהב. בעוד שסגנון זה הועיל מאוד לשחיין בתחרויות, הרי שלמטרות שיקומיות מומלץ להוסיף אימון שיפעיל גם את כתף הצד הפגוע.



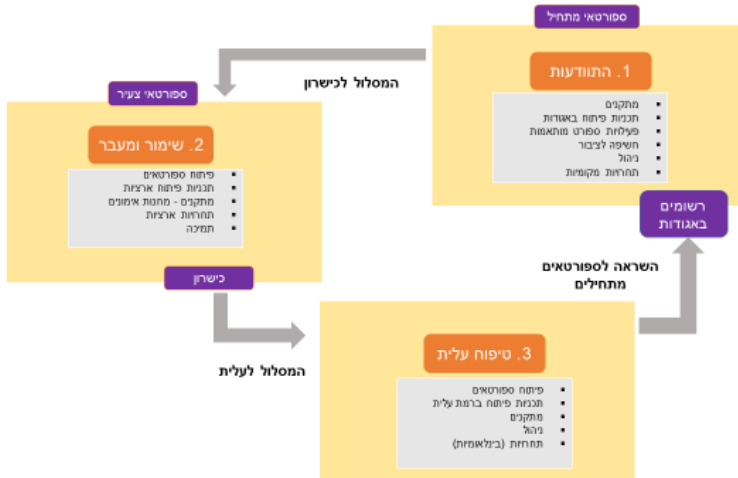
איור 4: מנח גוף צידי בדומה לזה ששירת את השחיין יצחק ממיסטלוב

דוגמה נוספת להתאמה יוצאת דופן היא טכניקת ההנעה של כיסא הגלגלים למרוצים. הטכניקה המקובלת להנעת כיסא גלגלים מתבססת על אחיזה של החישוקים ודחיפתם קדימה באמצעות כף היד והאצבעות תוך כדי ייצור קשת הנעה של כ-90 מעלות בין שעה 11 לשעה 3. ואולם, כאשר יש דרישה למהירות גדולה מ-25-20 קמ"ש, טכניקה זו כבר איננה אפקטיבית מאחר שבמהלך האחיזה של החישוקים נוצר גם אפקט בלימה. לכן ספורטאי המרוצים מניעים את כיסא הגלגלים בתנועת זרועות אליפטית המזכירה את סגנון הדולפין בשחייה ועל ידי מגע בחישוקי ההנעה כלפי מטה ואחורה בגב כף היד ובאגרופים קפוצים ומוגנים בכפפה מיוחדת (איור 5) (Chow et al., 2001).



איור 5: טכניקת גב כף היד במרוצי כיסא גלגלים (מבוסס על האיור ברישיון: מרוצים (צילם שי ארויו) (Sport n Spokes, May/June 1994; 58-60); בצילום: אבי דה פילוסוף, ספורטאי ומאמן מרוצים)

כדי להתמודד עם האתגרים הניצבים לקראת פיתוח מערך ספורט פראלימפי מגוון ואיכותי, איגוד הספורט האוסטרלי (Australian Sports Commission, 2010) אימץ את המודל של סוטיריאדו (Sotiriadou et al., 2008) לפיתוח ספורטאים על בסיס שלושה שלבים: התוודעות, שימור וטיפוח, ושלושה מסלולים: (א) המסלול לכישרון (בין התוודעות לשימור); (ב) המסלול לעילית (בין שימור לטיפוח); ו-(ג) המסלול להשראה (בין ספורטאי עילית לבין התוודעות) (איור 6). המשמעות הפרקטית של מודל זה היא שיש צורך לקיים מפגשים תכופים בין ספורטאים מתחילים לספורטאי עילית על מנת לקיים השראה, לבצע תהליכים של איתור מובנה ומדויק במהלך המסלול לכישרון ולבצע מהלכים של השבחת תהליכי האימון, ההכנה והתחרויות במהלך המסלול לעילית.



איור 6: שלושת השלבים והמסלולים לאיתור, לקידום ולטיפוח לפי המודל של סוטיריאדו (Sotiriadou et al., 2008)

תוכניות פיתוח כישרונות לספורט פראלימפי

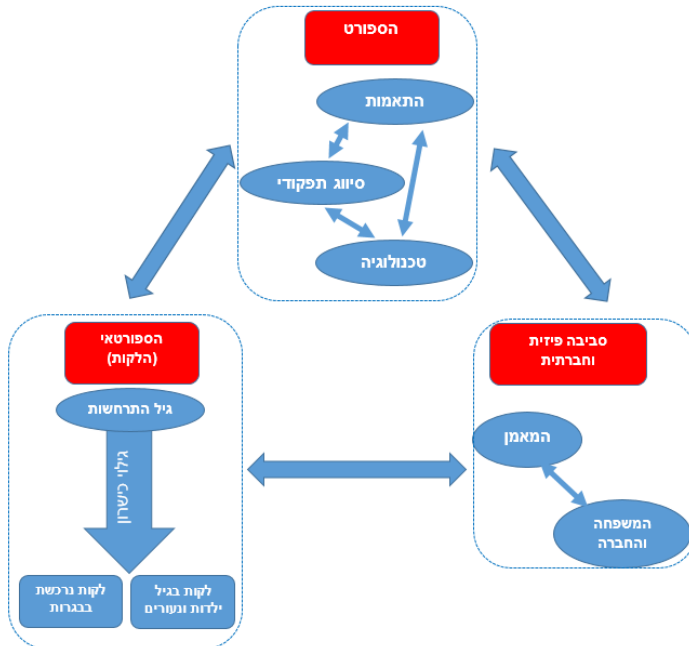
במסגרת מחקר איכותני עם 32 בעלי עניין (קובעי מדיניות, מנהלים ורכזים, מאמנים ומסווגים) מברזיל, הציעו פטאטאס ואח' (Patatas et al., 2018) מודל מורכב יותר מהמודל של סוטייריאדו, הכולל שישה שלבים: (א) התוודעות; (ב) שימור; (ג) תחרויות; (ד) זיהוי הכישרון ופיתוחו; (ה) עלילת; (ו) פרישה. לאחר דיון מפורט בכל אחד מהשלבים הציעו החוקרים להכיר בכך שקריירות ספורטאים פראלימפיים תלויות בלקות ובענף הספורט ובפרט במערך הסיווג התפקודי שלו. לפיכך הם המליצו כי שירותי התמיכה המסופקים לספורטאים, כמו גם סדר היום והמדיניות, צריכים להיות מותאמים לכל קבוצת לקויות וענפי הספורט. במאמר נוסף של אותה קבוצת חוקרים (Patatas et al., 2020) הם השוו את המודלים והתהליכים המאפיינים את התפתחות הספורטאים הפראלימפיים לאלו שמאפיינים את הספורטאים ללא המוגבלות. גם חוקרים אלה מדגישים את המשמעות המרכזית שיש לייחס לסיווג התפקודי ולמועד היווצרות הלקות לתהליכי הפיתוח של הספורטאי. הם מציינים שבניגוד למערכי הפיתוח המקובלים בספורט הרחב, המיועדים לפתח כישרונות בענף ספורט מסוים כבר בגיל צעיר (Vaeyens et al., 2009), המטרה בספורט הפראלימפי היא לפתח כישרון תחרותי הישגי ברמת סיווג ספציפית בענף ספורט מסוים. לדעתם הגיל איננו גורם קריטי לשם כך כמו במודלים המקובלים בספורט הישגי, שכן בקרב חלק מהספורטאים הלקות "נרכשה" במהלך הבגרות, ואצל אחרים ההתוודעות לספורט הפראלימפי אירעה בשלב מאוחר יחסית בתהליך התבגרותם (Legg & Higgs, 2016). תופעה זו עלולה להתרחש, בין היתר, עקב הרצון של ילדים ובני נוער בעלי מוטיבציה ספורטיבית ובני משפחתם לפעול בסביבה הנורמטיבית של עמיתים ללא מוגבלות, גם אם ביצועיהם בסביבה כזו אינם ברמה הישגית. ההתוודעות לענף הספורט במקרים כאלה צריכה לעיתים להתגבר על חסמים משמעותיים של עמדות המשתתפים עצמם ושל הוריהם כלפי הספורט הפראלימפי.

מדדי איכות

דרך נוספת שבאמצעותה נוכל לסייע במתן הזדמנויות פיתוח טובות יותר עבור אנשים עם מוגבלות להשתתף בספורט ובילוי, היא לשפר את איכותן של תוכניות קיימות וחדשות. גם כאשר התאחדויות וארגוני הספורט מפתחים פעילויות מתאימות מבחינה התפתחותית ומבחינת הנגישות עבור אנשים עם מוגבלות, ייתכן שאיכות מתן השירות לוקה בחסר. תוכנית המצוינות של מועדוני הספורט הפראלימפי בארצות הברית (Medstar Health, 2016) היא דוגמה אחת להתייחסות הגורמים המבצעים למדדי איכות. לתוכנית המצוינות הרב-שכבתית יש אמות מידה ברמות הארד, הכסף והזהב כדי לתת למועדונים המשתתפים תוכנית למעבר מרמה של ספק בסיסי (רמת ארד) לרמה של ספק עלילת (רמת זהב) של תוכניות לפיתוח פראלימפי. לאחר שמועדון ספורט פראלימפי ישלים רמה, הוא יהיה זכאי לקבל הכרה ופרס המיועד לרמת הארד, הכסף או הזהב. מועדונים המיועדים לזהב או לכסף מקבלים מלגות עבור התוכניות, בעוד שמועדונים ברמת ארד מקבלים הכרות הכרה בלבד. במחקר שחילץ מידע מ-155 מאמרים שעסקו במדדי איכות ארגונית ותפעולית במועדוני ספורט לילדים ובני נוער (Ricour et al., 2023), אפיינו החוקרים

שבע קטגוריות עיקריות של מדדים ובהן 29 קטגוריות משנה שמובילות לאיכות תפעולית בתחום הפיתוח הספורטיבי. הקטגוריות העיקריות הן: (א) תוכניות פיתוח ארוכות טווח המתייחסות לכל שלבי הקריירה הספורטיבית; (ב) הזדמנויות לפיתוח מיומנויות; (ג) מעורבות אישית של בני הנוער במועדון; (ד) קשרים טובים בין המאמן והספורטאים הצעירים; (ה) לכידות וחברות בין הספורטאים הצעירים; (ו) סביבה בריאה פיזית ופסיכולוגית במרכז הספורט; (ז) קשרים חזקים ותקשורת טובה בין מועדון הספורט, המאמן וההורים. הקפדה על מדדי איכות אלה עשויה לתרום להצלחת תוכנית פיתוח ספורטאים פראלימפיים.

נוסף על ההקפדה על מדדי האיכות, מן הראוי להתייחס להיבטים ייחודיים שהוצגו בשלבים מוקדמים יותר של פרק זה כשמפתחים תוכניות ייעודיות לאיתור, לקידום ולטיפול ספורטאים מצטיינים בספורט הפאראולימפי: (1) התייחסות ללקות מולדת או מגיל צעיר וללקות נרכשת באופן דיפרנציאלי; (2) התייחסות לסיווג התפקודי בספורט, שימקם את הספורטאי בגזרה העליונה של דרגת הלקות; (3) אספקת ציוד טכנולוגי מותאם לתפקוד איכותי בספורט החל משלבים מוקדמים של הפיתוח. לסיכום ההיבטים הכלליים והייחודיים של תוכניות איתור, קידום ופיתוח ספורטאים פראלימפיים, על בסיס מודל האילוצים הדינמי של ניואל (Newell, 1986), והתאמתו לספורטאים פאראולימפיים על ידי דהגנסאי ואחי (Dehghansai, 2020), ועל סמך הידע העובדתי שהצטבר – ניתן להציע את המודל המתואר באיור 7.



איור 7: מודל תיאורי מוצע של מרכיבים המשפיעים על פיתוח ספורטאים פראלימפיים

קידום ספורט פראלימפי בישראל

עד כה לא ידוע על תוכנית אסטרטגית לקידום הספורט הפראלימפי בישראל. באופן היסטורי התפתח בישראל מודל שונה מהמקובל בארצות רבות בעולם שבהן נפוץ ביזור של ארגונים מקומיים. בישראל קיים מספר מצומצם של ארגונים ריכוזיים (עמותת אילן, ארגון נכי צה"ל, בית חינוך עיוורים, אק"ם, העמותה למפעלים מיוחדים, עמותת ספיישל אולימפיקס) המפעילים את הפעילות הספורטיבית התחרותית לאנשים עם מוגבלויות. לעמותות אלה מנגנונים ארגוניים ופריסה ארצית מכובדת, ולחלקן מתקני ספורט מרשימים בגודלם ובהיקף הפעילים בהם. לארגונים אלה יכולת לסייע לפרט להתגבר על חלק מהחסמים להשתתפות, כמו למשל הציוד לספורט הפראלימפי שהם בדרך כלל רוכשים. למרבה הצער שיתוף הפעולה ויחסי העבודה בין הארגונים לא תמיד סייעו לקידום הספורט הפראלימפי. למרות זאת, במהלך השנים התקיימו מספר פרויקטים ייעודיים בסיוע מקורות מימון שונים שמטרתם הייתה פיתוח מסגרות ספורט ספציפיות.

תמיכה ממשלתית

באופן טבעי, מערכת החינוך והמנגנונים הקשורים אליה עשויים להיות מנוף לפיתוח ספורט פראלימפי בקרב ילדים ובני נוער. על פי הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה (למ"ס, 2023) היו במדינת ישראל, נכון לשנת 2022, 9,560,000 תושבים מהם כ-360,000 עם מוגבלות על רקע של לקות פיזית (3.77% מכלל האוכלוסייה). מתוך אלה, כ-50% הם עד גיל 55 כלומר בגיל רלוונטי לספורט פראלימפי הישגי ומתוך אלה כ-27% הם עד גיל 17 שנים. המשמעות היא שכמה עשרות אלפי ילדים ובני נוער עם לקויות פיזיות נמצאים במסגרות חינוכיות מוכרות. לפיכך בתי ספר עשויים להוות תשתית מצוינת לפיתוח הספורט הפראלימפי בקרבם. ואולם הנתונים שהצטברו בישראל מעידים על פחות מ-10% של ילדים ובני נוער עם מוגבלויות המשתתפים בפעילות גופנית בהיקף של שעה לפחות בממוצע ביום, כפי שקבע ארגון הבריאות העולמי (הוצ'ר ואח', 2023; הראל-פיש ואח', 2024). יתרה מכך, על סמך סקר מקיף בבתי הספר החוקרים גם דיווחו על כך שילדים עם מוגבלות פיזית מסביבה סוציו-אקונומית נמוכה עלולים פי 2.5 להיות לא פעילים לעומת בני גילם ללא מוגבלות. למרות מידע מצטבר על תרומת הפעילות הגופנית ליכולות קוגניטיביות ורגשיות (Esteban-Cornejo et al., 2015) לא נמצא עד כה בתוך מסגרות של מערכת החינוך מנגנון שמטרתו להרחיב את הבסיס לעיסוק בפעילות ספורטיבית בקרב ילדים ובני נוער עם מוגבלויות, לא כל שכן לשפר את השימור והטיפוח של בעלי כישרון ספורטיבי ייחודי. ואולם מנהל הספורט שבמשרד התרבות והספורט עשה מאמץ לקדם את הנושא, ובשנת 2013 בהחלטה מס' 1016 הכירה ממשלת ישראל בחשיבות שבקידום מדיניות לשם טיפוח, קידום והקמה של תשתית אנושית בספורט, באמצעות הגדלת פעילות קבוצות ומועדוני ספורט לילדים ולנוער. במסגרת זו אושרו עשרות מיליוני שקלים לחיזוק מועדונים קיימים ולפתיחת מועדונים חדשים ובכללם עבור ילדים ובני נוער עם נכויות. התוכנית זכתה לשם 'פרחי ספורט' (משרד התרבות והספורט, 2018) ובהתאמה 'פרחי ספורט פראלימפיים'. התוכנית פעלה מספר שנים ותרמה לחיזוק ולהקמה של מסגרות רבות לילדים ולבני נוער עם מוגבלויות ברחבי הארץ, ואולם לאחר כחמש שנות פעילות עם

סגירת התקציבים בנושא הצטמצמו ואף נסגרו מרבית המסגרות. מכאן שעל מנת לפתח מנגנון תמיכה בר-קיימה לקידום ספורט פראלימפי יש צורך ביותר מאשר תקציב כספי המהווה כמובן מנוף נחוץ במיוחד לשלבים ראשוניים. להלן דוגמאות לתוכניות שהצליחו להתגבר על מכשולים רבים ולהימשך ברציפות עשר שנים ומעלה.

ליגת הסל-גל

דוגמה אחת היא זו של ליגת הסל-גל. המדובר ביישום אסטרטגיה של שילוב במהופך (reverse or inverse integration, Covo, 2024), שנתמכה על ידי הקרן למפעלים מיוחדים של הביטוח הלאומי בשנים 2007–2009 (היוש ואח', 2010). מטרת התוכנית הייתה לפתח קשרי חברות, כישורי חיים ומיומנויות חברתיות בבני נוער ובוגרים צעירים עם נכויות גופניות באמצעות השתתפות במשחק ספורט משולב עם ילדים ללא נכות. המשחק המכונה 'סל-גל' הוא כדורסל בכיסאות גלגלים שכלל התאמות ייחודיות לילדים עם מוגבלויות קשות ו/או לילדים בגיל צעיר (סלים נמוכים ורחבה שבה רק להם מותר לשהות) ושיטת סיווג מותאמת להתאמת היכולות של שחקני הקבוצות השונות. הילדים ללא הנכות גויסו מתוך בני משפחה ומכרים ובעקבות הדגמות המשחק בבתי ספר שונים על ידי קבוצת בני נוער ובוגרים המשחקים בליגה. השחקנים עם הנכות אותרו דרך גורמי הרווחה, הבריאות והקהילה דרך המדיה ומפה לאוזן. אף שהתקציב הראשוני להקמת התוכנית הסתיים כבר בשנת 2010, המשיכה התוכנית להתקיים על בסיס תקצוב הספורטו והאגודות ואף השתלבה בתוכנית 'פרחי הספורט הפראלימפיים' בתמיכת משרד התרבות והספורט. נוסף על כך קיבלה התוכנית תרומה משמעותית באמצעות קרן של מרכז פרס לשלום ולאחר שסייעה להקים קבוצה פלסטינית בבית ג'אלה המשיכה כעשר שנים לקיים פעילות משותפת לסירוגין מדי חודש-חודשיים של קבוצה ישראלית וקבוצה פלסטינית. כמו כן שלחה התוכנית מספר פעמים קבוצות משותפות לטורנירים בגרמניה ובבלגיה (Hutzler et al., 2012). למרות קיצוצי התקציב והפסקת התמיכה הממשלתית התוכנית ממשיכה להתקיים גם כיום ובמהלך השנים תרמה לאיתור ולפיתוח נבחרת עתודה צעירה בענף הכדורסל בכיסא גלגלים, ובה ספורטאים מוכשרים רבים מאוד שחלקם הגדול המשיכו להתפתח ואף להפוך לשחקנים מקצועניים המשחקים בליגות אירופאיות ובמכללות בארצות הברית. נבחרת העתודה שכללה שחקני ליגת סל-גל לשעבר, הצליחה בשנת 2021 להעפיל למחצית הגמר ולסיים במקום שלישי באליפות אירופה עד גיל 23 (ברטל, 2021). נוסף על כך, אחת השחקניות שאותרה בליגת הסל-גל התפתחה ברבות השנים לספורטאית בולטת בענף הטניס בכיסאות גלגלים שאף התחרתה במשחקים הפאראולימפיים בפריז 2024 (ברטל, 2024). על מנת שמיזם מסוג זה יאפשר את הפיכתם של המאותרים לספורטאים מצליחים דרוש מערך תמיכה מורכב של אנשי מקצוע עם התמחות בפיתוח קהילתי, עבודה סוציאלית וכמובן מאמני ספורט בעלי שיעור קומה שיש להם גם ידע מקיף בענף הספורט וגם הבנה מעמיקה של ההתאמות הייחודיות הנדרשות לספורטאים הן בהיבטים של הטכניקה האישית והן בהיבטים של השימוש בכיסאות הגלגלים הייעודיים לפעילות. כבר צוין שהיבטים טכנולוגיים עלולים להוות חסם להתפתחות ספורטאים פראלימפיים. אכן, בתחילת הדרך של ליגת הסל-גל נרכשו כיסאות גלגלים זולים כיוון שלא גויס תקציב ייעודי לכך, וחיש מהר נמצא שהם אינם מצליחים לשרת את המטרה עקב תקלות. לפיכך היה צורך

למצוא דרך אחרת ולגייס כיסאות גלגלים משומשים של מסגרות אחרות שכבר לא היו פעילות.

ליגת הבוצ'יה

דוגמה מוצלחת נוספת לפעילות ספורטיבית של ילדים ובני נוער עם מוגבלות, ובמקרה זה באפן ספציפי לאלו עם מוגבלות פיזית חמורה, היא תוכנית הבוצ'יה של עמותת אילן, שפעלה כחלק מהמיזם של קרנות הביטוח הלאומי לפעילות גופנית מותאמת והשתלבות בפעילות גופנית בקהילה עבור אנשים עם מוגבלויות (דונסקי וברק, 2020). בוצ'יה הוא משחק הדומה לכדורת הצרפתית (פוטנק), שבמסגרתו נזרקים כדורי עור בגודל אגרוף בצבעי אדום או כחול כדי להבחין בין השחקנים או הקבוצות לעבר מטרה בצורת כדור דומה אך בצבע לבן שנזרק בראשית המשחק על ידי אחת הקבוצות לפי הגרלה. המשחק כלול במשחקים הפראולימפיים ומיועד לשחקנים עם לקויות משמעותיות בגפיהם העליונות והתחתונות גם יחד על רקע של שיתוק מוחין, ניוון שרירים או מצבים דומים. מטרת המיזם הייתה לפתח ולעודד את העיסוק בפעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלות גופנית כחלק מפעילות הפנאי והחברה שלהם, למנף אותה ולמסד את הפעילות בענף הבוצ'יה. בעזרת הסיוע של קרנות הביטוח הלאומי מונתה רכזת לתוכנית, הוכשרו ומונו מאמנים לכ-20 מסגרות ונרכש ציוד רב שהושאל להן על מנת להתחיל לפתח את הפעילות. אף שהמיזם היה מיועד במקור לבוגרים בני 18 ומעלה, שוכנעו קרנות הביטוח הלאומי על ידי היוזמים ממרכז הספורט לנכים ברמת גן של עמותת אילן לשלב ארבעה בתי ספר מיוחדים המרכזים אוכלוסייה מתאימה במיזם. לימים ולאחר סיום התקצוב של קרנות הביטוח הלאומי גדל היקף בתי הספר השותפים במיזם פי שלושה (12 בתי ספר בשנת 2025),¹ הם השתלבו בפעילות התאחדות ספורט בתי הספר ומתוקצבים כיום באופן עצמאי על ידי ההתאחדות ובתי הספר. כלומר, באמצעות תקציב ראשוני ייעודי, תכנון רב-שלבי מושכל ומציאת שותפויות הולמות ניתן לפתח מסגרות ייעודיות לספורט פראלימפי. אומנם ליגה זו טרם הניבה ספורטאים פראלימפיים תחרותיים, אך היא הצליחה להרחיב את הבסיס לעיסוק משמעותי ספורטיבי בפנאי.

נבחרת השחייה של אילן חיפה

אילן חיפה הוא מרכז ספורט עמותת אילן נוסף על מרכז הספורט ברמת גן. המועדון הוקדם ב-1985, ובשונה מהמרכז ברמת גן מרכז הספורט של אילן חיפה פועל בשגרה כמחצית מהשבוע עם אוכלוסיית נכים וביתר הזמן עם אוכלוסייה מהקהילה. בשלושת העשורים האחרונים פעיל במועדון זה מאמן שחייה יוצא דופן בשם יעקב בנינסון, שהצליח להקים נבחרת שחייה עם הישגים פראולימפיים רבים מאוד ובסך הכול גרף עם שחיניו בששת המשחקים האחרונים 22 מדליות (אהרוני, 2024). לשיטתו של בנינסון, על כל ילד וכל בוגר עם לקות מוטורית ללמוד שחייה וכך דרש שיהיה גם במועדון אילן חיפה. דרישתו לא חתרה להשגת מדליות פראלימפיות, אלא לשם האפשרות לשמור על כושר אירובי בריאותי גם בגיל 60–65. זאת מאחר שהשחייה היא תחום עיסוק אירובי שמפחית את השפעת כוח הגרביטציה במהלך האימון וכך איננו מעמיס על המפרקים ועל השרירים הפגועים. מתוך הבנה שללא בסיס רחב של ספורטאים מתחילים לא ניתן יהיה לאתר ולתמוך בספורטאים

¹ מידע זה מבוסס על שיחה אישית עם ענבל עוזרי סבטאלו, רכזת ליגת הבוצ'יה (12 בינואר 2025).

כישרוניים, ותוך למידה מתמדת של טכניקות ושיטות אימון מותאמות לשחיינים עם לקויות גופניות ידע בניסון לפתח הנאה, עניין והתמדה בקרב שחייניו באימונים. הוא השתמש במשחקים תחרותיים בין קבוצות שחיינים, בתחרויות אישיות שבהן השחיינים יצאו בדירוג זמנים על מנת להגיע פחות או יותר יחד בסיום, ובאמצעות מתן פרסים חומריים קטנים על התמדה ועל התקדמות.² כך הוא פיתוח התמדה המהווה עבורו המדד המרכזי לפוטנציאל תחרותי ובנה מנגנון רב-שלבי לקידום שחייניו: ראשית מסגרת לימוד שחייה ובה סגנון ראשון – בדרך כלל סגנון גב קלאסי על מנת להקל על הנשימה ועל מנח הגוף במים, ובהמשך לימוד דרכי נשימה על הבטן או במקרה של שחיינים עם המיפלגיה תוך כדי נשימה על הצד התפקודי (בדומה לשחיין ממיסטלוב שתואר לעיל באיור 4). בהמשך עברו השחיינים מספר רמות של קבוצות ייחוס: קבוצה צעירה, קבוצת עתודה ונבחרת. המסגרת הקבוצתית נתפסת בעיני בניסון כחשובה מאוד וראויה לחשיבות של קבוצת ייחוס יוקרתית אפילו בענף אינדיבידואלי כמו שחייה פראלימפית עלו גם במחקר שניתח רטרוספקטיבית את חוויותיהם של שחיינים פראלימפיים מצליחים משנות השבעים ברמת-גן (Hutzler & Bergman, 2011). במסגרת הנבחרת הכניס בניסון את שחייניו למערך אימונים מדורג שהגיע לרמת שני אימונים ביום עם היקף אימונים רחב מאוד שהגיע ל-70 ק"מ בשבוע. כמובן שהדרישה הזו הצריכה שיתוף פעולה מלא של ההורים שנדרשו להסיע את הצעירים ואף לסייע להם באופן אישי בקטגוריות הסיווג של הלקויות החמורות. יתרה מכך, לשם קיום היקף האימון הנדרש היה צורך לשלב את השחיינים מחוץ לשעות האימון השגרתיות במסלולי שחייה נפרדים לצד פעילות מנויים בבריכת אילן ואף לצאת לבריכות אחרות כמו אלה של הטכניון ומכבי חיפה. זאת ועוד, בניסון התעניין גם במתרחש בבית הספר והגיע לפגישות עם המורים ועם ההנהלה מתוך הבנה שלשחיין צריכה להיות גם אלטרנטיבה עיסוקית בתום הקריירה התחרותית. כדי להתגבר על החסמים השונים בטכניקה וביכולת הגופנית של השחיינים הפראלימפיים למד בניסון להיעזר בתובנות של אנשי מקצוע עמיתים בעיקר פיזיולוגים וביומכניסטים שעזרו להם מתייעץ דרך קבע. כך, באמצעות כריזמה והבנה מקצועית הצליח המאמן ליישם באופן מיטבי בהתאם לנסיבות את אבני הדרך המרכזיות של המודלים SPLISS ו-LTAD, כאשר החסם המרכזי להמשך קידום הענף הוא, לטענת בניסון, תמיכה כספית ציבורית הנדרשת להקמת מערך של לימוד ואימוני שחייה לכל אדם עם לקות תנועתית, צעיר כמבוגר.

סיכום

במאמר זה הוצגו עקרונות לאיתור, לקידום ולטיפול ספורטאים פראלימפיים על סמך מודלים תאורטיים, ראיות עובדתיות, מודלים של הצלחה והיכרות ממושכת עם סביבת הספורט הפראלימפי בישראל ובעולם. מודל SPLISS מציג את עמודי התווך הנדרשים לקידום ולטיפול ספורט הישגי במדינה. מודל LTAD מציג את השלבים לאיתור, לקידום ולטיפול משתתפים בפעילות ספורטיבית במעגל החיים עם אפשרות לסינון אלו המתאימים לספורט הישגי על בסיס התפתחותי. באופן תהליכי

² מידע זה ומידע המפורט בהמשך הפסקה מבוסס על שיחה אישית עם יעקב בניסון (27 בינואר 2025).

שלבם אלה יכולים להצטמצם לשלושת השלבים של התודעות לספורט, שימור ההשתתפות וטיפוח המצוינות, כפי שמציע איגוד הספורט האוסטרלי. בתוך תהליכים אלה חשוב להקפיד על מספר עקרונות המתבססים על התפיסה של מערכת אילוצים דינמית כמפורט באיור 7. עקרונות אלה כוללים: (א) הבנה מעמיקה של ההתאמות הנדרשות בטכניקה הספורטיבית, הסיווג התפקודי המתאים והטכנולוגיה המיטבית לביצוע בענף הספורט הנבחר; (ב) תקשורת טובה מאוד בין המאמן, הספורטאי ומשפחת הספורטאי כדי לעצב סביבה תומכת מיטבית; ו- (ג) הבנת התהליכים הפיזיולוגיים והפסיכולוגיים הקשורים בספורטאי ובמועד היוצרות הלקות הגופנית. באמצעות הבנת עקרונות אלה ניתן יהיה להציג את החשיפה לפעילות הספורטיבית בנקודת הזמן ובמיקום המתאימים ביותר, לבצע בחירות נכונות יותר של ספורטאים, לזווג אותם לענפי ספורט מתאימים ולסייע באופן מיטבי להתפתחותם בענף שבחרו.

חשוב להדגיש שהצורך בגישה מותאמת וממוקדת עבור ספורטאים פראלימפיים הוא קריטי, שכן ישנם אתגרים ייחודיים המצריכים שיטות זיהוי ופיתוח אחרות מהנהוג בספורט האולימפי, מבחינת המאפיינים הפיזיים, המנטליים והחברתיים של הספורטאים ומבחינת מאפיינים בסביבתם התומכת והתחרותית. יתרה מכך, על סמך השונות במאפייני הפיתוח של הספורטאים האולימפיים והפראלימפיים שתוארו לעיל, ניתן להבין שהמערכת הקיימת בישראל, לרבות המבנה הייחודי של ארגוני הספורט לאנשים עם מוגבלויות והמודלים לתמיכה בספורט ההישגי, עלולות שלא להיות מותאמות לצרכים הייחודיים של ספורטאים פראלימפיים. לפיכך יש לפתח גישות מערכתיות נוספות שיביאו בחשבון את כל המאפיינים הייחודיים של הספורטאים והספורט הפראלימפי. כל זאת תוך שמירה על חיבור רציף עם המערכת הספורטיבית הכללית ומינוף יכולות מן הארגונים המרכזיים אל הקהילה ולהפך: מינוף מודעות מאירועים בקהילה אל הארגונים המתכללים ספורט פראלימפי (Misener et al., 2016). כל זאת תוך יצירת תמיכה הדדית וערוצי תקשורת לשיתוף ידע והכוונה.

באופן ספציפי ניתן להמליץ על אינטראקציה טובה יותר של הארגונים עם מנגנוני השיקום, כפי שעשה בנינסון, בסינון מתמשך של מי שמגיע לפעילות בבריכה על רקע של הפניה להידרותרפיה. בארץ קיימות בריכות רבות להידרותרפיה המקבלות הפניות רבות מקופות החולים, ועל מרביתן אין עדיין תהליך מובנה של איתור וקידום שחיינים. נוסף על כך, על מנת להבטיח את שרידותן של הפעילויות, חשוב למנות רכזים ארציים המחויבים לתוכנית (סויה ושפירו, 2008), בין שברמה ענפית ובין שברמה כוללנית, למינוף מיזמים מקומיים ולהפניית מועמדים מתאימים לקידום ולטיפוח למסגרות הדרכה ואימון נאותות בארגונים. עמותת אילן מינתה לצורך העניין רכז ארצי ובעקבות זאת הוקמו מסגרות פעילות חדשות, נוצרו שיתופי פעולה והוגדל באופן ניכר התקציב הייעודי של העמותה המיועד לתחום הספורט.

מקורות

- אהרוני, א' (2024, 7 בספטמבר). כואב לי ששר הספורט לא צלצל אחרי המדליה הראשונה, השנייה, השלישית. *ישראל היום*.
<https://www.israelhayom.co.il/sport/other-sports/article/16399651>
- ברטל, ל' (2021, 18 ביוני). נבחרת העתודה בכדורסל כיסאות גלגלים זכתה בארד באליפות אירופה. *דבר*.
<https://www.davar1.co.il/314673/>
- ברטל, ל' (2024, 30 ביולי). הטניסאים מעיין זיקרי ואדם ברדיצ'בסקי הבטיחו את הופעתם במשחקים הפראלימפיים. *דבר*.
<https://www.davar1.co.il/529164/>
- דונסקי, א' וברק, ש' (2020). *מיזם פעילות גופנית מותאמת והשתלבות בפעילות גופנית בקהילה*. מפעלים מיוחדים 174. מנהלת המחקר והתכנון של הביטוח הלאומי.
https://www.btl.gov.il/Publications/Special_Activities_publications/Documents/mifal_174.pdf
- הוצלר, י' (2019). הכלה, עיצוב אוניברסלי והתאמה בחינוך הגופני. *בתנועה*, יב(1), 70–94.
- הוצלר, י', נמט, ד', טסלר, ר', ברק, ש', גלעד, א', לוי, ד', פינדלינג אנדי, ל', שרביט, נ', אפללו, א', שטיינמץ, נ', נג, ק' (2023). הצורך והפיתוח של גיליון ציונים: פעילות גופנית של ילדים ובני נוער עם מוגבלות בישראל. *קידום בריאות בישראל*, 11, 16–32.
https://www.gov.il/BlobFolder/reports/kidum-b-no-11/he/files_publications_units_health-education_kidum-b-no-11.pdf#page=17
- היוש, ט', ווגל, ג' וגינדי, ש' (2010). תוכנית ה"סל-גל" הפועלת לשילוב בני נוער עם וללא מוגבלויות במשחק כדורסל בכיסאות גלגלים (מפעל מיוחד מס' 140). הביטוח הלאומי, פרסומים, מפעלים מיוחדים.
https://www.btl.gov.il/Publications/Special_Activities_publications/Pages/mifal-140.aspx
- הראל-פיש, ה', טסלר, ר' והראל-פיש, י' (2024). הרגלי פעילות גופנית, התנהגויות סיכון, רווחה נפשית וגורמי חוסן: ניתוח משווה בקרב בני נוער עם וללא מוגבלויות הלומדים בבתי ספר בחינוך הכללי. *בתנועה*, יד(2), 241–280.
- סויה, ר' ושפירו, ש' (2008). *מפרויקט לתוכנית: שרידות של יוזמות חברתיות*. הקרן הלאומית למדעים ומחלקת המחקר של המוסד לביטוח לאומי.
<https://www.btl.gov.il/Mediniyut/BakashatNetunim/dohot/Documents/%D7%AA%D7%99%D7%A7%20102.pdf>

- סקר, ת', הלרשטיין, ד', לידור, ר' וינוביץ, ע' (2018). בחינת מדיניות הספורט ההישגי בישראל: ממצאי מחקר SPLISS. ספורט הישגי, 9 (מאי), 6-13.
- לשכה מרכזית לסטטיסטיקה (למ"ס) (2023). הודעה לתקשורת: נתונים ממרשם אנשים עם מוגבלות לרגל היום הבין-לאומי לזכויות אנשים עם מוגבלות. 30 נובמבר 2023.
https://www.cbs.gov.il/he/mediarelease/DocLib/2023/384/11_23_384b.docx
- משרד התרבות והספורט (2018). פרחי ספורט.
https://www.gov.il/he/pages/sport_cadets
- Abdelkader, G., Madani, R., Bouabdellah, S., Nurtekin, E., & Francisco, J. D. H. (2020). The modern technology to stimulate and improve sports performance for the paralympic athletes. *Journal of Physical Activity and Sport, Society, Education and Health*, 3(2), 66-74.
- Alexander, D., & Bloom, G. A. (2023). Exploring coaches' experiences and perceptions of a virtual parasport coach mentorship program. *Psychology of Sport and Exercise*, 64, 102303.
- Australian Sports Commission. (2010). *Participation and non-participation of people with disability in sport and active recreation*. Sydney: Australian Sports Commission research project in collaboration with the university of Technology.
- Bailey, R., & Collins, D. (2017). The problem with the pyramid: Why most models of talent development are flawed. In M. Talbot & R. Baily (Eds.), *Elite Sport and Sport-for-All: Bridging the two cultures?* (pp. 72-84). Routledge.
- Baker, J., Wattie, N., & Schorer, J. (2019). A proposed conceptualization of talent in sport: The first step in a long and winding road. *Psychology of Sport and Exercise*, 43, 27-33.
- Balyi, I., & Hamilton, A. (1995). The concept of long-term athlete development. *Strength and Conditioning Coach*, 3(2), 5-6.
- Balyi, I., & Hamilton, A. (2004). Long-term athlete development: Trainability in childhood and adolescence. *Olympic coach*, 18(1), 4-9.

- Balyi, I., & Stafford, I. (2005). *Coaching for long-term athlete development*. Coachwise UK.
- Balyi, I., Way, R., & Higgs, C. (2013). *Long-term athlete development*. Human Kinetics.
- Bentzen, M., Alexander, D., Bloom, G. A., & Kenttä, G. (2021). Parasport coaches? A scoping review. *Adapted Physical Activity Quarterly, 38*(1), 109-137. 10.1123/apaq.2019-0147
- Brittain, I. (2019). The impact of resource inequality upon participation and success at the summer and winter Paralympic Games. *Journal of Paralympic Research Group, 12*, 41-67.
- Brittain, I., & Green, S. (2016). Disability sport is going back to its roots: Rehabilitation of military personnel receiving sudden traumatic disabilities in the twenty-first century. In B. Smith (Ed.), *Paralympics and disability sport* (pp. 72-92). Routledge.
- Burkett, B. (2010). Technology in Paralympic sport: Performance enhancement or essential for performance? *British Journal of Sports Medicine, 44*(3), 215-220. <https://doi.org/10.1136/bjism.2009.067249>
- Chow, J. W., Millikan, T. A., Carlton, L. G., Morse, M. I., & C., Woen-sik. (2001). Biomechanical comparison of two racing wheelchair propulsion techniques. *Medicine and Science in Sports and Exercise, 33*(3), 476-484.
- Covo, Y. (2024). Inverse integration and the relational deficit of disability rights law. *Columbia Law Review, 124*(3), 563-632.
- De Bosscher, V. (2015). Theory of sports policy factors leading to international sporting success (SPLISS). In G. B. Cunningham, J. S. Fink, & A. Doherty (Eds.), *Routledge handbook of theory in sport management* (pp. 93-113). Routledge.
- De Bosscher, V., & De Rycke, J. (2017). Talent development programmes: A retrospective analysis of the age and support services for talented athletes in 15 nations. *European Sport Management Quarterly, 17*(5), 590-609.

- De Bosscher, V., Shibli, S., Van Bottenburg, M., De Knop, P., & Truyens, J. (2010). Developing a method for comparing the elite sport systems and policies of nations: A mixed research methods approach. *Journal of Sport Management, 24*(5), 567-600.
- Dehghansai, N., Lemez, S., Wattie, N., & Baker, J. (2017). A systematic review of influences on development of athletes with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly, 34*(1), 72-90.
- Dehghansai, N., Lemez, S., Wattie, N., Pinder, R. A., & Baker, J. (2020). Understanding the development of elite parasport athletes using a constraint-led approach: Considerations for coaches and practitioners. *Frontiers in Psychology, 11*, 502981.
- Dehghansai, N., Pinder, R. A., & Baker, J. (2022). Talent identification and development in paralympic contexts: Current challenges. *Frontiers in Sports and Active Living, 4*, 926974.
- Dowling, M., & Washington, M. (2021). The social construction of the long-term athlete development framework. *Journal of Global Sport Management, 4*(2), 143-169.
- Esteban-Cornejo, I., Tejero-Gonzalez, C. M., Sallis, J. F., & Veiga, O. L. (2015). Physical activity and cognition in adolescents: A systematic review. *Journal of Science and Medicine in Sport, 18*(5), 534-539.
- Green, B. C. (2005). Building sport programs to optimize athlete recruitment, retention, and transition: Toward a normative theory of sport development. *Journal of Sport Management, 19*(3), 233-253.
- Hammond, A. (2019). The mainstreaming of disability swimming in Australia, 1990-2016. *Sporting Traditions, 34*(1), 43-62.
- Hammond, A., & Jeanes, R. (2018). Federal government involvement in Australian disability sport, 1981-2015. *The International Journal of the History of Sport, 35*(5), 431-447.
- Howe, M. J., Davidson, J. W., & Sloboda, J. A. (1998). Innate talents: Reality or myth? *Behavioral and Brain Sciences, 21*(3), 399-407.

- Hutzler, Y. (2007). A systematic ecological model for adapting physical activities: Theoretical foundations and practical examples. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 24(4), 287-304.
- Hutzler, Y., & Bergman, U. (2011). Facilitators and barriers to participation while pursuing an athletic career. *Therapeutic Recreation Journal*, 45(1), 1-16.
- Hutzler, Y., Hay-Sagiv, T., Ben-Ezer, I., & Dinold, M. (2012). Twinned wheelchair basketball schools for peace and inclusive education. In R. Lidor, K. H. Schneider, & K. Koenen (Eds.), *Sport as a mediator between cultures* (pp. 221-230). International Council of Sport Science and Physical Education ICSSPE/CIEPSS.
- Hutzler, Y., Higgs, C., & Legg, D. (2016). Improving paralympic development programs: Athlete and institutional pathways and organizational quality indicators. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 33(4), 305-310.
- Jeanes, R., Spaaij, R., Magee, J., Farquharson, K., Gorman, S., & Lusher, D. (2022). Developing participation opportunities for young people with disabilities? Policy enactment and social inclusion in Australian junior sport. *Sport in Society*, 22(6), 1-20.
- Johnston, K., Wattie, N., Schorer, J., & Baker, J. (2018). Talent identification in sport: A systematic review. *Sports Medicine*, 48, 97-109.
- Johnson, M. B., Tenenbaum, G., & Edmonds, W. A. (2006). Adaptation to physically and emotionally demanding conditions: The role of deliberate practice. *High Ability Studies*, 17(1), 117-136
- Kolotouchkina, O., Llorente-Barroso, C., Luisa Garcia-Guardia, M., & Pavon, J. (2021). Disability, sport, and television: Media visibility and representation of Paralympic Games in news programs. *Sustainability*, 13, 256.
- Kozub, F. M., & Samalot-Rivera, A. (2020). Interscholastic participation for athletes with disabilities revisited: Are today's Programs doing enough? *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 91(2), 42-51.

- Legg, D., & Higgs, C. (2016). How countries identify, recruit and prepare future athletes for the Paralympic Games: Case study – Canada. *Palaestra*, 30(3), 23–30.
- Mann, D. L., Tweedy, S. M., Jackson, R. C., & Vanlandewijck, Y. C. (2021). Classifying the evidence for evidence-based classification in Paralympic sport. *Journal of Sports Sciences*, 39(sup1), 1-6.
- McCann, C. (1996). Sports for the disabled: The evolution from rehabilitation to competitive sport. *British Journal of Sports Medicine*, 30(4), 279.
- McNamee, M., Parnell, R., & Vanlandewijck, Y. (2021). Fairness, technology and the ethics of Paralympic sport classification. *European Journal of Sport Science*, 21(11), 1510-1517.
- Medstar Health (2016). U.S. Paralympics recognizes *MedStar National Rehabilitation Network Adaptive Sports for Excellence*. Medstar Health News. <https://www.medstarhealth.org/news-and-publications/news/u-s-paralympics-recognizes-medstar-national-rehabilitation-network-adaptive-sports-excellence>
- Misener, L., Darcy, S., Legg, D., & Gilbert, K. (2013). Beyond Olympic legacy: Understanding Paralympic legacy through a thematic analysis. *Journal of Sport Management*, 27(4), 329-341.
- Nahumson-Fridman, N., Lidor, R., & Hutzler, Y. (Submitted). Professional development of wheelchair basketball coaches. *European Journal of Adapted Physical Activity*.
- Newell, K. M. (1986). Constraints on the development of coordination. Motor development in children. In M. W. Wade (Ed.) *Aspects of coordination and control* (pp. 341-360). Martinus Nijhoff.
- Pankowiak, A., Brocket, C., De Bosscher, V., & Westerbeek, H. (2015). Developing a theoretical model to compare national para-sport policies—para-SPLISS. In *The world congress on elite sport policy 2015. Second SPLISS conference Melbourne, 23-24/11* (pp. 82-82). Arko Sports Media.
- Patatas, J. M., De Bosscher, V., Derom, I., & De Rycke, J. (2020). Managing parasport: An investigation of sport policy factors and

- stakeholders influencing para-athletes' career pathways. *Sport Management Review*, 23(5), 937-951.
- Patatas, J. M., De Bosscher, V., & Legg, D. (2018). Understanding parasport: An analysis of the differences between able-bodied and parasport from a sport policy perspective. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 10(2), 235-254
- Pierre, J., Schut, P. O., & Segay, B. (2022). The role of sports clubs to integrate people with disabilities. *Managing Sport and Leisure*, 1-18. doi.org/10.1080/23750472.2022.2135584
- Pion, J. (2017). *Sustainable investment in sports talent: The Path to the podium through the school and the sports club*. AN University of Applied Sciences Press Arnhem.
https://www.researchgate.net/publication/315756964_Sustainable_Investment_in_Sports_Talent_the_Path_to_the_podium_through_the_school_and_the_sports_club [accessed Nov 20 2024].
- Ricour, M., De Bosscher, V., & Van Hoecke, J. (2023). Operational quality in youth sport clubs: Towards a conceptual model. *Sport Management Review*, 27(3), 409-431.
<https://doi.org/10.1080/14413523.2023.2292904>
- Sample, R. J. (2024). Understanding para-athlete inclusion in post-secondary athletics. Honors Theses 695.
https://digitalcommons.bucknell.edu/honors_theses/695
- Sotiriadou, P., Brouwers, J., De Bosscher, V., & Cuskelly, G. (2017). The role of interorganizational relationships on elite athlete development processes. *Journal of Sport Management*, 31(1), 61-79.
- Sotiriadou, K., Shilbury, D., & Quick, S. (2008). *The Attraction, Retention/Transition, and Nurturing Process of Sport Development: Some Australian Evidence*. *Journal of Sport Management*, 22(3), 247-272. <https://doi.org/10.1123/jsm.22.3.247>
- Sport for Life (2024). No accidental champions 3.1. Sport for Life Society. Victoria, B.C., Canada. https://sportforlife.ca/wp-content/uploads/2024/01/No-Accidental-Champions_2024_EN_WEB.pdf

- Staff, T., Gobet, F., & Parton, A. (2019). Investigating the period of practice needed to acquire expertise in Great Britain 2012 track and field Olympic athletes. *Journal of Expertise, 2*(3), 148-163.
- Tweedy, S. M., & Vanlandewijck, Y. C. (2011). International Paralympic Committee position stand — background and scientific principles of classification in Paralympic sport. *British Journal of Sports Medicine, 45*(4), 259–269. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2009.065060>
- Vaeyens, R., Güllich, A., Warr, C.R., & Philippaerts, R. (2009). Talent Identification and Promotion Programmes of Olympic Athletes. *Journal of Sports Sciences, 27*(13), 1367–1380. <https://doi.org/10.1080/02640410903110974>
- Vanlandewijck, Y., & Thompson, W. R. (Eds.). (2011). *Handbook of sports medicine and science: The Paralympic athlete*. John Wiley & Sons.
- Wattie, N., Schorer, J., & Baker, J. (2015). The relative age effect in sport: A developmental systems model. *Sports Medicine, 45*, 83-94.
- Žvan, M., & Čoh, M. (2018). Identification of young talents in sport. *Glasnik Antropološkog društva Srbije, 53*(1-2), 119-123.

”מים עוינים” : נשים בעולם שיט גברי כמקרה של ארגון עם מגדריות דינמית

מורן ניב¹, הלל וורמן²

¹עמותת זירנעורים

²מכללה אקדמית לחינוך אורנים

תקציר

מחקר זה בוחן את חווייתן של שמונה נשים שהפכו לשייטות מקצועיות בתחום השיט הלא-מסחרי הממושך, ענף בעל רוב גברי מובהק. הנשים אותרו בשיטת 'כדור השלג', כשמספרן הקטן משקף את שיעור השתלבותן הנמוך בענף. ברוח המסורת הפנומנולוגית בוצעו ראיונות מובנים למחצה, וניתוח נתונים תלת-שלבי העלה ארבעה נושאים מרכזיים: משיכה עזה לענף; מגדריות מובהקת המתעצמת עם המרחק מהיבשה; תחושת מלכוד הנובעת מכך שהמרחק המהותי לאורח החיים גם מגביר את פגיעותן; ומגוון אסטרטגיות התמודדות, חלקן מנציחות וחלקן מערערות את מגדריות הענף. הדיון הראשוני בחוויית השייטות נשען על ספרות פמיניסטית בתחומים 'מחקרי מעקב', 'ארגונים מגדריים' ודרכי התמודדות עם מגדריות. מורכבות בדיווחי המרואיינות הובילה אותנו לצורך בהמשגה תאורטית המוסיפה לטיפולוגיה הקיימת של ארגונים מוטי מגדר קטגוריה המסמנת מאפיינים מגדריים בארגונים הנעים במרחב: 'ארגון בעל מגדריות דינמית'. בארגונים מסוג זה המגדריות עולה ויורדת בהתאם להשתנות המרחק ממוקדי 'פיקוח חברתי הפוך'. המשגה תאורטית חדשה זו חושפת דפוסים בהשתנות המגדריות במהלך תנועה במרחב; מצביעה על עומס ייחודי בקרב נשים בארגונים כאלה; מספקת הסבר מדוע נקטות אסטרטגיות התמודדות שונות בהקשרים משתנים; ומעשירה את טווח שיקול הדעת של נשים בדרכי המאבק במגדריות הפתוחות בפניהן. למרות מגבלות המדגם, המחקר מספק תובנות להבנת דינמיקה מגדרית בענפים גבריים הנתונים בתנועה, התומכות בנשים המבקשות לממש בהם את שאיפותיהן.

תאריכים: מגדריות בענפי ספורט, נשים במעוזים גבריים, שייטות בשיט לא-מסחרי ממושך, מחקרי מעקב, ארגונים מגדריים, ארגון עם מגדריות דינמית

”תנועה חופשית, בלתי מרוסנת [משמעה] [...] לחיות. תנועה כזו הופחתה עבור נשים. הוקצבה. הוגבלה, לא על ידי אוקיינוסים והרים, אלא על ידי תודעות, על ידי התרבות הסוגרת.”
(Mazali, 2001, p. 2)

שיט לא-מסחרי ממושך בלב ים (Bluewater Cruising) הוא תחום ייחודי בעולם השיט הנבדל משיט מסחרי, ספורטיבי-תחרותי והפלגות פנאי. ייחודו נעוץ בהיותו אורח חיים של התנתקות ממושכת מהיבשה לטובת חיים בלב ים (Lusby & Macbeth, 2000; Anderson, 2008). מאחר שתחום זה מאופיין ברוב גברי מוחלט, מחקר זה מתמקד בבחינתו מזווית מגדרית. במוקד המחקר הניסיון לחשוף ולפרש את חווייתן של נשים מעטות שהשתלבו בתחום זה כשייטות מקצועיות, אשר טרם נחקרה.

הבנת חווייתן מחייבת שילוב בין ארבעה גופי ידע מפרספקטיבה פמיניסטית: ספרות הנוגעת לספורט אתגרי, 'מחקרי מעקב', 'ארגונים מוטי מגדר' ו'דרכי התמודדות עם מגדריות'. בתחום השלישי, בנוגע להבחנה בין סוגים של העדפה מבנית לגברים בארגונים (Martin & Collinson, 2002), יתבסס המחקר על ההבחנה שבין שלושה סוגי ארגונים: (א) ארגונים מוטי מגדר (gendered organizations) המקיימים העדפה סמויה במסווה של ניטרליות (Acker, 1990, p. 139); (ב) ארגונים מוטי מגדר באופן קיצוני (extremely gendered organizations) שבהם ההעדפה לגברים מוצהרת בליבת הארגון והפרקטיקות המגדריות גלויות ומוקצנות (Sasson-Levy, 2011, p. 390); ו-(ג) ארגונים מוטי מגדר קיצוניים במרחבים מבודדים (remote extremely gendered organizations) שבהם המרחק מפיקוח חברתי מקצין דינמיקות מגדריות היפר-אגרסיביות המהוות סכנה מתמשכת וחריפה לביטחון הנשים (Bonnes, 2024; Carrington et al., 2012). הבחנה זו משמשת בסיס להצעת קטגוריזציה חדשה במחקר הנוכחי שאינה קיימת עדיין בספרות: "ארגון בעל מגדריות דינמית". קטגוריה זו מסמנת ארגון בעל רוב גברי מוחלט, הנמצא בתנועה ואשר רמת המגדריות בו עולה ויורדת בהתאם להשתנות המרחק מ'פיקוח חברתי הפוך' (counter-surveillance או reversed surveillance), שמשמעותו מעקב ופיקוח המופעלים על גברים כדי לרסן את התנהגותם כלפי נשים. קטגוריזציה זו תוצע כחידוש תאורטי העולה מתוך ניתוח חוויית המרואיינות והתורם להבנה ולניתוח של דפוסים מגדריים בסוג זה של ארגונים מוטי מגדר דינמיים.

שאלת המחקר המרכזית היא: מהי חווייתן של שייטות מקצועיות בעולם השיט הלא-מסחרי הממושך? שאלות המשנה מתמקדות בבירור חוויית מפגשן עם התרבות הגברית בלב ים ובאסטרטגיות ההתמודדות שהן מפתחות.

לבחירת נושא המחקר ארבעה רציונלים עיקריים: ראשית, חקר חוויותיהן של שייטות במרחב הימי, תחום שטרם נחקר לעומק, עשוי לחשוף תובנות חדשות בענף השיט המקצועי; שנית, בחינת חוויות אלו עשויה לתרום להבנת תהליכים מגדריים במרחבים בעלי רוב גברי מוחלט, הרחוקים ממקומות יישוב; שלישית, מחקר של מאפיינים מגדריים בארגון המתאפיין בניידות מתמדת עשוי להרחיב את ההמשגה התאורטית הקיימת של ארגונים מוטי מגדר על ידי הוספת ממד דינמי של תנועה במרחב; רביעית, זיהוי זה עשוי לתרום לפיתוח אסטרטגיות לשינוי המבנה המגדרי הן בענף השיט והן בענפים דומים הנמצאים אף הם בתנועה מתמדת.

המחקר האיכותני-פנומנולוגי מבוסס על ראיונות עומק עם שמונה שייטות מקצועיות. ניתוח הראיונות העלה ארבעה היבטים מרכזיים בפרספקטיבה של המרואיינות: (א) מרכיבים אוניברסליים בחווייתן את השיט; (ב) חווייתן הייחודית

מהיותן נשים; (ג) השפעת הדינמיקה של התרחקות מהיבשה וחזרה אליה על חוויות אלו; ו-(ד) מגוון האסטרטגיות שהן מפתחות על מנת להשתלב בענף. המאמר בוחן את הממצאים באמצעות תאוריות מארבעת התחומים של מחקרי מעקב, ספורט אתגרי, ארגונים מוטי מגדר ודרכי התמודדות עם מגדריות, ובניתוח זה יעלו מגוון מושגים כגון "מבוך" (Eagly & Carli, 2007), "ייצוג סמלי" (tokenism) (Childress et al., 2024; Kanter, 1977), "פמיניזם ליברלי" ו"רדיקלי" (Scruton & Flintoff, 2013), "פיקוח חברתי הפוך" (Lyon, 2022) ועוד. המשגות אלה תשמשנה אותנו לפרש את הממצאים העולים בחוויית המרואיינות.

ענף השיט הלא-מסחרי הממושך

בעולם השיט, שיט לא-מסחרי ממושך בלב ים מהווה תת-תרבות ייחודית. בניגוד להפלגות פנאי קצרות, שיט תחרותי או שיט מסחרי, מדובר באורח חיים הכרוך בהתנתקות ממושכת מהיבשה. לוסבי ואנדרסון (Lusby & Anderson, 2008) מתארים זאת כ"אורח חיים אזוטרי", ומקבת' (Macbeth, 2000) מעריך, כי בכל רגע נתון ברחבי העולם בין 500 ל-2,000 סירות בלבד מקיימות אורח חיים ימי זה. מיעוט המנהלים אורח חיים זה ניתן להסבר בגין מספר גורמים. ראשית, הוא דורש תכונות אישיות נדירות של כושר סיבולת, נחישות והתמדה בתנאים קשים (Jennings, 1999; Perkins & Murphy, 2012; Ross & Chapman, 1975); כישורים ימיים ומיומנויות טכניות ברמה גבוהה במיוחד (Jennings, 2005); ויכולת נדירה להתנתק לתקופה ממושכת ממחויבויות ומהכנסות (Doran, 2016; McNamara &) (Prideaux, 2009; Wilson & Little, 2008).

שנית, יציאה למסעות ממושכים בבדידות דורשת מניעים פנימיים עמוקים (Jirásek & Hurych, 2019; Orams & Brown, 2021; Pipere et al., 2020). קרומפטון ואיזו-אהולה (Crompton, 1979; Iso-Ahola, 1997) מזהים בקרב שייטים כאלה דפוס כפול: דחייה עמוקה מאורח החיים המודרני - קריירה, צרכנות ובידור תעשייתיים - ומשיכה עמוקה לחיי פשטות, חופש ואוטנטיות. ההתרחקות מהחברה מאפשרת "האטה" של החיים, התנתקות מהסחות דעת ופינוי זמן למחשבה צלולה (Lusby & Anderson, 2008) ולהתכנסות בשאלות קיומיות (Hutch, 2005, 2019). בויד ווסלי (Boyd & Wessely, 2012) רואים בכך המשך למסורת היסטורית של "הפורשים מהחברה" - למנזרים, למדבריות או למערות, ובמקרה זה - ללב ים. שלישיית, מתוך בעלי המאפיינים הנדירים שצוינו, רק למעטים משיכה עמוקה דווקא למרחבי הים הפתוח. משיכה זו מתבטאת באהבה מיוחדת לגופי מים גדולים, לנופי ים משתנים, לשמי הלילה ולמגוון הביולוגי הימי. ההפלגות הממושכות מציעות גם אפשרות לביקור בתרבויות מרוחקות, סיפוק ממימוש כישורי שיט, חוויית אינטימיות בסירה קטנה והזדמנות לקיום אורח חיים מאוזן במשטר עבודה ואכילה מוקפד. עבור קבוצה ייחודית זו הים נחוה כישות חיה - "אימא ים" - שעימה מתפתח קשר מרחיב לב ונשמה (Lusby & Anderson, 2008).

רביעית, הפנייה לאורח חיים זה דורשת ויתור על קהילתיות - הן מבחינת הקמת משפחה והן מבחינת טיפוח מעגל חברתי. לוסבי ואנדרסון (Lusby & Anderson, 2008) מצאו כי בשל הקושי למצוא שותפים לחלוטם כה חריג רוב השייטים יוצאים למסעותיהם הממושכים בגפם, ללא בני זוג וללא חברים מחייהם הקודמים. יתר על כן, ישנו גם היבט אנטי-סוציאלי אצל חלק מהפונים לענף, שכן הם

מעדיפים התבודדות ואת המרחק מהחברה מאורגנת וצפופה. בניגוד לאתגרים אחרים המבוצעים בקבוצות (כגון טיפוס הרים), שיט ממושך מאפשר התנסות כמעט יחידנית לאורך זמן. המבקשים לשלב חיי משפחה וקהילה עם תשוקתם לשיט נוטים להקדים את ההפלגות הממושכות לתקופה שלפני הקמת המשפחה או לדחות אותן עד לאחר שהילדים בגרו.

למרות הבדידות המאפיינת את חיי השיט, בין השייטים מתהווה קהילה בעלת זהות משותפת, הנפגשת בנמלים ברחבי העולם. מועדון Ocean Cruising Club ממחיש פרדוקס זה. אף שהוא מונה כ-3,500 חברים (חלקם שייטי עבר), תנאי הקבלה היחיד הוא זה:

The sole qualification for full membership entails stepping aboard a boat and making a continuous ocean passage of at least 1000 nautical miles, measured by the shortest practical Great Circle route between two ports, in a vessel not more than 70 feet overall length.¹

דרישה זו מבטאת את המתח המובנה בקהילה זו בין התנאי של בדידות במסע ממושך בסירה קטנה לבין השתייכות לקבוצה ייחודית. מקבתי (Macbeth, 1985, 2000) טוען כי בקהילת השייטים הרחבה קבוצה זו נתפסת כאליטה, היות שהיא מייצגת עבור רבים את יכולתם של יחידי סגולה להתנתק מלחצי העולם המודרני שהרוב נכנעים להם.

היעדר נתונים על מצב הנשים בענף

בניגוד לתחומי השיט המסחרי והתחרותי, שבהם קיימת התערבות משפטית וממשלתית בסוגיית שילוב נשים (Belcher et al., 2003; Turner, 2017; Walker, 2017), השיט הלא-מסחרי הממושך נותר מחוץ למסגרות הרגולציה והפיקוח. בהיעדר מנגנוני תיעוד ומעקב, ההערכות על העדר נשים בענף מבוססות בעיקר על תצפיות לא שיטתיות, אך ניתן להציע אקסטרפולציה בנושא זה מנתונים מתועדים על העדר נשים בתחומים משיקים.

היות שמספר הסירות המקיימות אורח חיים זה בעולם הוא כה זעום (כמצוין לעיל, בין 500 ל-2,000 בכל רגע נתון), מן הסתם גם מספר השייטים והשייטות בו קטן. לגבי המיעוט היחסי של הנשים ניתן למצוא אינדיקציות מתחומים משיקים. בענפי ספורט המוגדרים באופן ספציפי כאתגריים - הדורשים כוח והכרוכים בסיכון פיזי - מתועד תת-ייצוג נשי בולט (Costa & Guthrie, 2002). עולם הים המסחרי משקף הדרה חריפה גם כן: נשים מהוות כ-2% בלבד מכוח העבודה הימי העולמי, ואפילו במדינות אירופה הליברליות שיעורן אינו עולה על 9%, כאשר רק 7% מהן מתקדמות לתפקידי הובלה (Belcher et al., 2003). בהכשרות למקצועות ימיים נוטים לנתב נשים לתפקידים בנמלים ולא בספינות (Belcher et al., 2003; Fretter, 2016). לטענתה של ג'ינגס (Jennings, 2005), מעט הנשים המשתלבות בהפלגות נוטות להצטרף כמלוות או כנותנות שירות. הבחנות אלה מהוות אינדיקציה לא רק

¹ בתרגום חופשי: התנאי היחיד לחברות מלאה כרוך בעלייה על סיפון סירה וביצוע מעבר ימי רצוף של לפחות אלף מיילים ימיים, הנמדד על פי נתיב 'המעגל הגדול' הקצר ביותר בין שני נמלים, בכלי שיט שאורכו הכולל אינו עולה על 70 רגל.

למיעוט נשים במרחב השיט הלא-מסחרי הממושך, אלא גם לכך שרק מיעוט קטן מהן מצטרפות כשייטות מקצועיות וכמובילות של סירות.

ניתן לזהות אינדיקציות נוספות להדרת נשים מהענף אם נבחן את התיעוד הנרחב הקיים להדרת נשים בכל ענפי הספורט הימי: בגלישת גלים (Sanz-Marcos, 2021; Schmitt & Bohuon, 2021), בצלילה ספורטיבית (Wright, 2016) ובמרוצי יאכטות (Dawson, 2018; Martinez & Rodriguez, 2020). מועדוני שיט יוקרתיים רבים, כמו James Island Yacht Club ו-Lowcountry Yacht Club בדרום קרוליינה, אוסרים על חברות נשים עד היום. אחרים, דוגמת מועדון "שייטי כרמל" בישראל ו-Royal Yacht Squadron הבריטי, נפתחו לנשים רק ב-2014. גם בתחרויות שיט בין-לאומיות התקיימה הדרה רשמית: תחרות The Whitbread Round the World חסמה ב-1989 את השתתפותה של השייטת טרייסי אדוארדס (Edwards, 2001); America's Cup ו-SailGP הותירו נשים מחוץ לתחרות עד 1992 ו-2020 בהתאמה (Smith, 2021).

בכתבה בעיתון מעריב (בוחבוט, 2005) מדווח על הדרת נשים בחיל היס הישראלי:

[...] על פי המסורת בחיל, אסור לאישה להיכנס לחדר המכונות "דבור", "דבורה" או כל ספינת טילים, ויהי מה [...] "לעולם ועד לא תכנס בחורה לחדר מכונות", מסביר חובל על "דבורה" בשירות סדיר, "נעים או לא, לכל בחורה שעולה על הדבורה או כל כלי שיט אחר, מסבירים שחדר המכונות הוא מחוץ לגבול עבורה".

היות שעולם השיט הלא-מסחרי הממושך מסתמך על יכולת כלכלית, העובדה המתועדת, שלפיה לנשים עמדה כלכלית נחותה יחסית לגברים בחברה בישראל ובמערב בכלל (Trzeńska, 2024), מהווה אינדיקציה נוספת אפשרית למיעוט נשים בענף הדורש לרכוש סירות ולהימנע במשך תקופה ארוכה מעבודה מפרנסת. יתרה מכך, יכולתן של נשים לגייס מימון לפעילות ימית ממושכת קשה מזו של גברים, בשל חששן של חברות מסחריות להשקיע בהן הקשר זה, בהנחה שכישלון או אסון עלולים לפגוע במוניטין החברה (Jennings, 2005).

מתוך כ-20,000 בעלי רישיון סקיפר בישראל (משרד התחבורה והבטיחות בדרכים, 2017), יש על כן אינדיקציות כי רק מעטים פונים לאורח חיים האזוטרי הזה, ובהם רק מיעוט זעום של נשים. בישראל כלל לא קיים מחקר בנושא זה, ובעולם יש מעט מאוד מחקרים והם מתמקדים בסיפורים על כמה נשים יוצאות דופן (Henry, 2004; Schaefer, 2003). פיזורן של השייטות על פני הימים והעדר מסגרת ארגונית מקשים על איתורן ועל מחקר שיטתי בהקשר זה.

ספורט ומגדר

ההדרה של נשים מענף השיט הלא-מסחרי הממושך משקפת תופעה רחבה יותר של הדרתן בעולם הספורט. מאז ימי קדם ועד ימינו השתרשה התפיסה שההבדלים בין נשים לגברים הם עמוקים, טבעיים וקבועים, ולכל מגדר ניתן לסמן תחומי פעילות שונים המתאימים רק לו (Birrell, 2000). ספורט באופן כללי התקבע כתחום גברי מובהק, ויתרה מכך, כמופת לגבריות גבוהה המפגינה הצטיינות פיזית, מחויבות עמוקה לצוות של עמיתים, אומץ לב, חתירה לעליונות ולעמדות הובלה (Carroll, 1986). לפי תפיסה זו נשים ונשיות פוגמות בצורה האידיאלית של ספורט,

וספורט פוגע בצורה האידיאלית של נשים ונשיות (Birrell, 2000; Patel, 2021). תפיסה זו מציבה עד היום חסמים בפני נשים במגוון רחב של ענפי ספורט.

הגישה הליברלית לשילוב נשים בספורט מבוססת על התפיסה כי למעט הבדלים ביולוגיים מובהקים אין הבדלים מהותיים בין גברים לנשים בכישורים ספורטיביים (Birrell, 2000). על פי גישה זו, בהינתן תנאים שווים והזדמנויות דומות נשים יכולות להגיע להישגים ספורטיביים בתפוצה דומה לזו של גברים. תפיסה זו הובילה לשינויים מוסדיים משמעותיים בעולם הספורט.

בעקבות התבססות גישה זו חל שינוי הדרגתי בעולם הספורט, עם פתיחתם הפורמלית, בחוק ובתקנון, של ענפים רשמיים רבים להשתתפות נשים. ראוי לציין כי לפני העיגון הפורמלי התקיימו פריצות דרך בלתי פורמליות שבהן אתגרו נשים את הסטטוס-קוו והשתתפו בספורט גברי ללא הכרה רשמית. עם זאת, המיסוד הפורמלי החל להתגבר בשנות השבעים, כגון בפתיחת מרוצי פורמולה 1 וליגות כדורגל לאומיות באירופה (Williams, 2013), והתרחב בהדרגה לפתיחתם של מקצועות אולימפיים כמו הוקי קרח ב-1998 (Gilenstam et al., 2008), הרמת משקולות ב-2000 (Knowlton & Newland, 2024), היאבקות חופשית ב-2004 (Curby & Jomand, 2015) ועוד.

תהליך הפתיחה של ענפי ספורט במדינות ליברליות לנשים התאפיין בקצב איטי ובמגבלות רבות, וגם אז הוגבלה לעיתים השתתפות הנשים לקטגוריות, למסלולים ולזמני תחרות נפרדים ונחותים מאלה של הגברים (Scraton & Flintoff, 2013). מגבלות אלה בולטות במיוחד בענפים המערבים כוח פיזי, התמודדות עם תנאי טבע מאתגרים וסיכון גופני, כמו סקי אתגרי (Thorpe, 2005), קפיצות סקי (Andersen & Loland, 2017), טיפוס (Doran & Rickly, 2021), ופאוורליפטינג (Knowlton & Newland, 2024). בענפים אלה, כפי שמסבירות קוסטה וגות'רי (Costa & Guthrie, 2002), תפיסת הנשים כבלתי מתאימות נכרכה בחשש שהשתתפותן מסכנת את הספורט, את הספורטאים שלצידן ואת הספורטאיות עצמן. הגישה הליברלית נאלצה להתמודד עם ההכרה שפתיחה פורמלית של ענפי ספורט לנשים לא הצליחה ליצור בענפים אלה אקלים תומך ומזמין. אנדרסן ולולנד (Andersen & Loland, 2017) מתארות כיצד גם הנשים שעברו את סף הכניסה לספורט נתקלות ב"מאבק מתמיד על זכויות שוות" - מאבק מתיש המקדים בסופו של דבר את פרישתן; המרחב החברתי בענפי הספורט רווי בסטיגמות ובדעות קדומות על אודות "אי-התאמתן הטבעית" בעוד הגברים חשים מוזמנים ונתמכים. אקלים חברתי עוין כזה תועד במגוון ענפים: בכדורגל (Pope & Richards, 2022), בספורט מוטורי (Pflugfelder, 2009), במועדוני גולף (Hindman et al., 2023), בפאוורליפטינג (Knowlton & Newland, 2024) ובאומנויות לחימה (Kavoura et al., 2014), והוא מתבטא בשטף יום-יומי של מיקרו-התנגדויות, חלקן גלויות וחלקן סמויות, היוצרות אצל נשים לחץ נפשי כרוני (Kaskan & Ho, 2016).

המיקרו-התנגדויות באות לידי ביטוי גם בפערי משאבים, תקציבים, חשיפה תקשורתית ויוקרה, כפי שתועד בכדורגל, בכדורסל, בקריקט ובהוקי-קרח (Gilenstam et al., 2008; Pankowiak et al., 2024). יתר על כן, גם כאשר נשים ספורטאיות מצליחות למרות הכול להגיע להישגים ספורטיביים משמעותיים, הספק באשר להתאמתן מונע מהן להיות מוזמנות לתפקידי מפתח כגון אימון הדור הבא,

ניהול מועדוני ספורט או הובלת איגודים מקצועיים. כך נחסם בפניהן אופק קריירה בענף, והשליטה נותרת על פי רוב בידי גברים (Scraton & Flintoff, 2013). ענפים רבים בספורט נותרים על כן "שמורות גבריות" (Birrell, 2000, p. 61), וזאת למרות מדיניות ליברלית לפתוח אותם לנשים. התופעה כאמור בולטת במיוחד בענפים המשלבים כוח פיזי עם סיכון גבוה. מקנמרה ופרידו (McNamara & Prideaux, 2009) מצביעות לכן על כך שגם במדינות עם מדיניות ליברלית מוצהרת המאבק עובר מחקיקה פורמלית מכלילה למאמצים של שינוי בספורט של התרבות המדירה, לעיתים בהצלחה מסוימת, כגון בשיפור המתועד בתפיסות הציבור כלפי ענף כדורגל נשים (Allison et al., 2024a, 2024b).

בניתוח התרבות המדירה נשים בספורט בירל (Birrell, 2000) מצביעה על מעגל המזין את עצמו: ההנחה המושרשת שספורט מחזק זהות גברית "טבעית" משמשת כהצדקה להדרת נשים, ומיעוטן בספורט הוא הוכחת ההנחה בדבר אי-התאמתן. דפוס מעגלי זה משעתק יתרונות גברים במעוזים גבריים רבים, כגון פוליטיקה, אקדמיה וצבא (וימן וכחן, 2000; עירךיונה, 2007; Cullen & Fischer, 2014). המדיניות הליברלית המינימלית מגלה על כן שפתיחה פורמלית של ענפי הספורט אינה מביאה לחדירה משמעותית של נשים ל"שמורות הגבריות" הסגורות. נדרש מאבק פומבי כנגד הגורמים השמרניים בתוך ענפים אלה, הממשיכים לטפח את ההנחות השמרניות על אי-התאמת נשים ומביאים להמשך האפליה כלפיהן. יש לערוך תהליך חינוכי מעמיק בקרב הרוב הפתוח למהלך הליברלי, כך שיעמוד כחומה בצורה כנגד השפעתם של גורמים שמרניים מעכבים.

הפמיניזם הרדיקלי מציע ניתוח שונה לחלוטין של הבעיה ופתרונה. לפי גישה זו מקור ההנצחה של דעות קדומות כלפי נשים אינו בגורמים שמרניים מעכבים שיש לזהותם ולהרחיקם אלא בנורמות הרווחות בתרבות הרחבה ובכל מוסד חברתי – ממשפחה ועבודה ועד לכללה, פוליטיקה, דת, בידור, פרסום וכיוצא בזה, כמו גם בספורט. הבעיה לפיכך אינה נעוצה ביחידים שמרניים מעכבים, אלא במוסכמות המובנות מאליהן אצל כלל האוכלוסייה ובכלל זה גברים ונשים מכל שדרות החברה. המאבק לשוויון זכויות מחייב לנוכח זאת ערעור מקיף ויסודי של המוני התנהגויות רווחות המנרמלות פטריארכיה. זהו אם כן מאמץ קשה ויסודי יותר מזה הליברלי. בספורט, למשל, הגישה הרדיקלית נאבקת במגוון רחב של התנהגויות מושרשות: החל משימוש בשפה (כמו השימוש האוטומטי ב'הוא' כברירת מחדל בשיח הספורטיבי או הכינוי 'ספורט' לפעילות גברים לעומת 'ספורט נשים' לפעילות זהה של נשים); עבור דרך דפוס חשיבה (כגון הנטייה להתפעל מכוח ומסיכון בספורט גברי ומאסתטיקה וכן בספורט נשי); ועד להתנהלות מוסדית (כמו הקצאת משאבים עדיפה באופן 'טבעי' לקבוצות ספורט גבריות).

הדפוסים המפלים מתבטאים גם בחינוך (הנטייה האוטומטית של הורים לעודד בנים לספורט תחרותי ובנות לספורט אסתטי), בתקשורת (הרגלי צפייה המעניקים עדיפות לספורט גברי, ונטייה לצלם נשים ספורטאיות בזוויות 'אינטימיות' יותר מאשר גברים), ובעיצוב הענף עצמו (התייחסות לגוף הגברי כסטנדרט ולגוף הנשי כסטייה ממנו בעיצוב ציוד וכללי משחק).

יתרה מזאת, המאבק הרדיקלי מצביע על אפליה בהערכת הישגים (ההרגל להשוות הישגי נשים להישגי גברים ולא להפך; הנטייה לתאר ניצחונות של נשים

כמזל או רגש ושל גברים כתוצאה של יכולת או אסטרטגיה), בקידום מקצועי (הנוהג האוניברסלי לשלם יותר למאמנים גברים; הנטייה למנות גברים לתפקידי הובלה גם כאשר לנשים ניסיון זהה), ואפילו בתפיסה העצמית של נשים (הנטייה הבלתי מודעת להימנע מספורט הנתפס כ'גברי מדי' או לערער על סמכותן של מאמנות ושופטות נשים (Birrell, 2000)). דוגמאות אלו הן רק קצה הקרחון של מערכת מושרשת ורחבת היקף של דפוסים מפלים בעולם הספורט.

בתוך הגישה הרדיקלית התפתחה עמדה הגורסת כי לנוכח היקף השינוי התרבותי הנדרש, תמורה משמעותית בחוויית נשים בספורט אפשרית רק דרך separatism, יצירת מרחבים נפרדים על טהרת נשים. במרחבים אלה, הרחק מהמבט המפקח והמקטין של גברים שהתרבות ההגמונית מנרמלת (פוקו, 2015), נשים יכולות לפתח נורמליות חלופית התומכת בהן. גישה זו מיושמת בעולם השיט התחרותי בסירות על טהרת נשים כמו למשל The Maiden של טרייסי אדוארדס (Edwards, 2001).

הדיון בספורט ומגדר מספק הקשר רחב להבנת מצבן של נשים בענף השיט הלא-מסחרי הממושך. ניתוח מעמיק יותר של המגדריות בחווייתן מצריך כלים תאורטיים מופשטים יותר, המבליטים כיצד תופעות מגדריות מתקיימות באופן שונה במבנים ארגוניים שונים. להלן נציג ספרות המבחינה בין שלושה סוגים או שלוש רמות של ארגונים מגדריים, ניתוח אשר ישמש בהמשך המחקר, ובמיוחד בפרק הדיון, כדי לנסות למקם בציר שביניהם את חוויית המרואיינות את עולם השיט הלא-מסחרי הממושך.

מסגרות תאורטיות להבנת השתלבות נשים במרחבים גבריים

לשם הבנת חווייתן של נשים בענף השיט הלא-מסחרי הממושך נדרשת התבוננות דרך מסגרות תאורטיות העוסקות בארגונים 'מוטי מגדר'. מושג זה, שהציע אקר (Acker, 1990), מאפשר לבחון כיצד מבנים ארגוניים - חלוקת עבודה, הגדרת תפקידים, נוהלי עבודה והערכת ביצועים - מציגים מצג של ניטרליות ואובייקטיביות, אך בפועל מקנים יתרון מובנה לגברים ופוגעים בנשים.

בארגונים אלה נתקלות נשים במה שאיגלי וקרלי מכנות "מבוך" - אינספור מכשולים בלתי מוצהרים שקשה להגדירם במדויק, המצטברים לכדי מסלול מפותל ומתסכל (Eagly & Carli, 2007). בניגוד למטפורה המוכרת של "תקרת זכוכית", המרמזת על מחסום יחיד ושקוף, המבוך מתאר מציאות מורכבת שבה נשים נדרשות להתמודד עם אתגרים בכל שלב ושלב. בהקשר של שיט לא-מסחרי ממושך המבוך מתחיל בקשיי הכניסה לתחום (כלכליים, חברתיים, הכשרתיים) ונמשך לאורך כל ההפלגה, על הסירה, בנמלים, במועדונים וכדומה. למרות המצג שמדובר בקשיים ניטרליים, שייטות נתקלות במבוך מכשולים ששייטים גברים אינם נתקלים בו.

בארגון מסוג זה נשים חוות בלבול מתמיד: מחד גיסא, תחושת "קליטה" בארגון "ניטרלי" כביכול, המצהיר כי הוא מעריך אותן על בסיס אובייקטיבי ורציונלי; ומאידך גיסא, תחושת "דחייה" חמקמקה, שקשה להצביע על הגורם המכשיל והבולם המעורר אותה. הן נדרשות להתמודד עם שני כוחות מנוגדים בו-זמנית: כוחות של דה-מגדור, המצהירים על טשטוש הבדלים מגדריים, וכוחות של רה-מגדור, המחזקים הבחנות מגדריות (Sasson-Levy & Amram-Katz, 2007). בספרות המחקר מובאות דוגמאות רבות לחוויית בלבול או מבוכה כזו באשר למעמד

הנשים בארגון הטוען שהוא "קולט" אותו, כך למשל בקרב מפקדות בצה"ל (Karazi-Katila & Meriläinen, 2018) ונשים בדרגות אקדמיות בכירות (Presler et al., 2018). (1999).

לעומת המשגה זו, ששון-לוי (Sasson-Levy, 2011) פיתחה את המושג "ארגונים מוטי מגדר באופן קיצוני" כדי לתאר ארגונים שבהם המגדריות אינה מוסווית במצג ניטרלי, אלא היא חלק מוצהר מזהות הארגון. בצבא, בעולם הדתי ובתעסוקות המזוהות עם גברים באורח קיצוני, לב העיסוק מזוהה עם תכונות הנחשבות בחברה כטבעיות לגברים כגון כוח פיזי, סיכון, אומץ ועצמאות. בארגונים אלה הדרת הנשים מלב העיסוק נעשית במפורש ומגובה בהנמקה מסודרת, מספר הנשים בהם קטן במיוחד, ואלו המשתלבות נדרשות להפגין "גבריות" ברמה גבוהה יותר מהגברים בסביבתן.

בתוך ארגונים אלה פועל התהליך המכונה "ייצוג סמלי" (Childress et al., 1977; Kanter, 2024): כאשר קבוצת מיעוט מספרי מהווה פחות מ-15% מכלל הקבוצה, חבריה סובלים מנראות יתר, מבידוד חברתי ומלחץ להתאים לסטריאוטיפים. יודר (Yoder, 1991) הראתה כי כאשר קבוצת המיעוט היא נשים בסביבה גברית מסורתית, ההשפעות חמורות במיוחד. ניתן לראות בעולם השיט דוגמה מובהקת לארגון מוטה מגדר באופן קיצוני: המסורת הארוכה שלו כמרחב גברי, הזיהוי העמוק שלו עם תכונות הנתפסות כגבריות, והמיעוט של נשים המצליחות לחדור אליו, הופכים את מעט הנשים בו למיוצגות סמלית בלבד, והן חוות לחץ מוגבר להתיישר עם סטריאוטיפים מגדריים.

כאשר ארגונים מוטי מגדר באופן קיצוני מתקיימים במרחבים מבודדים הנמצאים הרחק ממוקדים חברתיים מרכזיים, מתפתחת אצלם דינמיקת הקצנה נוספת הניתנת להסבר באמצעות מושגיו של מישל פוקו (2015): ככל שהגברים מתרחקים מהמבט החברתי המפקח, כך נחלשת הנראות של התנהגותם והם מרשים לעצמם לשחרר רסן ביחסם לנשים. פרספקטיבה פמיניסטית בתחום "מחקרי מעקב" (surveillance studies) מדייקת רעיון זה בהבחינה בין שני סוגי מעקב: הסוג הרווח הוא המעקב האינטנסיבי של חברה פטריארכלית על נשים, המתבטא בפיקוח חברתי על התנהגותן, מראן החיצוני ומיניוּתן, והוא מהווה מנגנון שליטה גברי מרכזי (Dubrofsky & Magnet, 2015; Gurrieri & Drenten, 2022). הסוג השני, בתגובה לכך, הוא מנגנוני "פיקוח חברתי הפוך" (counter-reversed surveillance) או (surveillance watching the) אשר התפתחו בעשורים האחרונים, שבהם נשים וארגונים פמיניסטיים מפעילים דינמיקות של "הנצפות צופות בצופים" (watchers), עוקבים בדרכים שונות אחר התנהגותם של גברים וחושפים אותה לביקורת ציבורית. מנגנונים אלה כוללים חקיקה נגד הטרדות מיניות, מינוי ממונות על מניעת הטרדה מינית בארגונים, קמפיינים ציבוריים כמו #MeToo, וקבוצות התרעה החושפות לעין כול התנהגות פוגענית של גברים (Lyon, 2022; Tily et al., 2024).

במרחבים שבהם פועל פיקוח חברתי הפוך, הוא מגביר את הנראות של התנהגות פוגענית של גברים ומכוון להגביר את הריסון העצמי שלהם ביחס לנשים. ליון (Lyon, 2022) מציין עם זאת כי מנגנוני פיקוח חברתי הפוך אלה מוגבלים למרחבים ציבוריים ולארגוניים מוסדריים, והשפעתם פוחתת ככל שמתרחקים מהם.

במרחבים מבודדים נחלש אפוא כוחם של מנגנוני פיקוח חברתי הפוך, ובעקבות זאת נחלש הריסון העצמי של גברים ומתאפשרת התחזקות של התנהגויות פוגעניות. ארגונים מוטי מגדר באופן קיצוני, המצויים במרחבים מבודדים, מפתחים כתוצאה מכך גילויים חריפים של היפר-גבריות אגרסיבית (hypermasculinity, Bradley, 2021) המוקצנים יותר מאשר בארגונים מגדריים קיצוניים רגילים. תרבות אונס, שהגדיר לראשונה הרמן (Herman, 1988), מתוארת כמערכת חברתית המנרמלת אלימות מינית באינספור פרקטיקות רווחות ומאשימה את קורבנותיה. התופעה קיימת בכל ארגון מגדרי בחברה, אולם כפי שמראה פרייזר (Fraser, 2015), בסביבות של רוב גברי מוחלט המצויות במרחבים מבודדים, התנהגויות הקצה - הטרדות מיניות ואלימות מינית - עולות באופן דרמטי הן בהיקפן והן בעוצמתן. היחלשות הפיקוח החברתי בסביבות מרוחקות מאפשרת להתנהגויות-קצה שעדיין מרוסנות יחסית במרחב הציבורי, להתקיים בחופשיות. יתרה מזאת, התנהגויות אלה הופכות לחלק מהנורמות הארגוניות המקובלות והבלתי מאתגרות.

ספרות מקצועית רבה מתארת דינמיקת הקצנה מסוג זה. קרינגטון ועמיתותיה (Carrington et al., 2012) מציינות הקצנה מגדרית אגרסיבית במכרות מרוחקים באוסטרליה, ואצל בון (Bonnes, 2024) מדווחים איומים מתמשכים ויום-יומיים באונס כלפי החיילות המועטות המשרתות בבסיסים צבאיים מבודדים (עמ' 60 ו-73). ההקצנה מודגמת גם בקנדה באתרי קידוח נפט מבודדים (Miller, 2004), במרחבי הים באסדות קידוח גז, בספינות דיג מסחריות ובספינות סוחר (Belcher et al., 2003). בהקשר המחקר הנוכחי, תחום השיט הלא-מסחרי הממושך פועל אף הוא במרחב מבודד בלב ים, ומתקיימים בו תנאים המועדים להחרפה של דפוסי הטרדה, פגיעה ואלימות מינית כלפי הנשים המשתתפות בו. המחקר הנוכחי מבקש לבחון כיצד הדינמיקה המגדרית המתוארת באה לידי ביטוי בחוויית השייכות המקצועיות, ובאילו אסטרטגיות הן משתמשות כדי להתמודד עם מצבים אלה.

דיון בשלוש דרגות ההקצנה של ארגונים מגדריים - ארגונים מוטי מגדר, ארגונים מוטי מגדר באופן קיצוני וארגונים מוטי מגדר קיצוניים מבודדים - מעלה את השאלה מה משעתק או עשוי לשנות מגדריות זו. בהמשך לאופן שבו בון (Bonnes, 2024) וקרזי-פרסלר ועמיתותיה (Karazi-Presler et al., 2018) זיהו דרכי התמודדות שונות של נשים במרחבים צבאיים מבודדים, מחקר זה מבקש לבחון אסטרטגיות התמודדות של שייכות במרחבים של שיט לא-מסחרי ממושך בלב ים. המסגרת התאורטית לניתוח אסטרטגיות ההתמודדות נשענת על שלוש המשגות מרכזיות. ווסט וזימרמן (West & Zimmerman, 1987) טבעו את המושג *doing gender* כדאי להראות שמגדריות בארגון אינה תכונה ביולוגית או תפקיד חברתי טבעי וקבוע, אלא תוצר של פרקטיקות יום-יומיות המייצרות למגדריות המסורתית נראות גבוהה ומשעתקות אותה. פרקטיקות אלו כוללות למשל אימוץ אופני דיבור, תנועות גוף או לבוש המבליטים ומאששים את המגדריות המסורתית. תובנה זו הובילה למחקר של פרקטיקות *gendering* (Martin, 2003) - האופן שבו אימוץ צעצועים, שפה ומרחבים ממוגדרים מקנה למגדריות נראות "טבעית" ו"קבועה". נשים עשויות לאמץ פרקטיקות אלו בין שמתוך הזדהות עם ההבניה החברתית הנשית המסורתית, ובין שכאסטרטגיה להשתלבות מופחתת חיכוכים בעולם גברי.

באטלר (Butler, 1990) הציעה את המושג undoing gender לתיאור פעולות המערערות על מבנים מגדריים בסביבות ארגוניות. ניתן להבחין בשתי אסטרטגיות מרכזיות: האחת, "הפחתת מגדר" degendering, המזוהה עם הפמיניזם הליברלי ומכוונת להסרת סימוני מגדר במרחבים הנתפסים כניטרליים (למשל, באמצעות שפה ניטרלית ומדים אחידים); השנייה, "שיקום מגדר" regendering, המזוהה עם הפמיניזם הרדיקלי ומטפחת דמות נשית השונה מהותית מהדימוי המסורתי - דמות המפתחת תכונות אופי ודפוסי פעולה אוטונומיים, אינה כפופה למבט הגברי המפקח ומוכנה לחרוג מהנורמות החברתיות ההגמוניות.

כפי שמדגישה דויטש (Deutsch, 2007), במרחבים עם רוב גברי מסורתי נשים נדרשות תדיר להכריע כיצד להתמודד עם הציפיות המגדריות. המרחב הימי הוא דוגמה מובהקת לארגון מוטה מגדר קיצוני המתקיים בחלקו בבידוד פיזי - תנאים המאפשרים הקצנה של מגדריות מפלה. במרחב זה נשים הן מיעוט המיוצג רק סמלית ונדרשות לנווט במכשולים מבניים ותרבותיים מורכבים. הסירה היא זירה ייחודית לבחינת התמודדויות אלו: מרחבה המצומצם והאינטימי לצד השהות הממושכת בו מייצרים מעבדה טבעית לבחינת פרקטיקות מגדריות. בעוד שכוחות המגדור חזקים במיוחד, וחלוקת תפקידים מסורתית עשויה להיות משועתקת, אוכלוסיית המחקר הן נשים בעלות כישורים מקצועיים גבוהים במיוחד ואופי חזק. הן עשויות אולי לעורר תהליכי undoing gender מגוונים, תוך אתגור והמרה של תפיסות מגדריות מסורתיות. כלל האפשרויות ראויות למחקר ולבירור.

אנו מאמצות את גישתה של בירל (Birrell, 2000), שלפיה תאוריה פמיניסטית אינה מכוונת רק לשפר את הבנת המגדריות בחברה ובספורט, אלא מהווה חלק מפרויקט של שינוי חברתי:

Feminist theory is an openly political or critical practice committed not just to analyzing gender in sport but to changing those dynamics. As the grounding of a plan of action for social action or praxis, feminist theory has clear implications for social change in sport. (p. 62)²

כוונתנו איננה אם כן רק להבין את הדינמיקות המגדריות המתרחשות בסירות בלב ים, אלא גם לתרום לשיפור מצבן של שייטות בענף זה ולהגברת השתתפותן בו מעמדה של שוויון ואוטונומיה.

מטרת המחקר

המחקר התפתח מחוויותיה של הכותבת הראשונה, שייטת מקצועית עם משיכה עמוקה לים, אשר יצאה למסע שיט לא-מסחרי ממושך סובב עולם במשך כשנתיים. במהלך מסעה התחדדה בה ההכרה כי היא חווה את כל רמות ההקצנה המגדרית שתוארו לעיל: היא נמצאת לבדה בעולם של גברים, בארגון מוטה מגדר באופן קיצוני, המתקיים הרחק ממבטה המרסן של החברה ומוקפת באלימות מבנית ופיזית. שיחותיה עם שייטות מועטות שפגשה לאורך הדרך העלו כי חוויותיה

² בתרגום חופשי: תאוריה פמיניסטית היא פרקטיקה פוליטית או ביקורתית גלויה, המחויבת לא רק לניתוח מגדר בספורט, אלא לשינוי דינמיקה זו. כבסיס לתוכנית פעולה לפעולה חברתית או פרקסית, לתאוריה הפמיניסטית יש השלכות ברורות על שינוי חברתי בספורט.

משקפות תופעה רחבה יותר. על רקע זה היא ביקשה לחקור אמפירית נשים נוספות, תוך התמקדות באותן מעטות אשר כמוה הצליחו לחדור כשייטות מקצועיות אל מעוז שבו רוב גברי מוחלט – אל שיט לא-מסחרי ממושך, ותפיסתן כפוטנציאל לשינוי המגדריות של התחום בעתיד.

חוויתן של שייטות מקצועיות מתרחשת הרחק מהעין הציבורית, בלב ים, ובשל מספרן הזעום בענף, כפי שהראינו לעיל, טרם זכתה למחקר שיטתי. המחקר הנוכחי מבקש להשמיע את קולן המושק של שייטות אלה ולבחון את תובנותיהן על המרחב הימי. מטרה נוספת היא לשקול כיצד תובנות אלה עשויות לתרום להבנת תהליכים המתרחשים במעוזים אחרים של רוב גברי המרוחקים ממקומות יישוב. לבסוף, המחקר מבקש לחשוף את אסטרטגיות ההתמודדות של השייטות - חלקן עלולות להנציח את מגדריות הענף, אך אחרות עשויות לסייע להשתלבות בו מעמדה של שוויון של ועוצמה.

השיטה

כלי המחקר והמשתתפות

המחקר מבקש לחשוף את הפנומנולוגיה של נשים שהשתלבו בענף השיט הלא-מסחרי הממושך בלב ים כשייטות מקצועיות. הוא משלב מתודולוגיה איכותנית עם רפלקציה אוטו-אתנוגרפית ומתבסס על שני מקורות מידע עיקריים:

א. ראיונות עומק מובנים למחצה עם שבע שייטות מקצועיות ישראליות ושייטת בין-לאומית אחת. המחקר השתמש בשיטת 'כדור השלג' (Handcock & Gile, 2016) לאיתור המשתתפות בשל אופייה הייחודי של אוכלוסיית המחקר: היותן מיעוט קיצוני, פיזורן הגיאוגרפי (בארץ, בעולם ובימים) והעדר קשרים מוסדיים ביניהן. עם כל משתתפת נערכו שני ראיונות בין השנים 2017-2019. בראיון הראשון התבקשו המשתתפות לספר בפתיחות על חוויותיהן לפני המסע, במהלכו ואחריו. בראיון השני, בעקבות הקידוד הראשוני, הן התבקשו לעבות את דבריהן בדוגמאות עשירות. הראיונות התקיימו בעברית (למעט ראיון אחד שהתקיים באנגלית), הוקלטו, תומללו וקודדו.

ב. יומני שדה אתנוגרפיים של החוקרת הראשונה, המתעדים את חוויותיה כשייטת מקצועית לאורך עשור. היומנים כוללים תיעוד שיטתי של אינטראקציות, אירועים משמעותיים והתנסויות בשטח, ומספקים פרספקטיבה ייחודית של חוקרת-משתתפת. שילוב זה של תיעוד מחקרי וניסיון אישי מאפשר הבנה מעמיקה של הדינמיקות בשדה המחקר.

המשתתפות במחקר הן שייטות מקצועיות בטווח גילים של 29–60 שנה, בעלות ניסיון מצטבר של 5–30 שנות שיט. רובן בעלות רישיון סקיפר בין-לאומי והסמכות נוספות בתחום הימי. הן מקיימות אורח חיים המשלב תקופות ממושכות בים עם חיים על היבשה. חוויית ההפלגה הממושכת (שנה ויותר) היא נקודת מפנה משמעותית בחייהן של כל המשתתפות. לאחריה הן ממשיכות בדפוס של הפלגות קצרות יותר הנמשכות בין שבועיים לשלושה חודשים, עם צוות של 2–6 אנשים על הספינה. תדירות ההפלגות משתנה בין המשתתפות - חלקן מפליגות מספר פעמים בשנה ואחרות לעיתים רחוקות יותר – אחת לכמה שנים.

המשתתפות מייצגות מגוון רחב של רקעים מקצועיים ואישיים. חלקן משלבות קריירה בתחום הימי (הדרכה, ניהול מרכזים ימיים, הובלת יאכטות) עם עיסוקים נוספים. אחרות מקיימות קריירה עצמאית או אקדמית המאפשרת להן גמישות בניהול הזמן. רובן בעלות השכלה אקדמית, וחלקן אף ממשיכות בלימודים מתקדמים. לכולן מעמד כלכלי המאפשר להשתתף באחזקת ספינה קטנה ולהתפנות מהעבודה לפרקי זמן שונים.

היקף המחקר ומגבלותיו

היקף אוכלוסיית המחקר נקבע בראש ובראשונה בשל המיעוט היחסי של נשים המשתלבות בתחום כשיטות מקצועיות. יש הגורסים כי מספר מרואיינים קטן הוא אידיאלי במחקר פנומנולוגי (Creswell, 2013; Morse, 1994; Sandelowski, 1995), שכן הוא מאפשר העמקה משמעותית בחשיפת חוויות המשתתפות. בעוד שיטות מחקר פוזיטיביסטיות הבוחנות אוכלוסיות גדולות נאלצות להגביל את המחקר לבדיקת משתנים מוגדרים מראש, שיטות מחקר איכותניות הבוחנות מספר מרואיינים קטן פורצות גדר זו. הן מאפשרות המשך של תהליך הקידוד עד הגעה לרוויה (Marshall & Rossman, 2014; Strauss & Corbin, 1990), ובכך מסוגלות לקודד חוויה רבת דקויות שאינה ניתנת מראש להשערה אפריורית (שלסקי ואלפרט, 2007, עמ' 33, 41; שקדי, 2003, עמ' 29, 41–44, 63; Allport, 1955).

המתודולוגיה שנבחרה מתאימה במיוחד למחקר של קבוצות שטרם נחקרו בעבר ועל כן אין לגביהן השערות מפותחות, ומאפשרת על כן פיתוח "תאוריות מעוגנות שדה" (Glaser & Strauss, 1967) המבוססות על חוויותיהן. גישה זו רלוונטית במיוחד עבור חקר של קבוצות מושתקות (שלסקי ואלפרט, 2007, עמ' 29; Kincheloe & McLaren, 2002). עבורנו תשמש מתודולוגיה זו לחשיפת חוויותיהן של נשים בהקשר שלא נחקר בעבר בלב ים ואף מושתק על ידי הרוב הגברי הנתון בו, הן כדי לחשוף רכיבים סמויים במרחב הימי והן כדי להבין דינמיקות מגדריות במרחבים מבודדים עם רוב גברי מוחלט.

ניתוח נתונים

הנתונים קודדו בשלושה שלבים (Marshall & Rossman, 2001; Baptiste, 2001): (א) קידוד ראשוני – ייצור תמות הכולל תיוג פיסות מידע, קיבוץ ועיבוי בראיות; (ב) קידוד שני – ארגון של התמות לכדי מבנה; (ג) קידוד שלישי – ארגון התמות לכדי תמות על. בכל שלב התקיים תהליך של מעבר ממונחית ל-etic (Baptiste, 2001), ביקורת הדדית בין שני החוקרים וספירליות של חזרה מתמדת בין שלבי הקידוד עד "רוויה" (Marshall & Rossman, 2014; Strauss & Corbin, 1990). הקידוד הוביל לזיהוי של חוויית מלכוד בקרב המרואיינות: ככל שהן מרחיקות ללב ים למימוש חלומן, כך גוברת תרבות מגדרית מגבילה ופוגענית. המרואיינות מדווחות כי האתגר המרכזי בים הוא תרבות השייטים הסוגרת עליהן. הן מדווחות על מגוון אסטרטגיות התמודדות שלהן עם מציאות מגדרית זו, ומתוסכלות מהקושי לחולל שינוי מהותי בדפוסים המגדריים הרווחים בקרב עמיתיהם להפלגות.

ממצאים

מניתוח הראיונות עם השייטות עלו ארבעה מרכיבים מרכזיים בחווייתן: ראשית, משיכה עמוקה לאורח החיים הימי הלא-מסחרי והממושך; שנית, תחושה כי המגדריות מתעצמת או מתמתנת בהתאם למידת ריחוקן מהיבשה; שלישית, תחושת מלכוד הנובעת מכך שהמרחק מהיבשה, הנחוץ למימוש אורח החיים הימי, הוא גם זה המגביר את פגיעותן המגדרית; רביעית, מגוון אסטרטגיות התמודדות: החל בהימנעות מהפלגות וקבלת תפקידי שירות נמוכים, דרך מאבק אקטיבי על מעמדן המקצועי ופיתוח אסטרטגיות הישרדות בלב ים ועד ליצירת מרחבים אוטונומיים נשיים.

נקודת המוצא: דחייה מהיבשה ומשיכה ללב ים

נקודת המוצא שהמרואיניות מתארות היא רצונן להשתחרר מכבלי היבשה ולממש את משיכתן לחיי הים. ההתרחקות מהיבשה נחוות כהזדמנות להגשמה עצמית של חלום חיים. אילנה (34, 20 שנים בשיט) מבטאת זאת כך: "אני פשוט עצמי כשאני בים [...] הכי מאושרת, הכי רגועה, הכי טוב". ישנו רגע בחייהן שבו המאזניים בין שיקולים שונים של החיים פשוט מוטים לכיוון היציאה לים - ומתקבלת החלטה. חנה (57, 5 שנים בשיט) מעידה: "אאוט אוף דה בלו, אבל בחיי אאוט אוף דה בלו, ככה קמתי בבוקר ואמרתי 'אני רוצה'".

שיא החוויה מתרחש במעבר בין היבשה לים. לירון (36, 18 שנים בשיט) מתארת: "עד שמנתקים חבלים כל הגוף רועד מפחד. ברגע שניתקת חבלים זהו. כאילו, זה רק הכאן ועכשיו". חנה מוסיפה כי ברגע זה יש תחושת התעלות: "כשאני עומדת בסירה אני מרגישה שאני מרחפת [...] זו מין תחושת עילוי כזו שאני לא יכולה להסביר". אילנה מוסיפה גם היא: "יש מלא עוצמה של הים, של הטבע, של הרוח באוזניים, ששששש כזה [...] ליהנות מכל דבר הכי קטן שיש, מהשמש הזורחת והכוכבים".

על סף המסע: תמרורי אזהרה הנבלעים בתוך האופטימיות המקצועית והחלום הגדול

כאשר הן חולמות על מסע בים הן חוות התרגשות רבה במחשבות על המסע הימי הצפוי להן. הן מחדדות את כישורי השיט המקצועיים, מתעניינות לגבי סירות וצוותים אפשריים, מכינות ציוד, מחשבות מסלולים ועוד. זו תקופה של התרגשות, אופטימיות ותחושת כשירות. בתוך עוצמת האנרגיות הגוברת מבצבצים לפני השייטות סימני אזהרה המרמזים על קשיים עם אופי מגדרי הצפויים להן בגין היותן נשים. ראשית, הן מזהות את מיעוטן הקיצוני במרחב גברי. כפי שמציינת יונת, שייטת ותיקה (60, 40 שנים בשיט): "אני לא רואה נשים שייטות כמעט בכלל, לא בקורסים, לא במפגשים, לא בכנסים וגם לא בים". רונית, שייטת ותיקה (60, 40 שנים בשיט), מספרת אף היא: "רוב האנשים בים הם גברים ולא נשים". נוכחותן הדלה יוצרת פרדוקס: הן חשות או בלתי נראות או לחלופין בולטות מדי.

שנית, כבר בשלב התכנון הן נתקלות במיקרו התנגדויות ברמות שונות הן מהמעגל המשפחתי, ממעגל החברים ומהסביבה המקצועית. במישור המשפחתי ההתנגדות מתבטאת בחשש לשלומן. אילנה מדווחת על תגובת אימה: "מה, את לא מכירה, הם ייקחו אותך להיות השפחה שלהם". חנה: "במשפחה חשבו שאני משוגעת, שזה לא אחראי". לירון: "במשפחה ובחברה היה בערך הכול חוץ מפירגון -

'זה מסוכן, זה משעמם, מה את עושה שם?...' מורן (31, 20 שנים בשיט) מספרת, שבעת הרצאה שנתנה בנושא מסע השיט שערכה, הגיב אחד הגברים בקהל: "איפה ההורים של הבחורה הזאת? ככה מרשים לבחורה לבד להסתובב ככה?". יונת שהיא שייטת ותיקה מדווחת שכאשר היא מראה לחברים תמונות של הפלגותיה השונות, תגובה די נפוצה היא שהיא בוודאי נתקלת בהתנהגות מינית מופקרת: "חלק מהאנשים הקרובים אליי שאלו אותי שאלות כשהם ראו את התמונה שלי עם צוות של עשרה גברים [...] אוקיי אז אני מפליגה עם עשרה גברים, בסדר? מה אתם חושבים שאני עושה? שאני מזדיינת שם עם כולם?".

במישור המקצועי ההתנגדות לובשת צורה של זלזול מקצועי. חנה מתארת את תגובת עמיתיה כשרכשה סירה: 'הם אמרו 'חבל [שהיא קנתה סירה]', אמרו 'היא לא יודעת כלום, איך היא קונה סירה?' 'מה את אהבלה? את לא יודעת מה עשית ולמה קנית'. חנה מתארת כיצד גברים מסתובבים ליד הסירה שלה בנמל ומעירים הערות מתנשאות על אי-הבנתה בניהול הסירה, בעלויות הכרוכות, בבעיות הצפויות לה בנמלים השונים ולבסוף מציעים את הערכתם שהסירה בסופו של דבר לא תפליג בכלל.

שלישית, השייטות נחשפות לאווירה הרוויה במיוחד בגסויות וברמיזות מיניות. יונת מתארת כיצד בקבוצת אינטרנט לתיאום ההפלגות הוזהרה מראש: "הם אמרו לי מראש [...] שיש פה בדיחות סקסיסטיות וזה חלק מהה...". אווירה זו מלווה בהטרדות פיזיות. רונית מספרת שמרגע שעלתה לספינה העוגנת בנמל חשב הסקיפר: "שזה [הטרדות מיניות] צריך לבוא חלק מהפאקינג דיל". אומרת קייט (31, 20 שנים בשיט): "התבגרתי סביב מועדוני יאכטות, והפעם הראשונה שגבר זקן ומטריד נגע בתחת שלי הייתה כשהייתי בת 13". היא מוסיפה:

פעם שכרו אותי לעבוד על סירה בים התיכון. הרגשתי כאילו אני בדייט מהרגע הראשון שדרכתי על הסירה [...] דבר ראשון שהוא אומר לי זה "את יותר יפה מהתמונה שלך". זה היה צריך אולי להיות דגל אדום. הוא הראה לי את הסירה והתחיל לנגן לי על גיטרה, להוריד חולצה, כל מיני דברים כאלה. [הוא] ראה שאני לא מוכנה לשבת קרוב מדי אליו, שאני נרתעת כשהוא בא להזיז לי את השיער מהאוזן, מישהו שפגשתי לפני עשרים דקות. [...] 'בן אדם, מה אתה מתקרב אליי בכלל?' [צוחקת].

בעודן על היבשה או על גבי הסירה בנמל הבית תמרורי האזהרה הללו נבלעים בתוך תקופה של אופטימיות, התרגשות רבה ותחושת מקצועיות. תמרורים אלה הם חלק מאתגר רחב יותר אשר שייטות בעלות אופי חזק ומקצועיות מרובה נדרשות להתגבר עליו כדי לממש את משיכתן העזה לים. יש להתגבר על מבוך ההתנגדויות ולהמשיך הלאה - לסירות ולהפלגות.

הגברת יחסי הכוח המגדריים בהדרגה תוך כדי הפלגה: מאמונות תפלות להדרה מקצועית

עם תחילת ההפלגה מתחדד האתגר המרכזי: האינטראקציה עם חברה גברית אנטי-סוציאלית במרחב מצומצם. כפי שמסבירה אילנה: "הים הוא מדהים, אין קושי בים בכלל [...] הבעיה עם האנשים, הבעיה עם הסביבה [החברתית]". רונית מחדדת את האילוץ: "המרחב המצומצם מחייב אותך להסתדר עם אנשים שלא את

בחרת אותם [...] זה תא קטן וכל הקשיים שיש לך בחיים וגם כל הכיף שיש לך בחיים מתרכזים למקום מאוד מאוד קטן”.

זהו קושי חברתי ייחודי. הן נמצאות עם צוות גברי אנטי-סוציאלי. האנטי-סוציאליות אינה מקרית בקרב יורדי ים. אלמוג (29, 7 שנים בשיט) מעלה שאלה נוקבת: ”תכלס זה חלום של הרבה אנשים לשוט בקאריביים על סירה, למה אין איתם חברים או משפחה? למה הם מחפשים זרים שיבואו?” התשובה שהיא מציעה נעוצה בכך שרבים מהשייטים הם אנשים שאינם מסתדרים עם אחרים ועל כן נאלצים לחפש באופן תדיר אנשי צוות זרים.

במרחב גברי אנטי-סוציאלי זה מתגלה תרבות סקסיסטית בלפחות שלושה רבדים הולכים ומעמיקים. ברובד הראשון גברים מביעים בגלוי אי-נוחות מכך שהצטרפות אישה לצוות מחייבת שינויים בשגרת היום-יום על הסירה - הקצאת חדר נפרד, התחשבות מיוחדת בשימוש במקלחות ובשירותים ושינוי בהרגלי ההתנהלות החופשית שלהם במרחב המשותף. הם מדגישים את היות השינויים האלה הפרעה לשגרת החיים על הסירה.

ברובד השני יש אינספור אמונות תפלות המכוונות להגבלת נוכחותן של נשים. העולם הימי רווי באמונות תפלות כלליות - איסור על שריקה בים (אילנה, חנה ורונית), איסור על יציאה להפלגה ביום שישי, על העלאת בנות על סירה (מורן), תצפית גראנד קנרייה, (נובמבר 2013), או לבישת בגדים ירוקים (מורן, תצפית פיאל, האיים האזוריים, מאי 2014). אך מסתבר שחלק ניכר מאמונות אלו ממוקד בנשים. אילנה מציינת: ”ברור [...] אסור לאישה להפליג”, ומורן מביאה אמירה רווחת: ”נשים על הסיפון מבעיטות את הים, אישה ערומה מרגיעה את הים” (תצפית פיאל, האיים האזוריים, מאי 2014). האמונות התפלות מציגות את נוכחות הנשים בים כהיבט מיסטי ”מזיק” שיש להיזהר מפניו.

ברובד השלישי יש ביטוי להדרה מקצועית שיטתית. כפי שמסבירה אילנה: ”עולם השיט ונשים זה עולם ’אכזר’, זה עולם של גברים, אין פה אפס [...] הכול מאוד היררכי. קודם גברים: קפטן, first mate, מכונאי ועוד תפקידים, ובסוף בסוף, נשים: stewardess, maid”. אפילו כשאישה מגיעה לתפקיד בכיר, מעמדה מוקטן. אילנה מתארת: ”אמרו לי ’תביאי את הקפטן’, אני כזה ’אני הקפטן’”. חנה מספרת: ”אחד המקומיים שהיה על החוף צעק לגברים על הסירה שלי ’הי קפטן, קפטן’ אז הם צועקים לו ’ליידי קפטן, ליידי קפטן’”. כלומר יש קפטן בתור סטנדרט וליידי קפטן כזהות פחותה מן הסטנדרט. יונת ציינה: ”ההרגשה שלי, לחלק מהגברים, זה מאיים עליהם שיש סקיפרית [...] שהם ממתנינים עד שאני עושה שגיאה”.

החרפת המגדריות בלב ים: מהטרדות ללחץ מיני מתמשך

ככל שהסירה מתרחקת מהיבשה, התרבות המגדרית מקבלת צורות יותר חריפות ומתפתחת בנוסף מערכת מאורגנת של לחץ מיני מתמשך. הריחוק מהמנגנונים החברתיים המרסנים, יחד עם המרחב המצומצם והאינטימי של הסירה, יוצרים תנאים להתפתחות דפוסים קיצוניים של הטרדות, דרישות מיניות ואף איומים באונס.

המרואיינות מדווחות כי במרחבי הים רווחות נורמות המעודדות מיניות בלתי מרוסנת. אילנה מתארת:

בשיט אין מחויבות. 'אישה בכל נמלי' הוא משפט שהוא מאוד נכון – אישה בכל ערב אפילו. נתקלתי הרבה עם חברים בענייני זוגיות. אין תרבות של זוגיות בשיט [...] אין נאמנות... אתה מרשה לעצמך דברים אחרים, להיות עם מישהי ולמחרת מישהי אחרת.

השיטות מדווחות על לחץ מתמיד לקיים יחסי מין כחלק מ'עסקת החבילה' של ההצטרפות לסירה. אלמוג מתארת: "יש הרבה בנות שמגיעות ולא אכפת להן כאילו... לישון עם הקפטן במיטה... סיטואציה כזאת היא האימה שלי, שככה יקטינו אותי ויגידו לי 'את גם ככה לא מבינה, בואי תארחי לי חברה במיטה'". ככל שהספינה מרחיקה, הדרישה לקיום יחסי מין גוברת ועוברת לעיתים לפסים מאיימים. קייט מספרת על איום מפורש באונס: "בזמן שהפלגנו ליד מקסיקו, הבעלים של הסירה אמר לי שהוא יכופף אותי מעבר למעקה ויעשה בי כרצונו. אז את פועלת ואז את מתעלמת מזה אחר כך כי מה עוד את יכולה לעשות?". מורן מתעדת אירוע דומה: "הבוקר הוא [הקפטן והבעלים של הסירה] עבר כל גבול. הוא נכנס לחדר שלי כשישנתי, תפס את הבוהן ברגל שלי ואמר לי לסגור את העיניים. הוא עמד שם ערום" (תצפית סנט הלנה, מרץ 2014).

חויית המלכוד: בין מימוש חלום להגברת פגיעות

התהליך המתואר לעיל - שבו ככל שהסירה מתרחקת מהיבשה כך מחריפה המגדריות - יוצר בקרב השיטות חוויה מרכזית של מלכוד. מחד גיסא, ההתרחקות מהיבשה הכרחית למימוש חלומן ולתחושת החופש שתוארה בתחילת הדרך. כפי שמתארת אילנה: "יש מלא עוצמה של היס, של הטבע, של הרוח באוזניים [...] ליהנות מכל דבר הכי קטן שיש, מהשמש הזורחת והכוכבים". מאידך גיסא, אותה התרחקות מובילה להקצנה של תרבות מגדרית מגבילה ופוגענית כלפיהן. כך נוצר פרדוקס מרכזי בחייהן: החופש הגובר לשייטים משמעו הגבלה גוברת לשיטות.

דרכי התמודדות עם המלכוד המגדרי: מחלוקת על האסטרטגיה הראויה

ניתוח הראיונות מעלה כי המרואיינות חלוקות בשאלה כיצד להתמודד עם המלכוד המגדרי שתואר לעיל. בדבריהן משתקף רצף של אסטרטגיות התמודדות: החל בהימנעות, דרך הסתגלות, צמצום נראות (נשית וחברתית) ועד למאבק והיפרדות. להלן נבחן כל אחת מאסטרטגיות אלה.

ההימנעות, בקצה האחד של הרצף, משתקפת בראש ובראשונה בהיעדרן הכמעט מוחלט של נשים מהתחום. כפי שמעידה יונת: "אני לא רואה נשים שיטות כמעט בכלל, לא בקורסים, לא במפגשים, לא בכנסים וגם לא בים". דפוס ההימנעות ניכר גם בקרב מרואיינות שלאחר הפלגה ממושכת ארוכה מעדיפות להימנע מהפלגות ממושכות נוספות בגפן. כפי שמצהירה חנה: "לא אקנה סירה בשביל להפליג לבד. אני חושבת שאצטרך בן זוג, בת זוג, זה לא חשוב מי, שיהיה איתי מישהו". קייט מדגישה את הצורך בזהירות מיוחדת: "הדבר האחרון שאת רוצה זה להיתקע באמצע האוקיינוס עם מישהו שגורם לך להרגיש לא בנוח. כי זה ישחק לך בראש במשך שנים אחר כך".

אסטרטגיה שנייה, שעוררה מחלוקת בין המרואיינות, היא הסתגלות למבנה המגדרי הקיים. קייט מתארת כיצד הסתגלה לתרבות ההטרדות המיניות במועדוני היאכטות: "אני מניחה שגדלתי במחשבה שזה נורמלי [...] זה משהו שפשוט צריך להדחיק, לא להרגיש את זה, להמשיך עם החיים שלך [...] כשעובדים עבור גברים את

צריכה להעביר חלק מהדברים כבדיחה. לצחוק על חלק מההקשרים המיניים או הפלירטוטים". אלמוג מתארת נשים אשר מוכנות לעסקת החבילה של שיט תמורת שירות ומין: "יש הרבה בנות שמגיעות [...] שגם באמת רוצות לצאת לים, רוצות לחצות מרחקים להגיע ליבשת הבאה [...] והן מוכנות לכל מיני דברים שאני לא מוכנה. כמו רק לבשל כל ההפלה, כמו יחסים אינטימיים יותר עם בעל הסמכות". אסטרטגיה שלישית היא צמצום הנראות הנשית הנתפסת כפחות מקצועית ואימוץ מאפיינים גבריים המשדרים לסביבה יותר מקצועיות. גישה זו באה לידי ביטוי במספר אופנים. בהיבט החיצוני, קייט מתארת שינוי מכוון בהופעתה: "הייתי צריכה לשנות את האופן שבו אני מתלבשת [...] את לא יכולה להרגיש כמו אישה, להרגיש סקסית או כל דבר בסגנון כי זה יתפרש בצורה לא נכונה". היא מסבירה את הרציונל המקצועי מאחורי ההחלטה:

את עושה עבודה של גבר. זה [לבוש נשי] יכול להאט את ההתקדמות או לזרז אותה מהסיבות הלא נכונות. אני רוצה להתקדם מהסיבות הנכונות. אני מקצוענית, אני לא רוצה לקבל טובות כי מישהו חושב שיש לי תחת יפה. אני רוצה להתקדם כי אני עושה עבודה טובה.

צמצום הנראות עשוי להיות קיצוני אף יותר - לא רק הפחתת הנראות הנשית, אלא צמצום הנוכחות החברתית בכלל. קייט מתארת שינוי מהותי בדפוס האינטראקציה שלה: "פעם הייתי אדם כפי, אוהב, פתוח ואכפתי ואני עדיין כזאת, אבל רק לא מחבבת בקלות יותר [...] פשוט הייתי צריכה לעצור את עצמי מלהביע חיבה". חנה מתארת הגבלה דומה של האינטראקציות החברתיות: "מהר מאוד הייתי עומדת בסירה ומדברת עם אנשים על המזח, לא הכנסתי אף אחד לסירה". אף שאסטרטגיה זו מסייעת בהגנה מפני הטרדות, היא גובה מחיר אישי כבד, כפי שמבטאת קייט: "אני צריכה לחלוטין לשים מסיכה בעולם הזה, וזה לא הוגן. למה אני צריכה להשתנות בגלל טעויות של מישהו אחר".

בקצה הנגדי של רצף ההתמודדויות יש שייטות הנוקטות עמדה אקטיבית של מאבק על מקומן המקצועי. הן מתעקשות על הכרה ביכולותיהן המקצועיות ומתנגדות להסללה לתפקידי שירות. אלמוג, למשל, מתארת התמודדות יום-יומית עם הנחות מגדריות: "כמעט לא עובר יום שאני לא מדריכה אנשים ומישהו לא מציע לעזור לי עם הציווד של עצמי [...] כל הזמן אנשים מרגישים צורך לומר 'את צריכה עזרה?', 'לא, אני לא צריכה עזרה, אני המדריכה!!'. רונית מתארת עימות ישיר: "אמרתי 'סליחה [בכעס], אני עושה את הדברים שכולם עושים, נכון? לא תמיד רק אני צריכה לעשות קפה. אני לא מקבלת את זה". לירון מוסיפה: "זה כל הזמן מלחמה, צריך להזכיר מה היכולות שלי מעבר לניקיונות ובישולים". לירון מדגישה כיצד בלב ים היא חשה אם כן מצב של עימות ומאבק שאיננה יכולה להרפות מהם. אסטרטגיה אקטיבית נוספת מתמקדת בהישרדות פיזית ומניעת סכנות בלב ים. המרואיינות מדגישות את חשיבות ההיערכות המוקדמת. רונית ממליצה: "אני הייתי כן ממליצה לאישה לשים את הגבולות שלה די בהתחלה". קייט מדגישה את חשיבות מציאת בן ברית: "תמצאי אדם אחד שאת מרגישה שאת יכולה לסמוך עליו". חלק מהשייטות נוקטות אמצעי הגנה ישירים. מורן מתעדת ביומנה: "מאז אתמול בבוקר אני ישנה עם הסכין שלי מתחת לכרית. אני לא חושבת להשתמש בו

אבל זה משפר לי קצת את ההרגשה לדעת שהוא שם ושאני עושה משהו לשמור על עצמי" (תצפית סנט הלנה, מרץ 2014).

אסטרטגיה אחרונה, רדיקלית יותר, היא יצירת מרחבים נשיים אוטונומיים. יונת מתארת הקמת צוות המורכב כולו מנשים, המאפשר מרחב בטוח ונעים להפלגה. גישה זו, המכונה בספרות separatism, היפרדות, מבקשת ליצור 'בועה' של תרבות שוויונית בתוך המרחב הימי.

לסיכום, השייטות נוקטות מגוון אסטרטגיות התמודדות – החל בהימנעות, דרך הסתגלות וצמצום נראות, ועד למאבק והיפרדות. כל אחת מהאסטרטגיות גובה מחיר אישי ומקצועי, והבחירה מביניהן מושפעת ממכלול גורמים: השקפת עולמן של השייטות, המשאבים העומדים לרשותן ונסיבות משתנות.

סיכום הממצאים

הממצאים מצביעים על מורכבות רבה בחוויית השייטות המקצועיות. מחד גיסא, הן מונעות ממשיכה עזה לחיי הים ומחזיקות ביכולות מקצועיות גבוהות; מאידך גיסא, הן נתקלות בהדרה ובהקטנה מתמדת, שמתעצמות ככל שמתרחקים מהיבשה. על מנת להתמודד עם המלכוד הן מפתחות מגוון אסטרטגיות התמודדות - חלקן משמרות את מגדריות הענף וחלקן מבקשות לערער אותו.

דיון

ניתוח פנומנולוגי של ראיונות עם שמונה שייטות מקצועיות בעולם השיט הלא-מסחרי הממושך העלה ארבע תמות מרכזיות בחווייתן: משיכה עזה לענף המרחיק אותן מהיבשה ללב ים; תחושה כי מגדריות הענף מתעצמת ככל שגדל המרחק מהיבשה; חוויית מלכוד, שכן ההתרחקות הנחוצה למימושן העצמי היא גם זו המגבירה את פגיעותן; ומגוון אסטרטגיות התמודדות - החל בהימנעות והסתגלות, דרך צמצום נראות נשית ואימוץ מאפיינים 'גבריים', ועד למאבק אקטיבי על מעמדן המקצועי ויצירת מרחבים נשיים אוטונומיים.

בתחילת המאמר סקרנו ארבעה גופי ידע מפרספקטיבה פמיניסטית: ספורט ומגדר (Costa & Guthrie, 2002), מחקרי מעקב (Dubrofsky & Magnet, 2015; Acker, 1990; Gurrieri & Drenten, 2022; Tily et al., 2024), ארגונים מוטי מגדר (Sasson-Levy, 2011) ודרכי התמודדות עם יחסי כוח מגדריים (Butler, 1990; Deutsch, 2007). נבחן תחילה כיצד מסגרות תאורטיות אלו עשויות לפרש את דיווחי המרואיינות, אך גם נציג את מה שלדעתנו מהווה לקונה בפרשנות זו. כתוצאה מכך, אנו מציעות המשגה תאורטית חדשה 'ארגון עם מגדריות דינמית', העשויה להביא לידי פרשנות מלאה יותר של חוויית השייטות, ונדון בתרומתה.

נתחיל בבחינת תרומתם של מחקרי מעקב להבנת חוויית השייטות. ספרות מחקרי מעקב עשויה להאיר צדדים חברתיים רחבים במשיכה של השייטות והשייטים המועטים לענף האזוטרי של שיט לא-מסחרי ממושך. פרספקטיבה זו מאירה לדוגמה על העומס הכבד של מעקב ופיקוח ממשטר במגוון תחומים המוטל על רבים בחברה, ועל הרצון הרווח בקרב רבים להפחית בדרכים שונות את המעקב ואת השלכותיו הממשטרות. אולם בעוד שרצון זה רווח, היכולת לממשו באופן משמעותי וקיצוני נתונה רק למעטים. מתוך כלל האוכלוסייה רק יחידים נדירים הניחנים באופי חזק במיוחד, ביכולת מקצועית גבוהה להתמודד עם אתגרים וביכולת

כלכלית ופנאי, מסוגלים לחתור אקטיבית להתרחק ממשטור זה לתקופות ארוכות בפועל - ולממש זאת, בין השאר, בפנייה לשיט לא-מסחרי ממושך.

הפרספקטיבה הפמיניסטית במחקרי מעקב מצביעה על הבדלים מגדריים בדפוסי פיקוח חברתי. מחד גיסא, הספרות מדגישה כי עיקר המעקב הממשטר בחברה פטריארכלית מופנה כלפי נשים (Gurrieri & Dubrofsky & Magnet, 2015; Drenten, 2022). ניתן על כן להבין מדוע נשים בעלות עוצמה אישיותית, יכולת מקצועית ימית גבוהה וכישורים נדירים עשויות לראות בהתרחקות מהיבשה אמצעי להתרחקות מחברה סקסיסטית. מפרספקטיבה זו ניתן אולי לפרש את דבריה של אילנה: "אני פשוט עצמי כשאני בים", כמשקפים תחושת אותנטיות הנובעת ממרחק מהחברה הפטריארכלית שעל היבשה. מאידך גיסא, הספרות מתארת התפתחות של "פיקוח חברתי הפוך" - מנגנונים שאקטיביזם פמיניסטי פיתח כדי לעקוב אחר התנהגות פוגענית של גברים כלפי נשים ולרסנה (D'ignazio & Klein, 2023; Hand, 2023; Le, 2024; Tily et al., 2024). ניתן להבין מדוע גברים בעלי אופי חזק ויכולת מקצועית ימית גבוהה, ובמיוחד המאופיינים באנטי-סוציאליות ששיעורם בקרב המשייטים מדווח כגבוה (Lusby & Anderson, 2008) וראו גם דבריה של אלמוג (במחקר זה), עשויים לפנות לשיט הלא-מסחרי הממושך כדרך להתרחק "מפיקוח חברתי הפוך" זה. כך מאירים מחקרי המעקב כיצד המרחבים הימיים נתפסים הן על ידי שייטות והן על ידי שייטים כהבטחה להגברת אותנטיות דרך הפחתת פיקוח חברתי - מניע משותף להפלגה ללב ים.

מתוך ניתוח המניעים השונים של נשים וגברים לצאת לים מתבהר הפרדוקס המרכזי בחוויית השייטות. ככל שהשייטים מתרחקים ממנגנוני "פיקוח חברתי הפוך", הם משחררים רסן ומגבירים את יחסי הכוח המגדריים בתוך הסירה. ככל שהמרחק גדל וחופש הגברים האנטי-סוציאליים גובר, כך מתעצמת התנהגות מקטינה, מדירה ופוגענית כלפי השייטות עד כדי היפר-גבריות אגרסיבית (Bradley, 2021). באופן פרדוקסלי ההבטחה של חופש ממשטור, בעת התממשותה עבור השייטים, פוגעת בשייטות.

הפרדוקס שזיהינו באמצעות פרספקטיבת מחקרי המעקב מחייב אותנו לבחון כעת את חוויית השייטות באמצעות מסגרת תאורטית נוספת. כדי לתאר את חוויית השייטות בשיט הלא-מסחרי הממושך בפועל לעומת ההבטחה שקיוו לה - נתייחס למסגרת התאורטית שהציעה ששון-לוי: "ארגון מוטה מגדר באופן קיצוני" (Sasson-Levy, 2011). מסגרת זו מזהה מאפיינים בולטים בדיווחיהן של השייטות: ייצוג סמלי בלבד של נשים (Childress et al., 2024; Kanter, 1977) על סירות עם רוב גברי מוחלט, יחסים מגדריים המוצהרים ומנומקים בגלוי כחלק מליבת הענף, המובילים להקצנה מתמדת של הקטנה, הדרה ופגיעה בנשים. אלא שהמשגה זו אינה לוכדת את מלוא מורכבות החוויה המדווחת. המרואיינות מתארות למעשה מופעים מגדריים המשתייכים לכל שלוש הקטגוריות המתוארות בסקירה הספרותית באשר להעדפה מבנית לגברים בארגונים שונים: בנמל הבית הן נתקלות בהעדפה המוסווית במצג של ניטרליות (Acker, 1990); בהפלגה במרחבי הים הן חוות מגדריות מוצהרות ומוקצנת (Sasson-Levy, 2011); ובלב ים הן נתקלות בהתנהגות אגרסיבית המאפיינת ארגונים מוטי מגדר קיצוניים במרחבים מבודדים (Bonnes, 2024; Carrington et al., 2012).

חוסר ההתאמה בין המסגרת התאורטית הקיימת לבין מורכבות החוויה המדווחת מוביל אותנו להציע קטגוריה חדשה בטיפולוגיה של ארגונים מוטי מגדר. כדי לתאר את מלוא מורכבות חוויית השייכות אנו מציעות קטגוריה שטרם הוצעה בספרות: "ארגון עם מגדריות דינמית" (*dynamically gendered organization*). בניגוד לקטגוריות הקיימות המניחות עוצמה קבועה של יחסי הכוח המגדריים, בארגון מסוג זה דפוסי ההעדפה המבנית משתנים בהתאם למרחק מאזורי "פיקוח חברתי הפוך" (Tily et al., 2024). זוהי קטגוריה המתארת ארגון שבו הגברים והנשים נתונים במעבר מתמיד בין שלושת המצבים שתוארו בספרות, וזאת בהתאם למידת המרחק ממוקדים שבהם התנהגות סקסיסטית עשויה להיות חשופה לביקורת ולסנקציות חברתיות.

המשגה זו מאפשרת לזהות כיצד עוצמת המגדריות משתנה בהתאם למרחק מאזורי פיקוח חברתי. ככל שהארגון קרוב לאזורי "פיקוח חברתי הפוך", העדפה מבנית לגברים מוסווית במצג של ניטרליות המציבה את הנשים ב"מבוכ" המערים מכשולים ללא שקיפות" (Eagly & Carli, 2007). התרחקות מהמרחב המפוקח מחלישה את הריסון העצמי של הגברים, והארגון מתדרדר בהדרגה למצב שבו ההעדפה המגדרית מוצהרת ומוקצנת. בנקודת הריחוק המקסימלית, היחלשות הריסון נעשית כה לגיטימית עד שהארגון הופך היפר-גברי ואגרסיבי ומסכן את ביטחונן של הנשים.

מודל תאורטי זה של דינמיקת השתנות מגדרית בהתאם למרחק מפיקוח חברתי משתקף בבירור בדיווחי המרואיינות מעולם השיט הלא-מסחרי הממושך: בעודן על היבשה הן פועלות מתוך רטוריקה ליברלית של שוויון לצד תמרורי אזהרה מגדריים היוצרים מבוכ של מכשולים. בהפלגה עצמה מתפתחת הדרה גלויה ומנומקת מחלקים בסירה, מההווי הבלתי פורמלי ומתפקידים מקצועיים. ולבסוף - בלב ים מתפתחת התנהגות היפר-גברית המסכנת את גופן. המגדריות בענף נחוות אפוא כדינמית, עולה ויורדת בהתאם למרחק מנמל הבית ומהפיקוח החברתי שהוא מייצג.

לאחר שבחנו את יישום המשגה בענף השיט הלא-מסחרי הממושך, חשוב להדגיש כי ערכה של המשגה החדשה חורג מעבר לענף ספציפי זה. תרומתה המרכזית טמונה בהפניית תשומת הלב לאפשרות קיומם של מאפיינים מגדריים ייחודיים בענפים ובארגונים הנעים במרחב ומציבים את המשתתפים בהם במרחקים משתנים ממוקדי פיקוח חברתי. ניתן ליישם את המודל התאורטי בחקר דינמיקות מגדריות במגוון ענפי ספורט אתגרי: בטיפוס הרים – שבו המטפסים נעים בין מחנות בסיס מפוקחים למסלולי טיפוס מבודדים בגבהים; בצלילה ספורטיבית - שבה הצוללים נעים בין מועדוני צלילה חופיים מוסדרים לאתרי צלילה מרוחקים; ובספורט מוטורי מדברי - שבו המתחרים נעים בין מתחמי תחרויות מאורגנים למסלולים בעומק המדבר. בהקשר רחב יותר, המשגה עשויה להפנות תשומת לב מחקרית לשינויים ברמה המגדרית בארגונים מסוגים שונים, כגון חברות כרייה, קידוחי נפט או יחידות צבאיות, הנתונים כל העת בתנועה בין מרחבים הנתונים לפיקוח חברתי הפוך הדוק לבין כאלה שבהם הפיקוח רופף.

לצד הרחבת תחומי היישום של המשגה החדשה חשוב להצביע על תרומתה התאורטית הנוספת: זיהוי עומס ייחודי המוטל על נשים בארגונים דינמיים אלה.

בעוד שהספרות הקיימת מתארת את התמודדות הנשים עם היבטים קבועים של מגדריות, המושג "ארגונים עם מגדריות דינמית" שאנו מציעות מאפשר לזהות כיצד נשים המשתתפות בהם נדרשות להעריך ללא הרף את מצבן ולהתאים מחדש את אסטרטגיות ההתמודדות שלהן. אל האתגרים המקצועיים והפיזיים של השיט ולקשיים של מיעוט נשי בחברה בעלת רוב גברי מוחלט מתווסף על כן עומס נוסף: דריכות של התאמה ללא סוף ליחסי הכוח המשתנים תדיר. חוסר היציבות הזה מחייב ערנות מתמשכת ושינויים בדפוסי התנהגות, באסטרטגיות הישרדות ובמערכות יחסים - לעיתים אף במהלך הפלגה בודדת.

בעוד התרומות הקודמות התמקדו בהרחבת תחומי היישום ובזיהוי העומס הייחודי על נשים, תרומה שלישית של ההמשגה החדשה היא בהעמקת הבנתנו את דרכי ההתמודדות שהשיטות מדווחות עליהן. באטלר (Butler, 1990) מספקת לנו תשתית ראשונית להבחין בין אסטרטגיות המנציחות ומערערות מגדר. על בסיס התאוריה שלה ניתן להבחין בראיונות בדיווחים של שני סוגים רחבים של אסטרטגיות התמודדות. מצד אחד, דיווחים על אסטרטגיות ששיטות נוקטות, המנציחות בפועל את מגדריות הענף, כגון דפוסים של הסתגלות והימנעות: נשים רבות נמנעות מראש משיט, חלק מהשיטות נמנעות מהפלגות ארוכות, אחרות מצמצמות את נראותן בדרכים שונות, חלק מאמצות מאפיינים גבריים כדי להיטמע ברוב הגברי המוחלט, חלק מוכנות לקבל על עצמן תפקידי שירות נמוכים על הסירה למרות הכשרתן כשיטות מקצועיות, אחרות מפתחות יחסים אינטימיים אופורטוניסטיים, ויש המפתחות טכניקות הישרדות סמויות על מנת למנוע מראש פגיעה מינית בהן.

מצד שני, דרך הפרספקטיבה של באטלר ניתן להבחין בראיונות בדיווחים על אסטרטגיות המערערות את המשך המגדריות של הענף, ובכללן מאבק בלתי פוסק על מעמדן המקצועי, ניסיונות ליצור במרחבי הים מרחבים נשיים אוטונומיים וטכניקות הישרדות גלויות המיועדות למניעת פגיעה מינית.

התאוריה של באטלר מסייעת אם כן לזהות את ההבדל בין אסטרטגיות של השיטות המנציחות או המערערות את מגדריות הענף. הבחנה זו מאפשרת לפרש את ההבדלים בין השיטות על בסיס האסטרטגיות שכל אחת מהן בוחרת לאמץ בהתאם למאפייני אישיותה ולשיקול דעתה. חשוב להדגיש כי בעוד תאוריה זו עלולה להיתפס כמבססת את בחירת האסטרטגיות בעיקר על מאפייני האישיות של השיטות, המשגת הארגון עם המגדריות הדינמית שאנו מציעות מעניקה ממד פרשני נוסף. ממד זה מבהיר כי הבחירה של שיטות באסטרטגיות התמודדות עם מגדריות הענף אינה תלויה רק במאפייניה האישיים של השיטות, אלא מושפעת מהותית מההשתנות המתמדת של ההקשרים המגדריים בארגון הנע במרחב. היות שרמה זו כרוכה במרחק היורד והעולה מפיקוח חברתי הפוך, ניתן לשער קשר בין אסטרטגיות התמודדות למרחק מן היבשה. ככל ששיטת סמוכה ליבשה, היא מגובה בתמיכה מצד "פיקוח חברתי הפוך" רב יותר ויכולה להיאבק על מקומה בענף הגברי ביתר קלות. קל לה יותר לנקוט אסטרטגיות מערערות מגדר, כגון הסמכה להיות סקיפריט, קניית סירה, איסוף צוות, הובלת סירה וכיוצא בזה. התנועה המתמדת במרחב מייצרת תנאים שונים להתמודדות - תנאים המשתנים לא רק בין שיטות שונות, אלא גם עבור אותה שיטת בנקודות שונות במסעה.

ככל שהסירה מתרחקת מ"פיקוח חברתי הפוך" ללב ים וחברת הרוב הגברי סביבה מקצינה, השייטת נאלצת להתמודד עם שטף גובר של הקטנות, הדרות ופגיעות. מחיר ההתמודדות המערערת מגדר הולך וגובר בדמות חיכוכים ועימותים המערימים קשיים על ההפלגה. אל מול שטף ההתנגדויות המגדריות עשויה שייטת לשלם מחיר הולך וגובר בכעס ובעימותים מתמשכים. במצב זה, 'חוכמת הרחוב' המעשית בלב ים עשויה להתבטא בחיפוש פתרונות מיידיים להפחתת חיכוך ולהמשך הפלגה חלקה. המחלוקת על אסטרטגיות התמודדות עם המגדריות של הענף משקפת לפי פרספקטיבה זו לא רק הבדלים אישיותיים בין השייטות, אלא גם את ההקשרים המשתנים שבהם הן נמצאות. כך ההמשגה החדשה מאפשרת להסביר אסטרטגיות ההתמודדות מערערות מגדר בקרבת היבשה ומנציחות מגדר בריחוק ממנה.

לאחר שזיהינו כיצד המשגת הארגון עם המגדריות הדינמית מאפשרת הבנה מעמיקה יותר של אסטרטגיות ההתמודדות השונות, ניתן לזהות תרומה רביעית של המשגה זו: שינוי תפיסתנו באשר לאופי המאבק לשינוי מגדרי. התפיסה המקובלת רואה במאבק המגדרי התנגשות מתמדת בין כוחות מנציחים ומערערים, המחייבת את הנשים, בכל מצב, לבחור בין עימות או כניעה. לעומת זאת, המשגת המגדריות הדינמית מציעה ראייה מורכבת יותר של שינוי חברתי. ראייה זו מזהה כי עוצמת המגדריות משתנה במרחב, ועל כן מאפשרת לנשים לנהל מאבק מושכל: להשקיע משאבים בזירות שבהן הסיכוי לשינוי גבוה יותר, ולפתח אסטרטגיות הישרדות בזירות שבהן המחיר של עימות גבוה מדי עבורן. גישה זו מזהה שני כיווני פעולה הקשורים לדינמיות המגדרית במרחב.

כיוון הפעולה הראשון הוא מציאת דרכים "להאריך" את מוטת המעקב ההפוך על גברים אל תוך המרחבים המבודדים. בכך המאמר מבקש לעודד דיון כיצד ניתן לאזן בין השאיפה הבסיסית של אורח החיים להתנתקות, שאיפה שהיא בליבת המשיכה לתחום הן אצל השייטים והן אצל השייטות, לבין הצורך לקדם על פני הסירה בכל אופן תחושה של מעקב ממשטר. זאת למשל דרך אמצעים טכנולוגיים כגון בלוגים, תקשורת אינטרנטית שוטפת עם מרכזים חברתיים, מצלמות או מיסוד של דיווחים במועדונים ובאתרים הנמצאים על היבשה. דרכים אלה עשויות לשמש 'עיניים חברתיות' לטובת נשים גם במרחקים גדולים מהיבשה. הדיון נחוץ היות שהוא פועל בניגוד למהות של ניתוק מחברה מאורגנת שהשייטות עצמן מבקשות, ועל כן יש למצוא דרך מורכבת לקיים אותן על מנת לאזן את המגדריות המוקצנת במופעים של הארגון בלב ים.

כיוון הפעולה השני נובע מההבנה שמאבק מגדרי אינו חייב להתנהל בכל זירה באותה עוצמה. בענף השיט הלא-מסחרי הממושך, למשל, מאבק זה קשה במיוחד וגובה מחירים כבדים כאשר הוא מנוהל על ידי שייטת בודדת בסירה עם רוב גברי מוחלט בלב ים. ההמשגה של מגדריות דינמית מצביעה על הערך האסטרטגי של ניצול המרחב 'הארגוני' הקרוב יותר למרכזי הפיקוח החברתי הפוך, שהוא סובלני ומכיל יותר כלפי צורכי נשים, כולל יותר נשים העשויות לתמוך זו בזו ומגובה בתקנונים ובנורמות ליברליות מוצהרים. השינוי המגדרי בענף השיט הלא-מסחרי הממושך עשוי, אם כן, להתחולל דווקא על היבשה. סצנת המועדונים הימיים, המכנסת את השייטים והשייטות לקהילה מודעת, יכולה לשמש קרקע פורייה להבלטת המגדריות של הענף ולקידום חינוך המשתתפים לשינוי תרבותי מקיף. שימוש מודע ומכוון

במרחב זה, הקרוב למוקדי הפיקוח החברתי הפוך, עשוי להוביל לשינויים שיופנמו גם בלב ים.

בטרם נסכם את הדיון בתרומות המשגה החדשה חשוב להבהיר כי הצעתנו לפעולה אסטרטגית בזירות השונות אינה קוראת לוותר על מאבק בלב ים, אלא מציעה הבנה מורכבת יותר של אסטרטגיות שינוי המתחשבות בעוצמה המשתנה של מגדריות במרחקים השונים מפיקוח חברתי הפוך. עם זאת, הראיונות הצביעו גם על שייטות בעלות נחישות ויכולת עמידה בלחצים ההולכים וגוברים, המוסיפות להיאבק על מקומן השווה גם בלב ים חרף המחיר האישי הכבד במרחב כה מבודד מפיקוח חברתי הפוך. מאבקן מעורר השראה ומהווה מודל חשוב לשינוי. יתרה מזאת, כפי שעולה מדבריה של יונת, קיימת גם אפשרות להפלגה בסירות עם רוב נשי או על טהרת נשים, המייצרות מרחב ימי חלופי המערער על ההגמוניה הגברית בלב ים. אפשרויות אלו של מאבק עיקש ויצירת מרחבים אוטונומיים מדגימות כי גם בלב ים ניתן לקיים התנגדות משמעותית למגדריות המוקצנת.

סיכום

מחקר זה בחן את ענף השיט הלא-מסחרי הממושך - אורח חיים אזוטרי הפונה למעטים המבקשים התנתקות ממושכת מהחברה. היות שהתחום מאופיין ברוב גברי מוחלט ביקשנו לבחון אותו מזווית מגדרית. המחקר נקט מתודולוגיה פנומנולוגית כדי לחשוף את קולן של שמונה שייטות שבחרו להצטרף למעוז גברי זה. ניתוח הראיונות חשף ארבע תמות מרכזיות: משיכה עזה להתרחקות מהיבשה, הקצנה של המגדריות ככל שהמרחק מהחוף גדל, חוויית מלכוד הכרוכה בהתרחקות ומגוון אסטרטגיות התמודדות עם חוויית מלכוד זו.

המשגות מרכזיות בספרות התאורטית, החל מספורט ומגדר ומחקרי מעקב, דרך ספרות המנתחת ארגונים מוטי מגדר ועד לתאוריות הבוחנות דרכי התמודדות עם יחסי כוח מגדריים – מסייעות לפרש מרכיבים שונים בחווייתן הלא פשוטה של השייטות. אולם הספרות הקיימת אינה מתייחסת לתופעה מרכזית העולה מדיווחי השייטות: שינויים ברמת המגדריות בהתאם למרחק מהיבשה. המרואיינות מדווחות ביבשה על מאפיינים של הסוואת ההעדפה המובנית לגברים, בעת ההתרחקות מהיבשה על מאפיינים של העדפה מוצהרת וקיצונית, ובלב ים על מאפיינים של היפר אגרסיביות. תופעה זו של עלייה וירידה במגדריות בהתאם למרחק מהיבשה הביאה אותנו להציע להרחיב את הטיפולוגיה הקיימת של ארגונים מוטי מגדר בקטגוריה חדשה: 'ארגון עם מגדריות דינמית'. קטגוריה זו מצביעה על תופעה שטרם זוהתה בספרות: ארגונים מגדריים הנעים במרחב, אשר המרחק המשתנה ממרכזי 'פיקוח חברתי הפוך' מביא לעלייה ולירידה במגדריות המתקיימת בהם. השפעת המרחק על דפוסי הארגון היא מכרעת. בניגוד לקטגוריות הקיימות המניחות עוצמה קבועה של יחסי כוח מגדריים אופייניים, קטגוריה זו מתארת ארגונים שבהם המגדריות משתנה דינמית.

ההמשגה החדשה תורמת ארבע תובנות: זיהוי קטגוריה ארגונית חדשה הנעה במרחב; חשיפת העומס הייחודי על נשים הנדרשות להתאים ללא הרף אסטרטגיות

התמודדות; הבנה חדשה של בחירת אסטרטגיות התמודדות; והבנה עמוקה יותר של דרכי המאבק המגדרי כמורכב ותלוי הקשר דינמי.

לצד אסטרטגיות מאבק מגדרי כגון הארכת הפיקוח החברתי למרחבים מבודדים בלב ים ויצירת מרחבים נשיים אוטונומיים, ההמשגה מציעה גם כי המאבק צריך לאזן בין פעולה במרחב המועדוניים הימיים ביבשה לבין מאבק בלב ים. כל זירה מציעה מאפיינים שונים שצריכים להישקל על ידי שייטות ושייטים המבקשים לשנות את תרבות הדרת הנשים מענף השיט.

תובנות מחקר זה תומכות בקידום דיון מעמיק בקהילת השיט העולמית והישראלית במטרה לאפשר ליותר נשים לממש את שאיפותיהן האישיות בים מבלי לוותר על ביטחון ועל מעמדן השווה. התרומות התאורטיות שלהן עשויות להאיר גם מאבקים מגדריים בתחומים אחרים המתאפיינים בתנועה במרחב ובמרחק משתנה ממוקדי פיקוח חברתי.

מקורות

בוחבוט, א' (2005, 16 בנובמבר). בחורה בספינה – מזל רע – NRG מעריב.
וימן, ג' וכהן, י' (2000). עולם הולך ונעלם? על נשים בתעמולת הבחירות בישראל.
קשר, 28, 53–62.

משרד התחבורה והבטיחות בדרכים (2017). *הסמכת משיטים – תכנית להפחתת נטל רגולטורי – דו"ח מסכם*.

עירן יונה, מ' (2007). אשת חיל והגבר החדש: שני מודלים של "משפחה אידיאלית" והשלכותיהם על הסדרים מגדריים במשפחות של נשים וגברים המשרתים בצה"ל. *סוציולוגיה ישראלית*, ח(2), 209–239.

פוקו, מ' (2015). *לפקח ולהעניש: הולדת בית הסוהר* (ד' יואל, מתרגם). רסלינג.
שלסקי, ש' ואלפרט, ב' (2007). *דרכים בכתיבת מחקר איכותני: מפירוק המציאות להבנייתה כטקסט*. מכון מופ"ת.

שקדי, א' (2003). *מילים המנסות לגעת: מחקר איכותני – תאוריה ויישום*. הוצאת רמות.

Acker, J. (1990). Hierarchies, jobs, bodies: A theory of gendered organizations. *Gender & Society*, 4(2), 139–158.
<https://doi.org/10.1177/089124390004002002>

Allison, R., Culvin, A., & Pope, S. (2024a). 'They are doing it because they love it': U.S. and English fan perceptions of women footballers as 'role models.' *Sport in Society*, 27(10), 1529–1548.
<https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2304230>

Allison, R., Gemar, A., & Pope, S. (2024b). Americans' attitudes towards the U.S. women's national soccer team. *Soccer & Society*, 24(1), 146–159. <https://doi.org/10.1080/14660970.2024.2426089>

Andersen, W., & Loland, S. (2017). Jumping for recognition: Women's ski jumping viewed as a struggle for rights. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(3), 359–365.
<https://doi.org/10.1111/sms.12662>

Baptiste, I. (2001). Qualitative data analysis: Common phases, strategic differences. *Forum: Qualitative Social Research*, 2(3).

- Belcher, P., Sampson, H., Thomas, M., Zhao, M., & Veiga, J. (2003). *Women seafarers: Global employment policies and practices*. International Labour Organization.
- Birrell, S. (2000). Feminist theories for sport. In J. Coakley & E. Dunning (Eds.), *Handbook of sport studies* (pp. 61-76). SAGE Publications.
- Bonnes, S. (2024). Not Safe at Work, Not Safe at Home. In *Hardship Duty: Women's Experiences with Sexual Harassment, Sexual Assault, and Discrimination in the US Military* (chapter 3, pp. 57–84). Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780197636244.003.0003>
- Boyd, I., Rubin, G. J., & Wessely, S. (2012). Taking refuge from modernity: 21st century hermits. *Journal of the Royal Society of Medicine*, 105(12), 523-529. 10.1258/jrsm.2012.120060.
- Bradley, A. (2021). Combat masculinity, military culture, and the challenges of inclusion. *Gender, Work & Organization*, 28(2), 628-644.
- Butler, J. (1990). *Gender trouble: Feminism and the subversion of identity*. Routledge.
- Carreiras, H. (2015). Gender and civil-military relations in advanced democracies. *Res Militaris*, 1(5), 1–18.
- Carrington, K., Hogg, R., McIntosh, A., & Scott, J. (2012). Crime talk, FIFO workers and cultural conflict on the mining boom frontier. *Australian Humanities Review*, 53, 1–14.
- Carroll, J. (1986). Sport: Virtue and grace. *Theory, Culture & Society*, 3(1), 91-98. <https://doi.org/10.1177/0263276486003001008>
- Childress, C., Nayyar, J., & Gibson, I. (2024). Tokenism and its long-term consequences: Evidence from the literary field. *American Sociological Review*, 89(1), 31-59.
<https://doi.org/10.1177/00031224231214288>
- Costa, D. M., & Guthrie, S. R. (2002). *Women and sport: Interdisciplinary perspectives*. Human Kinetics Publishers.

- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Crompton, J. (1979). Motivations for pleasure vacation. *Annals of Tourism Research*, 6, 408–424. [https://doi.org/10.1016/0160-7383\(79\)90004-5](https://doi.org/10.1016/0160-7383(79)90004-5)
- Cullen, P., & Fischer, C. (2014). Conceptualising generational dynamics in feminist movements: Political generations, waves and affective economies. *Sociology Compass*, 8(3), 282–293. <https://doi.org/10.1111/soc4.12131>
- Curby, D. G., & Jomand, G. (2015). The evolution of women's wrestling: History, issues and future. *International Journal of Wrestling Science*, 5(1), 2-12. <https://doi.org/10.1080/21615667.2015.1040536>
- Dawson, K. (2018). *Undercurrents of power: Aquatic culture in the African diaspora*. University of Pennsylvania Press.
- Deutsch, F. M. (2007). Undoing gender. *Gender & Society*, 21(1), 106–127.
- D'Ignazio, C., & Klein, L. F. (2023). *Data feminism*. MIT Press.
- Doran, A. (2016). Empowerment and women in adventure tourism: A negotiated journey. *Journal of Sport & Tourism*, 20(1), 57–80. <https://doi.org/10.1080/14775085.2016.1176594>
- Doran, A., & Rickly, J. (2021). Climbing capital: Authenticity, commercialization and the commodification of indoor climbing. *Annals of Leisure Research*, 24(3), 372-392.
- Dubrofsky, R. E., & Magnet, S. A. (Eds.). (2015). *Feminist surveillance studies*. Duke University Press.
- Eagly, A. H. & Carli, L. L. (2007). *Through the labyrinth: The truth about how women become leaders*. Harvard Business Press. <https://doi.org/10.1108/01437730910935800>
- Edwards, T. (2001). *Maiden: The incredible true story of the first all-female crew to sail around the world*. Simon & Schuster.

- Fraser, C. (2015). From ladies first to asking for it: Benevolent sexism in the maintenance of rape culture. *California Law Review*, *103*, 141–203.
- Fretter, H. (2016, December 5). Why don't more women hold professional sail qualifications? *Yachting World*.
- Gilenstam, K., Karp, S., & Henriksson-Larsén, K. (2008). Gender in ice hockey: Women in a male territory. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *18*(2), 235–249.
<https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2007.00665.x>
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory*. Aldine.
- Gurrieri, L., & Drenten, J. (2022). *Big Brother is monitoring: Feminist surveillance studies and digital consumer culture*. Routledge.
- Hand, L. C. (2023). Data feminism [Book review]. *Public Administration Review*, *83*(2), 314–316.
- Handcock, M. S., & Gile, K. J. (2011). On the concept of snowball sampling. *arXiv preprint arXiv: 1108.0301*.
- Hardin, M., & Shain, S. (2005). Female sports journalists: Are we there yet? 'No'. *Newspaper Research Journal*, *26*(4), 22–35.
<https://doi.org/10.1177/073953290502600403>
- Hauser, O. (2017). Doing army or feeling army? What makes women feel organizational belonging in the Israeli defence forces? *Journal of Political & Military Sociology*, *40*, 59–95.
<https://doi.org/10.4324/9781315126579-3>
- Henry, P. (2004). *By the grace of the sea: A woman's solo odyssey around the world*. McGraw Hill Professional.
- Herman, D. (1988). The rape culture. *Culture*, *1*(10), 45–53.
- Hindman, L. C., McGinnis, L. P., & Marcus, B. (2023). At work and at play: A plan to increase the number of women in golf. *Case Studies in Sport Management*, *12*(S1), S1–S6.
<https://doi.org/10.1123/cssm.2022-0031>

- Hutch, R. (2005). Under sail alone at sea: A study of sport as spiritual practice. *Journal for the Academic Study of Religion*, 18(1), 3–24. <https://doi.org/10.1558/arsr.2005.18.1.3>
- Hutch, R. (2019). Sailing seas alone: Sporting performance and spiritual insight. *Researcher: European Journal of Humanities & Social Sciences*, 2(4), 69–93. <https://doi.org/10.32777/r.2019.2.4.5>
- Iso-Ahola, S. (1997). A psychological analysis of leisure and health. In J. Haworth (Ed.), *Work, leisure and well-being* (pp. 131-144). Routledge.
- Jennings, G. R. (1999). *Voyages from the centre to the margins: An ethnography of long term ocean cruisers* [Doctoral dissertation]. Murdoch University.
- Jennings, G. R. (2005). Caught in the irons: One of the lived experiences of long-term ocean cruising women. *Tourism Review International*, 9(2), 177–193. <https://doi.org/10.3727/154427205774791681>
- Jirásek, I., & Hurych, E. (2019). Experience of long-term transoceanic sailing: Cape Horn example. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 28, 100221. <https://doi.org/10.1016/j.jort.2019.04.003>
- Kanter, R. M. (1977). Some effects of proportions on group life: Skewed sex ratios and responses to token women. *American Journal of Sociology*, 82(5), 965-990. <https://doi.org/10.1086/226425>
- Karazi-Presler, T., Sasson-Levy, O., & Lomsky-Feder, E. (2018). Gender, emotions management, and power in organizations: The case of Israeli women junior military officers. *Sex Roles*, 78(7–8), 573–586. <https://doi.org/10.1007/s11199-017-0810-7>
- Kaskan, E. R., & Ho, I. K. (2016). Microaggressions and female athletes. *Sex Roles*, 74, 275-287. <https://doi.org/10.1007/s11199-014-0425-1>
- Katila, S., & Meriläinen, S. (1999). A serious researcher or just another nice girl? Doing gender in a male-dominated scientific community. *Gender, Work & Organization*, 6(3), 163–173. <https://doi.org/10.1111/1468-0432.00079>

- Kavoura, A., Kokkonen, M., & Ryba, T. V. (2014). *The female fighter phenomenon in Denmark and Greece: Exploring gender dynamics in judo*. Common Ground Publishing.
- Kincheloe, J. L., & McLaren, P. (2002). *Rethinking critical theory and qualitative research*. Rowman & Littlefield Publishers.
- Knowlton, M., & Newland, B. L. (2024). Beyond the barbell: Women in strength-based sports and the reshaping of gender norms. *Sex Roles, 99*(11), 1567-1584. <https://doi.org/10.1007/s11199-024-01521-x>
- Le, T. (2024). Data, anecdotes, anecdotal data: Feminist data activism against gendered violence post #MeToo. *Big Data & Society, 11*(4). <https://doi.org/10.1177/20539517241306347>
- Lusby, C. M., & Anderson, S. (2008). Ocean cruising—a lifestyle process. *Leisure/Loisir, 34*(1), 85–105. <https://doi.org/10.1080/14927710903550031>
- Lyon, D. (2022). Reflections on forty years of "Surveillance Studies". *Surveillance & Society, 24*(4), 353-356. <https://doi.org/10.24908/ss.v20i4.16067>
- Macbeth, J. (1985). *Ocean cruising: A study of affirmative deviance* [Doctoral dissertation]. Murdoch University.
- Macbeth, J. (2000). Ocean cruising: A study of affirmative deviance. *Current Issues in Tourism, 3*(1), 20–34.
- Mann, S. (2004). "Sousveillance": Inverse surveillance in multimedia imaging. *ACM Multimedia, 620–627*. <https://doi.org/10.4324/9781315243566-17>
- Marshall, C., & Rossman, G. B. (2014). *Designing qualitative research* (6th ed). SAGE Publications.
- Martin, P. Y. (2003). "Said and done" versus "saying and doing": Gendering practices, practicing gender at work. *Gender & Society, 17*(3), 342-366. <https://doi.org/10.1177/0891243203017003002>

- Martin, P. Y. & Collinson, D. (2002) 'Over the pond and across the water': Developing the field of 'gendered organizations'. *Gender, Work and Organization*, 9(3), 245–65.
- Mazali, R. (2001). *Maps of women's goings and stayings*. Stanford University Press.
- McNamara, K. E., & Prideaux, B. (2009). A typology of solo independent women travelers. *International Journal of Tourism Research*, 12(3), 253–264. <https://doi.org/10.1002/jtr.751>
- Miller, G. E. (2004). Frontier masculinity in the oil industry: The experience of women engineers. *Gender, Work & Organization*, 11(1), 47–73.
- Morse, J. M. (1994). Designing qualitative research. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative inquiry* (pp. 220–235). SAGE Publications.
- Orams, M. B., & Brown, M. (2021). The dream and the reality of blue spaces: The search for freedom in offshore sailing. *Journal of Sport and Social Issues*, 45(2), 196–216. <https://doi.org/10.1177/0193723520928599>
- Orr, C., & Magnet, S. (2022). Feminist surveillance studies and the institutionalization of interphobia. *Surveillance & Society*, 20(4), 420–433. <https://doi.org/10.24908/ss.v20i4.15825>
- Pankowiak, A., Casey, M., Eime, R., & Westerbeek, H. (2024). A socio-ecological approach to understanding the experiences of women and girls playing male-dominated sports. *Sport in Society*, 1–20. <https://doi.org/10.1080/17430437.2024.2390989>
- Patel, S. (2021). Gaps in the protection of athletes gender rights in sport – A regulatory riddle. *International Sports Law Journal*, 21, 257–275. <https://doi.org/10.1007/s40318-021-00182-2>
- Peacock, V., Bruun, M. K., Dungey, C., & Shapiro, M. (2023). Surveillance. *The Open Encyclopedia of Anthropology*. <https://doi.org/10.29164/23surveillance>

- Perkins, D. N., & Murphy, J. B. (2012). *Into the storm: Lessons in teamwork from the treacherous Sydney to Hobart ocean race*. AMACOM.
- Pflugfelder, E. H. (2009). Something less than a driver: Toward an understanding of gendered bodies in motorsport. *Journal of Sport and Social Issues, 33*(4), 411-426.
<https://doi.org/10.1177/0193723509350611>
- Pipere, A., Mārtinsonē, K., Regzdiņa-Pelēke, L., & Grišķeviča, I. (2020). Sailing across the Atlantic: An exploration of the psychological experience using arts-based research. *Frontiers in Psychology, 11*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.572028>
- Pope, S., & Richards, J. (2022). Women researchers in a 'man's world': Advancing a new theoretical tool through the gendered challenges of undertaking research in the masculine space of men's football. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health, 14*(5), 695-712.
<https://doi.org/10.1080/2159676X.2021.1979918>
- Ross, W., & Chapman, C. (1975). *Sail power*. Granada Publishing.
- Sandelowski, M. (1995). Sample size in qualitative research. *Research in Nursing & Health, 18*(2), 179-183.
<https://doi.org/10.1002/nur.4770180211>
- Sanz-Marcos, P. (2021). Can women escape the male influence when surfing? An ethnographic study of female surfers in Southern Spain. *Sport in Society, 1-13*.
<https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1996347>
- Sasson-Levy, O. (2011). The military in a globalized environment: Perpetuating an 'extremely gendered' organization. In E. L. Jeanes, D. Knights, & P. Y. Martin (Eds.), *Handbook of gender, work and organization* (pp. 390-407). Wiley.
- Sasson-Levy, O., & Amram-Katz, S. (2007). Gender integration in Israeli officer training: Degendering and regendering the military. *Signs: Journal of Women in Culture and Society, 33*(1), 105-133.
<https://doi.org/10.1086/518262>

- Schaefer, B. A. (2003). *Sailing mid-life's seas: The journeys of voyaging women* [Doctoral dissertation]. University of Maryland.
- Schmitt, A., & Bohuon, A. (2021). When women surf the world's biggest waves: Breaking gender barriers. *Sport in Society*, 1–16.
<https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1897108>
- Scruton, S., & Flintoff, A. (2013). Gender, feminist theory, and sport. In D. L. Andrews & B. Carrington (Eds.), *A companion to sport* (pp. 96–111). Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118325261.ch5>
- Smith, A. (2021, October 7). Women to race with men in 'groundbreaking' SailGP shift. *Reuters*.
<https://www.reuters.com/lifestyle/sports/women-race-with-men-groundbreaking-sailgp-shift-2021-10-07/>
- Strachan, G., Burgess, J., & Henderson, L. (2007). Equal employment opportunity legislation and policies: The Australian experience. *Equal Opportunities International*, 26(6), 525–540.
<https://doi.org/10.1108/02610150710777024>
- Strauss, A., & Corbin, J. M. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. SAGE Publications.
- Thorpe, H. (2005). Jibbing the gender order: Females in the snowboarding culture. *Sport in Society*, 8(1), 76–100. 10.1080/1743043052000316632.
- Tily, S., Rubin, J. C., Land, C. L., & Holyoke, E. (2024). Early-career primary school teachers as 'watched watchers': An analysis informed by feminist surveillance studies. *Gender and Education*, 1–16. <https://doi.org/10.1080/09540253.2024.2421216>
- Trzcińska, K. (2024). Income Inequalities Between Women And Men In Selected European Countries. *Folia Oeconomica Stetinensia*, 24(2), 327–343. <https://doi.org/10.2478/fofi-2024-0028>
- Turner, J. (2017, October 10). Race changes rules to attract world's best female sailors. *Volvo Ocean Race*.
https://archive.theoceanrace.com/en/news/9252_Race-changes-rules-to-attract-world-s-best-female-sailors.html

- Walker, I. (2017, October 11). Building the female base in sailing. *Scuttlebutt Sailing News*.
<https://www.sailingscuttlebutt.com/2017/10/11/building-female-base-sailing/>
- Webb, L., McCaughy, N., & Macdonald, D. (2004). Surveillance as a technique of power in physical education. *Sport Education and Society*, 8(2), 207–222. <https://doi.org/10.1080/1357332042000233949>
- West, C., & Zimmerman, D. H. (1987). Doing gender. *Gender & Society*, 1(2), 125–151. <https://doi.org/10.1177/0891243287001002002>
- Williams, J. (2013). *A game for rough girls? A history of women's football in Britain*. Routledge.
- Wilson, E., & Little, D. E. (2008). The solo female travel experience: Exploring the 'geography of women's fear'. *Current Issues in Tourism*, 11(2), 167–186. <https://doi.org/10.2167/cit342.0>
- Wright, T. (2016). Women's experience of workplace interactions in male-dominated work: The intersections of gender, sexuality and occupational group. *Gender, Work & Organization*, 23(3), 348–362. <https://doi.org/10.1111/gwao.12074>
- Yoder, J. D. (1991). *Rethinking tokenism: Looking beyond numbers*. *Gender & Society*, 5(2), 178–192. [10.1177/089124391005002003](https://doi.org/10.1177/089124391005002003).

מסעות המשחקים של גדנ"ע יהודה לקפריסין¹

ברוך פורמן

חוקר עצמאי

תקציר

אחת מקבוצות הנוער הוותיקות במדינת ישראל היא גדנ"ע יהודה. שני מאפיינים ייחודיים הבדילו את התפתחות הקבוצה לעומת קבוצות נוער אחרות שפעלו בארץ. כך, למשל, הקבוצה הוקמה לא כמועדון ספורט, אלא כמועדון חברתי. עניין נוסף היה עצם הזמנתה של הקבוצה לשני מסעות משחקים בקפריסין, מייד לאחר שזו קיבלה את עצמאותה. בכך הייתה הקבוצה לקבוצת הנוער הראשונה בארץ שיצאה למסעות משחקים בחו"ל. אירוע זה היה בעל חשיבות רבה לא רק לקשרי הספורט של מדינת ישראל הצעירה, אלא גם לקשרי החוץ שלה. קבוצת גדנ"ע יהודה הוקמה בחודש פברואר 1947 על ידי ארגון "ההגנה" כמועדון חינוכי-חברתי, שנועד להרחיק את בני הנוער שחיו בשכונותיה הדרומיות של תל-אביב משוטטות ברחובות ומהידרדרות לפשע. מטרה נוספת בהקמת המועדון הייתה למנוע את כניסתם של הארגונים ה"פורשים" אצ"ל ולח"י לשכונות דרום העיר. הכדורגל נתפס באותה תקופה כאמצעי בלבד למשיכתם של בני הנוער למועדון. לאחר הקמת המדינה הלך סדר זה והשתנה, הכדורגל החל לתפוס מקום מרכזי בפעילותם של בני הנוער במועדון לצד המשך הפעילות בתחומים החברתיים והחינוכיים. מועדון הגדנ"ע מנה ארבע קבוצות לפי גילים. הקבוצות זכו במהלך השנים באלפויות המדינה לנערים ונוער ובגביעי המדינה לנוער. קבוצות הגדנ"ע התאפיינו במהלך כל שנות פעילותן בהיבטים ייחודיים שלא היו מנת חלקן של קבוצות נוער אחרות בארץ. המאפיין הראשון היה שבמועדון לא הייתה קבוצת בוגרים. המאפיין השני היה שמועדון הגדנ"ע היה המועדון היחידי בארץ שבו הייתה מעורבות של משרד הביטחון ופיקוד הגדנ"ע. המאפיין השלישי היה שכל נער שסיים את פעילותו בקבוצה עם גיוסו לצה"ל קיבל שחרור אוטומטי ויכול היה לעבור לכל קבוצה שחפצה בשירותיו. מטרת מאמר זה היא לשפוך אור על שנות פעילותה הראשונות של הקבוצה, על הגורמים להקמתה ועל מסעות המשחקים שלה לקפריסין. ההתמודדות עם נושא זה נסמכת על חומרים ארכיוניים, על קטעי עיתונות בני התקופה ועל ראיונות אישיים עם שחקנים.

תאריכים: גדנ"ע יהודה, שוני מושקוביץ, עמי פזטל, "השחר"

¹ מאמר זה מוקדש באהבה לשלושת חברי היקרים יצחק (איציק) אשכנזי, יוסף משולם וגלילי דרחי שגדלו במועדון הגדנ"ע, שיחקו, אימנו והעמידו דורות של כדורגלנים.

גדודי הנוער (גדנ"ע) לפני הקמת המדינה

בשנים שחלפו מאז נוסד ארגון "ההגנה" בשנת 1920 הבינו העומדים בראשו כי כל מאבק מול הערבים בהווה או בעתיד יהיה מאבק של מעטים מול רבים. בעיה נוספת שהתעוררה הייתה בעיית ההכשרה הצבאית של הלוחמים. להכשרה הבסיסית של חיל חי"ר בתקופה שקדמה להקמת המדינה נדרשו כשלושה חודשים. ההכשרה כללה שימוש בנשק, תרגילי סדר, כושר גופני, אימון פרט ועוד. פעילויות אלה היו בלתי חוקיות בתקופת המנדט, ולכן הן התקיימו בתנאי מחתרת שהקשו על פעילות סדירה. עוד בעיה שהתעוררה בעקבות מערכת היחסים העכורה ששררה בין ארגון "ההגנה" לארגונים הפורשים אצ"ל ולח"י (פעיל, 1995), הייתה סירובם להכיר בארגון "ההגנה" ובדרישתו הבלתי מתפשרת לנהל את המאבק בערבים ובבריטים בהתאם להנחיותיו. ב"ההגנה" היו גם מודאגים מההשפעה הרבה שהייתה לאצ"ל וללח"י על בני הנוער, בעיקר אלה אשר נפלטו ממסגרות החינוך הפורמליות.

לפיכך הוחלט במוסדות הלאומיים להתחיל בחינוך גופני טרום צבאי בקרב בני הנוער כבר בבתי הספר העל יסודיים. את בני הנוער בתקופת היישוב אפשר למיין לארבעה סוגים: נוער לומד המשתייך לתנועת נוער, נוער לומד שאינו משתייך לתנועת נוער, נוער עובד המשתייך לתנועת נוער ונוער שאינו עובד והמשתייך לתנועת נוער. כדי להכין את בני הנוער ביעילות לקראת שירותם ב"ההגנה" סוכמו במוסדות הלאומיים שתי תוכניות: האחת בשנת 1939, שנקראה בשם חג"ם (חינוך גופני מורחב) והייתה מיועדת לבני הנוער שלמדו במוסדות החינוך, והשנייה בשנת 1940, שנקראה בשם גדנ"ע והייתה מיועדת לבני הנוער שלא מצאו את מקומם במסגרות החינוך הרשמיות (פורמן, תשע"ז).

הגדנ"ע נוסד רשמית עם פרסומה של "פקודת הנוער נובמבר 1940". בפקודה

נכתב כך:

מתפקידו של הארגון (ההגנה) לפעול להכשרת הנוער העברי בארץ להגנה על הישוב, על המפעל הציוני והתפתחותו ועל הכבוד העברי. כמו כן מחובת הארגון לדאוג לכך, שיסודות החינוך להגנה ישולבו בחינוכו הציוני והאנושי של הנוער העברי בארץ (בבתי הספר ובתנועות הנוער) [...] החברות בארגון מותרת לנערים או נערות רק לאחר שמלאו להם 16 שנים. (ארכיון תולדות ההגנה, 99/73, "פקודת הנוער", נובמבר 1940, להלן, א.ת.ה.)

וכך בנובמבר 1940 נוסד הגוף החדש שעדיין לא ניתן לו שם שיגדיר ויחד אותו. השם גדנ"ע עדיין לא היה קיים. ההבדלים בין החג"ם לגדנ"ע נבעו, כפי שצינתי, מעצם מהותם של שני הארגונים. החג"ם כארגון כללי וגלוי יכול היה לטפל בבני הנוער הלומדים בבתי הספר התיכוניים בלבד ולאמן אותם במקצועות צופיים לא צבאיים. הפעילות בבתי הספר הייתה חייבת להיות נקייה מכל שמץ של צבאיות. החשש מקיום הפעילויות האלה לא היה רק מפני הבריטים, אלא גם מכך שרבים מהמורים והמנהלים התנגדו לפעילות המחתרתית בטענה שהיא מסיחה את דעתם של התלמידים מלימודים. הגדנ"ע, שלא כחג"ם, היה זרוע של ארגון צבאי חשאי, שעסקו בו במקצועות צבאיים עם תכלית צבאית מוגדרת. משום חשאיותו לא הייתה ההצטרפות אליו פתוחה לכל דורש, וכך בעוד בחג"ם הייתה ההשתתפות בגדר חובה, ההצטרפות לגדנ"ע הייתה כרוכה בהתנדבות אישית ולאחר קבלת המלצות מתאימות

על המועמד. הגדני"ע ניסה לפתור גם את בעיית הנוער שלא למד במוסדות חינוך ונחשב "מנותק", ולכן נפתחו שערי הגדני"ע לכל בני הנוער שנמצאו ראויים לכך. הפעם הראשונה שבה הופיע המושג גדודי נוער הייתה בפקודת הנוער השנייה, ל"ג בעומר תש"א 15 במאי 1941. "הנערים והנערות המתגייעים לארגון [הכוונה לארגון "ההגנה"] יאורגנו בתוכו בגדודי נוער. מבנהו והרכבו של הגדוד יהיה כדוגמת גדוד חי"ש [חיל שדה]" (א.ת.ה, 99/73, פקודת הנוער, מאי 1941). גדוד רגיל של חיל השדה היה מורכב מפלוגות, כל פלוגה נחלקה לארבע מחלקות, בכל מחלקה היו שלוש כיתות המורכבות כל אחת מתשעה טוראים, בראש כל כיתה עמד מפקד הכיתה. כל גדוד גדני"ע מנה כ-500 נערים ונערות.

בפברואר 1942 קבעה לשכת ההדרכה של מטכ"ל ההגנה תוכנית אימונים מפורטת לגדני"ע. התוכנית הותאמה לשלוש קבוצות של נוער. בקבוצה הראשונה היו בני נוער שאינם עובדים, אינם לומדים ואינם משתייכים לתנועת נוער. נוער זה, כך נקבע, יחולל לגדני"ע בגיל 15 ויעבור אימונים במסגרתו בלבד עד גיל 18. בקבוצה השנייה היו בני נוער המשתייכים לשתי מסגרות גדני"ע וחג"ם בבית ספר או גדני"ע וחג"ם בתנועות הנוער. בקבוצה השלישית היו בני נוער שהשתייכו בו בזמן לשלוש מסגרות: גדני"ע, חג"ם בית ספר וחג"ם תנועת נוער. חניכים אלה התאמנו מגיל 15 – בשנה הראשונה במסגרת החג"ם בלבד, בגיל 16 הם התגייסו לגדני"ע ובשנתיים הבאות התאמנו בשתיים או שלוש המסגרות שאליהן השתייכו.

בתוכנית נקבעה מכסה של 1,200 שעות אימון למשך שלוש השנים במסגרת אחת או יותר. הגדני"ע קיבל אחריות למקצועות הנשק – אקדח, רימון יד ורובה, חלק מהמסעות, מאימוני השדה ומהפעולה החינוכית-הסברתית. שאר המקצועות: ספורט שימושי, מחנאות וחינוך רעיוני-הסברתי, שהעיסוק בהם לא נגד את חוקי המנדט הבריטי, הופקדו בידי מדריכי החג"ם. מקצועות ההכשרה הגופנית שנקבעו בתוכנית האימונים היו: ספורט שימושי, ספורט המגן, אגרוף, גיו-ג'יצו, שימוש במקל, תרגילי סדר, מסעות וטיולים, מחנאות, סיירות ומשחקי שדה, טופוגרפיה, איתות, עזרה ראשונה, אקדח, רימון יד, רובה ואימוני שדה, סך הכול – 700 שעות. על השעות הללו נוספו שעות הפעילות החינוכית-הרעיונית, שעות ההתמחות המקצועית והתרגול הנוסף וכן שעות השירות בארגון בתפקידים השונים (א.ת.ה, "ספורט שימושי" 20/23: "תוכנית לספורט שימושי", התאריך אינו ידוע, 20/23 א; דיין, 1977; פורמן, תשע"ז). פעילות זו התקיימה בשני מקומות עיקריים: בתי הספר העל-יסודיים ומועדוני הנוער דוגמת מועדון "השחר". בראשית שנת 1947 הוקם ביוזמת ארגון ההגנה בתל-אביב מועדון חברתי לבני הנוער שחיו בשכונתיה הדרומיות של העיר. המועדון קיבל את השם "השחר", שמשמעותו סמלית. מפקדי ההגנה בעיר הציעו לבני הנוער, במטרה למשוך אותם אליהם, מגוון של פעילויות חינוכיות וחברתיות כגון טיולים, עזרה בהכנת שיעורים, מסיבות, הכנת הצגות, טקסים לחגים, שיעורי ערב בעברית, אימוני גדני"ע, משחקי ספורט שונים, בעיקר כדורגל ועוד. סניף "שחר" המרכזי היה בשכונת שפירא בתל-אביב, אך בעיר נפתחו ופעלו סניפיו גם במקומות אחרים: כרם התימנים, שכונת התקווה, שכונת פלורנטין, שכונת בית יוסף ומנשיה. הפעילות בסניפי "השחר" התנהלה במסגרת פעילותם של גדודי הנוער במחוז תל-אביב.

בנובמבר 1948 התקבלה החלטה במטה הכללי של צה"ל, שלפיה הועברו סניפי "השחר" לאחריותו של משרד הביטחון. משמעותה העיקרית של החלטה זו הייתה העובדה כי עיקר הפעילות במועדונים שהתנהלו מעכשיו תחת השם גדנ"ע (גדודי נוער), נסבה סביב ענף הכדורגל, אימונים ומשחקים. בפעילות זו השתתפו ילדים ונערים מגיל 14 עד מועד גיוסם לצה"ל. קבוצות הכדורגל של הגדנ"ע היו היחידות בארץ שלא היו קשורות לארגוני הספורט הפועל, מכבי ובית"ר ובכך ניתקו את עצמן מכל זיקה פוליטית. חרף זה התמידו קבוצות הגדנ"ע בפעילותן ברציפות, ללא הפסקה משנת 1947 ועד היום. הקבוצות היו כפופות לצה"ל בכלל ולפיקוד הגדנ"ע בפרט. פרק חיובי נוסף רשמה קבוצת הגדנ"ע בנוף הכדורגל של מדינה ישראל הצעירה בכך שהייתה קבוצת הנוער הראשונה והיחידה שייצגה את מדינת ישראל בדור הראשון לקיומה בתחרויות בין-לאומיות. במרוצת השנים הפכו קבוצות הגדנ"ע לבית הספר ולחממת הגידול של כדורגלני קבוצות הליגות הבכורות ונבחרת ישראל. ענין נוסף שהיה גם הוא אופייני למועדון הגדנ"ע היה מסעות הקבוצה לקפריסין בשנים 1961 ו-1963. קבוצת הגדנ"ע הייתה קבוצת הנוער הראשונה והיחידה שנסעה לשני מסעות משחקים בחוץ לארץ במטוס צבאי, מלווה בקציני צבא, כששחקניה לבושים במדי צה"ל. מעבר להיבט הספורטיבי היו למסעות המשחקים של קבוצת הגדנ"ע גם היבטים הקשורים לפוליטיקה הבין-לאומית באותה תקופה. קפריסין המארכת זכתה בעצמאותה לאחר מאבק אלים בבריטניה, וגם מדינת ישראל תרה אחר בנות ברית שיעזרו לה בפוליטיקה הבין-לאומית. להלן אציג את הגורמים להקמת מועדון הגדנ"ע ואת רקע שנות פעילותו הראשונות.

"השחר" תל-אביב והגורמים לייסודו

ארגון ההגנה נקט דרך חדשה לגיוס נוער השכונות בדרום תל-אביב. מפקדי הארגון בעיר יצאו מנקודת הנחה שניתן יהיה להקים מסגרת חדשה של תנועת נוער שתחדור אל בין שורות הנוער, בעיקר בדרום תל-אביב, שתכלול מועדונים שבהם ניתן יהיה לפתח את זיקתם למשימות היישוב ולערכים הפוליטיים של מפלגות הפועלים. כמו כן ניתן יהיה להקים סגל של מפקדים ולוחמים שיוכלו להצטרף בבוא היום לגדודי הלוחמים הסדירים. למצטרפים החדשים הובטחו שלל פעילויות שכללו בין השאר משחקי ספורט בעיקר כדורגל, שיעורי ערב בעברית, מסיבות, טיולים להכרת הארץ, חוגי מוזיקה, מלאכת יד ועוד. מסגרת זו קיבלה את השם "השחר". שם זה נועד כאמור לבטא את השאיפה להתחדשות ואת הרצון לפנות לקהלים שעד עתה לא נכללו במסגרות הרגילות של "היישוב". מפקדי ההגנה חשבו כי ייסוד "השחר" יתרום למאבק בתופעת הנשירה מבתי הספר. רבים מבני הנוער ומאלה שחיו בפרברי תל-אביב-יפו נשרו ממערכת החינוך כבר במהלך לימודיהם בבתי הספר היסודיים, בנות בכיתה ה' ובנים בכיתה ו' (ריאיון אישי עם זבולון אייכן ומשה סימן-טוב). חלקם לא עבדו, או עבדו במקומות עבודה קטנים שלא היו מאורגנים במסגרת הסתדרותית ולכן לא הושפעו כלל מעקרונות ההסתדרות. תופעת הנשירה הגיעה לכדי 18% מבני הנוער ונבעה בעיקרה מצורכי פרנסה. מצב זה לא השתנה גם במהלך השנים הבאות. מבין 851 מסיימי כיתות ח' ביולי 1949 בתל-אביב-יפו כ-35% לא המשיכו את לימודיהם במסגרות החינוך העל יסודי (ארכיון עיריית תל-אביב "ידיעות עיריית תל-אביב", ענייני חינוך, דצמבר 1949).

סיבה נוספת לרצונם של מפקדי ההגנה להקים את "השחר" הייתה כוונתם לבלום את חדירתם של הארגונים ה"פורשים" מיסודה של בית"ר לדרום תל-אביב. רבים מבני הנוער בשכונות הדרומיות של העיר אהדו את הפורשים ונטלו חלק משמעותי בפעילותם. בין השאר הוקמו בשכונות הדרומיות של העיר גם קבוצות כדורגל שזוהו עם האצ"ל ובית"ר. כמעט לכל שכונה בדרום תל-אביב הייתה קבוצת כדורגל שנקראה "השחר". "השחר" ישראל, "השחר" שמואל, "השחר" יעקב, "השחר" ניסים, "השחר" הכובש ו"השחר" נמרוד (נמרוד" היה הכינוי המחתרתי של יעקב זלוטניק, יליד 3 באפריל 1926, שנהרג בהתקפה של ארגון האצ"ל על משטרת רמת-גן ב-23 באפריל 1946, אותה התקפה שבה נתפס דב גרונר (23 באפריל 1946, 1952).



"השחר", נמרוד, 1950, הקבוצה שהוקמה בגבעת נער וזוהתה עם האצ"ל. עומדים: ראשון מימין יצחק מאיו, שני לא מזוהה, שלישי שמשון, רביעי זבולון אייכן, חמישי, שישי ושביעי לא מזוהים. כורעים: ראשון מימין פנחס (פטקה) יהודיוף, ליפא שדה, בטו, מואיז. התמונה והזיהוי: זבולון אייכן. אני מודה לו מקרב לב.

עוד סיבה להקמת "השחר" הייתה רצונו של דוד בן גוריון ליצור בארץ ישראל המתהווה "כור היתוך" או "כור מצרף". כור היתוך הוא מושג מטפורי לתהליך שינוי של חברות הטרוגניות המורכבות מאנשים שהגיעו מרקעים שונים: תרבותיים, חברתיים, אתניים ודתיים. תהליך זה מושג באמצעות חיים זו ליד זו ואימוץ של מאפיינים תרבותיים. בן גוריון תיאר את התהליך החברתי שיש לעבור במטרה לאחד בין פלגיו השונים של העם בנאום שנשא בפני מפקדי פיקוד הגדנ"ע (29 בנובמבר 1951), ובתוך כך תיאר את המצב החברתי בארץ. לדבריו כתוצאה מהעליות הגדולות לא הפכנו לעם אחד אלא לבליל של שבטים הדוברים איש את שפתו וחיים איש את אורחות חייו ומנהגיו:

ברגע שהיהודי עולה מעיראק ארצה – הוא נעשה יהודי עיראקי, והדגש הוא על עיראק, וכשהיהודי עיראקי ויהודי רומני נפגשים במחנה-עולים אחד או במעברה אחת, הם מרגישים קודם כל ההבדל, המרחק, המחיצה שביניהם. אין הם יכולים לדבר איש אל רעהו, וכל הליכות-חייהם הן שונות. ליהודי הרומני שכנו הוא עיראקי, וליהודי העיראקי שכנו הוא רומני. והוא הדין תימני ופרסי ומרוקני. אין זה ערב-רב – כי לא בנקל ולא במהרה מתערבים זה בזה, אלא זהו מפגש של שבטים שונים ורחוקים זה

מזה; ואולי יותר נכון להגיד – אוסף של קרעים שאינם מתאחים, ושרק על-ידי התקבצותם יחד בארץ מתגלים ההפרשים וההתהוות שביניהם... גם חוק חינוך חובה שנחקק אינו עוזר לפתור את המצב משום שרבים מבני הנוער נושרים מלימודים, כבר במהלך לימודיהם בבתי הספר היסודיים. (בן-גוריון, 1971)

התקנו חוק חינוך-חובה כללי. חוק זה חל על ילדים בני 6–13. ואין ספק שבית-הספר היסודי הוא כור המצרף הנאמן, אם כי אולי לא מספיק, של האומה. אבל יש רבבות נוער עולה שהם למעלה מגיל זה, ובית-הספר היסודי לא יגיע עדיהם. בגילים שבין 14 ו-18, כלומר בגיל שמעבר לבית-ספר חובה ולפני חובת שירות בצבא, יש כמאה אלף נערים ונערות. אולי רק כעשרים אלף מאלה לומדים בבתי-ספר תיכוניים ובתי-ספר מקצועיים; רבים משמונים אלף הנערים והנערות לא קיבלו שום חינוך עברי או כללי, וגם בארץ הם נשארים ללא טיפול חינוכי, ונוער זה – הוא עתיד האומה. את תיקון המצב והדרך להתמודדות אותו רואה בן-גוריון בגדודי הנוער:

וזהו היעוד ההיסטורי הגדול של גדנ"ע: לחנך נוער זה, בין שזה נוער לומד, או נוער עובד או נוער הרחוב, המופקר לבטלה ולבערות ואולי גם לחיי-פשע, ולעשותו מנוף מרכזי לתמורה המוסרית, התרבותית, החברתית, שיש לחולל ביישוב מנומר ורב-קרעים, על-מנת לצרפו ולמזגו ליחידה היסטורית, יחידת רצון ושאיפה לשון וכוח ויצר ומאוויו יצירה... אולם גדנ"ע הוא יותר מ"מכינה" לצה"ל. אם גדנ"ע יצליח להקיף את כל הנוער בגילים של 16-18, בגילים שבהם מעוצבת דמותו של האיש המבוגר, ייהפך באמת לבית-היוצר של אומה אחידה, מלוכדת, מושרשת באהבת מולדת, מופעמת ביצר חלוצי ובכוח גבורה. אחדות האומה תיכון רק על אל. (בן-גוריון, 1971)

השירות במסגרת הגדנ"ע נחשב כמסגרת הראויה ביותר לחינוך חלוצי של הנוער הישראלי ולקיום הכשרה קדם צבאית. תפקידו של הגדנ"ע נתפס בעיני הנהגת המדינה ודוד בן גוריון בראשה: "כחינוך הנוער, לרבות נוער הרחוב המופקר לבטלה ולבערות ואולי גם לחיי פשע לעשותו מנוף מרכזי לתמורה המוסרית, תרבותית, חברתית שיש לחולל ביישוב" (צמרת, 1997, עמ' 94).

מפקדי ההגנה בתל-אביב סברו כי ניתן יהיה להשיג את אותן מטרות שמנית על ידי פתיחת מועדונים בפרברים לחברי האגודה ובני משפחותיהם, קיום הרצאות, הצגות, קונצרטים, תערוכות ופעולות תרבותיות שונות למיניהן, טיולים וסיורים בארץ, נקודות יישוב ותיקות וחדשות, מפעלים תעשייתיים ועוד, הפצת ספרי תרבות וחינוך והוצאת עלון פנימי בשם "השחר", אימון, חינוך גופני וספורטיבי, מגרשי ספורט, תחרויות ועוד. הפעילות הספורטיבית והפעילויות הנלוות נועדו להוות את אותו "כור היתוך" שדיבר עליו דוד בן-גוריון, ולאחד את צעירי דרום תל-אביב לכלל מקשה אחת ללא הבדלי מוצא. עוד נקבע כי המוסד הוא אוטונומי, הנהלתו תיבחר באספה כללית, אולם הוא יהיה מסונף לוועד הלאומי של כנסת ישראל.

התוכנית שהתגבשה במפקדת ההגנה הייתה להגדיל את מספרם של בני הנוער המאורגנים לכ-2000 ולארגנם במסגרת של ארבעה גדודים שעליהם יוטלו משימות שונות כדוגמת קשר, הדבקת כרוזים, תצפיות, סיורים, עזרה ראשונה ועוד. אגודת "השחר" הוקמה רשמית ב-26 בפברואר 1947. האגודה נרשמה כחוק ב-8 ביוני 1947

בתור "אגודה לתרבות חינוך וספורט "השחר" בפרברי תל-אביב, יפו, רמת-גן ובני ברק". להקמת "השחר" קדמה פעולה הסברתית ענפה שכללה בין השאר גם הדבקת כרוזים ומודעות על חזיתות הבתים ובחנויות בדרום תל-אביב.

למפקד "השחר" התמנה משה (מישה) איידלברג שרכש ניסיון בעבודה עם בני נוער עוד בהיותו באודסה שברוסיה. "בראש ובראשונה עמדנו בפני הבעיה כיצד למשוך נוער זה [הכוונה לנוער השכונות] ולאיוזו מסגרת להכניסו... סיכמנו שיש להקים מסגרת טרום צבאית שבה יקבל הנוער חינוך צבאי ביחד עם אפשרות לבילוי זמנו החופשי... חשבנו שהדרך הטובה ביותר היא הקמת מועדונים לבני הנוער בפרברים..." (א.ת.ה, עדות משה איידלברג, 2574). סגנו היה לוי פילוסוף, קציני ההדרכה היו פנחס גוטמן ומשה צ'יזיק איילון. קצין ההסברה של "השחר" היה אפרים ברזילי.

בחודש ינואר 1947 עברה מחלקה של חי"ש (חיל שדה) תל-אביב הכשרה קצרה מאוד במטרה להסב את חניכיה למדריכי גדני"ע. ההכשרה התבצעה במקווה ישראל בהדרכתו של אפרים ברזילי ומייד אחריה הפכו חייליה למדריכי גדני"ע ב"השחר" תל-אביב. המדריכים נבחרו בזכות מספר אפיונים: האחד, כמובן, הצלחתם בקורס, אפיון אחר היה החובה להיות קרובים לחניכיהם במוצאם העדתי ובהווי חייהם. הם היו גם חייבים להשתתף בהשתלמויות מיוחדות שנערכו מעת לעת (א.ת.ה, עדות אפרים ברזילי, 3927, ארכיון צה"ל, דין וחשבון על פעולת האגודה מאגודת "השחר" למטה חטיבת קריית תל-אביב מ-10 ביוני 1947; ארכיון צה"ל, מכתב ממטכ"ל אכ"א לאיסר בן צבי מ-8 בספטמבר 1948 על פעילותה של אגודת "השחר" 59/321; ארכיון צה"ל, מכתב ממטכ"ל אכ"א לאיסר בן צבי מ-8 בספטמבר 1948 על פעילותה של אגודת "השחר" 17/539). מגימנסיה הרצליה הגיעי 40 בנות מתנדבות לעזרה עם נוער הפרברים. מועדון "השחר" הראשון נפתח בבית ספר ביאליק תל-אביב לנוער משכונת שפירא. המשרד הראשון של "השחר" בשכונה נפתח בבית החרושת לקרח של דוד קלמנט. שני המועדונים הבאים נפתחו בשכונת התקווה ובבית הספר "תחכמוני". תוך זמן קצר מנו מועדוני "השחר" כאלף תלמידים (פורמן, 2023).



בית הגדני"ע בשדרות הר-ציון, שכונת שפירא. מימין עומד ניסן ניסנוב, שוני מושקוביץ ומשה רכטמן. התמונה: זבולון אייכן, הזיהוי: יוסי משולם – אני מודה לשניהם.

בני הנוער התגייסו בגיל 11 "לפלוגת החותרים", ובגיל 13 עברו לפלוגת "המעפילים". בני ה-16 הפכו גדני"עים של ממש שפעלו במסגרת "גדוד נחשוני" "השחר". בני הנוער ב"השחר" זכו לקבל מלבד האימון הפרה-צבאי שניתן במסגרת הגדני"ע גם מסגרת חינוכית שנועדה להשלים להם את מה שהחסירו בבית הספר ובבית. בני הנוער שהגיעו ל"השחר" לא השלימו בדרך כלל את חוק לימודיהם במסגרות החינוכיות הרגילות, לעיתים היו להם מספר מועט של שנות לימוד. בדרך כלל עסקו בני הנוער האלה בעבודות מזדמנות כגון רוכלות זעירה, עזרה בשוק, ניקיון ועוד. מלחמת הקיום הזו הפכה את אותם בני נוער לחשדנים. לא תמיד הם האמינו שאגודת "השחר" נוסדה במטרה לעזור להם. חרף הקשיים הקיפה פעולת "השחר" בתחילת שנת 1949 עשר פלוגות שפעלו בכל דרום תל-אביב: שכונת התקווה, שכונת שפירא, אבו כביר, סלמה, גבעת עוז, כרם התימנים בית יוסף, גבעת רמב"ם, בית יעקב והגר"א. לאחר הקמת המדינה נשלחו חלק מחניכי "השחר" לעבור קורס מדריכים; אותם בני נוער שהוכשרו לכך חזרו להדריך במועדונים שהוקמו בדרום תל-אביב. בני הנוער נשלחו בחופשות הממושכות למחנות עבודה בקיבוצים ובמושבים (המכון לחקר תנועת העבודה והחלוץ על שם פנחס לבון, תל-אביב, v126-6, להלן א.מ.ל. ראו גם רשימת מקבלי משכורות, "השחר" תל-אביב, אפריל 1948. "השחר" גדני"ע הפרברים, דין וחשבון, 25 בפברואר 1949, מספר 162, א.מ.ל., v126-4. ראו גם ארכיון צה"ל, "תערוכת עמל כפיים" דיווח מ"השחר" תל-אביב לאיסר בן צבי, מ-10 בפברואר 1949 (17/599). נוסף על ההכשרה הפרה-צבאית שהתקיימה במסגרת "השחר" הושם דגש גם על פעילויות חברתיות-חינוכיות כגון חוגים לחליליות, שירה בציבור, חוג דרמטי, כדורגל, כדורסל, וכן ארגון תערוכה שנקראה בשם הסמלי "עמל כפיים", אשר התקיימה בכל סניפי "השחר". התערוכה כללה עבודות שנעשו בקרטון ונייר, עבודות רפיה, עבודות שנעשו בחבלים, מוצגים ממתכת ואבן, הרצאות ועוד. עוד התקיימו גם מסעות וטיולים להכרת הארץ וקורסי מ"כים (מפקדי כיתות) לבני הנוער שנמצאו ראויים לכך ("השחר", גדני"ע הפרברים", דין וחשבון, 25 בפברואר 1949, מספר 162, א.מ.ל., v126-4). "צעירי השכונה וגם המבוגרים אהבו את מועדון הגדני"ע. כאן יכולה הייתה אימא הדואגת למצוא את ילדה, לכאן היו מגיעים נערים בודדים שחיפשו חברה, לכאן הם באו ובאים מהכבישים, מהרחובות לכאן הם עלו בהידרדרות שהחלה אצל צעירים לא מעטים" (רותם, 1971).

גדני"עי "השחר" התגייסו לחטיבת קרייתי ובעיקר לגדוד 43 שקיבל את הכינוי "גדוד הפרברים". בחודש דצמבר 1947, כשהוקמה חטיבת גבעתי צורף גדוד 43 לחטיבה. כמו כן נטלו גדני"עי "השחר" חלק בלתי מבוטל בשלוש גזרות הלחימה שבהן התרכזה הפעילות הצבאית בתל-אביב ובערים סביבה (סלוצקי, תשלי"ג).

סיום פעילותם של מועדוני "השחר"

ב-12 בספטמבר 1948 פרסם ראש המטה הכללי רב אלוף יעקב דורי הוראה מפורשת לגיוס הנוער לשורות הגדני"ע, החל מגיל 13:

גדודי הנוער של צבא הגנה לישראל יהיו יחידה עצמאית שתקרא גדני"ע... עם הקמת הגדני"ע יעברו כל יחידות הגדני"ע הקיימות כיום והכפופות למפקדי מחוזות ומרחבים לפיקודו של מפקד הגדני"ע... כל הציוד, החימוש וסידורי האכסון

המשמשים כיום את גדודי הנוער בארץ יועברו לרשות הגדני"ע... ("הנדון גדודי הנוער, גדני"ע", מטכ"ל, ח/109/0 מ-12 בספטמבר 1948, ארכיון צה"ל, 46)

הוראתו של הרמטכ"ל דורי חלה גם על מועדוני "השחר". למען הסר ספק, ב-9 בנובמבר 1948 נשלח מכתב אל מטה אגודת "השחר" מאת אגף הנוער והתרבות הגופנית שבו נכתב:

בהתייחס לפקודתו של ראש המטה הכללי י דורי מ-12 בספטמבר 1948 פקודה זו אינה משאירה מקום לקיום איגוד כל שהוא של נוער הקשור לצבא ההגנה שלא בסמכויות כפי שהם הוגדרו בפקודה הנ"ל... עלינו להודיעכם כי מיום י"ג חשוון 18 לנובמבר 1948 שעה 12.00 יחדל להתקיים המטה המיוחד לאגודת "השחר" וכל סמכויותיו עוברים לאגף הנוער. (מכתב, א/155/9 בנובמבר 1948, ארכיון צה"ל, 17)

משמעותה של הפקודה שניתנה על ידי הרמטכ"ל דאז הייתה סיום פעולתם של מועדוני "השחר" במתכונתם הקודמת, ויותר אימוני גדני"ע ופעילות חברתית וכדורגל בציודם. הפעילות העיקרית שהתקיימה בהם החל בשנים 1949-1950 הייתה כדורגל, כמובן בצד אימוני הגדני"ע. סגל המדריכים הורכב ברובו מחילי חובה, מדריכי גדני"ע ששירתו בבסיס הגדני"ע בשייח מוניס תחילה בשם "השחר" ולאחר מכן בשם גדני"ע (יסיום פעולתו של מועדון השחר, 1949; ראו גם, ארכיון צה"ל, 69/18. דיווח מגדני"ע "השחר" למפקד הגדני"ע מטה ארצי, 30/119 ביוני 1949, "מחנה עבודה ל-50 חניכים בקיבוץ אלונים מ-1 באוגוסט 1949 עד 1 בספטמבר 1949").

משה איידלברג ערער על ההחלטה הזו בפני יוסף יזרעאלי שהיה באותה התקופה ממלא מקומו של ראש המפקדה הארצית של ההגנה. במכתבו ליזרעאלי מנה איידלברג את הישגיה של "השחר" במהלך השנה הראשונה לקיומה. האגודה טיפלה בכ-2000 בני נוער שעברו דרכה והיא מטפלת בעוד כ-3000 בדרום תל-אביב. בשל החשיבות הרבה שנודעת לפעילותה הציע איידלברג להשאיר את "השחר" במתכונתה הנוכחית ולא להכפיף אותה למשרד הביטחון (מכתב מ-18 בנובמבר 1948, ארכיון צה"ל, 17).

גם ראשי תנועות הנוער (בעיקר מצידה השמאלי של המפה הפוליטית) התנגדו לפקודת מבנה הגדני"ע שפרסם יעקב דורי בהוראתו ובהנחייתו הישירות של דוד בן-גוריון. הם התנגדו להורדת גיל הגיוס וכן טענו כי הפקודה משקפת רצון להקים ארגונים מיליטריסטיים שיהיו כפופים אך ורק להוראותיו הישירות של דוד בן-גוריון ויפעלו לפי הוראותיו והוראות הנאמנים לו בלבד (פז, 2016).

מסעות המשחקים לקפריסין

קבוצת גדני"ע יהודה הייתה קבוצת הנוער הראשונה שיצאה למסעות משחקים מחוץ לגבולות ישראל. בתחילת שנות השישים של המאה הקודמת שיחקה הקבוצה פעמיים בקפריסין. במסעות המשחקים האלה ייצגו כדורגלני הגדני"ע את מדינת ישראל ואת צה"ל. הם טסו במטוסים צבאיים, לבשו לעיתים מדים (בעיקר במסעות הראשונים) ולוו על ידי קצינים ונגדים. הקשר בין צה"ל ליחסים הדיפלומטיים ולקשרי החוץ של מדינת ישראל בלט כבר בראשית שנותיה של המדינה. ספורטאים

שימשו כשגרירי המדינה כבר בעיצומה של מלחמת השחרור. בחודש ספטמבר 1948 שיחקה נבחרת ישראל בארצות הברית. כל השחקנים שהשתתפו במסע היו חיילי צה"ל. השחקנים שוחררו מיחידותיהם בחודש שקדם למסע ושהו במחנה צבאי. מי שהיה ממונה על הכנתם היה רב-סרן יעקב פרחי, איש "הפועל". השימוש בחיילים נועד להשיג מספר מטרות: הראשונה הייתה הצגת המדינה הצעירה כראיה לעצמאותה; השנייה הייתה ליצור הזדהות עם המדינה שעדיין נלחמה על עצמאותה; השלישית הייתה להגדיל את סכומי הכסף שנתרמו במהלך המסע. הפעילות בגדני"ע שהחליף את החג"ים (חינוך גופני מורחב), שהיה נהוג בתקופה שלפני הקמתה של המדינה, לא הייתה שונה במהותה מזו שהייתה נהוגה בצה"ל. בחודש מאי 1957 הגיעו לארץ נבחרות הצבא הצרפתי בכדורגל ובכדורסל ושיחקו באצטדיון רמת-גן מול הנבחרות המקבילות של צה"ל. גם הרכב הנבחרת שייצגה את מדינת ישראל באולימפיאדת מלבורן נקבע על ידי אל"מ שמואל סוחר. סוחר היה זה שקבע גם את הרכבה של נבחרת ישראל לשני משחקיה מול נבחרת ברית המועצות ביולי 1956. בהמשך התהליך של מעורבות הצבא בחיי הספורט בארץ שוחררו קצינים מצה"ל על מנת לעמוד בראש מוסדות מובילים בספורט הארץ ישראלי, דוגמת דב אלדובי שפיקח על הכשרת המורים לחינוך גופני במכון וינגייט. אריה הלוי הגיע מצה"ל שבו היה ראש ענף אמון גופני ומונה להיות המנהל הכללי של מכון וינגייט (כרמי, 2019).

מועדון הכדורגל של הגדני"ע כלל ארבע קבוצות: גדני"ע ניסים, נערים ב, לגילאי 14-13, גדני"ע יעקב, נערים א, לגילאי 15-14, גדני"ע עודד וגדני"ע יהודה, שנקראה על שמו של יהודה גלפנד שהיה חייל בגדוד "הפרברים", גויס לגבעתי ונהרג ב-7 ביוני 1948 בקרב על ניצנים (פורמן, 2023). גדני"ע יהודה וגדני"ע עודד היו מיועדות לגילאי 18-16. גדני"ע יהודה שהייתה הקבוצה האיכותית שבה שיחקו הכדורגלנים הטובים ביותר, הופיעה בליגה העילית לנוער מחוז דרום. קבוצת גדני"ע עודד הופיעה בליגה העילית לנוער, מחוז צפון.² הקבוצה זכתה גם שלוש פעמים בגביע המדינה לנוער (גביע קרנר לגדני"ע תל אביב, 1954). הפעם הראשונה הייתה ב-10 ביולי 1954 (גדני"ע יהודה אלוף הנוער, 1955). הפעם השנייה הייתה ב-27 בנובמבר 1962 (קרן-צבי, 1962). הפעם השלישית הייתה ב-30 באוקטובר 1963 (וילנצ'יק, 1963).

קפריסין זכתה בעצמאותה בשנת 1960 לאחר מאבק עיקש בבריטניה ששלטה באי החל משנת 1878. במשטר העצמאי החדש שהוקם באי היה הארכיבישוף מקארוס היווני הנשיא, ואילו ד"ר פאזיל קוצ'יק שייצג את המיעוט התורכי היה סגנו. המאבק של תושבי האי בבריטים והצלחתו יצרו קרבה בין קפריסין לישראל. המאבק בבריטים, דוד מול גלית, הצלחת המאבק וקבלת העצמאות תרמו להידוק הקשרים בין שני העמים. נוצרה שותפות גורל מול מי שנחשב לאויב משותף (יגר, 2021).

קפריסין יצאה חבולה ומדממת ממאבק הדמים שניהלה מול הבריטים החל משנת 1955. מחתרת האאוקה (EOKA), המחתרת הקפריסאית שלחמה בבריטים, ניסתה למעשה מהרגע הראשון להתגבר על שורה של בעיות מורכבות שהערימו קשיים רבים על מהלכם התקין של חיי היום-יום באי: רוב יווני-נוצרי לעומת מיעוט תורכי-

² ריאיון עם גלילי דרחי, מנהל ומאמן בקבוצות הגדני"ע. בשנים שקדמו למסעות המשחקים לקפריסין זכו שחקני הקבוצה פעמיים באליפות המדינה לנוער. הפעם הראשונה הייתה בעונת המשחקים 1955/1954 (גדני"ע יהודה אלוף הנוער, 1955), והפעם השנייה הייתה בעונת המשחקים 1960/1959 (ליפובסקי, 1960).

מוסלמי, חקלאות מיושנת, חוסר בהשקעות, מאזן יצוא שלילי ועוד. על מנת להתגבר על מכלול הבעיות חיפשו הקפריסאים בעלות ברית שיסייעו בידם לפתור אותן. דומה היה שאחת המועמדות המתאימות לכך הייתה מדינת ישראל שחגגה יום הולדת 12 בשנת 1960 אבל גברה, בדרך לחגיגת בר-המצווה, על בעיות רבות שהיו עכשיו, בחלקן, מנת חלקה של קפריסין. על רקע זה נעשו ניסיונות ליצור שיתוף פעולה פורה בין קפריסין "הצעירה" לישראל, אחותה הבוגרת.

בניסיונות אלה בלט חלקו של המיעוט התורכי-מוסלמי ומי שהנהיג אותו ד"ר פאדיל קוציק, סגן נשיא קפריסין. ייעוץ חקלאי, קשרים מסחריים, תמיכה פוליטית, ביקורים הדדיים של בעלי תפקידים ושרים היו למעשה עניין שכיח ורגיל במערכת היחסים שנרקמה בין קפריסין בכלל, המיעוט התורכי בה ומדינת ישראל.

לקפריסין העצמאית ולמדינת ישראל הצעירה היו כאמור אינטרסים משותפים. ישראל ביקשה את תמיכתה הפוליטית של קפריסין, בעיקר מול מדינות ערב, בדיונים שעסקו בגורלם של הפליטים הערביים (מכתבו של זאב לוי, שגריר ישראל בניקוסיה, אל משרד החוץ, מחלקת מערב אירופה, מ-3 ביוני 1961). במכתבו למשרד החוץ הישראלי דיווח זאב לוי על מגעים שהיו בינו לבין סגן הנשיא התורכי פאזיל קוציק. בשיחות הללו הבטיח לו קוציק כי יפעל בכל הדרכים האפשריות למנוע ממקרויס הצהרה אנטי ישראלית בעת ביקורו במצרים. ב-5 באוקטובר 1961 נפגש חיים יחיל שהיה אז מנכ"ל משרד החוץ עם ראשי העדה התורכית באי. על הנושאים שהועלו בפגישה הוא דיווח במכתב מאותו היום לגולדה מאיר, שרת החוץ. בפגישה זו ביקשו ממנו ראשי העדה את עזרת מדינת ישראל בפיתוח החקלאות באי, סיוע טכני, ייעוץ חקלאי ויצירת קשרים כלכליים בין המדינות (מכתבו של חיים יחיל, מנכ"ל משרד החוץ לגולדה מאיר, שרת החוץ מ-5 באוקטובר 1961, ארכיון המדינה, 130.2 חצ/57/3344).

בעיקר בלט הרצון לקשור קשרים עם מדינת ישראל בקרב בני המיעוט התורכי באי. בתאריכים 17-27 ביולי 1961 ביקרה בארץ משלחת רשמית תורכית-קפריסאית (מכתבו של שמואל בנצור מנהל מחלקת מערב אירופה אל זאב לוי, שגריר ישראל בניקוסיה, מ-21 ביולי 1961, ארכיון המדינה, 130.9 חצ / 2 / 234). בשנת 1962 נחתם אף חוזה מסחרי (אחד מני רבים) בין ישראל לקפריסין (חוזה כלכלי, 7 במאי 1962, ארכיון המדינה, 130.02 חצ/3/4325, ארכיון המדינה, ח. 130.9 חצ / 4 / 2341). קפריסין שימשה באותה תקופה גם כיעד מועדף לישראלים שנסעו לשם לחופשה ולהבאת מוצרים שנמכרו במחירים מוזלים. אני משער כי קפריסין נבחרה כיעד מועדף למסע המשחקים של הגדני"ע הן בגלל קרבתה לארץ והן בשל ההוצאות הזולות יחסית למסע כזה לעומת יעדים אחרים מרוחקים יותר. למימון מסע משחקים כזה, אירוח ושהייה נדרשו סכומי כסף גבוהים. אף קבוצה גם מהוותיקות לא הייתה יכולה לאפשר זאת למימון מסע משחקים עבור קבוצות הנוער שלה. במקרה של גדני"ע יהודה הגיעו הכספים למימון מסעות המשחקים מתקציב משרד הביטחון ומשרד החוץ (מכתב אכ"א, 6 בפברואר 1963 רשימת היוצאים, 21 במספר, תשלום דמי כיס והוצאות נלוות, ארכיון צה"ל, 101/1047/1003).

הסיבה השנייה לבחירתה של קפריסין למסע המשחקים הייתה הניסיונות שנעשו במהלך השנים מאז קום המדינה על ידי משרד הביטחון מול ההתאחדות לכדורגל שתכיר בקבוצות הגדני"ע כקבוצות כדורגל הפועלות במסגרתה. קבוצות

הגדני"ע לא השתייכו לאף ארגון ספורט מאלה שפעלו במדינה, אף על פי שפיקוד הגדני"ע ומשרד הביטחון ניסו במהלך השנים לשנות את ההחלטה הם נדחו ב"לך ושוב" בנימוק שלגדני"ע אין קבוצת בוגרים. החלטה זו שונתה בסוף שנת 1963 בעקבות הצלחותיה של קבוצת גדני"ע יהודה בליגה, בגביע ובקפריסין (חליפת מכתבים אינטנסיבית בין ההתאחדות לכדורגל בישראל לפיקוד הגדני"ע במהלך כל שנת 1962, ארכיון צה"ל, 101/1047/1003).

הסיבה השלישית הייתה העובדה כי מסעות המשחקים לקפריסין נעשו בעיקר לפי הזמנת שלטונות האי שייצגו את המיעוט התורכי.

סיבה נוספת הייתה גם העובדה ששנת 1960 הייתה נקודת מפנה ביחסי הספורט בין קפריסין העצמאית למדינת ישראל הצעירה. בשנה זו התמודדו פעמיים נבחרות ישראל וקפריסין במשחקים רשמיים על הזכות להעפיל למשחקי גביע העולם שהתקיימו בשנת 1962 בצי"לה. במשחק הראשון שנערך בקפריסין ב-13 בנובמבר 1960 סיימו שתי הנבחרות את המשחק בנייהן בתיקו אחד (בן-אברהם, 1960). במשחק השני שהתקיים ברמת גן ב-27 בנובמבר 1960 ניצחה נבחרת ישראל את יריבתה בתוצאה 6:1 והעפילה לשלב הבא במשחקי גביע העולם (בן-אברהם, 1960). באווירה שנוצרה בין שתי המדינות ניתן היה לשלב בקלות יחסית מפגשי ספורט. העובדה שמישראל הגיעו שחקנים, לבושים מדי צה"ל, במטוסים צבאיים, מלווים בקציני צבא בכירים תרמה להאדרת האירוע ולרצון לשתף פעולה.

משרד הביטחון ופיקוד הגדני"ע ניסו ל"נצל" את פתיחתו של חלון ההזדמנויות הספורטיבי ולשלב גם את קבוצת גדני"ע יהודה בפעילות הספורטיבית. מי שארגנו, תכננו, פעלו והיוו את הרוח החיה בתכנון המסעות לקפריסין היו שניים: שמואל (שוני) מושקוביץ ועמי פוסטול, לימים פזטל. שניהם יוצאי פיקוד הגדני"ע ושירתו בבסיס שהיה ממוקם בשייח מוניס.

שמואל (שוני) מושקוביץ

שמואל (שוני) מושקוביץ נולד בהונגריה בשנת 1929. בהיותו בן שנתיים עלתה משפחתו לארץ והתגוררה ברחוב יסוד המעלה בתל אביב. כרבים מבני הדור הצעיר באותה תקופה הוא עבר את מסלול ההכשרה של הגדני"ע וכך הגיע כמדריך להיות עוזרו של מוניה גושן שהקים את מועדון "השחר". כאשר פרש גושן מתפקידו מילא שוני את מקומו החל משנת 1950. כאשר עזב מוניה גושן את המועדון, הופסקה בו הפעילות. ההתאחדות לכדורגל הקציבה לשוני עשרה ימים להמשך הפעילות, והוא הצליח להעמיד בפרק זמן זה ארבע קבוצות, והפעילות במועדון נמשכה. הציוד במועדון כלל באותה תקופה ארבעה כדורים ו-12 זוגות נעליים. שוני עצמו אימן שתי קבוצות כל יום. במהלך השנים הוא עבד כאזרח עובד צה"ל בדרגת בח"ק (בחזקת קצין), דרגה המקבילה לדרגת רב סרן. לזכותו של שוני ניתן לזקוף את הצלחותיהן של קבוצות הגדני"ע, תוארי האליפות, הזכייה בגביע המדינה והטיפול המסור וחסר הפשרות בבני הנוער שגדלו בדרום תל-אביב שעבורם הייתה הפעילות במועדוני הגדני"ע של שוני שלב אחרון לפני הידרדרותם לפשע. בין בוגריו הרבים של המועדון, שכולם היו בני טיפוחיו של שוני, ניתן למצוא את יאיר נוסובסקי (הפועל כפר-סבא ונבחרת ישראל), דני מאנו, לופא קדוש (שניהם מקבוצת הכח), מיכאל (מיקי) מיכאלי (מכבי תל-אביב, מכבי יפו ונבחרת ישראל), אמציה לבקוביץ (הפועל תל-אביב ונבחרת ישראל), שמעון בן-יהונתן (הפועל תל-אביב), רחביה רוזנבוים (הפועל תל-אביב

ונבחרת ישראל), יוסי חיסדאי, יחזקאל קצב (מכבי יפו ונבחרת ישראל), האחים נחמיה ומשה חליבה (בית"ר תל-אביב), יורם מור (הפועל כפר סבא), גלילי דרחי (שמשון והפועל פתח תקווה), משה וחיים יחיאל (הכח בני יהודה והפועל פתח תקווה), סמי שאולי (הכח), אליעזר וילנסקי (מכבי תל-אביב) חיים רביבו (אשדוד, הפועל תל-אביב, מכבי חיפה ונבחרת ישראל), סלים טועמה (הפועל תל-אביב ונבחרת ישראל), יוסי משולם (שמשון), משה סימן טוב (הכח), יצחק אשכנזי (הפועל חיפה והכח), שמואל רודיטי (הכח), צבי (ציקו) פרקש (הכח ונבחרת ישראל), עזרי ארלנדס (מכבי פתח-תקווה), אלי אהרונוב (מכבי פתח-תקווה) ורבים אחרים.

על ימיו הראשונים של מועדון הגדני"ע סיפר שוני מושקוביץ כך: המגרש הראשון שעליו התקיימה פעילות ספורטיבית היה מגרש "באסה" (לימים אצטדיון בלומפילד), ואילו המועדון היה בבית ספר תחכמוני. כשנלקח מהמועדון מגרש "באסה" הוא עבר לשכונת שפירא לרחוב שדרות הר ציון, שם היה גם מגרשו הביתי. לאחר שלוש שנים כאשר במקום נסלל כביש חדש הועתק המועדון למשכנו באבו כביר. המגרש היה מלא בגזעי עצים ואבנים גדולות, שוני הביא עימו 50 טוריות, וכך בכל יום אחרי האימון היו החניכים נשארים איתו ומיישרים את השטח (פריזאט, כנראה שנת 1978).



תעודת המאמן של שוני מושקוביץ (גדני"ע יהודה). אני מודה מקרב לב לגלילי דרחי.

פזטל עמי, עמיחי (פוסטול)

עמי פזטל נולד בינואר 1936 (נפטר ב-14 בפברואר 2023) וגדל בגבעתיים. בנעוריו לא היה קשור כלל לכדורגל, ושימש עד לשירותו הצבאי כמדריך נוער בבסיס הגדני"ע בשייח מוניס. בבסיס הכיר עמי את שוני. שוני השפיע עליו רבות סביב העיסוק בענף הכדורגל. בתחילת שנות השישים של המאה הקודמת עבר עמי קורס למאמני כדורגל שהתקיים במכון וינגיט. עמי אימן את קבוצת גדני"ע יהודה בשנים 1961-1963, ולאחר מכן עבר לאמן בקבוצת שמשון תל-אביב. במקביל השלים לימודי עריכת דין באוניברסיטה העברית בירושלים, כתב בעיתון מעריב ובעיתון "במחנה גדני"ע". הוא ניהל במשך שנים רבות את התוכנית "שירים ושערים" ברדיו, והיה דיין בבית הדין המשמעתי והעליון של ההתאחדות לכדורגל. על מועדון הגדני"ע אמר לי עמי כך: "מועדון הגדני"ע היה יותר ממועדון כדורגל הוא היה מועדון חינוכי, חברתי שנתן מענה לבני הנוער בדרום תל-אביב". המועדון הכין פעילויות שונות עבור הנערים ששהו בו שלא היו קשורות בהכרח לכדורגל – ערבי שיש, עבודות בקיבוצים, שירות בבסיסי

הגדנ"ע, בעיקר בבאר אורה, טיולים ברחבי הארץ, מסעות הגדנ"ע והוצאה לאור של כתב עת של המועדון "כראות עיני", שעמי היה אחד מעורכיו.



קבוצת גדנ"ע יהודה ביום הטיסה לקפריסין, 3 בדצמבר 1961, בבסיס הגדנ"ע בשייח מוניס עומדים מימין לשמאל: יגאל קליין, עמנואל מרזיוף, יחזקאל קצב, משה מאיה, ישראל בוטשווילי, משיח קולונגי, אמנון בן שלום, יוסי בן-יוסי, מיקי מיכאלי, יושבים מימין לשמאל: דוד קרקו, יוסי משולם, יצחק מור חיים, אריה שאשא, יקיר טוביה, סמי שאולי. אני מודה מקרב לב ליוסי משולם על התמונה ועל זיהוי השחקנים.

המשחקים בקפריסין

מסע המשחקים הראשון של קבוצת הגדנ"ע לקפריסין התקיים כאמור בחודש דצמבר 1961. הקבוצה טסה בחנוכה לאי השכן וקיימה בו שני משחקים. המשחק הראשון התקיים ב-4 בדצמבר 1961. במשחק זה התמודדה קבוצת הגדנ"ע מול נבחרת נוער קפריסאית של בתי הספר התיכוניים התורכיים באי ונוצחה בתוצאה 3:1 ('קבוצת חמת לקפריסין', 1961). משחקה השני של קבוצת הגדנ"ע התקיים ב-6 בדצמבר 1961. במשחק זה ניצחה קבוצת הגדנ"ע את קבוצת אומניה קפריסין (עד גיל 20) בתוצאה 1:0 (וילנצ'יק, 1961).



קבוצת גדנ"ע יהודה ביום טיסתה השנייה לקפריסין בשדה דב. עומדים משמאל לימין: ישראל בוטשווילי, יקיר טוביה, סמי שאולי, עמנואל מרזיוף, אמנון בן-שלום. אני מודה מקרב לב ליוסי משולם על התמונה ועל זיהוי השחקנים.

חוויה בלתי נעימה ציפתה לכדורגלני הגדנ"ע בשובם ארצה. הם עמדו לנחות במטוס דקוטה צבאי בשדה דב. כ-30 דקות לאחר ההמראה נדם לפתע אחד ממנועיו של המטוס. שחקני הקבוצה וחמשת מלוויהם התבקשו לחגור את חגורות ההצלה ולהיות מוכנים לנחיתה חירום בים. בהגיעם סמוך לחופי הארץ הוזנק לקראתם מטוס קרב של חיל האוויר הישראלי שליווה אותם עד לנחיתה המוצלחת בשדה התעופה בלוד (סופר מיוחד, 1961, סופר מיוחד היה שם העט של עמי פזטל. זו הייתה כתבתו הראשונה בעיתון מעריב).



קבוצת גדנ"ע יהודה דצמבר 1961 קפריסין, עומדים מימין לשמאל: עמי פזטל מאמן, מיקי מיכאלי, עמנואל מרזיוף, אמנון בן משה, יחזקאל קצב, יגאל קליין, משיח קולונגי, שוני מושקוביץ. כורעים מימין לשמאל: משה מאיה, איכא, סמי שאולי, יוסי משולם, דוד קרקו. אני מודה מקרב לב לסמי שאולי על התמונה ועל זיהוי השחקנים.

מייד בתום מסע המשחקים של קבוצת הגדנ"ע בקפריסין הגיעו לאי השכן שתי קבוצות כדורגל מישראל. הראשונה הייתה קבוצת "חמת" שהייתה אלופת הליגה למקומות עבודה בארץ בחמש השנים שקדמו למסע. השנייה הייתה נבחרת דואר ישראל. שתי הקבוצות מהארץ התמודדו בטורניר מרובע עם עוד שתי קבוצות מקפריסין שייצגו גם הן מקומות עבודה. הקבוצות מישראל גברו בטורניר על יריבותיהן מקפריסין ('קבוצת חמת לקפריסין', 1961).

בחודש אפריל 1962 הגיעה לארץ נבחרת הכדורגל של בתי הספר התיכוניים התורכיים באי למשחק גומלין מול קבוצת הגדנ"ע. משחק הגומלין התקיים ב-9 באפריל במגרש מכבי יפו לנגד עיניהם של כ-2500 צופים. עוד נכחו במשחק גיולה מאנדי מאמן נבחרת ישראל, יהושע (שייע) גלזר, שלמה לוי, ואסילי ספאסוב, מאמן קבוצת מכבי יפו ואל"מ יי שני מפקד פיקוד הגדנ"ע. המשחק הסתיים בתוצאה 1:1. את השער לזכות קבוצת הגדנ"ע הבקיע וולפריד בדקה ה-33 (קרן-צבי, 1962). מסע המשחקים השני לקפריסין התקיים בחודש פברואר 1963. במשחק הראשון התמודדה קבוצת הגדנ"ע מול נבחרת בתי הספר התיכוניים התורכיים באי. קבוצת הגדנ"ע ניצחה במשחק זה בתוצאה 4:0. השחקן המצטיין בשדה היה סמי

שאולי שאף כבש את אחד מארבעת השערים. "הטוב בקבוצה הישראלית היה הקיצוני הזריז והדינמי סמי שאוליי" (הגדני"ע ניצח 4:0 בקפריסין, 1963, עמ' 1). משחקה השני של קבוצת הגדני"ע נערך ב-14 בפברואר מול נבחרת מועדוני הספורט התורכיים באי. המשחק הסתיים בתוצאה 1:1. קבוצת הגדני"ע הבקיעה את שער השוויון בדקה האחרונה של המשחק (הגדני"ע הישווה בדקה האחרונה, 1963). סגן נשיא קפריסין התורכי קיבל את פני שחקני גדני"ע יהודה בשדה התעופה בבואם ונפרד מהם בצאתם לדרך. קבוצת הגדני"ע התארכה באחת הפנימיות של בתי הספר העל יסודיים, סיירה בקפריסין, התארכה במשחקי כדורגל ובמועדוני ספורט וביקרה בסרטים (מכתב שגרירות ישראל בניקוסיה למשרד החוץ האגף לקשרי תרבות, 21 בפברואר 1963, ארכיון צה"ל 101/1047/1003) קבוצת הגדני"ע דבקה במסורת המשחקים הבין-לאומיים שלה גם בשנים הבאות. המסע השלישי נערך בחודשים יוני-יולי 1966 לגרמניה, לצרפת ולהולנד אבל הפעם לא במדי צה"ל ובמטוסים צבאיים, אלא בחליפות ייצוגיות ובמטוסי ארקיע או אל-על.

סיכום

קבוצת הכדורגל של גדני"ע יהודה הוקמה בשנת 1947 על ידי ארגון ההגנה בשם "השחר" במטרה לקרב את בני הנוער שחיו בשכונותיה הדרומיות של תל אביב לפעילותו של הארגון וכדי להרחיקם מפעילות ומתמיכה בארגונים "הפורשים". במועדוני "השחר" התקיימה פעילות חברתית ענפה שבה שולב גם העיסוק בספורט, בעיקר כדורגל, כדי למשוך אליהם את בני הנוער הצעירים. עם הקמת המדינה וצה"ל עברה האחריות לפעילות במועדונים לידי משרד הביטחון ולפיקוד הגדני"ע. מאז ועד היום מופיעות קבוצות הכדורגל של המועדון תחת השם "הגדני"ע". מועדון הגדני"ע מתאפיין בכך שכאשר חניכיו מגיעים לגיל השירות הצבאי, הם משוחררים אוטומטית לכל קבוצה שחפצה בהם בלי צורך להיכנס לתקופת "הסגר". במהלך שנות קיומו שימש המועדון חממה לטיפוח שחקני כדורגל ששיחקו בקבוצות הליגה הלאומית ונבחרת ישראל. מועדון הגדני"ע פועל ברציפות מאז 1947 ועד עצם היום הזה. גם כיום הוא ממוקם בדרום תל אביב, במגרש חדש שהוקם לפני שנים מספר. בשנים הראשונות לקיומו היו קבוצות הגדני"ע, ובעיקר הקבוצה הבוגרת - גדני"ע יהודה, מקבוצות הנוער הטובות בארץ. הם זכו באליפויות המדינה ובגביע המדינה לנוער והגיעו לגמרים ארציים. לצערנו לא ניתן לשחזר תמונה מדויקת ומלאה של פעילותן של כל קבוצות הנוער בראשית שנותיה של המדינה משום היעדר מסמכים ומקורות ארכיוניים אחרים.

קבוצת גדני"ע יהודה הייתה הראשונה לפרוץ את הדרך למסעות משחקים מחוץ לגבולות המדינה עבור קבוצות נוער. כבר בתחילת שנות השישים של המאה הקודמת היעד שנבחר לביצוע משימה זו היה האי השכן, קפריסין. לקפריסין מסורת היסטורית זהה לזו של מדינת ישראל. גם היא נשלטה על ידי הבריטים וזכתה לעצמאות בשנת 1960, 12 שנה בלבד אחרי מדינת ישראל. כמדינה חדשה היא נאלצה להתמודד עם בעיות רבות, בדומה למדינת ישראל - פוליטיות, דתיות, חברתיות,

כלכליות, ודיפלומטיות. מנהיגי קפריסין, בעיקר אלה שנמנו עם המיעוט התורכי באי, חיפשו דרכים ליצירת קשרים דיפלומטיים ואחרים עם מדינות שונות. אחת מאלה "שסומנו" על ידם הייתה מדינת ישראל, שהייתה גם היא חדשה יחסית, התמודדה עם בעיות שונות ותרה אחר קשרים עם מדינות אחרות במטרה לחזק את כוחה הדיפלומטי. אחת מדרכי הקשר הייתה תחרויות ספורט בין שתי המדינות, גם של בני נוער. בארץ נבחרה קבוצת גדני"ע יהודה מסיבות אלה:

1. רמת הקבוצה - קבוצת גדני"ע הייתה אחת מקבוצות הנוער הטובות בארץ באותה תקופה. ישנם הטוענים כי קבוצת גדני"ע יהודה של המסעות לקפריסין הייתה הקבוצה הטובה ביותר של מועדון הגדני"ע מאז הקמתו.
 2. עלות כלכלית - קיומו של מסע משחקים כזה עולה למועדון כסף רב ומכביד על תקציבו. עם זאת, אם המקורות הכספיים מגיעים ממקורות חיצוניים למועדון, הרי אין כל בעיה לקיים אותו ללא חשש לפגיעה בתקציבו.
 3. לאחר שקפריסין קיבלה את עצמאותה היא ביקשה ליצור קשרים כלכליים ואחרים עם מדינות אחרות. קשרי ספורט היוו חלק בלתי נפרד מהקשרים שנועדו לחזק את מעמדה בעולם הדיפלומטי. אותן מטרות היו חלק בלתי נפרד ממדיניות החוץ של מדינת ישראל הצעירה שהייתה רק בת 12 באותה תקופה.
 4. אפקט פסיכולוגי - באותן שנים היה צבא ההגנה לישראל ביטוי לעוצמתה של המדינה הצעירה שעדיין נאבקה על קיומה: מבצע סיני, פעולות הגמול, עסקות נשק ועוד. משלחת של בני נוער לבושים במדי צה"ל, מוטסים במטוסים צבאיים ומלווים בקציני צה"ל, הייתה מסוגלת בקלות להעלות את מצב הרוח הלאומי, בוודאי ובוודאי אם אותם נערים ניצחו גם את יריביהם.
- מסעות המשחקים של קבוצת הגדני"ע לחוץ לארץ נמשכו גם בשנים הבאות, אלא שהפעם השתנו היעדים לכיוון אירופה בלגיה, הולנד וצרפת.

מקורות

- 23 באפריל 1946 (9 באוקטובר). *העולם הזה*, עמ' 3-5.
- בן-אברהם, נ' (1960, 28 בנובמבר). הצגה ישראלית מרהיבה מול נבחרת קפריסאית חלשה. *מעריב*, עמ' 10.
- בן-אברהם, נ' (1960, 14 בנובמבר). מכשולים קשים לנבחרת בקפריסין. *מעריב*, עמ' 10.
- בן-גוריון, ד' (1971). *יחוד ויעוד דברים על בטחון ישראל*. ההוצאה לאור של משרד הביטחון. עמ' 170-173.
- גביע קרנר לגדני"ע תל-אביב (1954, 11 ביולי). *דבר*, עמ' ב'.
- גדני"ע הישווה בדקה האחרונה (1963, 15 בפברואר). *חדשות הספורט*, עמ' 1.
- גדני"ע יהודה אלוף הנוער (1955, 3 ביולי). *חדשות הספורט*, עמ' 1.
- דיין, ד' (1977). *כן אנחנו נוער, ספר תולדות הגדני"ע*. ההוצאה לאור של משרד הביטחון. עמ' 60-63.
- הגדני"ע ניצח 0:4 בקפריסין (1963, 13 בפברואר). *חדשות הספורט*, עמ' 1.
- סיום פעולתו של מועדון השחר (1949, 22 באפריל), *הארץ*, עמ' 3.
- וילנצ'יק, ש' (1961, 5 בדצמבר). גדני"ע נוצח בקפריסין בתוצאה 1:3 לאחר 1:2 במחצית. *חדשות הספורט*, עמ' 1.
- וילנצ'יק, ש' (1961, 7 בדצמבר). גדני"ע ניצח בקפריסין 0:1, שער הניצחון הובקע 4 דקות לסיום. *חדשות הספורט*, עמ' 1.
- וילנצ'יק, ש' (1963, 30 באוקטובר). הקהל זכה בגביע קרנר. *חדשות הספורט*, עמ' 4.
- יגר, מ' (2021). *ראשיתו של שרות החוץ, 1948-1967*. מאגנס.
- כרמי, א' (2019). *העסקונה: עליתה ונפילתה של עילית עסקני הספורט בישראל, 1951-1996*. המכללה האקדמית בוינגייט. עמ' 183-292.
- ליפובסקי, א' (1960, 6 ביוני). נערי הגדני"ע הגשימו חלום ישו בן 11 שנה, תמה הליגה הארצית לנוער. *חדשות הספורט*, עמ' 4.

- סופר מיוחד [עמי פזטל] (1961, 10 בדצמבר). המטוס עמד לנחות בים. מעריב, עמ' 2.
- סלוצקי, יי (עורך) (תשל"ג). ספר תולדות ההגנה. כרך ג, חלק ג. עם עובד, עמ' 1380-1373.
- פורמן, בי (2017). כל בחורה (ה) וטוב לנשק: ההכשרה הגופנית ללחימה בתקופת היישוב 1948-1939, דור לדור, נ"ג, 211-246.
- פורמן, בי (2023). "זה לא רק ספורט", מועדון הגדנ"ע בדרום ל-תל-אביב ייסוד ומיסוד 1947-1958. דור לדור, נ"ז, 139-163.
- פעיל, מי (1995). מבחן התנועה הציונית, 1948-1931 מרות ההנהגה המדינית מול "הפורשים". צ'ריקובר מוציאים לאור. עמ' 12-19, 89-153.
- פריזאט, אי (ללא ציון שנה, כנראה 1978). ריאיון עם שוני. כראות עיני, עמ' 1-2.
- צמרת, צי (1997). עלי נשר צר: החינוך בישראל בשנות המדינה הראשונות. מכון בן גוריון לחקר ישראל והציונות, ההוצאה לאור, עמ' 93-96.
- קבוצת חמת לקפריסין (1961, 8 בדצמבר). חדשות הספורט, עמ' 1.
- קרן-צבי, חי (1962, 10 באפריל). גדנ"ע-קפריסין 1:1. חדשות הספורט, עמ' 1.
- קרן-צבי, חי (1962, 28 בנובמבר). גדנ"ע יהודה זכה בגביע קרנר, ניצח את "הפועל" תל-אביב על שלל כוכביו 2:1. חדשות הספורט, עמ' 1, 4.
- רותם, אי (1971, 19 בנובמבר). צעירי שכונת שפירא עלו על המגרש. מעריב, עמ' 32.
- פז, פי (2016). פנינו אל השמש העולה: חניכי תנועות הנוער החלוציות ובוגריהן בני הדור השני 1947-1967. מוסד ביאליק.

ראיונות אישיים

זבולון אייכן, 6 באפריל 2022

משה סימן טוב, 22 במאי 2022

עמי פזטל (ז"ל) 12 בינואר 2022

גלילי דרחי, 9 במאי, 2025

ארכיונים

ארכיון תולדות ההגנה, שדרות רוטשילד תל-אביב

ארכיון עיריית תל-אביב, רחוב אבן גכירול, תל-אביב

ארכיון צבא ההגנה לישראל, תל-השומר

גנזך המדינה, ירושלים, תיקי משרד החוץ

המכון לחקר תנועת העבודה והחלוץ, על שם פנחס לבון, תל-אביב

תיאור, אימון והערכת ניתורים של לוחמי טאקוונדו ברמה

הישגית גבוהה בתקופת ההכנה הכללית

יוסי חלבה

המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

תקציר

מטרת המחקר הייתה לבחון את השפעתה של תוכנית אימונים המשלבת תרגילי ניתור, על ביצועי (Drop Jump) ו- (Squat Jump) SJ, Counter (Counter-Movement Jump) CMJ בקרב לוחמי טאקוונדו הישגיים ברמה גבוהה. במחקר השתתפו עשרה ספורטאים גברים, גיל ממוצע 19.57 ± 0.98 שנים, המתאמנים בקביעות בענף הטאקוונדו. שיטת המחקר כללה תוכנית התערבות של שמונה שבועות, עם מדידות חוזרות לפני ואחריה. התוכנית התמקדה בשני סוגי אימונים: אחד שכלל שלושה סוגי ניתורים ואימון כוח, והשני כלל טכניקה וטקטיקה שגרתיות בתדירות של שלוש פעמים בשבוע. יש לציין כי אימוני הכוח בוצעו במסגרת שגרת האימונים הרגילה של הספורטאים בפיקוחו של הצוות המקצועי. תוצאות המחקר הראו שיפורים משמעותיים בגובה הניתור, במיוחד בניתור DJ (29.8 ± 2.4 ס"מ לפני, לעומת 33.4 ± 2.6 ס"מ אחרי, שיפור של 12.1%), בניתור CMJ (36.2 ± 2.8 ס"מ לפני, לעומת 40.3 ± 3.1 ס"מ אחרי, שיפור של 11.3%) ובניתור SJ (32.4 ± 2.1 ס"מ לפני, לעומת 35.8 ± 2.5 ס"מ אחרי, שיפור של 10.5%). המסקנות מצביעות על כך שתוכניות אימונים המשלבות ניתורים יכולות לשפר משמעותית את ביצועי הספורטאים. כמו כן, תוצאות אלו מדגישות את חשיבותם של מאמצים אקסצנטריים-קונצנטריים דינמיים ומהירים, הרלוונטיים במיוחד לניתורי CMJ ו-DJ.

תאריכים: טאקוונדו, ניתורים, DJ, SJ, CMJ

טאקוונדו הוא ענף לחימה שמקורו בקוריאנה, שם התפתח במקור כאומנות לחימה צבאית במהלך מאות שנים. לאחר מלחמת העולם השנייה איחדו מומחים קוריאנים טכניקות מסגנונות לחימה מסורתיים ליצירת שיטה אחידה שהפכה מאוחר יותר לענף הספורט המוכר כיום. מאז שנות החמישים עבר הטאקוונדו תהליך מודרניזציה והתפתח מענף קרבי מסורתי לתחרות ספורטיבית בין-לאומית. בשנת 1994 הוא קיבל מעמד אולימפי רשמי, והחל משנת 2000 נכלל במשחקים האולימפיים (Pieter & Heijmans, 2000).

כענף תחרותי הטאקוונדו מתאפיין בדינמיות גבוהה ובתדירות גבוהה של בעיטות מהירות ועוצמתיות במהלך קרב. הדגש בתחרויות הוא על פיתוח יכולות

אתלטיות קריטיות, ובעיקר על כוח מתפרץ הנחוץ לביצוע בעיטות מדויקות ומכריעות. במהלך הקרב המתחרים מפיקים כוח בזמן קצר תוך שימוש בטכניקות סיבוביות ובאסטרטגיות תנועה מתקדמות לצבירת ניקוד ולהכרעת היריב.

כיום קיימים שני סגנונות מרכזיים: *הסגנון המסורתי* (ITF - International Taekwondo Federation), המדגיש טכניקות קרביות מגוונות, *הסגנון התחרות* (WTF - World Taekwondo Federation), שבו הדגש הוא על הישגים ספורטיביים, על מהירות תגובה, על שימוש באמצעים טכנולוגיים למדידת ניקוד ועל שליטה (Heller et al., 1998). בענף התחרותי תנועות הלוחמים מותאמות למקסום מהירות הבעיטה, לקואורדינציה ולשליטה דינמית – מרכיבים המבדילים את טאקוונדו מענפי לחימה אחרים.

ענף הטאקוונדו התחרותי מאופיין בלחימה בין יריבים מאותו מין ודורש שילוב של טכניקה, טקטיקה, כושר גופני והיבטים נפשיים. אחד ממרכיבי הכושר הגופני המשמעותיים ביותר בטאקוונדו הוא כוח, במיוחד בגפיים התחתונות, הנחוץ לביצוע מיטבי של בעיטות, של ניתורים מהירים וליציבות גופנית (Fong & Ng, 2011; Kim et al., 2011). כוח זה מוגדר לעיתים קרובות כיכולת לפתח מומנט מרבי במהלך התכווצות רצונית מקסימלית (MVC - Maximum Voluntary Contraction) (Tanner & Gore, 2012). בטאקוונדו, תרגום הכוח לביצועים מתבטא בתנועות מהירות תוך כדי התקפה, המעניקות יתרון טקטי משמעותי. שריר ה-*quadriceps*, שריר ה-*hamstrings* ושריר ה-*gastrocnemius* ממלאים תפקיד מפתח, שכן הם מאפשרים יציבות של מפרק הברך, הירך והקרסול. שריר ה-*quadriceps* במיוחד חיוני ליציבות הכללית ולביצוע טכניקות בעיטות מגוונות (Boyanmiş et al., 2024).

בקרב ספורטאי טאקוונדו המתחרים ברמות הגבוהות ביותר נדרש פיתוח כוח דינמי בעוצמות בינוניות ועד מרביות הן בגפיים התחתונות והן בגפיים העליונות. דרישות התחרות מצריכות שילוב בין כוח מהירות לתנועות טכניות וטקטיות, ולכן אימונים ייעודיים ממלאים תפקיד מרכזי בשיפור יכולות אלו. בין המתודות הבולטות לשיפור ביצועים נכללים תרגילים המתמקדים בכוח מתפרץ, בניתורים מהירים ודינמיים ובתרגול בעיטות בעומסים משתנים. תרגילים אלו משפרים את היכולת לשלב כוח, מהירות ותיאום טכני – אלמנטים חיוניים לביצועים מיטביים בזירה (Campos et al., 2002; Casolino et al., 2012; Tornello et al., 2013). ביצוע בעיטות חוזרות בעצימות גבוהה ולזמן קצר נשען במידה רבה על תרומת המערכת האנאירובית האלקטית (ATP-PCr), המשמשת מקור אנרגיה מיידי לפעילויות מתפרצות. מערכת זו פעילה בשניות הראשונות של המאמץ ותורמת ליכולת להפיק כוח במהירות – כפי שנדרש במעברים מהירים בין הגנה להתקפה בטאקוונדו תחרותי. נוסף על כך, יעילות הסינתזה מחדש של ATP משפיעה במישרין על ההתאוששות בין מאמצים עצימים חוזרים, ולכן מהווה מרכיב חיוני ביכולת הביצוע של הספורטאי לאורך רצף פעולות קצרות ודחוסות במהלך הקרב (Ojeda-Aravena et al., 2022).

בעת קרב תחרותי ישנם כמה מצבים נפוצים של תנועות לפלג גוף התחתון המושפעות מתפקוד השריר. התנועה הראשונה היא יציאה ממנח סטטי לדינמי ובהיבט השריר – תנועה ממאמץ איזומטרי למאמץ קונצנטרי, כמו בזינוק מאדני הריצה באתלטיקה קלה. התנועה השנייה היא בלימה של השריר במאמץ אקסצנטרי

ומעבר יחסית איטי למאמץ קונצנטרי, לדוגמה, בשינוי כיוון בענפי הספורט השונים ובייחוד במשחקי כדור. התנועה השלישית היא בלימה מהירה מאוד ויציאה להתקפה מהירה מאוד, כלומר חילוף מהיר בין בלימה להתקפה, הדורש ביצוע מאמץ אקסצנטרי ומעבר מהיר למאמץ קונצנטרי, לדוגמה, בשלב הנחיתה על רגל אחת בעת ביצוע ריצה מהירה. שני המצבים האחרונים מאופיינים בזמן תנועה המפעילה את רפלקס המתיחה בשריר (SSC - Stretch Shortening Cycle) (Komi, 1984; Nicol et al., 2010; Turner & Jeffreys, 2010).

בספרות המדעית בספורט ההישגי אפשר למצוא שלושה ניתורים רלוונטיים למצבים אלו ברמה גבוהה והמאופיינים כתרגילי כוח דינמיים. ניתורים המשפרים את ביצועי הגפיים התחתונות הם: ה-SJ, ה-CMJ וה-DJ. ניתורים אלה משמשים לרוב באימונים ובמבדקי טאקוונדו תקופתיים (Ojeda-Aravena et al., 2021; Ouerqui et al., 2020). משך תוכניות האימונים שתוארו במחקרים אלו היה לרוב קצר יחסית ונע בין שבועיים לארבעה שבועות, עם מספר מצומצם של מפגשי אימון בפועל (כ-12 אימונים בממוצע). אפשר למצוא בספרות דיווחים על כך שלספורטאי הישג ביצועים גבוהים יותר בניתורים מאשר לספורטאים חובבים (Bridge et al., 2014a). ה-CMJ וה-DJ הם ניתורים המאופיינים בחלק הראשוני בבלימה במאמץ אקסצנטרי ולאחר מכן בשינוי מהיר למאמץ קונצנטרי, המתואר בספרות ככוח ריאקטיבי וכאימון פליאומטרי. תנועה זו, או סוג כוח זה, מפעילה את SSC בשריר (רפלקס המתיחה), המעורר את גיוס היחידות המוטוריות ומביא לגידול בכוח (Castagna & Castellini, 2013; Mcguigan et al., 2006; Suchomel et al., 2016). לעומת זאת, ניתור ה-SJ מאופיין בתחילתו בשהייה במאמץ איזומטרי ולאחר מכן בשינוי מהיר למאמץ קונצנטרי. את כל הניתורים שהוזכרו אפשר לבצע בכיוון אנכי ובכיוון אופקי, והם מוערכים בהתאמה במרחק ביחידות של סנטימטר. בספרות אפשר לראות את הקשר בין SJ ו-CMJ לבין שינויי כיוון במהירות בענף הטאקוונדו (Chaabene et al., 2017), בענף הקרטה (Herrera-Valenzuela et al., 2021), בענף הסיף (Chtara et al., 2020) ובספורטאי עילית בענפים שונים (Chtara et al., 2020; Herrera-Valenzuela et al., 2021).

בספרות המדעית טרם תועדה תוכנית אימונים המשלבת את שלושת הניתורים גם יחד. מטרת מאמר זה היא להציג את תוכנית האימונים הנמשכת שמונה שבועות וכן הערכות שיפור ביצועי שלושת הניתורים האנכיים SJ, CMJ ו-DJ לספורטאי הישג גברים בתקופת ההכנה הכללית.

השיטה

שיטת המחקר בעבודה זו מבוססת על תוכנית אימונים ייעודית שהתקיימה בקבוצה אחת הישגית בענף הטאקוונדו. המדידה כללה ביצוע של שלושה סוגי הניתורים SJ, CMJ ו-DJ ונערכה בשתי נקודות זמן: לפני תחילת ההתערבות ואחריה, לצורך בחינת השפעת האימונים על ביצועי הניתור.

המשתתפים

בתוכנית האימונים ובהערכות השתתפו עשרה ספורטאים הישגיים בני 14-17 בענף הטאקוונדו (גיל $M=19.57\pm 0.98$ שנים, גובה $M=1.77\pm 0.06$ ס"מ, משקל $M=71.14\pm 5.83$ ק"ג, $BMI=21.84\pm 1.68$) עם ניסיון אימון בטאקוונדו בין 5 ל-14

שנים והמתאמנים בקביעות במסגרת הקבוצה. הספורטאים מתאמנים בתדירות שבועית של שש פעמים בשבוע ויום אחד מנוחה. הם אישרו את הסכמתם מדעת לשימוש בנתוני האימונים שלהם במחקר זה, והמחקר קיבל את אישורה של ועדת הביקורת האתית במוסד האקדמי המזוהה עם החוקר. במהלך תקופת האימונים התבקשו הספורטאים להימנע מפעילות גופנית נוספת.

מהלך האימונים וההערכות הגופניות

משך המחקר היה עשרה שבועות (לוח 1). מהם, בשבוע הראשון בוצעו מבדקי ניתורים לפני ובשבוע העשירי בוצע מבדקי ניתורים אחרי, בתום תקופת האימונים. בין השבועות 2-9 התקיימו אימוני כוח וניתורים, כמו גם אימוני טכניקה וטקטיקה קרבית ייעודיים ללחימת טאקוונדו. עוד נערכו אימוני כוח כחלק משגרת האימונים השוטפת של הספורטאים, שהיו באחריות בלעדית של הצוות המקצועי של הקבוצה. יודגש כי החוקרים לא היו מעורבים בתכנון, בניהול, בפיקוח או בביצוע של אימונים אלה. עומסי העבודה באימונים הללו הותאמו באופן פרטני על ידי הצוות המקצועי, בהתאם לרמת היכולת והצרכים של כל אחד מהספורטאים, כחלק מתהליך ההכנה השגרתי בקבוצה.

לוח 1: תיאור שלבי המחקר לאורך תקופה של עשרה שבועות

שבוע #	1	2-9 (תקופת ההתערבות)	10
11: 30-10: 00	מבדק ניתורים לפני	אימוני כוח וניתורים	מבדק ניתורים אחרי
17: 30-16: 00	אימוני טכניקה וטקטיקה	אימוני טכניקה וטקטיקה	אימוני טכניקה וטקטיקה

תוכנית האימונים

תוכנית האימונים של הספורטאים כללה שלושה מפגשי אימון שבועיים בימים ראשון, שלישי וחמישי, והם כללו שני חלקים:

1. שעות בוקר (11: 30-10: 00) אימוני ניתורים וכוח.
2. שעות אחר הצוהריים (17: 30-16: 00) אימוני טכניקה וטקטיקה ייחודיים בטאקוונדו.

בימים שני, רביעי ושישי התקיימו אימוני טכניקה וטקטיקה בלבד, ואילו יום שבת יועד למנוחה ולהתאוששות ללא אימון. טמפרטורת האוויר הממוצעת באולם האימונים נעה בין 18-22 מעלות צלזיוס.

מבנה האימון

כל אימון כושר היה בנוי משני חלקים וכלל שישה תרגילים שבוצעו בסדר הבא:

1. ניתורים מעל משוכות בגובה 40 ס"מ: קוימו שלוש מערכות, כאשר בכל מערכה בוצעו חמישה ניתורים בכל אחד משלושת הסגנונות DJ, CMJ ו-SJ, לפי הסדר. בין כל סגנון ניתור הייתה הפסקה של דקה, ובין מערכה למערכה הייתה הפסקה של שתי דקות.

2. אימון כוח עם משקולות חופשיות: התוכנית כללה שלושה תרגילים עיקריים לפלג גוף עליון, אמצעי ותחתון: (1) Bench press; (2) Back squat; ו-(3) Deadlift - והם בוצעו באמצעות מוט אולימפי וצלחות התנגדות. עבור כל תרגיל נערכו שלוש מערכות: מערכה ראשונה עם התנגדות של RM10 (המשקל המקסימלי שהספורטאי יכול להרים לעשר חזרות בטכניקה נכונה), ושתי מערכות נוספות עם התנגדות של RM5 (המשקל המקסימלי שהספורטאי יכול להרים לחמש חזרות בטכניקה נכונה) (Baechele & Earle, 2008). בין כל תרגיל לתרגיל הייתה הפסקה של דקה ובין המערכות – הפסקה של שתי דקות.

כלי המחקר

בכל אחד מהמבדקים הוערך גובה הניתור האנכי ביחידות של סנטימטר באמצעות מערכת מדידה ייעודית שהושאלה מהמעבדה הפיזיולוגית במוסד המכשיר (Optojump Microgate, Italy). הניתורים בוצעו בזה אחר זה, עם מנוחה של דקה אחת בין ניתור לניתור, והפסקה של שלוש דקות בין סוגי הניתור. לכל אחד היו שלושה ניסיונות, המוצלח מבין כל סוג ניתור נרשם לניתוח על ידי הבודק. כדי להבטיח ביצוע מבודד של כוח ניתור מפלג הגוף התחתון בלבד, נשארו כפות הידיים מונחות על המותניים לאורך כל הביצועים, ובכך נוטרלה השפעת תנופת הזרועות. תהליכי הכיול, בדיקת המהימנות והתחזוקה השוטפת של מערכת המדידה בוצעו על ידי צוות המעבדה המוסדי, בהתאם לפרוטוקולים התקנייים הנהוגים. כלל הנתונים המתועדים בתהליך זה נשמרו במסגרת תיקי העבודה של המעבדה, ולא הייתה לחוקר גישה או השפעה עליהם. להלן תיאור המבדקים:

מבדק גובה ניתור אנכי (SJ)

מבוצע מנקודת מוצא של שפיפה, כאשר עצם הירך במקביל לקרקע בכיוון איזומטרי וכפות הרגליים ברוחב הכתפיים בקירוב. כל ספורטאי ביצע שלושה SJ עם הפסקה של דקה ביניהם. לאחר כל ניתור קיבלו המשתתפים משוב על גובה הניתור (ס"מ) ועל טכניקת הניתור. ההישג הגבוה ביותר מבין שלושת הניתורים שימש לניתוח.

מבדק גובה ניתור אנכי (CMJ)

מבוצע מנקודת מוצא של עמידה זקופה כשכפות הרגליים ברוחב הכתפיים בקירוב. ה-CMJ מבוצע כמו ה-SJ עם "טבילה" מטה ממש לפני הניתור האנכי, ובכך מותח את השרירים של פלג גוף התחתון המעורבים במאמץ אקסצנטרי (Komi, 1999; Young et al., 2011), והם יורדים מטה עד אשר עצם הירך נמצאת במקביל לקרקע, ועולים מעלה לניתור במאמץ קונצנטרי. החילוף המהיר או השינוי בין המאמצים הוא הכוח הריאקטיבי. כל ספורטאי ביצע שלושה CMJ עם הפסקה של דקה ביניהם. לאחר כל ביצוע קיבלו המשתתפים משוב על הגובה (ס"מ) ועל טכניקת הניתור. ההישג הגבוה ביותר מבין שלושת הניתורים שימש לניתוח.

מבדק גובה ניתור אנכי (DJ)

מתבצע מנפילה מתיבה בגובה 40 ס"מ בעמידה זקופה כשכפות הרגליים ברוחב הכתפיים בקירוב. לאחר הנחיתה יש לנתר לגובה אנכי מקסימלי עם מינימום זמן מגע על הקרקע. גובה הניתור (ס"מ), זמן המגע (אלפית השנייה) וגובה/זמן מגע (ס"מ/אלפית השנייה) הוצגו מייד על מסך המחשב ומשוב ניתן לאחר כל מדידה. משוב זה היה חשוב במיוחד על מנת שהספורטאים יוכלו לקבוע את השילוב

האופטימלי של גובה וזמן שהייה על הקרקע כדי לייצר את היחס הגובה/זמן המגע היעיל ביותר עבורם. בשל זמן המגע הקצר יחסית והצורך לעבור במהירות מהמאמץ האקסצנטרי למאמץ הקונצנטרי, בדיקה זו נחשבת כמדד לביצוע של רפלקס מתיחה מהיר (SCC קצר) לפלג הגוף התחתון.

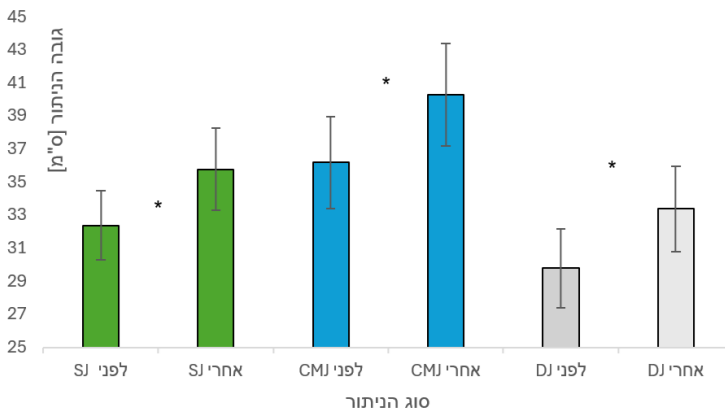
ניתוח סטטיסטי

לשם ניתוח הנתונים נבדקה תחילה נורמליות ההתפלגות של המשתנים המרכזיים באמצעות מבחן שפרו-וילק (Shapiro-Wilk). אף שחלק מהמשתנים לא נמצאו מתפלגים נורמלית ($p < 0.05$), הוחלט להמשיך בניתוחים פרמטריים — מבחני t לממוצעים מזווגים (paired t-test) ומתאמי פירסון — (Pearson correlation) זאת לאור ההומוגניות של קבוצת הנבדקים (ספורטאי עילית מאותה מסגרת) ולאור השימוש השכיח בגישה זו במחקרי ספורט הישגי עם מדגמים קטנים. ניתוחי t שימשו לבחינת הבדלים מובהקים בין המדידות בתחילת המחקר ובסיומו, ואילו ניתוחי המתאם נועדו לזהות קשרים בין פרמטרים פיזיולוגיים לבין מדדי ביצוע. כל הבדיקות הסטטיסטיות בוצעו תוך שמירה על רמת מובהקות של $p < 0.05$.

ממצאים

תוצאות המחקר מצביעות על שיפור משמעותי בגובה הניתור האנכי בכל שלושת הניתורים שנבדקו SJ, CMJ ו-DJ בעקבות תוכנית האימונים בת השמונה שבועות. הנתונים המפורטים באיור 1 ובלוח 2 מצביעים על שיפור מובהק בכל סוגי הניתורים:

ניתור ה-SJ, גובה הניתור הממוצע השתפר מ- 32.4 ± 2.1 ס"מ (לפני ההתערבות) ל- 35.8 ± 2.5 ס"מ (לאחר ההתערבות), שיפור של 10.5% ($p < 0.001$).
 ניתור ה-CMJ, גובה הניתור הממוצע השתפר מ- 36.2 ± 2.8 ס"מ (לפני ההתערבות) ל- 40.3 ± 3.1 ס"מ (לאחר ההתערבות), שיפור של 11.3% ($p < 0.001$).
 ניתור ה-DJ, גובה הניתור הממוצע השתפר מ- 29.8 ± 2.4 ס"מ (לפני ההתערבות) ל- 33.4 ± 2.6 ס"מ (לאחר ההתערבות), שיפור של 12.1% ($p < 0.001$).



איור 1: השוואת גובה הניתור לפני ואחרי ההתערבות – ממוצע וסטיית תקן
 SJ: Squat Jump; CMJ: Counter-Movement Jump; DJ: Drop Jump
 מקרא: * מובהקות סטטיסטית בין לפני לאחרי ($p < 0.001$)

לוח 2: נתוני גובה ניתור (בס"מ) לפני ואחרי תוכנית ההתערבות (n=10)
הנתונים מוצגים כממוצע ± סטיית תקן

סוג ניתור	ממוצע וסטיית תקן לפני	ממוצע וסטיית תקן אחרי	שינוי אבסולוטי (ס"מ)	שינוי באחוזים (%)	(p)
SJ	32.4±2.1	35.8±2.5	3.4	10.5%	<0.001
CMJ	36.2±2.8	40.3±3.1	4.1	11.3%	<0.001
DJ	29.8±2.4	33.4±2.6	3.6	12.1%	<0.001

מקרא: SJ: Squat Jump; CMJ: Counter-Movement Jump; DJ: Drop Jump

המתאמים בין סוגי הניתורים, המפורטים בלוח 3, מצביעים על קשרים חזקים ומשמעותיים המעידים על כך ששיפורים בסוג אחד של ניתור (כגון SJ) מתורגמים ישירות לשיפורים בניתורים אחרים (כגון CMJ ו-DJ). תוצאות אלו מחזקות את המסקנה, כי מרכיבי הכוח המתפרץ והיכולת הריאקטיבית קשורים ביניהם וששיפור במרכיב אחד עשוי להשפיע באופן חיובי על יתר המרכיבים.

לוח 3: מתאמים בין סוגי הניתורים (n=10)
המתאמים חושבו באמצעות מקדם מתאם פירסון (r); כל הערכים מובהקים סטטיסטית (p<0.001)

זוג ניתורים	מקדם מתאם (r)	מובהקות (p)
SJ עם CMJ	0.82	<0.001
DJ עם SJ	0.76	<0.001
DJ עם CMJ	0.89	<0.001

דיון

תוצאות המחקר הנוכחי מצביעות על שיפורים משמעותיים בביצועי ניתורים אנכיים (SJ, CMJ ו-DJ) בקרב לוחמי טאקוונדו ברמה הישגית גבוהה, בתום תקופת אימונים בת שמונה שבועות. שיפורים אלו מצביעים על ההשפעה החיובית של אימונים ממוקדים בפיתוח כוח ריאקטיבי ויכולת פליאומטרית בגפיים התחתונות. תוצאות אלו עולות בקנה אחד עם ממצאי מחקרים קודמים המדגישים את החשיבות של אימוני כוח ואימונים פליאומטריים בספורטאי הישג (Boyanmiş et al., 2024; Bridget et al., 2014b).

ניתוח ההבדלים בין סוגי הניתורים מצביע על כך שהשיפור הממוצע הגבוה ביותר הושג בניתור DJ (12.1%) ולאחריו בניתור CMJ (11.3%) ובניתור SJ (10.5%). ממצאים אלו תואמים את הספרות, המדגישה כי תרגילי ניתורים בסגנון DJ ו-CMJ משלבים מאמצים אקסצנטריים וקונצנטריים בצורה מיטבית, הגורם לגיוס יחידות מוטוריות גבוהה יותר בשריר וכך תורמים לשיפור יכולות כוח דינמיות כלליות והעברת תנע יעילה של הגפיים התחתונות (Castagna & Castellini, 2013; Suchomel)

(et al., 2016). בהקשר זה חשוב לציין כי בעוד שמרבית המחקרים הקודמים התבססו על תוכניות קצרות יחסית – של עד ארבעה שבועות וכ-12 אימונים בלבד (Ojeda-Aravena et al., 2021; Ouergui et al., 2020) – המחקר הנוכחי התפרס על פני שמונה שבועות וכלל 24 אימוני ניתור, דבר שעשוי להסביר את ההשפעה הרחבה שנמצאה על מדדי הביצוע. נוסף על כך, תוצאות ניתור ב-DJ מראות כי היחס בין גובה הניתור לזמן המגע השתפר משמעותית, ולכן מתחזקת הטענה כי אימונים פליאומטריים יכולים לשפר את רפלקס המתיחה ואת היכולת הריאקטיבית (Komi, 1984; Turner & Jeffreys, 2010). חשוב לציין כי ביצוע ניתור ה-DJ דורש בסיס גופני רחב יותר ורקע אימונים מתקדם בהשוואה לניתור CMJ, ולכן ההשפעה על הביצועים ב-DJ עשויה להיות משמעותית יותר. הספורטאים נדרשים להציג שליטה מהירה ומדויקת בשלב הנחיתה כדי למזער את זמן המגע ולהגביר את היכולת הריאקטיבית. דרישה זו עשויה להוות אתגר בתחילת תקופת ההכנה, במיוחד כאשר לספורטאים לא היה ניסיון קודם משמעותי בסגנונות הניתור. מבחינה תנועתית, הגישה המובנית לאימוני ניתורים שמה דגש על יעילות טכנית ועל העברת תנע נכונה מהקרקע כלפי מעלה דרך המפרקים. הספורטאים קיבלו הנחיות להתמקד במיטוב של יישור הגוף בשלבי הניתור והנחיתה. לדוגמה, ניתן דגש על פשיטה חיצית במפרק הברך וכפיפה כפית במפרק הקרסול, לצד לחץ ברכיים הצידה כלפי חוץ, כדי למנוע קריסה פנימה (valgus). קריסה מעידה על הטמעת טכניקה לקויה בניתור, אשר עלולה ליצור עומסים לא מבוקרים על המפרקים. בטווח הארוך, עומסים אלו עלולים להוביל לפגיעות מצטברות ולהגביר את החשש לפציעות, במיוחד באזורי הברך והקרסול. תרגול מניעת הקריסה של הברכיים בניתורים משמעותי ביותר בביצוע בעיטות בטאקוונדו, מכיוון שעומדים על רגל אחת בזמן הבעיטה עם כל משקל הגוף, וליקוי טכני כמו קריסה עלול להביא לפציעה חמורה. כמו כן, הנחיות למיטוב של יישום כוח בקרקע סייעו לשיפור גובה הניתור ולשליטה בתנועה (Smith et al., 2018). תרגילים לחיזוק היציבות והשרירים התחתונים מילאו אף הם תפקיד חשוב. מעורבות שרירי הליבה בתנועות הניתור מבטיחה יציבות והעברת תנע יעילה, בעוד ששיפור כוח השרירים התחתונים מספק את הכוח הדרוש לכוח אנכי מתפרץ (Singh et al., 2017). שילוב של תרגילים פליאומטריים קבועים, כמו ניתורים על תיבות וקפיצות עומק (בעצם, תרגול נפילת ה-DJ), היה חלק מרכזי בתוכנית האימונים וסייע לשפר גם את הכוח וגם את הקואורדינציה הבין-שרירית והתוך-שרירית (Martin, 2020).

בהשוואה לספרות הקיימת, התקדמות הביצועים שהושגה במחקר זה נחשבת משמעותית ביחס למשך תקופת האימונים, אם כי לא ניתן לקבוע את ההשפעה ארוכת הטווח של התוכנית. לדוגמה, קזולינו ואח' (Casolino et al., 2012) הצביעו על עליות דומות במדדים דומים, אך בתקופות אימון ממושכות יותר. הבדלים אלו עשויים להצביע על התאמת תוכנית האימונים באופן אופטימלי לדרישות הפיזיולוגיות של ספורטאי טאקוונדו הישגיים, תוך התמקדות במרכיב הכוח ובכוח מתפרץ בפרט.

נוסף על השוואה למחקרים קודמים (Chtara et al., 2020; Ojeda-Aravena et al., 2021), אשר הצביעו על קשרים מובהקים בין יכולות ניתור לבין יכולת זריזות או שינויי כיוון בענפי ספורט קרב שונים, המחקר הנוכחי מוסיף נדבך ייחודי: שילוב

של שלושה סוגי ניתורי DJ, CMJ ו-DJ כחלק מהתערבות באימונים. בעוד שמחקרים קודמים מדדו לרוב את SJ ואת CMJ בלבד, ללא תהליך אימון ממושך, שילוב של ניתור מסוג DJ, המדגיש תגובתיות מהירה וכוח ריאקטיבי (fast SSC), סיפק עומס נוסף שלא נבחן קודם לכן בהקשר של אוכלוסיית ספורטאי טאקוונדו. תוצאות המחקר מדגישות כי שימוש ברזמני בשלושת סוגי הניתורים כחלק בלתי נפרד מתוכנית האימונים עשוי לשמש מנגנון מרכזי בשיפור מדדי הכוח המתפרץ. שילוב זה, בשונה מהמחקרים המצוינים לעיל, כלל גם הערכה דינמית ומתן משוב אישי המבוסס על ניתוח ביומכני שאפשר לכל ספורטאי לשפר חולשות טכניות ייחודיות ולמקסם את ביצועיו לאורך זמן.

מגבלות המחקר

יש לציין מספר מגבלות שייתכן שהשפיעו על התוצאות. ראשית, גודל המדגם היה קטן יחסית ($n=10$), ולכן הכללת הממצאים לכלל אוכלוסיית לוחמי הטאקוונדו ההישגיים מוגבלת. זהו אתגר מתודולוגי מוכר במחקרי ספורט הישגי, ויש להתייחס אליו בהתאם. שנית, המחקר התמקד בגברים בלבד ולא כלל נשים – נשים לעיתים מציגות תגובות פיזיולוגיות שונות לתוכניות אימונים דומות. זאת ועוד, משך התערבות האימונים היה שמונה שבועות בלבד, ולכן ההבנה באשר להשפעה ארוכת הטווח של התוכנית על ביצועי הספורטאים היא מוגבלת. כמו כן, לא בוצע פיקוח תזונתי צמוד במהלך תקופת האימונים, אשר עשוי היה לתרום לתהליכי ההתאוששות ולמיצוי הפוטנציאל הגופני של המשתתפים. חשוב לציין כי המחקר נערך במהלך תקופת ההכנה, שבה אין תחרויות, ולכן יש להתייחס להשפעת האימונים בהקשר הספציפי של שלב זה בעונת האימונים. כמו כן, אף על פי שהמשתתפים היו ספורטאים הישגיים בעלי ניסיון של שנים רבות באימוני טאקוונדו, הם לא הכירו באופן מעשי את שלושת סוגי הניתורים שנכללו בתוכנית ההתערבות. ייתכן כי החידוש שבתרגילים אלה עורר מוטיבציה גבוהה ותחושת אתגר אישי, אשר תרמו למידת ההשקעה ולרצון להשתפר לאורך תקופת המחקר. גורם זה עשוי להשפיע על תוצאות המחקר ויש להביא אותו בחשבון בפרשנות הממצאים. נוסף על כך, רכיב אימוני הכוח הכלליים שנערכו באמצעות שלושת תרגילי הכוח עם משקולות חופשיות – לא נבחן ישירות במסגרת מחקר זה. תוכנית ההתערבות כללה אך ורק שילוב של שלושה סוגי ניתורים, אשר שולבו בתוכנית האימונים השוטפת של הקבוצה בהובלת המאמן, ללא תיעוד שוטף של משקלי העבודה, עצימות האימון או מדדים כמותיים אחרים של שיפור באימוני הכוח. עקב כך לא ניתן היה להעריך שינויים בכוח היחסי (כוח ביחס למשקל גוף) או את מידת השיפור ברכיב זה. לבסוף, המחקר לא כלל קבוצת ביקורת או השוואה בין שיטות אימון נוספות, ולכן יש להתייחס לממצאיו וליישומם בתוכניות אימון אחרות מתוך שיקול דעת. בהתאם לכך, יש לראות במחקר זה תיאור מקרה (case study) המספק תובנות ראשוניות אך אינו מאפשר הכללה רחבה מעבר לקבוצת הנבדקים שנבחנה. מומלץ אפוא שמחקרים עתידיים יבחנו באופן השוואתי את צורות האימון המוצעות, תוך שילוב קבוצת ביקורת ומתודולוגיות שיאפשרו הסקת מסקנות מבוססות יותר באשר ליעילותן של תוכניות האימון השונות.

משמעויות מעשיות

ממצאי המחקר מדגישים את החשיבות של שילוב אימוני ניתורים בתוכניות האימונים של לוחמי טאקוונדו בתקופת ההכנה הכללית. הממצאים יכולים לשמש בסיס לפיתוח תוכניות אימונים מותאמות אישית, תוך שילוב מדדים כמו סוגי ניתורים שיכולים לתרום לשיפור ביצועים בתחרויות.

רשימת המקורות

- Baechle, T., & Earle, R. (Eds.) (2008). Resistance training and spotting Techniques. In *essentials of strength training and conditioning* (pp. 325-332). (3rd ed.). Human Kinetics.
- Boyanmış, A. H., Kesilmiş, İ., Akın, M., Yilmaz, B., Uslular, A., Karac Ocal, Y., & Andre, H. (2024). A comparison of different strength measurement in Taekwondo: Herman trainer, manual tester, and standing long jump. *Medicina*, *60*(4), 550.
<https://doi.org/10.3390/medicina60040550>
- Bridge, C. A., Ferreira Da Silva Santos, J., Chaabène, H., Pieter, W., & Franchini, E. (2014a). Physical and physiological profiles of Taekwondo athletes. *Sports Medicine*, *44*(6), 713–733. Adis International Ltd. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0159-9>
- Bridge, C. A., Ferreira Da Silva Santos, J., Chaabène, H., Pieter, W., & Franchini, E. (2014b). Physical and physiological profiles of Taekwondo athletes. *Sports Medicine*, *44*(6), 713–733.
<https://doi.org/10.1007/s40279-014-0159-9>
- Campos, G. E. R., Luecke, T. J., Wendeln, H. K., Toma, K., Hagerman, F. C., Murray, T. F., Ragg, K. E., Ratamess, N. A., Kraemer, W. J., & Staron, R. S. (2002). Muscular adaptations in response to three different resistance-training regimens: Specificity of repetition maximum training zones. *European Journal of Applied Physiology*, *88*(1–2), 50–60. <https://doi.org/10.1007/s00421-002-0681-6>
- Casolino, E., Lupo, C., Cortis, C., Chiodo, S., Minganti, C., Capranica, L., & Tessitore, A. (2012). Technical and tactical analysis of youth taekwondo performance. www.nasca-jscr.org
- Castagna, C., & Castellini, E. (2013). Vertical jump performance in Italian male and female national team soccer players. *Journal Of Strength and Conditioning Research*, *27*(4), 1156–1161. www.nasca.com
- Chaabene, H., Negra, Y., Capranica, L., Bouguezzi, R., Hachana, Y. S., Rouahi, M. A., & Mkaouer, B. (2017). Validity and reliability of a new test of planned agility in elite taekwondo athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *32*(9), 2542–2547.
www.nasca.com

- Chtara, H., Negra, Y., Chaabene, H., Chtara, M., Cronin, J., & Chaouachi, A. (2020). Validity and reliability of a new test of change of direction in fencing athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(12), 1–13.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17124545>
- Fong, S. S. M., & Ng, G. Y. F. (2011). Does Taekwondo training improve physical fitness? *Physical Therapy in Sport*, *12*(2), 100–106.
Churchill Livingstone. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2010.07.001>
- Heller, J., Peric Ā, T., Louhç, R. D., Kohlíkovç, E., Elichn, J. M., & Ovçkovç, H. N. (1998). Physiological profiles of male and female taekwon-do (ITF) black belts. *Journal of Sports Sciences*, *16*(3), 243–249.
- Herrera-Valenzuela, T., Miccono-González, G., Fazekas-Molina, M., Astorga-Rojas, G., Valdés-Badilla, P., Ojeda-Aravena, A., & Franchini, E. (2021). Relationship between movement change in karate position test and neuromuscular performance in karate athletes: A pilot study. *Retos*, *39*, 505–508. www.retos.org
- Kim, H. B., Stebbins, C. L., Chai, J. H., & Song, J. K. (2011). Taekwondo training and fitness in female adolescents. *Journal of Sports Sciences*, *29*(2), 133–138.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2010.525519>
- Komi, P. V. (1984). Physiological and biomechanical correlates of muscle function: Effects of muscle structure and stretch-shortening cycle on force and speed. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, *12*, 81–122.
- Komi, P. V. (Ed.). (2011). *The encyclopaedia of sports medicine, neuromuscular aspects of sport performance*. Blackwell Publishing Ltd.
- Martin, B. A. (2020). *Plyometric training and its effects on the neuromuscular system*. Theses and Dissertations, Rowan University.
- Mcguigan, M. R., Doyle, T. L. A., Newton, M., Edwards, D. J., Nimphius, S., & Newton, R. U. (2006). Eccentric utilization ratio: Effect of

sport and phase of training. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20(4), 992–995. <http://journals.lww.com/nsca-jscr>

Nicol, C., Avela, J., & Komi, P. V. (2006). The stretch-shortening cycle: A model to study naturally occurring neuromuscular fatigue. *Sports Medicine*, 36(11), 977–999. <https://doi.org/10.2165/00007256-200636110-00004>

Ojeda-Aravena, A., Herrera-Valenzuela, T., Valdés-Badilla, P., Cancino-López, J., Zapata-Bastia's, J., & García-García, J. M. (2021). Effects of 4 weeks of a technique-specific protocol with high-intensity intervals on general and specific physical fitness in taekwondo athletes: An inter-individual analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph18073643>

Ojeda-Aravena, A., Herrera-Valenzuela, T., Valdés-Badilla, P., Martín, E. B. S., Zapata-Bastia's, J., Aedo-Muñoz, E., & García-García, J. M. (2022). Interrelationship between specific high-intensity intermittent efforts ability with aerobic capacity and slow stretch-shortening cycle utilization in taekwondo athletes. *Isokinetic and Exercise Science*, 30(3), 241–250. <https://doi.org/10.3233/IES-210210>

Ouergui, I., Messaoudi, H., Chtourou, H., Wagner, M. O., Bouassida, A., Bouhlel, E., Franchini, E., & Engel, F. A. (2020). Repeated sprint training vs. Repeated high-intensity technique training in adolescent taekwondo athletes — A randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1–14. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124506>

Pieter, W., & Heijmans, J. (2000). *Scientific coaching for Olympic Taekwondo* (Vol. 2). Meyer & Meyer Sport.

Singh, A., Sathe, A., & Sandhu, J. (2017). Effect of a 6-week agility training program on performance indices of Indian taekwondo players. *Saudi Journal of Sports Medicine*, 17(3), 139. https://doi.org/10.4103/sjism.sjism_19_17

Smith, B. W., Millar, E. A., Jones, K. C., & Elias, J. J. (2018). Variations in tibial tuberosity to trochlear groove and posterior cruciate ligament distances due to tibial external and valgus rotations. *Journal of Knee Surgery*, 31(6), 557–561. <https://doi.org/10.1055/s-0037-1604444>

-
- Suchomel, T. J., Sole, C. J., & Stone, M. H. (2016). Comparison of methods that assess lower stretch-shortening cycle utilization. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *30*(2), 547–554. www.nscs.com
- Tanner, R., & Gore, C. (2012). *Physiological tests for elite athletes*. Human kinetics.
- Tornello, F., Capranica, L., Chiodo, S., Minganti, C., & Tessitore, A. (2013). Time-motion analysis of youth olympic taekwondo combats. www.nscs.com
- Turner, A. N., & Jeffreys, I. (2010). The stretch-shortening cycle: Proposed mechanisms and methods for enhancement. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *32*, 87–99.
- Young, W. B., Wilson, G. J., & Byrne, C. (1999). A comparison of drop jump training methods: Effects on leg extensor strength qualities and jumping performance. *Int J Sport Med*, *20*, 295–303. <https://doi.org/10.1055/s-2007-971134>

المشاركون في الكتيب

- | | |
|------------------------------------|-------------------------|
| – كلية تل حاي الأكاديمية | بروفيسور أودي كارمي |
| – الكلية الأكاديمية ليفينسكي وينجت | بروفيسور روني ليدور |
| – الكلية الأكاديمية ليفينسكي وينجت | بروفيسور مايكل بار إيلي |
| – جامعة بن غوريون في النقب | |
| – الكلية الأكاديمية ليفينسكي وينجت | بروفيسور يشعياهو هوتزלر |
| – جمعية زيف-ناوريم | موران نيف |
| – كلية أورانيم الأكاديمية للتربية. | دكتور هילل وارمان |
| – باحث مستقل | دكتور باروخ فورمان |
| – الكلية الأكاديمية ليفينسكي وينجت | دكتور يوسي هاليفا |

جدول المحتويات

- الركلات الترحيحية من مسافة (11) مترًا في كرة القدم - الصراع على الذاكرة التاريخية
والمنظور الإسرائيلي
أودي كارمي، روني ليدور، مايكل بار إيلي 413
- تحديد وتشجيع ورعاية المواهب في الرياضات البارالمبية
يشعياهو هوتزلر 429
- مياه معادية": نساء في عالم الإبحار الذكوري كحالة لمنظمة ذات تحيز جندي ديناميكي
موران نيف، هيلل وارمان 454
- سفر نادي جادنا يهودا للمباريات في قبرص
باروخ فورمان 489
- وصف وتدريب وتقييم قفزات مقاتلي التايكوندو في المستويات العليا خلال فترة الإعداد العام
يوسي هاليفا 509
- الملخصات باللغة العربية 523
- الملخصات باللغة الإنجليزية V

الركلات الترجيحية من مسافة (11) مترًا في كرة القدم - الصراع على الذاكرة التاريخية والمنظور الإسرائيلي

أودي كارمي¹، روني ليدور²، مايكل بار إيلي³

¹ كلية تل حاي الأكاديمية

² مركز ليفينسكي-وينجيت الأكاديمي

³ جامعة بن غوريون في النقب

تزيد الدراما التي تُحدثها مواجهة الركلة الترجيحية - ركلة الجازء من مسافة (11) مترًا في مباريات كرة القدم - من قيمتها كطقس درامي يُحدد مصير المواجهة ويجذب انتباه الجمهور الذي يتابع كل ركلة عن كثب. تُعدّ المواجهة بين مُنقذ الركلة وحارس المرمى من أبرز أحداث كرة القدم، إذ لا تُثير إعجاب الجمهور فحسب، بل تُثير أيضًا اهتمام الباحثين في مختلف العلوم الرياضية (مثل علم النفس الرياضي وتاريخ الرياضة)، والإعلاميين والمعلقين الرياضيين، والمدرّبين، واللاعبين. لذا، فلا عجب أن تتنافس دول مختلفة على المكانة التي صاحبت اختراع هذه الركلة. وقد اعتُبرت حقوق الطبع والنشر الخاصة بـ"براءة الاختراع"، التي تنتقل القرار من قوة عليا (القدر) إلى البشر (لاعب كرة القدم)، موردًا قيمًا من حيث المكانة الوطنية. وقد ادعت أربع دول - إسبانيا، وألمانيا، وماليزيا، وإسرائيل - ملكية هذا المورد، وحافظت على سلطتها عليه من خلال عروض مادية مُختلفة، مثل الاستاد وقاعة المشاهير، وتمثيلات غير مادية، مثل التقاليد. تهدف هذه المقالة إلى دراسة كيف أصبح بند دستوري في لعبة كرة القدم، والذي اعتمده الاتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) (FIFA) رسميًا عام 1970، موردًا مرموقًا يثير جدلًا عامًا، وخاصةً بالنسبة لدولة مثل إسرائيل التي تطمح إلى الاعتراف الدولي. في هذه المقالة، نستعرض المعالم الرئيسية التي مرت بها ركلة الجازء الحاسمة في كرة القدم على مر السنين، ونشرح لماذا يُنظر إلى التقاليد الرياضية كمورد وطني بين صانعي السياسات والنشطاء الرياضيين، ونقدم أربع روايات مختلفة تنسب إلى نفسها اختراع ركلة الجازء الحاسمة في كرة القدم بشكلها الحالي. للأسف، لا يمكن تحديد الفائز على وجه اليقين بين الروايات. ومع ذلك، يمكن لأولئك الذين ابتكروا طقوس ركلة الجازء الحالية أن ينسبوا الفضل في اختراع حدث رياضي فريد من نوعه يمثل ساحة رائعة للبحث متعدد التخصصات.

الكلمات المفتاحية: الذاكرة التاريخية، كرة القدم، الركلات الترجيحية من مسافة (11) متر، تاريخ الرياضة.

تحديد وتشجيع ورعاية المواهب في الرياضات البارالمبية

يشعياهو هوتزلر

المركز الأكاديمي لوينسكي-وينجيت

الرياضات البارالمبية مجالٌ ناشئٌ يوجه ممارسي الرياضة، سواءً في مرحلة العلاج أو إعادة التأهيل أو الترفيه، إلى مجال الرياضات التنافسية. في العقدين الماضيين، أصبحت الرياضات البارالمبية أكثر تخصصية واحترافية، حتى وصلت إلى مستوى يُقارب مستوى الرياضات الأولمبية. لذلك، ومن أجل مواصلة تطوير الرياضات البارالمبية، من الأهمية بمكان معرفة النماذج والخبرات المتراكمة في تحديد المواهب الرياضية، وتشجيعها، ورعايتها، استنادًا إلى الأدلة الواقعية، والبحوث النظرية، والخبرة العملية. تبدأ هذه المقالة بوصف النماذج المُعتمدة لتحديد المواهب الرياضية، واكتشافها، ورعايتها، ثم تُبيِّن الاختلافات البارزة بين الرياضات العامة والرياضات البارالمبية. بناءً على هذه الاختلافات، تُقدِّم وصفًا لبرامج تحديد الرياضيين البارالمبيين، وتشجيعهم، ورعايتهم من جميع أنحاء العالم، وتصف مؤشرات جودتها. وأخيرًا، تُخصِّص المقالة قسمًا للسياق الإسرائيلي في تعزيز الرياضات البارالمبية، ولا سيما الدعم الحكومي، وأمثلة النجاح.

الكلمات المفتاحية: الإعاقات، الرياضيون، المنافسات، الإنجازات

مياه معادية": نساء في عالم الإبحار الذكوري كحالة لمنظمة ذات تحيز جندي ديناميكي

موران نيف¹، هيل وارمان²

¹جمعية زيف-ناوريم

²كلية أورانيم الأكاديمية للتربية.

يدرس هذا البحث تجربة ثماني نساء أصبحن بحارة محترفات في قطاع الإبحار غير التجاري لمسافات طويلة، وهو قطاع يتميز بأغلبية ذكورية مميزة. تم تحديد النساء باستخدام طريقة "كرة الثلج"، حيث يعكس عددهن الصغير انخفاض معدل اندماجهن في القطاع. وبالأسلوب الظاهري، أجريت مقابلات شبه منظمة، وكشفت تحليل بيانات من ثلاث مراحل عن أربعة مواضيع رئيسية: انجذاب قوي للقطاع؛ وتمييز جندي واضح يزداد مع البعد عن اليابسة؛ والشعور بالفخ الناتج عن حقيقة أن بعدهن عن نمط الحياة يزيد أيضاً من شعورهن بالتمييز؛ ومجموعة متنوعة من استراتيجيات التكيف، بعضها يديم والبعض الآخر يقوض الطبيعة الجندرية للقطاع. تستند المناقشة الأولية لتجربة الإبحار إلى الأدبيات النسوية في مجالات "دراسات التتبع" و"المنظمات الجندرية" وطرق التعامل مع التمييز الجندي. أدى تعقيد تقارير المقابلات إلى الحاجة إلى مفهوم نظري يُضيف إلى التصنيف الحالي للمنظمات المُتحيّزة جندياً فئة تُميز الخصائص الجندرية في المنظمات التي تتحرك في المجتمع: "منظمة ذات تحيز جندي ديناميكي". في منظمات من هذا النوع، يرتفع التحيز الجندي وينخفض وفقاً للمسافة المتغيرة عن مراكز "السيطرة الاجتماعية العكسية". يكشف هذا المفهوم النظري الجديد عن أنماط في التحيز الجندي المتغير أثناء الحركة في المجتمع؛ ويشير إلى عبء فريد من نوعه بين النساء في مثل هذه المنظمات؛ ويُقدم تفسيراً لسبب تبني استراتيجيات تكيف مختلفة في السياقات المتغيرة؛ ويثري نطاق حرية تقدير النساء في طرق مكافحة التحيز الجندي المتاحة لهن. على الرغم من قيود العينة، تُقدم الدراسة رؤى لفهم ديناميكيات النوع الاجتماعي في المجالات التي يهيمن عليها الرجال والتي تشهد حركة، مما يدعم النساء اللواتي يسعين إلى تحقيق تطعاتهن فيها.

الكلمات المفتاحية: التمييز الجندي في الرياضة؛ النساء في أوساط الرجال؛ البحارة في الإبحار غير التجاري لمسافات طويلة؛ دراسات المتابعة؛ المنظمات المتحيّزة جندياً؛ المنظمة ذات التمييز الجندي الديناميكي

سفر نادي جادنا يهودا للمباريات في قبرص

باروخ فورمان

باحث مستقل

يُعدّ نادي "جادنا يهودا" أحد أقدم فرق الشباب في دولة إسرائيل. وقد ميّز تطوره عن غيره من الفرق الشباب العاملة في البلاد ميزتان فريدتان. إحداها، لم يُنشأ الفريق كنادٍ رياضي، بل كنادٍ اجتماعي. والأخرى هي دعوة الفريق للسفر إلى مباراتين في قبرص، فور نيلها الاستقلال. وهذا ما جعله أول فريق شباب في البلاد يُشارك في رحلات خارجية. كان لهذا الحدث أهمية بالغة ليس فقط للعلاقات الرياضية لدولة إسرائيل الفتية، بل لعلاقتها الخارجية أيضًا. تأسس نادي "جادنا يهودا" في فبراير 1947 على يد منظمة "الهاغانا" كنادٍ تربوي اجتماعي، صُمم لإبعاد شباب الأحياء الجنوبية من تل أبيب عن التسكع في الشوارع والانزلاق إلى عالم الجريمة. وكان من أهداف تأسيس النادي أيضًا منع منظمتي "إيتسل" و"ليحي" "المتقاعدتين" من دخول الأحياء الجنوبية من المدينة. في ذلك الوقت، كانت كرة القدم تُعتبر مجرد وسيلة لجذب الشباب إلى النادي. بعد قيام الدولة، تغير هذا النظام، وبدأت كرة القدم تحتل مكانة مركزية في أنشطة الشباب في النادي، إلى جانب استمرار النشاط في المجالات الاجتماعية والتعليمية. كان لدى نادي جادنا أربعة فرق حسب العمر. على مر السنين، فازت الفرق ببطولات الدولة للبنين والشباب وكؤوس الدولة للشباب. طوال سنوات نشاطها، تميزت فرق جادنا بجوانب فريدة لم تكن شائعة في فرق الشباب الأخرى في إسرائيل. السمة الأولى هي أنه لم يكن لدى النادي فريق للكبار، باستثناء محاولة واحدة جرت قبل عدة سنوات وفشلت. السمة الثانية هي أن نادي جادنا كان النادي الوحيد في إسرائيل الذي شاركت فيه وزارة الدفاع وقيادة جادنا، وهو انخراط استمر لسنوات عديدة ولم يميز أنشطة فرق الشباب الأخرى في إسرائيل. السمة الثالثة هي أن أي شاب يكمل نشاطه في الفريق عند التجنيد في جيش الدفاع الإسرائيلي حصل على تسريح تلقائي ويمكنه الانتقال إلى أي فريق يرغب في خدماته. يهدف هذا المقال إلى تسليط الضوء على السنوات الأولى لنشاط الفريق، والعوامل التي أدت إلى تأسيسه، وسفره إلى قبرص. ويستند هذا النقاش إلى مواد أرشيفية، وقصاصات صحفية من تلك الفترة، ومقابلات شخصية مع لاعبين.

كلمات مفتاحية: جادنا يهودا، شوني موشكوفيتش، عامي فيستال، "هاشاحار"

وصف وتدريب وتقييم قفزات مقاتلي التايكوندو في المستويات العليا خلال فترة الإعداد العام

يوسي هاليفا

المركز الأكاديمي لوينسكي-وينجيت

هدف البحث إلى دراسة تأثير برنامج تدريبي يتضمن تمارين الوثب، على أداء الوثب من الثبات Countermovement Jump (SJ)، والوثب مع مرجحة الذراعين (Squat Jump (SJ))، والوثب بعد السقوط (Drop Jump (DJ))، لدى لاعبي التايكوندو في المستويات العليا. شارك في الدراسة عشرة رياضيين ذكور، بمتوسط عمر (0.98 ± 19.57) سنة، يتدربون بانتظام في التايكوندو. تضمنت منهجية البحث برنامجاً تدريبياً مدته ثمانية أسابيع، مع قياسات قبلية وبعديّة، حيث ركز البرنامج على نوعين من التدريب: أحدهما تضمن ثلاثة أنواع من الوثب وتدريب القوة، والآخر تضمن تدريبات تكنيك وتكتيك روتينية ثلاث مرات أسبوعياً. تجدر الإشارة إلى أن تدريب القوة أُجري كجزء من روتين التدريب المنتظم للرياضيين تحت إشراف الطاقم المهني. أظهرت نتائج الدراسة تحسناً ملحوظاً في ارتفاع الوثب، وخاصةً في طريقة الوثب (DJ) (2.4 ± 29.8) سم في القياس القبلي، مقارنةً بـ (2.6 ± 33.4) سم في القياس البعدي، أي أن التحسن بنسبة (12.1%) ، وفي الوثب بطريقة (CMJ) (2.8 ± 36.2) سم في القياس القبلي، مقارنةً بـ (3.1 ± 40.3) سم في القياس البعدي، أي أن التحسن بنسبة (11.3%) ، وفي الوثب بطريقة (SJ) (2.1 ± 32.4) سم في القياس القبلي، مقارنةً بـ (2.5 ± 35.8) سم في القياس البعدي، أي أن التحسن بنسبة (10.5%) ، تشير الاستنتاجات إلى أن برامج التدريب التي تتضمن تدريبات الوثب يمكن أن تحسن أداء الرياضيين بشكل كبير. كما تؤكد هذه النتائج على أهمية العمل العضلي المتحرك والسريع اللامركزي-المركزي، والتي لها أهمية خاصة في الوثب بطريقة (CMJ) و (DJ).

كلمات مفتاحية: التايكوندو، الوثب، (SJ)، (CMJ)، (DJ).

Training and evaluation of jump performance in elite taekwondo athletes during the preparation phase

Y. Haleva

Levinsky-Wingate Academic Center

Explosive lower-limb power – a key component in Taekwondo – is essential for executing rapid kicks, abrupt directional changes, and aerial techniques. This study investigates the impact of an integrated plyometric training program on squat jumps (SJ), counter movement jumps (CMJ), and drop jumps (DJ) in elite Taekwondo athletes. The sample included ten male participants (mean age = 19.57 ± 0.98 years) who regularly engaged in high-level Taekwondo training. An eight-week intervention program was implemented, with repeated measures collected before and after the training period. The program comprised two session types – performed three times per week: one targeting the three jump modalities and strength training, the other focusing on routine technical and tactical Taekwondo training. Strength training was incorporated into the athletes' standard regimen, under the supervision of the professional coaching staff. The results indicate significant improvements in jump height across all measures, with a 12.1% improvement in the DJ ($M = 29.8 \pm 2.4$ cm and $M = 33.4 \pm 2.6$ cm, pre- and post-intervention, respectively), an 11.3% improvement in the CMJ ($M = 36.2 \pm 2.8$ cm and $M = 40.3 \pm 3.1$ cm, pre- and post-intervention, respectively), and a 10.5% improvement in the SJ ($M = 32.4 \pm 2.1$ and $M = 35.8 \pm 2.5$ cm, pre- and post-intervention, respectively). These findings suggest that training programs which incorporate plyometric exercises can significantly enhance athletic performance. Moreover, the results highlight the importance of dynamic, rapid eccentric-concentric muscle actions, particularly in improving CMJ and DJ execution.

Keywords: Taekwondo; plyometric training; squat jump (SJ); counter movement jump (CMJ); drop jump (DJ)

Gadna Yehuda's pioneering soccer tour to Cyprus

B. Furman

Unaffiliated researcher

Gadna Yehuda, one of Israel's oldest youth clubs, evolved in ways that markedly distinguished it from other youth teams in the country. For example, it was not initially founded as a sports club, but rather as a social initiative. Another notable milestone was the club's invitation to participate in two soccer tours in Cyprus, shortly after Israel gained independence – making it the first Israeli youth team to take part in an international match. This was significant not only for Israel's emerging sports ties but also for its foreign relations. Established in February 1947 by the Haganah Organization, Gadna Yehuda aimed to steer youth from Tel Aviv's southern neighborhoods off the streets and away from crime. It also sought to block the influence of the "dissident" underground organizations – Etzel and Lehi – into these areas. At that time, football was viewed merely as a tool for attracting youth to the club. Following the establishment of the State of Israel, this dynamic gradually shifted, with football assuming a central role in the club's activities, alongside its ongoing educational and social programs. The club comprised four age-based teams, which over the years won national championships for youth and juniors, as well as national youth cups. Gadna Yehuda was also characterized by other unique features. First, it operated without a senior team, aside from one short-lived and unsuccessful attempt. Second, it was the only youth club in the country with long-term involvement from the Ministry of Defense and the Gadna Command – an uncommon arrangement in the Israeli sports landscape. Moreover, every player who remained a member of the club until enlisting in the IDF received an automatic release and could transfer freely to any club that was interested in them. This article explores the club's early years, the motivation behind its establishment, and its pioneering matches in Cyprus. The analysis draws on archival materials, newspaper articles, and interviews with former players.

Keywords: Gadna Yehuda, "Shachar", Ami Paztal

Hostile waters – women in the male-dominated bluewater sailing: the case of a dynamically gendered organization

M. Niv¹, H. Wahrman²

¹Ziv Neurim, ²Oranim-Academic College of Education

This study examines the experiences of eight women who became professional sailors in the male-dominated domain of non-commercial bluewater sailing. The participants were recruited through snowball sampling, with the small sample size reflecting women's low participation rates in this field. Adopting a phenomenological approach, semi-structured interviews were conducted and their input were analyzed in three stages. This methodology yielded four central themes: a strong attraction to the extended sailing lifestyle; intensified gendering as distance from the shore increases; a sense of entrapment, as the very remoteness that defines this lifestyle also heightens participant vulnerability; and diverse coping strategies that either reinforce or challenge the field's gendering. The discussion draws on feminist theories of gendered organizations and surveillance studies, to introduce the concept of a dynamically gendered organization – a setting in which gendered dynamics shift according to proximity to centers of reverse social surveillance – mechanisms that monitor and mitigate harmful male behaviors. This conceptualization extends existing frameworks on gendered organizations and offers insights into women's experiences and coping strategies when joining such organizations. It also suggests ways to reduce such restrictive gendering, in sailing and in other fields with were gendered dynamics fluctuate. Despite limitations related to the small sample size, the research provides important contributions to understanding gendered experiences in dynamic, spatially mobile fields, and could help support more women seeking to pursue aspirations in such spaces.

Keywords: women in male-dominated fields, non-commercial bluewater sailing, women sailors, dynamically gendered organizations, phenomenological research, reverse surveillance, women's coping strategies

Identifying, promoting, and nurturing Paralympic athletes

Y. Hutzler

Levinsky-Wingate Academic Center

Israel ParaSport Center

The rapidly developing field of Paralympic sports draws individuals from rehabilitation and recreational settings into competitive athletics. Over the past two decades, Paralympic sports have undergone substantial professionalization, increasingly mirroring the standards of Olympic disciplines. This evolution has introduced greater performance demands, intensified competition, and heightened expectations for athlete development. Yet to further advance Paralympic sports, it is important to examine evidence-based models and accumulated knowledge for identifying, promoting, and nurturing athletes – based on both theoretical frameworks and practical experience. This article outlines established models of talent identification in sports, followed by an exploration of key distinctions between general and Paralympic sports. Building on these differences, the article presents an overview of international programs aimed at identifying and developing Paralympic athletes, alongside performance indicators and other evaluation criteria that are used to evaluate them. The article concludes with a focused discussion of the Israeli context, highlighting government support and notable achievements in the promotion of Paralympic sports.

Keywords: disability, sports, competitions, performance

Penalty shoot-out in football – the battle for historical memory and the Israeli narrative

U. Carmi¹, R. Lidor², and M. Bar-Eli^{2,3}

¹Tel Hai College, ²Levinsky-Wingate Academic Center, ³Ben-Gurion University of the Negev

The drama that is inherent in a penalty shoot-out (i.e., tie-breaking kicks from the 11-meter mark in football) has elevated it to the status of a ritual that not only determines the outcome of a match, but also captivates spectators – who observe each kick with intense anticipation. This duel between kicker and goalkeeper represents one of the sport’s most iconic moments, drawing the attention of fans, journalists, commentators, coaches, and players – as well as that of researchers across sport sciences (e.g., sport psychology, history, and economics). It is therefore unsurprising that several countries have vied for recognition as the inventors of this dramatic kicking format. The symbolic “patent” – a transfer of decisive power from fate to human agency (i.e., the football players) – is considered a source of national pride and prestige. Four countries – Spain, Germany, Malaysia, and Israel – have claimed authorship of the shoot-out, reinforcing their claims through both tangible means (such as stadiums and halls of fame) and intangible ones (such as national traditions). The aim of this article is to examine how a technical rule of football evolved into a contested cultural asset, and to explore why sporting traditions are increasingly regarded as valuable national resources by sport professionals, policymakers, and other stakeholders. Focusing particularly on the Israeli case, this paper highlights the role of international recognition in shaping such claims. The article traces key historical milestones of the penalty shoot-out, outlines four competing origin stories, and considers the broader implications for sports historiography and national identity. While it remains impossible to determine definitively which country first conceived the modern shoot-out, whoever did so can be credited with creating a uniquely charged sporting moment that continues to inspire multidisciplinary research.

Keywords: historical memory, football, penalty shoot-out, sports history

Table of Contents

Penalty shoot-out in football – the battle for historical memory and the Israeli narrative U. Carmi, R. Lidor, and M. Bar-Eli.....	413
Identifying, promoting, and nurturing Paralympic athletes Y. Hutzler.....	429
Hostile waters – women in the male-dominated bluewater sailing: the case of a dynamically gendered organization M. Niv, H. Wahrman.....	454
Gadna Yehuda’s pioneering soccer tour to Cyprus B. Furman.....	489
Training and evaluation of jump performance in elite taekwondo athletes during the preparation phase Y. Haleva.....	509
Abstracts in Arabic.....	523
Abstracts in English	V

CONTRIBUTORS

- Carmi, U.**, Prof. – Tel Hai College
- Lidor, R.** – Levinsky-Wingate Academic Center
- Bar-Eli, E.**, Prof. – Ben-Gurion University of the Negev
– Levinsky-Wingate Academic Center
- Hutzler, Y.**, Prof. – Levinsky-Wingate Academic Center
– Israel ParaSport Center
- Niv, M.** – Ziv Neurim
- Wahrman, H.**, PhD – Oranim-Academic College of
Education
- Furman, B.**, PhD – Unaffiliated researcher
- Haleva, Y.**, PhD – Levinsky-Wingate Academic Center

MOVEMENT

JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCES

Editor: **Y. Hutzler, Prof.**

Editorial Board: **M. Ayalon, Prof.**

S. Eilat-Adar, Prof.

S. Ben-Zaken, Prof.

D. Ben-Sira, Prof.

A. Ben-Porat, Prof.

M. Bar-Eli, Prof.

U. Goldbourt, Prof.

A. Dunsky, Prof.

A. Dello Iacono, PhD

G. Ziv, Prof.

S. Zach, Prof.

Y. Heled, Prof.

R. Tesler, Prof.

D. Lufi, Prof.

D. Liebermann, Prof.

R. Lidor, Prof.

M. Mintz, Prof.

I. Melzer, Prof.

Y. Meckel, Prof.

D. Nemet, Prof.

Y. Netz, Prof.

O. Azar, Prof.

S. Peleg, PhD

E. Kodesh, Prof.

A. Rotstein, Prof.

N. Steinberg-Knopp, Prof.

Vol. 14 • No. 4

2025

MOVEMENT

The journal is published twice a year,
in May and November.

ISSN 6391-0792

www.wincol.ac.il/bitnua/

©Address of Editorial Board: Levinsky-Wingate Academic College.
4290200, Israel

Tel: +972-9-8639374

Coordinator, Editorial Board: Elana Ostrovsky
ostrovsky@l-w.ac.il

Language Editors: Hebrew – Adi Roffe
English – Beverley Yohanan

Site Editor: Yarin Dvash
Graphic Designer: Leviel Bar-levi
Cover photo: Lilach Weiss Rosenberg
Printing: AG Printing

Price: NIS 40 (print version)

Annual subscription: NIS 70 (print version)

MOVEMENT

JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCES



Vol. 14 • No. 4

2025



Levinsky-Wingate
Academic College
Research, Education and Sport