

הפלא (הענף) השביעי של ההתעמלות

חגית דיסקין, ראש המשלחת לגימנסטרדת לוזאן 2011

מה - 10 עד ה - 16 ביולי, אירחה העיר לוזאן שבשווייץ את אירוע ההתעמלות הגדול בתבל: **הגימנסטרדה העולמית**. כ - 20.000 ספורטאים, מ - 55 מדינות, בכל הגילאים ורמות הביצוע, חלקו את אהבתם להתעמלות עם קהל צופים עצום והוכיחו לעצמם ולעולם, שלענף ההתעמלות אין גבולות ויש המון קסם!

המשפט שליווה את הגימנסטרדה הנוכחית היה: **"Meet the Magic"**, ואכן, כל מי שהיה באירוע חש באווירה המחשמלת שליוותה את שבעת ימי ההופעות.

כמו אולימפיאדה, גם הגימנסטרדה העולמית היא אירוע שמתקיים מדי - 4 שנים, במדינה אחרת, מאז 1953. האירוע מאורגן בידי הועדה המקצועית של ענף ה"התעמלות לכל" (**Gymnastics for All**). הענפים האחרים של ההתעמלות הבינלאומית הם: התעמלות מכשירים גברים, התעמלות מכשירים נשים, התעמלות אמנותית, התעמלות טרמפולינות, התעמלות אקרובטית והתעמלות אירובית. ה"התעמלות לכל" מכילה בתוכה את כל השישה. מטרת הענף: הופעות ראווה, הנאה מהעשייה, חברות ובריאות פיסית ונפשית. בגימנסטרדה מתקיים הלכה למעשה החזון המקורי של מפגשי הספורט האולימפי: הצגת יכולות גופניות, שיתוף בידע, סולידריות ושלוש עולמי.



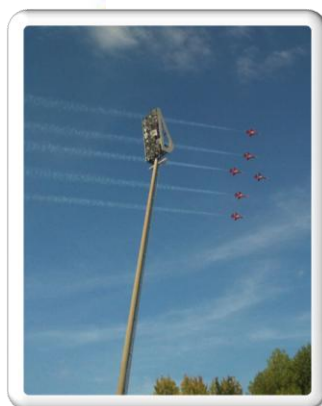
מכיל את כל ענפי ההתעמלות ואת הקסם!

טקס פתיחה מרשים ביותר נערך עם פתיחת המשחקים. המוני הספורטאים זרמו אל האצטדיון הענק וחברו למצעד משלחות במגוון צבעים ודגלים. קהל אוהדי ההתעמלות מילא את היציעים והריע עם כניסת כל נבחרת אל המסלול. במקביל למצעד נערכו הופעות מחול והתעמלות המונית על הדשא ואפילו חיל האוויר השוויצרי (שלא שיערנו את קיומו) ליווה את האירוע במטס מרהיב עין.

בגימנסטרדה העולמית אין תחרויות, יש רק הצגת רעיונות, יכולות, תעוזות ושילובים. לרגע אתה מופיע במרכז הבימה ומיד לאחר מכן, אתה בקהל, מריע לחברים מכל קצוות העולם שגם להם ההתעמלות היא דרך חיים.



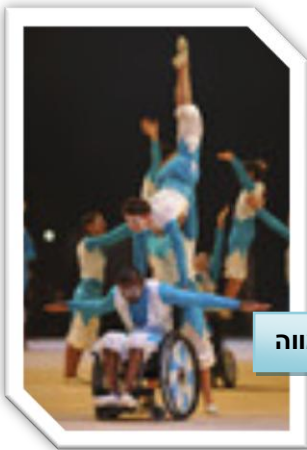
משלחת ישראל בטקס הפתיחה



מס הפתיחה

- Albania
- Algeria
- Argentina
- Australia
- Austria
- Belgium
- Brazil
- Canada
- Cape Verde
- Chile
- China
- Czech Republic
- Denmark
- Egypt
- Estonia
- Finland
- France
- Germany
- Great Britain
- Greece
- Guatemala
- Honduras
- Hungary
- Ireland
- Israel
- Italy
- Japan
- Kazakhstan

NATIONS PARTICIPANTES
PARTICIPATING NATIONS
TEILNEHMENDE NATIONEN



שילוב ספורטאים נכים ובריאים למופע ראווה

קשה לתאר במילים את עוצמות ההופעות הקבוצתיות רבות המשתתפים (500 ואף 800 מתעמלים), את השוויצרים והסקנדינביים שרבות מקבוצותיהם משלבות מבוגרים לצד ילדים צעירים, נכים בכיסאות גלגלים עם אקרובטים מזהירים, וספורטאים "מיוחדים" עם ספורטאים רגילים. לא היה גבול ליצירתיות שהדגישו הקבוצות בהופעותיהן (למעלה מ- 1500 מופעים), מבחינת הצבעים, הרעיונות והמבנים ששימשו את המתעמלים.

משוויץ עצמה הגיעו קבוצות רבות שנבחרו בקפידה. הופתענו לדעת שבמדינה קטנה זו, שמספר תושביה דומה למספר אזרחי ישראל (7.800000), רשומים באיגוד ההתעמלות השוויצרי - 40.000 מתעמלים, מגיל 4 עד 94!!!. בלטה לעין כל ההמשכיות של ההתעמלות - התעמלות במעגל החיים. אין צורך להפסיק להתעמל בגיל מבוגר. יש להתאים את הציוד ואת התרגילים... אך חייבים להמשיך ל"נגן"!

נסו להעריך את גילם הממוצע של חברי קבוצת ההתעמלות השוויצרית שבנו בעצמם את מקבילי ה"אדם הקדמון" שלפניכם. רמז: צעיר המשתתפים חגג מזמן שלושה עשורים!



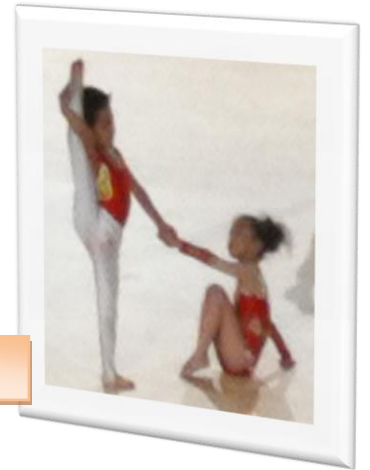
מקור העוצמה המספרית והביצועית מונח במסורת של התעמלות כבסיס לחינוך הגופני בבתי הספר, באופן מיוחד בבתי הספר היסודיים. אין עוררין על כך שההתעמלות היא המבוא והלוויין לכל ענפי הספורט. קבוצות רבות הגיעו לגימנסטרה לייצג מועדוני ספורט בית ספריים. ראינו תלמידים אוסטרים, צ'כים, בריטים, גרמנים ובלגים שאימוני ההתעמלות שלהם מהווים חלק בלתי נפרד מלימודי החינוך הגופני שלהם בבית הספר. תכניות של "התעמלות לכל", אקרובטיקה והתעמלות אמנותית קבוצתית שמותאמות לתלמידים משמשות פלטפורמה לתכניות כלל בית ספריות לעידוד שיתוף פעולה והתחשבות בזולת, בנוסף לשיפור האישי של כל מרכיבי הכושר הגופני.



20.000 ספורטאים בכפר הגימנסטרה

בגימנסטרה העולמית מרבית הספורטאים לנים על מזרנים בבתי ספר, חולקים שירותים ומקלחות, ארוחות ואימונים. אין עוד מפעל ספורטיבי שמערבב את כל צבעי העור וההרגלים ומשתמש בשפה שגורה בפי כל - שפת ההתעמלות. הספורטאים לא מבקשים תשלום, הם מרגישים שזכות נפלה בחלקם, לתת, לשתף להציג ולשמוח!

דוגמא ברורה לכבוד שרוכשים אנשי מקצוע מהשורה הראשונה לענפי ההתעמלות קבלתי כאשר שוחחתי עם מאמן הוקי קרח מהליגה העליונה לילדים שבפילנד. מאמן זה הגיע לחזות ברבים משחקניו אשר לצד אימוני ההוקי (ענף מכובד ומצוין בפילנד), ממשיכים כל חייהם להגיע לאימון או שניים של התעמלות בשבוע. המאמן וחניכיו מאמינים ומשוכנעים שהעיסוק בהתעמלות מעשיר אותם מבחינת הקואורדינציה והתחושה הגופנית ולכן שומר עליהם מפגיעות ותומך ביכולת המשחק שלהם. מסורות דומות מצאנו בקבוצות האסייתיות: סין, יפן, קוריאה, טיוואן, וגם היבשת האוסטרלית, ניו זילנד ואחרים.



"שניים סינים עם כישרון גדול..."

ההשוואה המתבקשת לישראל מוצאת אותנו עם התמקצעות מוקדמת מדי בענפי כדור ללא בניית יכולות אתלטיות אצל ספורטאינו. מדהים גם להיווכח כמה מעט מקום נישאר להתעמלות בתכנית הלימודים בבתי הספר, וכמה מעט מה"שאריות" מתבצע הלכה למעשה בשיעורי החינוך הגופני בבתי הספר. מורים רבים לחינוך גופני שבויים בסטיגמת "ההתעמלות מסוכנת" ולא בוחנים את תכניות ההוראה שלהם ומשפרים את רמת ההכנה הנכונה לכל ענף בכלל ולענפי ההתעמלות בפרט.



במסגרת הגימנסטרדה ארגן ה - F.I.G. (איגוד ההתעמלות הבינלאומי), במוזיאון האולימפי בלוצאן, תערוכה על ההיסטוריה של הגימנסטרדות. על פוסטר גימנסטרדת ברלין 1975, מצאתי את בנות מכללת וינגייט ואני בתוכן, בהופעה שיצרה חיה הלפרין. יצאנו אז לייצג את התעמלות המכללות בישראל. הופענו לצד מכללות ואוניברסיטאות לספורט כמו: קלן בגרמניה, מלמה בפילנד, מטרופולין בבריטניה ורבים אחרים. ההסתכלות על התמונות והסמלים הזכירה לי את המשפט הנפלא: "עם שלא יודע את עברו, ההווה שלו דל ועתידו לוט בערפל". ההתעמלות העולמית יודעת את עברה, ההווה שלה מדהים והעתיד - מתוכנן בקפידה. האם גם ישראל תיקח בו חלק? זו סוגיה לבדיקה.

זכיתי והובלתי את משלחת ישראל ללוצאן. 200 ספורטאים ייצגו את המדינה, באירוע המהמם. ספורטאים מחיפה, צפון השרון, רעננה, תל אביב, מודיעין ומזכרת בתיה. הקבוצות משכו להופעותיהן קהל רב וזכו למחיאות כפיים סוערות. אפילו החבר הפלשתינאי בוועדה המארגנת התפעל והחמיא למתעמלינו.



לקחנו חלק פעיל בשבוע הקסום בלוצאן. חזרנו עם אין ספור חוויות, מועשרים ברעיונות, מאושרים על היותנו מתעמלים בכל רמ"ח אברינו ובטוחים שנהיה בגימנסטרדה הבאה, בהלסינקי 2015.

קישורים לצפייה נוספת: <http://www.wg-2011.com/en/>

You tube: world gymnestrada

