

בתנועה

כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט



תשפ"ו • 2025

כרך טו • חוברת 1

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 : ד"ר 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
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"ו • 2025

חוברת 1 • כרך טו

המשתתפים בחוברת

פרופ' אמיר בן-פורת	– אוניברסיטת בן גוריון בנגב (אמריטוס)
ד"ר ברק בר-זוהר	– מכון מופ"ת
ענבל חג'בי	– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט
חגית גד	– המרכז האקדמי לוינסקיזינגייט
דקל בכר	– אילן מרכז הספורט לנכים בישראל
ידין ספיר	– אילן מרכז הספורט לנכים בישראל

תוכן העניינים

דבר המערכת : משחקי החורף בקורטינה דאמפצו ובמילאנו ישעיהו הוצלר ואילנה אוסטרובסקי.....	7
למה לי פוליטיקה עכשיו : פוליטיקה בשדה הכדורגל הישראלי אמיר בן-פורת	13
אובדן הסמכות : הסיקור התקשורתי של מותם של מאמני כדורגל ישראלים ברק בר-זוהר	37
השפעת השימוש באשליית אבינגהאוס על דיוק בזריקת כדורים למטרה בקרב שחקני בוצ'יה עם שיתוק מוחין : סדרת תיאורי מקרה ענבל חגיבי.....	69
השפעת תוכנית שיקום וספורט בקהילה (שס"ק) על הפעילות הגופנית, המצב הגופני-נפשי ואיכות החיים בקרב אנשים עם מוגבלות בתנועה שפוננו מבתיים במהלך מלחמת "חרבות ברזל" חגית גד, דקל בכר, ידין ספיר.....	92
תקצירים בערבית	121
תקצירים באנגלית	V

דבר המערכת: משחקי החורף במילאנו ובקורטינה דאמפצו

ישעיהו הוצלר ואילנה אוסטורבסקי

המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

משחקי החורף האולימפיים והפראלימפיים שיתקיימו בקורטינה דאמפצו ובמילאנו בפברואר ובמרץ 2026 יהיו חגיגה לאוהבי ספורט החורף. מעריכים שמעל שני מיליארד צופים יעקבו אחר המשחקים בטלוויזיה ובפלטפורמות הסטרימינג הדיגיטלי. לפני מאה שנים, בשנת 1926, החליט הוועד האולימפי הבין-לאומי להכיר רשמית בשבוע משחקי החורף הבין-לאומיים שהתקיימו בעיירה שאמוני (Chamonix) שבאלפים הצרפתיים שנתיים קודם לכן, כמשחקי החורף האולימפיים הראשונים. באותם משחקים השתתפו 258 ספורטאים מ-16 מדינות שהתחרו בענפים כגון החלקה אומנותית (figure skating), החלקה מהירה (speed skating), סקי נורדי (קרוס קאנטרי), קפיצות סקי, הוקי קרח ותחרויות במזחלות (בובסליי) (bobsleigh) (IOC official site). סקי אלפיני, כלומר גלישה במדרון באופנים שונים, טרם נכלל בתוכנית המשחקים באותה עת, בעוד שכיום זהו אחד התחומים הפופולריים ביותר. עבור מדינה כמו ישראל ספורט חורף, המבוסס על שלג ועל קרח, איננו התפתחות טבעית. ימים ספורים בשנה, אם בכלל, ניתן לגלוש במדרון בארץ ולגלוש במישור (סקי נורדי) – כלל לא ניתן. ענף ההחלקה על קרח אפשרי באולמות ייעודיים, אך האולם המרכזי שהוקם למטרה זו לפני כ-40 שנה במטולה (מרכז קנדה), ננטש כשאר הצפון ב-7 באוקטובר 2023 עם פרוץ מלחמת חרבות ברזל. למרות זאת, ישראל פעילה בספורט החורף מאז משחקי החורף בלילהאמר (1994) כששלחה ספורטאי אחד – מיכאיל שמרקין – שהתחרה בהחלקה אומנותית על קרח וזכה במקום ה-16. ההישגים הטובים ביותר של ישראל היו בענפי ההחלקה האומנותית (מקום שישי של גלית חייט וסרגיי סחנובסקי בסולט לייק סיטי בשנת 2002), בהחלקה המהירה (מקום 12 של ולדיסלב ביקנוב במסלול הקצר בבייג'ין בשנת 2022) ובסקי אלפיני – הישראלי הבולט ביותר הוא ברנביץ' (ברני) סולוש, שסיים במקום השישי בסקי אלפיני משולב (Alpine combined) (IOC official site; Spiro, 2022a). אומנם ברני ואחותו הגולשת נועה סולוש, המייצגים את ישראל גם השנה, מבקרים בארץ מעת לעת, אך הם שוהים ומתאמנים באירופה.

ישראל שולחת למשחקי החורף האולימפיים הקרובים נבחרת הכוללת תשעה ספורטאים שחלקם הגדול, כמו למשל האחים סולוש, לא גדלו בישראל, אינם מתאמנים ואינם מתחרים בישראל. יתרה מכך, מרבית הענפים שבהם ספורטאי נבחרת ישראל מתחרים: בובסליי (bobsleigh), סקלטון (skeleton), קרוס קאנטרי, סלאלום – הם מילים זרות בלקסיקון הספורט הישראלי הטיפוסי וכלל אינם מוכרים למרבית חובבי הספורט. חלק מהספורטאים המייצגים את ישראל פעילים בעזרת ספונסרים אישיים, וספורטאי אחד (ד"ר אטילה מיהאי קרטס) השקיע מכספו באימונים כדי לעמוד בקריטריון לענף הקרוס קאנטרי (סקי מישור למרחק) (איפרגן, 2026; גודר, 2025).

יחסית למדינות בעלות רכסי הרים גבוהים (כאלו המאפשרים גלישה במדרון ובמישור למשך חודשים רבים) ישראל היא "מדינת שמש" טיפוסית, שאחוז

העוסקים בה בענפי החורף בטל בשישים יחסית לענפי ספורט הקיץ. ואולם השוואת ישראל למדינות שמש אחרות (מדינות חמות ללא שלג טבעי משמעותי) חושפת נתון מעניין: הישראלים הם מהגולשים הנלהבים ביותר בעולם ביחס לתנאי השטח שלהם. על פי נתונים של חברות תיירות החורף צפויים בשנת 2026 לצאת לחופשות סקי בין 120–150 אלף ישראלים. נתון המהווה קרוב ל-1.5 אחוז מהאוכלוסייה. נשמע מעט, במיוחד יחסית ל-20–35 אחוזים מהאוכלוסייה במדינות אלפיניות שבהן תלמידים זוכים לפחות לחופשת סקי אחת בשנה כחלק מלימודיהם, ונוסף על כך תנועות נוער ומסגרות קהילתיות אחרות מוציאות בני נוער להתנסויות סקי. עם זאת, במונחים של "תיירות סקי יוצאת" (אנשים שצריכים לעלות על מטוס כדי לראות שלג), ישראל נמצאת באותה שורה עם מדינות מפותחות כמו בריטניה או הולנד (מדינות שטוחות עם תרבות סקי ענפה).

עד כה נצפו בעולם מספר דוגמאות "אקזוטיות" של השתתפות מדינות שמש כחלק בלתי נפרד של המשחקים החורפיים בזכות ספורטאים שהתאמנו בתנאים לא שגרתיים. ג'מייקה למשל הדהימה את העולם במשחקי החורף בשנת 1988 (קלגרי) עם נבחרת מזחלות הקרח שזכתה במקום ה-30 במקצה הזוגי (IOC official site). מקרה מפורסם זה הונצח בסרט "ג'מייקה מתחת לאפס" שיצא לאקרנים בשנת 1993. טונגה (מדינה באפריקה) שלחה למשחקי החורף של פיונגציאנג ב-2018 את הגולש פיטה טאפטופואה (Pita Taufatofua) שהתאמן על סקי בגלגליות בחולות של טונגה. קוריוז מרתק התרחש כשהופיע הספורטאי בטקס הפתיחה של המשחקים בקור מקפוא, כשהוא חשוף חזה ומשוח בשמן. דוגמה נוספת היא הפיליפינים ששלחה למשחקי החורף בסוצ'י בשנת 2014, מחליק אומנותי מיכאל מרטינו (Michael Martinez) שהתאמן בקניונים על קרח מלאכותי.

בישראל, לקראת משחקי החורף האולימפיים באיטליה, הרכיב הוועד האולימפי נבחרת בובסליי (מזחלות קרח) מגוונת, הכוללת ספורטאים שהחלו את דרכם בענפים אחרים הדורשים כוח מתפרץ כמו הטלת כדור ברזל, רוגבי ועוד. זהו ניסיון לנצל יכולות ספציפיות שנרכשו בענפים אחרים ועשויות לתרום לביצוע הנדרש בענף חורף, שאחד הקריטריונים הנדרשים להצלחה בו הוא מהירות היציאה של המזחלת המושגת על ידי הרצה עצימה טרם המעבר לשיבה בה. העברת כישרונות בין ענפי ספורט (talent transfer) אינה פרקטיקה חדשה בעולם הספורט. היא נהוגה במדינות רבות, בהקשר של כמה ענפי ספורט, ובכללם גם ענפי חורף (Bullock et al., 2009; MacNamara & Collins, 2009; Zhang et al., 2025).

נוסף על ספורטאי החורף האולימפיים ישראל שולחת נציגה אחת למשחקי החורף הפראלימפיים. זוהי הגולשת שיינה וספי, ילידת יסוד המעלה למשפחה של חסידי חב"ד, שבגיל שלוש עברה קטיעה ברגל אחת בעקבות תאונת דרכים. שיינה החלה לגלוש בסיוע עמותת ארז העוסקת בספורט אתגרי לאנשים עם מוגבלויות. היא מתחרה בענף סלאלום ענק בסקי תוך גלישה בעמידה על מגלש אחד עם מגלשי עזר המחוברים למוטות הגלישה המוחזקים בידיים. גם שיינה, כמו עמיתיה שנבחרת האולימפית, מתאמנת בחו"ל, בעיקר בקולורדו בארצות הברית. במשחקי החורף הפראלימפיים בביגינג בשנת 2022 היא ייצגה את ישראל לראשונה במשחקים הפראלימפיים, והגיעה למקום 15 בין 22 מתחרות בתחרות הסלאלום הקצרה. עם זאת, בשל היותה דתייה ויתרה על ההשתתפות בסלאלום הענק, הענף החזק שלה,

כיוון שהתחרות התקיימה בשבת. גם במשחקים הנוכחיים באיטליה, אם לא יחולו שינויים ברגע אחרון בשל מזג האוויר, תוותר שיינה על השתתפותה בשניים מן המקצים משום שנקבעו בשבת. שיינה (יפה ביידיש) פרצה דרך לא רק כספורטאית הישגית ממשפחה חרדית, אלא גם בכך שדרשה ושכנעה את איגוד הסקי הבין-לאומי לאשר לה להתחרות כשחצאית כרוכה על בגד הסקי שלה (אהרוני, 2026; Brennan, ; 2022; Ifergan, 2025; Spiro, 2022b).

לאור העובדה שישראל אינה המדינה המתאימה באופן טבעי לפתח ענפי ספורט חורפיים, ביקשנו מיעל ארד, יושבת ראש הוועד האולימפי הישראלי¹, להתייחס להיבטים השונים של הייצוג הישראלי בענפי ספורט החורף. נביא כאן את עיקרי הדברים כפי שעלו בריאיון איתה (האות ש' = שאלה; האות ת' = תשובה).

ש' איך את מגדירה היום את מקומם של ענפי ספורט החורף בישראל - כתחום אסטרטגי בעל פוטנציאל ממשי או כעניין סמלי?

ת' ספורט החורף הוא בהחלט אסטרטגי עבור הספורט הישראלי, ואנחנו מאמינים שהספורט הישראלי צריך להיות מיוצג בכל זירה עולמית. כמדינה קטנה אנחנו מודעים למגבלות שלנו, ולכן אנחנו עובדים בשיטת הענפים המועדפים לצד השקעה בטאלנטים ייחודיים. כך בענפי הקיץ וכך בענפי החורף אנחנו כאקו סיסטם של ספורט ישראלי בוחרים מהם הענפים המועדפים והיכן נכון להשקיע יותר בכל מחזור אולימפי.

ש' אנו מדינה נטולת תנאים טבעיים מתאימים לפיתוח ספורט חורף. מה בעיניך האתגר המרכזי בפיתוח הענפים החורפיים? היעדר התנאים הטבעיים או דברים אחרים כגון תרבות הספורט, משאבים או בכלל תפיסות ציבוריות, כמו חוסר היכרות והזדהות עם הענפים הללו?

ת' בוועד האולימפי אנחנו עוסקים בספורט הישגי בקצה הפירמידה. האיגודים אחראים על התשתית, על החוגים, על פיתוח הענף. אנחנו מבצעים מעקב צמוד אחרי הספורטאים בשיתוף עם כל אחד מהאיגודים, ספורטאים שנכנסים לסגלים האולימפיים מקבלים תשומת לב מיוחדת מהצוות לאורך כל המחזור האולימפי. האימונים מתקיימים באתרים המתאימים בעולם בסבב יחד עם הספורטאים מהעולם. וככל שהמשחקים מתקרבים, אנחנו מחזקים את התמיכה הסלקטיבית בספורטאים המועמדים להשיג את הקריטריון.

ש' את חושבת שטכנולוגיה עכשווית (מתקני אימון סגורים, סימולציות) יכולה באיזשהו אופן לפצות על היעדר תנאי אקלים?

ת' טכנולוגיה ומדע לשיפור ביצועים תמיד מסייעים. אבל אין לנו בעיה של היעדר תנאים כיוון שכפי שאמרתי, הספורטאים שלנו מתאמנים ברחבי העולם במהלך כל עונת החורף לצד המתחרים שלהם.

ש' האם קיימת כיום בוועד האולימפי תפיסה או תוכנית רב-שנתית ייעודית לפיתוח ענפי חורף? ואם כן – מהם עקרונותיה?

¹ יעל ארד, יושבת ראש הוועד האולימפי הישראלי, ג'ודוקא לשעבר, זוכת מדליה אולימפית ישראלית ראשונה בהיסטוריה (מדליית כסף בשנת 1992 בברצלונה).

ת' אנחנו מקיימים מדי מחזור אולימפי ניתוח מחדש של הדברים, ואחרי מילאנו קורטינה נשב יחד עם המומחים השונים ונבחן מחדש את האסטרטגיה, במיוחד לאור העובדה שבמשחקים האלה אנחנו רואים התחזקות בענפי השלג לעומת נסיגה מסוימת של ענפי הקרח (החלקה).

ש' מהו בעיניך מדד ההצלחה בתחום הזה: השתתפות במשחקים האולימפיים, הישגים תחרותיים, או עצם קיומה של תשתית פעילה לאורך זמן?
ת' תפיסת ההצלחה בענפי החורף שלנו עדיין שונה מענפי הקיץ מאחר שעוד לא עשינו את הקפיצה הגדולה, אבל יש לנו ציפיות שונות בכל ענף. בהחלקה אנחנו מצפים לעלייה לגמר וכך גם להתברג בחצי העליון בחלק מהענפים כמו סקי אלפיני, לעומת ענפים חדשים שבהם הספורטאים מתחרים לראשונה כמו מזחלות – שם הנוכחות חשובה וצבירת הניסיון.

לסיכום, השתתפותה של ישראל במשחקים האולימפיים במילאנו-קורטינה 2026 משקפת את תהליך התפתחותו ההדרגתית של ספורט החורף בישראל חרף תנאי פתיחה מאתגרים. הייצוג הלאומי בזירה הבין-לאומית, על אף המגבלות, צפוי לחשוף את העולם לנוכחות ישראלית בענפים אלה ובכך להגביר את חשיפה הציבורית בישראל לספורט החורף.

רשימת מקורות

- אהרוני, א' (2026, 10 בפברואר). הישראלית תפספס את התחרויות החשובות בקריירה – בגלל שמירת שבת. *ישראל היום*.
<https://www.israelhayom.co.il/sport/other-sports/article/19872623>
- איפרגן, ס' (2026, 5 בפברואר). "חשבו שזו בדיחה": הסיפור הלא ייאמן של נבחרת המזחלות הישראלית. *YNET ספורט*.
<https://www.ynet.co.il/sport/article/hky3004bpze>
- גודר, א' (2025, 1 בדצמבר). וטרינר ישראלי הפך להיות גולש סקי אולימפי. וזה לקח לו רק 7 שנים וחצי מיליון שקל. *הארץ*.
<https://www.haaretz.co.il/sport/other/2025-12-18/ty-article-magazine/.premium/0000019b-1da1-d93d-a5fb-3ffb76a80000>
- Brenan, E. (2022, January 26). Israel to participate in Winter Paralympic Games for the first time at Beijing 2022. *Inside the games*.
<https://www.insidethegames.biz/articles/sheina-vaspi-paralympics>
- Bullock, N., Gulbin, J. P., Martin, D. T., Ross, A., Holland., T., & Marino, F. (2009). Talent identification and deliberate programming in skeleton: Ice novice to Winter Olympian in 14 months. *J Sports Sci.*, 27(4), 397–404. <http://doi.org/10.1080/02640410802549751>.
- Ifergan, S. (2025, March 13). Israel's sole Paralympic Winter Games representative: 'I want to put the Israeli flag wherever I can.' *Ynet Global*.
- IOC official site <https://www.olympics.com/en/olympic-games/chamonix-1924>
- Kareem Nittle, N. (2026, February 09). How Jamaica's 1988 Bobsled Team Became an Unlikely Global Sensation. *History*.
<https://www.history.com/articles/jamaican-bobsled-team-1988-sensation>
- MacNamara, A., & Collins, D. (2015). Second Chances: Investigating Athletes' Experiences of Talent Transfer. *PLoSOne*, 10(11).
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0143592>
- Spiro, A. (2022a, February 10). Israeli skier Szollos surprises with 6th-place finish at Winter Olympics. *The Times of Israel*.
<https://www.timesofisrael.com/israels-barnabas-szollos-finishes-6th-in-ski-event-at-beijing-winter-olympics/>

Spiro, A. (2022b, March 11). Israel's first-ever Winter Paralympian hits the slopes at Beijing Games. *The Times of Israel*.

Zhang, Y., Duan, B., Wang, J., You, Y., Qin, L., & Xie, Y. (2025). Talent-transfer as a catalyst for winter-sport success: A mixed-methods empirical research of China's 2022 Olympic campaign. *BMC Sports Sci Med Rehabil*, *18*(1), 11. <https://doi.org/10.1186/s13102-025-01399-6>.

למה לי פוליטיקה עכשיו: פוליטיקה בשדה הכדורגל

הישראלי

אמיר בן-פורת

אוניברסיטת בן גוריון בנגב (אמריטוס)

תקציר

כמעט החל מיום הולדתו כמשחק מודרני באנגליה במחצית המאה ה-19, הפך הכדורגל למשחק פופולרי בקרב שכבות החברה הנמוכות. פופולריות זו הלכה והתרחבה עד כדי כך, שכפי הנראה הכדורגל הוא כיום המשחק הפופולרי בעולם כולו. זמן קצר לאחר שהתקבל והתפשט ברחבי אנגליה ומשם לעולם כולו, דבקה בו הפוליטיקה. מאז, בשדה המשחק מעורבים בעוצמות שונות כדורגל ופוליטיקה. הטענה המובילה במאמר זה היא שלמעשה לא ניתן להפריד לחלוטין בין כדורגל לפוליטיקה. המשמעויות החוץ-משחקיות של הכדורגל מפתות את הפוליטיקה, קרי, פוליטיקאים, להתערב – לעיתים לקחת לידיהם את ניהול המשחק הזה, בעיקר כאשר מדובר בבחירת הלאומית. בעצם, גם המוסדות המקומיים והבין-לאומיים של הכדורגל טבולים בפוליטיקה, ונדמה כי השניים אף שלא נדברו, הולכים יחדיו. הסיפור של היחסים הפוליטיים בין הפוליטיקה לכדורגל בישראל הוא 'מקרה מבחן'. בהיסטוריה של יחסים אלה ניתן להבחין בשתי תקופות: האחת, בעשורים הראשונים למדינה, כאשר הפוליטיקה הייתה דומיננטית במבנה וממש שלטה במשחק הזה. התקופה השנייה, כאשר החברה הישראלית הפכה לקפיטליסטית, הכדורגל התמסחר ומעמדה של הפוליטיקה בכדורגל נחלש. אלא שהיא אינה מרפה: היא נוכחת גם היום באצטדיוני הכדורגל בישראל. כפי הנראה הכדורגל אינו יכול להתגרש ממנה לחלוטין.

תאריכים: כדורגל, פוליטיקה, אוהדים, ישראל.

"להפריד כדורגל מפוליטיקה זה כמו להוציא את הגשם מהאקלים הבריטי"
(Kuhn, 2011, p. 52)

בטרם שריקת הפתיחה

האמירה השבה וחוזרת מדי פעם באמצעי התקשורת השונים בצבע ובטון זה או אחר כי: 'צריך להפריד בין כדורגל לפוליטיקה', היא אחת מן הקלישאות המלוות את הדיון על הווייתו ועל משמעותו של משחק הכדורגל כאילו מדובר באירוע המתרחש בבועה (הויזנגה, 1984). לאמירה הזו יש זיקה אמיצה לעובדה שמשחק

הכדורגל היה למשחק הכי פופולרי בעולם: במשך סוף שבוע בעונת המשחקים מאות אלפי שחקנים עולים על הדשא, כאשר מיליונים רבים של אוהדים ממלאים את יצועי האצטדיונים ומיליונים רבים צופים בו בעד מסך הטלוויזיה. מיליארדים של צפיות נרשמות ב'חודש הקדוש' של המונדיאל הנערך אחת לארבע שנים. מיליונים רבים של צפיות נרשמות במשחקי הקונפרנסים – ששת האזורים הגיאוגרפיים שנקבעו ונתחמו על ידי 'ההתאחדות העולמית של הכדורגל' (פיפ"א) – הנערכים מדי עונה בעונה. העוצמה רבת הפנים הטמונה בכדורגל היא שמאלצת את הדיון ביחס להקשר הפוליטי. כמעט החל מיום היותו של הכדורגל למשחק של ההמונים דבקה בו הפוליטיקה ולא הרפתה. בהיסטוריה של הכדורגל נמצאת הפוליטיקה כמעט בכל מקום. נדמה כי מסיבות מסוימות שיתוארו בהמשך, פוליטיקה וכדורגל 'הולכים יחדיו' גם אם 'לא נועדו'.

הטענה שמאמר זה מבקש להציג היא כי למעשה אי אפשר לנתק לחלוטין את הפוליטיקה ממשחק הכדורגל. בנסיבות מסוימות, למשל, כאשר הפוליטיקה דומיננטית במבנה החברתי המסוים, היא משתלטת במישרין או בעקיפין על המשחק הזה. בנסיבות אחרות, כאשר אין לפוליטיקה מעמד דומיננטי במבנה החברתי, היא עדיין עשויה להקרין על המשחק. כך או אחרת, כפי הנראה, במקום שבו יש כדורגל יש גם פוליטיקה.

לזה יש להוסיף הנחה מקדימה: היחסים בין פוליטיקה לבין כדורגל הם א-סימטריים. אומנם פיפ"א (ההתאחדות הבין-לאומית לכדורגל) קובעת בבלעדיות את כללי המשחק, אך הפוליטיקה היא שקובעת את האוטונומיה היחסית של הכדורגל. לשון אחר, בדרך כלל הפוליטיקה אינה באה לעולם באצטדיון הכדורגל אלא מיובאת אליו. גם עוצמתה המוקרנת על הכדורגל אינה תלויה בו אלא במעמדה במדינה המסוימת.

הכדורגל הישראלי, זה שנוסד לאחר הקמת המדינה, משמש בהקשר לטענה שלעיל, מקרה מבחן: סקירה היסטוריה שלו מאז ועד היום מסייעת לאשש את הטענה שלעיל. הכדורגל הישראלי היה פוליטי מאוד בראשית ימי המדינה. בעשורים האחרונים, בעקבות השינויים במבנה החברתי בישראל הוא התנתק מפרטורניו הפוליטיים והתמסחר, אך הזיקה בין הפוליטיקה לכדורגל הישראלי עדיין שרירה וקיימת הן ברמת המועדונים והן ברמת מוסדות הניהול הארציים שלו.

מילים על פוליטיקה

בקצרה: על פי רייצר (2006), בדיון הסוציולוגי באשר להגדרתה ולמעשה של הפוליטיקה – שממנו ניתן לגזור (גם) על יחסיה עם משחק הכדורגל – בולטות שלוש אסכולות: האסכולה הפונקציונלית-מבנית, האסכולה הנסמכת על בורדייה והאסכולה הנסמכת על מרקס ויורשיו. המחברים מן האסכולה הפונקציונלית-מבנית מגדירים פוליטיקה כתת-מערכת מגודרת, שיש לה נורמות ותכנים ספציפיים המאפיינים את תפקידה (הפונקציה שלה) בכלל המערכת החברתית. בקצרה, תת-המערכת הפוליטית עוסקת בשאלה של ניהול וייצוב השליטה בסדר החברתי. האסכולה הניזונה מבורדייה – שניסוחה אינו רחוק כל כך מזה של הקודמת – מגדירה את הפוליטיקה כ'שדה' שגבולותיו סדורים: מרחב מובנה המארגן את יחסי הכוח בתחום חברתי-תרבותי מסוים. באסכולה הנסמכת על מרקס, מקומה של הפוליטיקה הוא ב'בניין העלי' ושם ניתן לזהות שני נוסחים שלה: אחד, פוליטיקה

היא האופן שבאמצעותו הבורגנות מארגנת (מפקחת) את המדינה. ובהקשר זה: פוליטיקה היא הפרקסיס (קרי, המאבק) של מעמד העובדים כנגד המדינה הבורגנית. החוט המקשר בין שלוש האסכולות הוא הגדרתו הממצה של לאסוואל: "פוליטיקה היא התשובה לשאלה 'מי מקבל מה, היכן ואיך'" (Lasswell, 2011).

להלכה, שלוש האסכולות האלה מבדלות את הפוליטיקה משאר הספרות של חברה בת זמננו. שלושתן מודעות לכך שמטבעו של דבר, יש לה נטייה אימננטית להיות לדומיננטית במבנה: להתפשט אל כמעט כל תחום בחברה המסוימת, כלל ועיקר התרבותי והכלכלי. ניתן להניח כי כאשר פוליטיקה דומיננטית במבנה, היא זו שקובעת את דרגות החופש של הספרות האחרות. אך גם כאשר בתקופה היסטורית מסוימת, למשל, בחברה קפיטליסטית, כשספרה אחרת היא הדומיננטית במבנה – כצפוי תהיה זו הספרה הכלכלית, היא תיטה לגייס את הפוליטיקה לטובתה: כלומר, תבקש-תדרוש ממנה (מן הסתם באמצעות מפלגה פוליטית) תמיכה בשיטה הכלכלית המיוחסת לה (Almond & Dalton, 1992; Banfield, 2003). התיאבון של הפוליטיקה להרחיב ולהעמיק את השפעתה-שליטתה אינו מדלג על הספורט, במיוחד לא על משחק הכדורגל שהיה לאירוע בולט במיוחד באשר לגיוס המונים במאה ה-20. בסך הכול, מטבע הדברים לפוליטיקה יש סיבות טובות לשלוח יד אל משחק הכדורגל.

סקירת ההתערבות-מעורבות של גורמים פוליטיים בכדורגל מעלה כמה אופנים: בניהול של שלטונות המדינה את הנבחרת הלאומית; בסיוע כספי דיפרנציאלי למועדוני כדורגל; במקרים מסוימים – בחקיקה שאינה סותרת את המדיניות של פיפ"א; ובתמיכה של גורמי משנה, כמו מפלגה פוליטית, במועדון מסוים המשפיעה בו בזמן על המוסדות המקומיים או הארציים של הכדורגל. גם ראשי ערים עשויים להתערב במועדוני הכדורגל המקומיים. כפי הנראה ישנן עוד דרכים, חלקן סמויות, להתערב פוליטית בניהול הכדורגל הלאומי או המקומי. ועוד אפשרות של מעורבות פוליטית בכדורגל: מועדוני כדורגל בבעלותם של אוהדים (Goulstone, 2000). מה שניתן להסיק מהמגוון הקיים הוא שאין אופן התערבות המצוי יותר מן האחרים, אבל ניתן לסווג את עוצמת ההתערבות בהקשר של המתרחש בסביבה שבה הכדורגל עוגן.

מילים על כדורגל

המשחק הזה במתכונתו המודרנית החל במחצית הראשונה של המאה ה-19 כחויית נעורים בבתי הספר "הציבוריים" (כלומר הפרטיים) באנגליה. בחצר בית הספר או בשדה האפר הפנוי שלידו החלו התלמידים לבעוט בכדור וחוקי המשחק הותאמו לתנאים של בית הספר המסוים. כבר אז ניתן היה להבחין ברמז הפוליטי הטמון במשחק הזה: הוא נהיה לפריט בקוריקולום של בית הספר – המקום שבו הוכשרו הג'נטלמנים לעתיד – פקידי הממשל של האימפריה (Birley, 1993; Dunning & Sheard, 1979; Mangan, 1998). בתוך זמן לא רב ניכס מעמד העובדים באנגליה את הכדורגל, והוא הפך למשחק 'הכי שלו'. קצת מאוחר יותר – עדיין בשלהי המאה ה-19, חצה הכדורגל את חופי האי הבריטי אל מקומות שונים בעולם, כשהוא נושא עימו עדיין את הרוח הבורגנית של 'המשחק ההוגן' (Sanders, 2009). בדיעבד, 'משחק הוגן' הוא העיקרון שלכאורה מוביל את הכדורגל מאז ומתמיד. העיקרון הזה, שהנהגות ההתאחדויות הכדורגל השונות בעולם נוהגות להתהדר בו, מאתגר את

היחסים של הכדורגל והפוליטיקה. כפי שיבואר להלן, עיקרון זה לא אחת אינו עולה בקנה אחד עם המעורבות של הפוליטיקה בכדורגל. רגע היסטורי בתולדות משחק הכדורגל נרשם ביום שני, 26 באוקטובר 1863, בפונדק 'אולד פרימסון' ברחוב גרייס בלונדון, רגע שבו ייסדו נציגיהם של 11 מועדונים מלונדון והפריפריה את 'ההתאחדות האנגלית לכדורגל'. כללי המשחק שנקבעו במפגש ההוא קיימים ושרירים עד הזמן הזה. המסד הבין-לאומי של המשחק הזה נוצק בפריז בשנת 1904 עם כינונה של 'הפדרציה הבין לאומית לכדורגל' - פיפ"א. להלכה ולמעשה לפיפ"א סמכות פורמלית על כל אחת מההתאחדויות המדינתיות החברות בה. לפיפ"א הזכות להטיל סנקציה על התאחדות מקומית, כולל הרחקתה מהפדרציה הבין לאומית ו/או ממפעליה השונים בעקבות התערבות פוליטית חריגה מצד המדינה המסוימת. המייסדים של ההתאחדות הבין-לאומית דרשו להפריד את הכדורגל מן הפוליטיקה של המדינה-החברה המסוימת בהנחה שמעורבות כזו עלולה להזיק למשחק. הנחה זו הוכחה במהלך השנים, כמה וכמה פעמים, כבעלת אחיזה במציאות.¹

פיפ"א היא 'מוסד שאין לו אלוהים', היא איננה מדווחת לשום גורם-על, אלא רק לעצמה. פיפ"א היא מונופול, אך היא מותירה אוטונומיה יחסית בידי ההתאחדות לכדורגל של המדינה החברה בה (Sugden & Tomlinson, 1998). זו זכאית לארגן את משחקי והליגה והגביע, לחוקק חקיקת משנה שאינה סותרת את כללי פיפ"א, לנהל את כלכלת הכדורגל ולהשפיע עליה, על 'שוק השחקנים' ועוד. למעשה, האופן שבו משחק הכדורגל מתארגן ומתנהל בכל מקום תלוי באופן מובהק בפוליטיקה ובתרבות של אותו מקום. 'האוטונומיה היחסית' של הכדורגל, שהפוליטיקה מקנה לו, עשויה או עלולה להתרחב (ולהתעוות) עד מאוד, כמו למשל במשטרים דיקטטוריים-אוטוריטריים שעושים בכדורגל קרדום לחפור בו.

במרוצת הזמן היה הכדורגל לאירוע גלובלי (Ben Porat & Ben Porat, 2004). הגלובליזציה, כלומר, ההתמסחרות של הכדורגל עוררבה וחצתה גבולות: "מנקודת הראות של הכורסא שלי", קובע פוייר, "נראה שהכדורגל מקדים כל מגזר כלכלי אחר עלי אדמות בהתקדמותו בתהליך הגלובליזציה" (פוייר, 2004, עמ' 10). בדרך כלל ניתן לשער כי הגלובליזציה בורחת מהפוליטיקה, אבל מסתבר שנדרש מאמץ כדי לברוח ממנה (Garcia et al., 2022). כאשר מדובר במשחק הכדורגל שהלך והיה לגלובלי (אירועי תחרות בין-לאומיות, שוק השחקנים, הון זר הנע למועדוני כדורגל), הפוליטיקה נוכחת ולעיתים לנוכחותה יש משמעות המוקרנת על משחק הכדורגל (Giulianotti & Robertson, 2004).

אכן, כפי הנראה פוליטיקה מקומית – פרובינציאלית – עדיין נוכחת היטב ובאופן בולט במשחק הכדורגל. כך למשל, מילן האיטלקית נחשבת כקבוצה של השמאל. לעומתה, אינטרנציונאלה האיטלקית נחשבת לקבוצה של המעמד הבינוני השמרני. בספרד, ברצלונה (בארסה) נחשבת לקבוצה של הקטלונים, שיש לה נופך שמאלני. לריאל מדריד הקבוצה של הקסטיליאנים יש נופך שמרני. גם בישראל, בית"ר ירושלים משויכת באופן בולט לימין. צבעי המדים מסמנים קרבה פוליטית:

¹ בזמן האחרון מדובר רבות בפוליטיזציה של פיפ"א. למשל, בחירת המקום שבו ייערך המונדיאל (גביע העולם בכדורגל) מושפעת או נקבעת באופן פוליטי - למשל, בחירת קטר כמארחת של מונדיאל 2022. על הפוליטיזציה של הארגון הזה ועל השלכותיה ראו: Sugden & Tomlinson, 1998.

ליורפול, אדומה, צ'לסי כחולה, בית"ר ירושלים צהובה, 'הפועל' אדומה. ישנם עדיין מקרים לא מעטים שבהם המועדון המסוים נתפס כמזוהה עם גורם פוליטי, מעמדי, לאומי ודתי, וחובבי הכדורגל מודעים לכך ואף מחזקים זאת (קופר, 2002). כפי שיבואר בהמשך, משחק הכדורגל, מרצון או שלא מרצון, הפך לכלי בידי הפוליטיקה המקומית והבין-לאומית.

להלכה ניתן היה לשער כי ככל שיתמסחר הכדורגל, כן תמעט ההתערבות הפוליטית. את המועדונים מנהלים בעלי ממון שיש להם אוריינטציה כלכלית, וכל התערבות פוליטית או הזדהות עם גורם פוליטי עלולות לפגוע בכלכלת המועדון, על כן בעלי המועדונים ידרשו להרחיק מהם את הפוליטיקה (בן פורת, 2002). אף-על-פי-כן, הפוליטיקה אינה מרפה. כאמור לעיל, מטבע הדברים אין היא יכולה להתעלם מאירוע מושך המונים המספק להם התרגשות וזהות. היא תגיע לאצטדיון באמצעות, למשל, קהל אוהדים שיש לו צבע פוליטי. היא תגיע כאשר ממשלה מסוימת תחליט כי כדאי לה. נדמה כי לא אחת הדרך לקלפי עוברת (גם) דרך יציעי האצטדיון של מועדון כדורגל, ורב הפיתוי לגורמים פוליטיים לדבוק בו.

פוליטיקה וכדורגל, הילכו שניים יחדיו?

כדורגל ומולדת קשורים זה בזה תמיד, ופוליטיקאים ודיקטטורים מנצלים את הזהויות של הקשר הזה. בשנים 1934 ו-1938 זכתה הנבחרת האיטלקית בגביע העולם בשמה של המולדת ושל הדיקטטור בניטו מוסוליני, והשחקנים החלו וסיימו כל משחק בהצדעה לקהל ביד ימין מתוחה ובשלוש קריאות "הידד לאיטליה" (Galeano, 1997, p. 32). הדיקטטור לא בחל באמצעים: כדי להבטיח את ניצחונה של איטליה נשלחו שליחים לארגנטינה כדי לגייס שחקנים ממוצא איטלקי (או שיוחס/שויד להם כזה). הגיוס הזה השתלם מאוד (טרהובן, 2017). כדורגל ופוליטיקה הולכים יחדיו בין שברצון הכדורגל ובין שלא. שליטים יודעים את תשוקת ההמונים ומבקשים לגייס אותה לטובתם:

כאשר שליטים מונרכיים ונשיאים רפובליקנים נוטלים חסות על משחק הכדורגל הם מכירים בחשיבותו התרבותית בחברתם [...] יתרה מזאת, הם מחברים את עצמם לפעילות עממית ומראים כי גם הם חולקים את התשוקה של ההמונים [...] במיוחד משטרים צבאיים מתפללים ומערבבים לחם ושעשועים כדי לשלוט בנתיניהם, כשהכדורגל משחק תפקיד מוביל בקרקס הזה. (Mason, 1995, p. 81)

למרות העובדות הללו, שרק הולכות ומצטברות, יש עדיין מי שדורשים אוטונומיה מלאה למשחק הכדורגל וטוענים כי מצב שבו פוליטיקה וכדורגל חוברים יחדיו אינו ראוי, וכי יש להבדיל בין השניים, כלומר, לשלוח את הפוליטיקה מהכדורגל (Lincoln, 1993). מבחינתם הכדורגל יכול להתחבר לקטגוריה חברתית מסוימת, למשל, מעמדית או לאומית, אבל צריך לגדר את הכדורגל – כלומר למנוע ממנו מלהיות לכלי פוליטי. הסיפור ההיסטורי של הכדורגל ויחסיו עם הפוליטיקה הם עלילה שבה השניים לעיתים מתחבקים, לעיתים מתקוטטים, אבל במרבית המקרים אינם נפרדים זה מזה.

מן הספרות הנוגעת לעניין הפוליטי שבכדורגל אפשר למצות את היחסים שבין המשחק הזה לפוליטיקה באמצעות שני מודלים: מודל פוליטיקה של אינטגרציה ומודל פוליטיקה של מחאה (בן פורת, 2002). בשני המודלים הללו היחסים בין כדורגל

לפוליטיקה נגזרים מ'ההזדמנות ההיסטורית' המסוימת: תהליכים מסוימים, כמו למשל, בינוי עם-מדינה, דה-קולוניזציה או משברים מסוימים, כמו למשל קונפליקט דתי, אתני, לאומי, מאלצים את הפוליטיקה להתייחס ואף לכפות את עצמה על משחק הכדורגל.

מודל האינטגרציה מניח כי הכדורגל הוא כלי – מכניזם של שילוב חברתי. למעשה הוא חוצה גבולות עדתיים, מעמדיים, דתיים ועוד ומסייע ליצירתו של כילול חברתי. הכדורגל נתפס כ'אוטופיה אגליטרית': הוא 'עיוור' מבחינת המשתתפים (שחקנים) הנבחרים על פי יכולתם. להלכה ועל קו הזינוק בטרם נשמעה שריקת הפתיחה, כל המשתתפים שווים (Answorth, 1971). למעשה שתי התחוללויות סדירות תומכות במודל האינטגרטיבי: ליגת כדורגל מסודרת המחברת ומאלצת שיתוף בין קהלים שונים שייתכן שאלמלא המשחק הזה לא היו נפגשים, ונבחרת לאומית המסמלת את האחדות של המדינה ומעצימה את תחושת השייכות. מן הסתם לשלטון, לכל שלטון, יש עניין במשחק הזה משום שעל אף היריבות הטמונה בו הוא עשוי להיות לכלי התורם לאינטגרציה ברמות השונות של המבנה החברתי המסוים (שכונה, עיר, לאום). כפי הנראה ישנה אמת עובדתית בדבריו של היסטוריון הבריטי אריק הובסבאום, כי בשעה שהנבחרת הלאומית משחקת, כל העם עומד אחריה ולו אך לתשעים דקות של משחק (Hobsbawm, 1990).

מודל המחאה מניח כי אפשר שמשחק הכדורגל תורם לאינטגרציה חברתית, אך בתנאי מצב מסוימים ניתן לראותו כתנאי מסייע למחאה חברתית – לשינוי דרמטי של המבנה החברתי כולו או לשינוי מתון יותר, רפורמה מוסדית. כפי הנראה, בחברות שמתחולל בהן מתח או משבר פוליטי אין הכדורגל (קהלו) יכול להישאר אדיש – היותו תלוי בסביבתו מאלץ אותו להגיב: המתח או המשבר המסוים מיובא אל האצטדיון ובדרך כלל עשוי להיות ממונף שם. לפיכך מודל המחאה מניח כי הכדורגל אינו סתם משחק המרגש ומקרר המוונים, אלא בתנאים מסוימים הוא כלי בידי הפוליטיקה.

מתי 'יבחר' הכדורגל או חלק ממנו באחד מן המודלים? התשובה נמצאת בתנאי המצב המסוימים של החברה שבה הוא עוגן. בין שמדובר במודל האינטגרטיבי ובין שבמודל המחאה, משחק הכדורגל כנאמר לעיל אינו מתרחש בבועה. נהפוך הוא, הכדורגל רגיש למתרחש בסביבה הקרובה או הרחוקה. לאמיתו של דבר בדרך כלל לא הכדורגל הוא היוזם את תגובתו למתרחש בסביבתו, אלא הסביבה היא היוזמת ומעוררת את רגישותו ואת אופני ביטוייה. בהקשר של דברים אלה, לא הכדורגל הוא שבוחר אם להיות או לא להיות פוליטי.

המעורבות הפוליטית של המדינה, למעשה של העומדים בראשה, באה לעיתים לידי ביטוי בחלקם, למשל, בקביעת הרכב הנבחרת הלאומית ובכך שהם מנכסים לעצמם את ניצחונותיה במשחקים בין-לאומיים. ניצחונה של הנבחרת האיטלקית במשחקי גביע העולם שנערכו בשנת 1934 ובשנת 1938 נרשמו על שמו של הדיקטטור בניטו מוסולוני. ההישג של הנבחרת הלאומית של ארגנטינה במשחקי גביע העולם בשנת 1978 יוחס על ידי 'החונטה' השלטת לעצמה. ניצחונות במשחקים בין-לאומיים של הנבחרת של קוסטה ריקה, של ניגריה, של קמרון ושל טורקיה, הוכתרו על ידי הממשלות של מדינות אלה למעמד של חג לאומי. ההצלחה על מגרש הכדורגל גויסה לטובת ההנהגה הפוליטית של כל אחת מן המדינות הללו.

ביולי של שנת 1954, במלאות חמישים שנה לייסודה של פיפ"א, יצא שמשחקי גביע העולם נערכו בשוויצריה, מקום מושבה. לגמר הגיעו שתי נבחרות: הנבחרת ההונגרית שנחשבה בצדק ל'מופלאה' והוכיחה זאת בדרכה לגמר, והנבחרת המערב גרמנית שקרטעה בדרך, אך גם היא הגיעה לגמר. בסופו של יום ובניגוד לתחזיות 'המוצקות' גברה גרמניה על הונגריה. מה שהתרחש אז בשתי מדינות אלה מייד לאחר הגמר חרג ממגרש המשחקים. גרמניה, שעדיין הייתה בתהליך שיקום בפיקוחן של בנות הברית ואוכלוסייתה שרויה בתרדמת משבר לאחר שהובסה במלחמת העולם השנייה, התעוררה לחיים חדשים. אומנם לא קריטי, אך בהחלט בעל משמעות סימבולית: ההמנון הגרמני ('גרמניה מעל הכול'), שנאסר לשדר אותו במלואו, שב בפרץ רגשות של תחנת שידור גרמנית להיות משודר בכל מילותיו ללא תגובת שלטון בנות הברית. הנהגת המדינה המערב-גרמנית ראתה בזה מעין נס, שיקום ושיבה לחיק עמי העולם. במקרה הזה דווקא הכדורגל הוא שחקן מוביל: הוא זה שעורר את הפוליטיקה בגרמניה. בהונגריה שהייתה אז כפופה לשלטון קומוניסטי, שבלשון המעטה לא היה אהוד על רבים מן האזרחים, חששה הממשלה כי הכישלון הזה עלול לעורר כעסים שיופנו כלפיה. הנבחרת הלאומית הוסעה אחר כבוד ברכבת ללא עצירה בתחנות הביניים, עד שהגיעה לבירה ושם, בחסות המשטרה, פוזרו השחקנים לבתיהם. ישנה סברה כי 'המרד ההונגרי' בשנת 1956, שנדרס על ידי שרשרת הטנקים הרוסיים, ניזון מאדי כישלונה של הנבחרת במונדיאל בשנת 1954 (Goldblatt, 2006). פוליטיקה של מדינה הייתה למעין פטרוו של משחק הכדורגל: משחקים בין-לאומיים של נבחרות כדורגל הפכו לאירוע פוליטי מסיבות 'חוץ-משחקיות' שובאו אליו. כך, למשל, המפגש בין נבחרתה של ארצות הברית ושל אירן בתחרות גביע העולם בשנת 1988 היה למפגש בין שני יריבים, טעון ברגשות לאומיים שהציפו את היציעים. המפגשים המסורתיים שנערכו מדי שנה בשנה בין נבחרתה של סקוטלנד לזו של אנגליה הפכו, על רקע של טינה מצד האנגלים, למאבקים אלימים בין קהלי האוהדים עד כדי כך שהופסקו. מפגשים בין נבחרות לאומיות של המדינות שבעבר הרכיבו את הפדרציה היוגוסלבית הפכו לזירות של אלימות על רקע של יריבות לאומית. שנים רבות לאחר סיום מלחמת העולם השנייה תחרות כדורגל בין הנבחרת הלאומית של אנגליה מול זו של גרמניה הייתה, עוד בטרם שהחלה, לאירוע פוליטי: המשך המלחמה באמצעים אחרים. בשורה התחתונה – על כר הדשא באצטדיון הכדורגל נערכים בו-בזמן שני מופעים: משחק כדורגל ומשחק פוליטי (Goldblatt, 2006).

על סמך הראיות המצויות בספרות הרלוונטית, שרק מקצתן הוצגו למעלה, ההנחה המובילה של מאמר זה היא שלמעשה אי אפשר לבדל לחלוטין את הכדורגל מן הפוליטיקה. המשחק הזה אף שהוא מתרחש ב'תחום הרשאה' מגודר (באצטדיון), אינו מתרחש בבועה – נהפוך הוא, הוא מקיים יחסים סימביוטיים עם הסביבה שהוא עוגן בה. אם נניח שפוליטיקה היא תחרות על ליבם (ותמיכתם) של האזרחים, אזי הכדורגל מזמן לה הזדמנות להתחרות (גם) במגרש שלו. בעצם, בתנאים שבהם המשחק הזה מתנהל כבר שנים רבות אין לכדורגל ברירה.

האבולוציה של הכדורגל האנגלי וכל מה שהתרחש או נקשר לה במהלך הזמן ביחס לפוליטיקה, היא חקר מקרה (case study) שהקרין על הכדורגל העולמי, ולכן יש טעם רב להכיר אותו וללמוד ממנו. יש לזכור כי האנגלים הם שייבאו את הכדורגל

תחילה לשאר האומות בבריטניה ואחר כך לאירופה, לדרום אמריקה, לאסיה ולאפריקה. אנגלים סוחרים, אנשי כמורה, אנשי צבא ואחרים שהגיעו למדינות שונות וקבעו שם את ביתם לזמן קצוב או למשך החיים, כוננו מועדוני כדורגל בדמותם של המועדונים שהכירו בביתם. למועדונים הללו היה ממש נופך פוליטי: הם ייצגו-סימלו את מעמדה הדומיננטי של האימפריה הבריטית (Mangan, 1998). כאשר קיבלה בריטניה מעמד של מנדט בפלשתינה, זכה הכדורגל, שכבר היה נוכח בה, לתמיכה ולעידוד. תקופת המנדט הייתה פורייה מבחינתו של הכדורגל: הוא הלך והתרחב ונטמע היטב בתרבות היישוב (קאופמן וחרוף, 2002).

החלק הבא של המאמר מתאר את היחסים שבין כדורגל לפוליטיקה במדינת ישראל. זהו מקרה מבחן בהקשר של טענות-הנחות שנרשמו לעיל. כדי שאפשר יהיה להתייחס לטענות שהועלו קודם לכן בדבר הזיקה בין פוליטיקה לכדורגל והאוטונומיה היחסית של הכדורגל, נקודת המוצא היא הקמת המדינה: כאשר הפך הכדורגל הישראלי למוסד העוגן בפרמטרים הבסיסיים של מדינה עצמאית והשתלב במוסדות הבין-לאומיים של הכדורגל כשהוא מייצג – ברמות שונות של התארגנות – את מדינת ישראל.

כדורגל היה גם בתקופת היישוב. כבר אז ניתן להבחין בפוליטיזציה שאפיינה אותו באמצעות מרכזי ספורט ארציים הסמוכים למפלגות פוליטיות – לכל מועדוני הכדורגל (פרט לשניים, בני יהודה תל אביב ושמשון תל אביב) ביישוב היה צבע פוליטי. גם ההתאחדות לכדורגל הייתה פוליטית באופן שבו נבחרו מוסדותיה (בן פורת, 2002; קאופמן, 2002; רוזניק, 2002). היחסים האמיצים בין פוליטיקה לכדורגל בתקופה ההיא לא היו יוצאים מן הכלל. כמעט כל מוסד או ארגון היו סמוכים למפלגה או להתאגדות פוליטית אחרת. במאי 1948 'עלו' כל המוסדות והארגונים של היישוב היהודי למדינת ישראל. נדמה היה שמה שהיה הוא שיהיה, אכן כמעט כך, ברם, קיומה של מדינה עצמאית שינה את כללי המשחק. המדינה היא זאת שבאמצעות מוסדותיה השונים העניקה לכדורגל 'אוטונומיה יחסית', ובאירועים מסוימים, כמו למשל, משחקי הנבחרת הלאומית, היא התערבה. במשך הזמן עם השינויים שחלו במעמדה של הפוליטיקה בישראל חלו גם שינויים משמעותיים בכדורגל: הוא נהיה 'ממשחק לסחורה'. מקרה המבחן המוצג להלן, כהגדרתו כן הוא: הוא נוגע רק לכדורגל הישראלי החל משנת 1948 ועד היום. אבל, כפי שנראה להלן – הטענות וההנחות באשר לזיקה בין כדורגל לפוליטיקה רלוונטיות גם בהקשר של הכדורגל הישראלי, מה שמאפשר לבחון אותו ולהציבו אל מול מקרים במקומות אחרים.

הכדורגל הישראלי בתקופת המדינה

את ההיסטוריה של הכדורגל הישראלי והפוליטיקה שרחשה בו ניתן לתאר כשלוש תקופות עוקבות: בעשור הראשון והשני הייתה הפוליטיקה הספירה הדומיננטית במבנה החברתי שקבעה, כמעט ללא עוררין, את גבולות האוטונומיה היחסית של הכדורגל. בעשורי הביניים, שנות השבעים והשמונים, הכדורגל מעצים את האוטונומיה שלו ומאלץ את הפוליטיקה לוותר על מצב היחסים החד-כיווני שהיה עד כה לטובתה. בשנות התשעים ואילך הכדורגל משתחרר מחרצובות הפוליטיקה ונכבל באלו של הכלכלה. ברם, הפוליטיקה אינה נסוגה לחלוטין, אלא משנה את דרכיה. בסך הכול, במשך כל התקופות הללו מה שקורה למשחק הכדורגל קורה

בפועל בעקבות מהלכים פוליטיים החלים בחברה הישראלית מאז הקמתה ועד לזמן הזה.

גם הספרות היפה מעידה על כך שבמגרש הכדורגל נוכח, פרט לקבוצות המשחקות, גם 'שחקן' נוסף: הפוליטיקה הישראלית:

בראשית שנות ה-50 היו בחיפה שתי קבוצות כדורגל של ממש: "מכבי" ו"הפועל". ולהן מגרשי כדורגל סמוכים זה לזה בקרית אליהו. בכל שבת, אחר הצהריים, היו הגברים הולכים אל המגרשים: אוהדי "הפועל" פונים למגרש המוקף בחומת בטון גבוהה הזרועה שברי זכוכית, ואוהדי 'מכבי' הולכים למגרש הגדור לוחות פח חלודים. (קרונזון, 2020, עמ' 107)

כאמור, כאשר כוננה מדינת ישראל במאי 1948 עלו אליה כל המוסדות שתפקדו במשך תקופת היישוב, כולל המרכזים הארציים של הכדורגל, המועדונים השונים ו'ההתאחדות לכדורגל' שארגנה וניטרה את המשחק הזה. לאחר השעיה קצרה של משחקי הליגה בגין מלחמת 1948 (מדובר במועדונים שהוקמו בטרם מדינה) שבה לפעול ליגת הכדורגל הישראלית שאז נמנו עימה רק המועדונים שנוסדו עוד בטרם מדינה. בראשיתו של דבר, מועדוני כדורגל נמצאו רק בערים ובמושבות הוותיקות (כגון הפועל ומכבי תל אביב, הפועל ומכבי רחובות). בעשור הראשון הלך והתפשט הכדורגל בקצב נמרץ ברחבי המדינה: בקהילה היהודית וכמו כן בקרב הקהילה הערבית. בתוך זמן לא רב מאות של מועדונים מן המרכז ומן הפריפריה נמנו עם ההתאחדות הישראלית לכדורגל. על אף קשיים ומשברים מסוימים שמקורם ביריבויות פוליטיות, ליגות הכדורגל השונות פעלו בדרך כלל כסדרן. במספרים של התקופה היא שמנתה בקושי מיליון אזרחים, באו המונים לצפות במשחקים שנערכו בשבתות במשך עונת הכדורגל (בן פורת, 2002).

המאפיין הקריטי ביותר של החברה הישראלית בעשור הראשון ובכמעט שלושה עשורים הוא הדומיננטיות במבנה של הפוליטיקה. היא, כלומר, מי שאישו את המוסדות הפוליטיים, האצילה לספרות האחרות, הכלכלית והתרבותית, את דרגות החופש שלהן. למעשה, מצב הדברים היה כזה שהמדינה שלטה ממש בכלכלה הישראלית, במיוחד על חלוקת ההון ועל משאבים אחרים שיובאו לישראל (אהרוני, 1991; הורביץ, 1975). להלכה ולמעשה הפוליטיקה באמצעות מוסדותיה השונים התערבה מלמעלה ועד למטה: החל בקביעת המדיניות של המדינה בכלל, ועד למטה, עד ממש לארגונים הכלכליים, התרבותיים ואחרים. ובאשר לכדורגל, מורשתו הפוליטית של הכדורגל הישראלי (שייכות לגופים פוליטיים עוד בטרם מדינה) שחררה אותו לכאורה מפיקוח פוליטי ישיר של המדינה, אבל גורמים פוליטיים אחרים – מרכזי הספורט הארציים שהיו מזוהים עם מפלגות פוליטיות – תיווכו בינו לבניה. לאמיתו של דבר, פוליטיקה הייתה לחלק בלתי נפרד של משחק הכדורגל. בעצם היא הייתה לחלק בלתי נפרד של כל הספורט הישראלי בזמן ההוא.

בעשור הראשון ובכמה עשורים שלאחריו, הכדורגל הישראלי במעמד של חובבנות קוטלג ונוהל על ידי שלושה מרכזי ספורט ארציים, כל אחד מהם בזיקה אמיצה למפלגה – ארגון פוליטי שניהל ופיקח על הכדורגל בישראל. מרכז 'הפועל' שאומנם לכאורה היה אוטונומי (חבריו הם שבחרו את הנהלתו), נמצא בחסות ההסתדרות הכללית, כלומר, מפלגות הפועלים (גולדשטיין, 2002). מרכז 'מכבי' היה

קשור למפלגת הציונים הכלליים, ולמרכז 'בית"ר' הייתה זיקה למפלגת 'חירות' (רזניק, 2002). נציגים נבחרים של שלושת המרכזים הללו איישו את מוסדות ההתאחדות לכדורגל, וממילא הייתה ההתאחדות הזו לארגון עם נופך פוליטי בוחק. אומנם הכדורגל היה במעמד של חובבנות, אך הוא נזקק למשאבים כלכליים כדי להתקיים, ושלושת המרכזים הללו באמצעות זיקתם למפלגות פוליטיות שהייתה להם נציגות בכנסת, סיפקו למועדונים שלהם משאבים כדי שיוכלו 'להחזיק את הראש מעל למים'. בעצם, בתקופה המדוברת כל מועדון כדורגל בסקטור היהודי ובסקטור הערבי, למעט כמה אחדים בלבד, היה מזוהה עם אחד מן המרכזים הללו. אלמלא הסיוע של של המרכזים היה קיומם של מועדוני כדורגל רבים מוטל בספק, עד כדי כיליון.

באופן פורמלי מי שניהל את הכדורגל הישראלי במישרין הייתה ההתאחדות לכדורגל שחבריה נבחרו על ידי המרכזים הארציים. במישרין או בעקיפין דרכי ניהולה הושפעו, ולפרקים ממש נקבעו, מהמתרחש בפוליטיקה הישראלית בזמן ההוא:

כך נכתב בדבר ב-12 ביוני 1954:

אגודות הכדורגל השתתפו אתמול באסיפה הכללית ובבחירות למוסדות ההתאחדות לכדורגל, שנערכו אמש בתל אביב. נציגי אגודות "מכבי" לא השתתפו בבחירות, אך הפריעו בצורה גסה למהלך האסיפה הכללית. [...] רשימת "הפועל" השיגה 142 קולות [...] רשימת "בית"ר, 30 קול [...] רשימת "שמשון" השיגה מנדט אחד.

הכתבה הזו בעיתונה של ההסתדרות – הפטרונית של הפועל – היא עדות למעורבותה של הפוליטיקה בכדורגל הישראלי: אומנם 'מכבי' לא השתתפה בבחירות בגלל עניינים 'פרוצדורליים', אך דה פקטו, מאחורי אי-ההשתתפות הזו רחשו מניעים חיצוניים ששורשיהם בפוליטיקה הישראלית: מפלגות.

בכל זאת, כיוון שבזמן ההוא הפטרון של 'מכבי' מפלגת 'הציונים הכלליים' הייתה חברה בממשלה בראשות מפא"י, מה שהקנה לה השפעה פוליטית וכלכלית מסוימת, בליט ברירה התיישרה 'מכבי' עם המציאות:

הנהלת 'מכבי' נוכחה כי אין לה ברירה, 'המכבי' [...] ראה בשיתוף פעולה בין מכבי והפועל בהתאחדות ברכה לפתוח ספורט בארץ [...] ולכן ויתר מרצונו הטוב על ההגמוניה בהנהלת ההתאחדות ומוסדותיה [...] ולהתחלק בניהולה על בסיס של פריטי שהוצע על ידי הפועל. (בן פורת, 2002, עמ' 75)

לאמיתו של דבר, מכבי לא נסוגה כך סתם מרצונה, אלא נכנעה כיוון שנוכחה לדעת כי במצב הפוליטי הקיים אין לה חלופה.

ממש בראשית ימי המדינה נכחה הפוליטיקה בכדורגל עד כדי כך שהיחסים בין הפועל למכבי הגיעו לידי משבר. העוינות ובעקבותיה הסכסוכים בין מכבי להפועל הגיעו לידי כך שבשנת 1951 התפלגה הליגה: לליגה של הפועל שנקראה 'מגן 30 שנות ההסתדרות' והשתתפו בה רק קבוצות של הפועל, ולליגה של מכבי שנקראה 'ליגת יד לעשרה' לזכר הנופלים במלחמת 48, והשתתפו בה רק קבוצות של מכבי. קבוצות הכדורגל של הקהילה הערבית השתייכו להפועל וכפי הנראה השתתפו בליגת 'מגן 30'

(פורת ולרר, 1998). קבוצות של בית"ר (אחת, בית"ר תל אביב בליגה הבכירה; השנייה, בית"ר ירושלים בליגת המשנה) נשארו ללא מסגרת מארגנת. הרוגו בין המרכזים נמשך עד לאוגוסט של אותה שנה. שניהם הבינו כי בכך הם מחרבים את הכדורגל הישראלי, ולכן שבו להסדר של פשרה שכבר היה מוכר להם מן העבר שכונה 'הסדר הפיפטי-פיפטי':

באוקטובר באותה שנה (1951), לאחר משא ומתן מייגע, נחתם הסכם בין מכבי להפועל – הסכם הפיפטי פיפטי. הנהלת ההתאחדות לספורט תהיי מורכבת מ-12 חברים, 6 מהם מטעם מכבי ו-6 מטעם הפועל, עקרון הפריטטיות יחול גם על כל ועדות ההתאחדות [...] במשך העונה יכול ספורטאי לעבור מאגודה לאגודה רק ברשות האגודה אותה רוצה הספורטאי לעזוב [...] הסכם זה נעשה לתקופה של שלוש שנים. (בן פורת, 2002, עמ' 72)

במונחים כמותיים הפועל ויתר. מספר המועדונים שמנינו היה גדול מסך המועדונים של מכבי ובית"ר יחדיו (בן פורת, 2002). נציגי הפועל חיכו להזדמנות. בשנת 1954 נציגיהם בהנהלת ההתאחדות לכדורגל עשו שימוש בכוחם על פי מספר המועדונים שברשותם, וקראו לכנס אספה כללית שאכן התקיימה בחמישי בדצמבר 1954. מטרת האספה הייתה לבטל את הסכם הפיפטי פיפטי שממילא על פי לוח הזמנים שלו תם זמנו. האספה בחרה הנהלה שנמנו עימה 11 נציגים של הפועל, שלושה מבית"ר ואחד משמשון, מועדון כדורגל עצמאי שהייתה לו זיקה מסוימת להפועל'. מכבי לא השתתף באספה זו (ראו לעיל), אך כאמור בינואר 1955 'התעשת' ונציגיו הצטרפו להנהלת ההתאחדות לכדורגל. מאז ובמשך זמן רב נקבע הרכב מוסדות ההתאחדות על פי יחסי הכוחות (מספר משוקלל של מועדוני הכדורגל של כל אחד משלושת המרכזים). כיוון שיחסים אלו ניזונו ממה שקרה בפוליטיקה הישראלית הסוערת בזמן ההוא (בן פורת, 2002), נצפו משברים בכדורגל הישראלי ואלה אכן התרחשו במוסדותיו ואף על כר הדשא. לא אחת סיבת המשבר לא נגזרה ממה שהתרחש במשחק מסוים אלא מחוצה לו, ממשבר ביחסים בין המרכזים ואף מהמתח ביחסים שבין המפלגות הפוליטיות, שהועתק לאצטדיון הכדורגל.

פוליטיקה במגרש המועדון

בדומה למקומות אחרים בעולם גם הכדורגל הישראלי התארגן בעשור הראשון ואחריו באמצעות מועדונים מקומיים. במקרים רבים נמצאו באותו יישוב מועדונים מן המרכזים השונים. המועדון המקומי גייס שחקנים ומאמן והוא שסידר (בדרך כלל בסיוע של פטרונו הפוליטי) מגרש מתאים ודאג לאחזקתו. הוא אירח את קהל הצופים – אוהדים שהסתפקו במינימום של נוחות: ספסלי עץ שאחוריהם של הצופים שייפו אותם, או יציקות בטון מחוספסות, כניסות ויציאות דחוקות, מגרש אדמה. רק במחצית הבאה של העשור החלו כמה מועדונים לסדר דשא ומתקני שירותים. מן הסתם בזמן ההוא מועדוני הכדורגל בערים הוותיקות נראו טוב יותר בהרבה מאלה שבפריפריה שהסתפקו במגרש מסומן ואולי גם ביציעי עץ ספורים. כפי הנראה מצבם הפיזי של מועדוני הכדורגל שיקף פחות או יותר את זה של כלכלת החברה הישראלית בזמנים ההם ומן הסתם גם את שיוכם למרכז המסוים. 'הפועל' נהנה מחסות של ההסתדרות ומקרבה לשלטון. גם למועדוני מכבי ולמועדוני בית"ר היו פטרונים

שדאגו להם. הזיקה של המועדונים למרכז פוליטי מסוים – שיצרה מתח במגרשי הכדורגל – הייתה לטובתו. משחק בין מועדון של הפועל לזה של מכבי או של בית"ר נתפס בעיני העסקנים המקומיים והארציים כמאבק על יוקרה פוליטית. אי לכך, המרכזים הללו דאגו כל אחד על פי יכולתם לאחזקתם של מועדונייהם: ניצחון או חס וחלילה כישלון במשחק נרשם גם על שמם של הפטרונים הפוליטיים הנוגעים בעניין. מדי שבת בשבת במשך העונה באו רבים לצפות במשחקי הכדורגל (גברים – נשים לא נראו אז ביציעים) בעיקר במשחקים של ליגה א' (הבכירה). אבל גם המגרשים של מועדונים מליגה ב' ולמטה ממנה לא נותרו עזובים. בזמן שהוא כבר היה הכדורגל לאירוע פופולרי מאוד ונגיש לכל מאן דבעי. כאמור הפוליטיקה שיחקה בו תפקיד 'פונקציונלי': 'כמה עשתה הפועל?' שאלו גם בהסתדרות וגם במרכזי מפלגות 'הפועלים'. 'כמה עשתה מכבי?' או 'כמה עשתה בית"ר?' שאלו פטרונים הפוליטיים בהתאם. העסקנים המקומיים הבינו את 'רוח המפקד' (כרמי, 2019) ולא היססו להתערב: קלסריו של בית הדין המשמעתי של ההתאחדות נמלאו בעדויות באשר להתערבותם של עסקנים במהלך המשחק עצמו, ולא אחת גם בהחלטות שהתקבלו על 'השולחן הירוק': במשא ומתן בין נציגי המרכזים בהתאחדות לכדורגל, שלעיתים תוצאותיו לא תאמו את תוצאות המשחקים המסוימים שהושגו על כר הדשא.

על האופן שבו הנחתה הפוליטיקה המקומית את התנהגות מועדון הכדורגל ניתן ללמוד ממה שמספר חיים ברעם, בנו של מזכיר ההסתדרות בירושלים, על 'תרגילי' שביצע אביו כדי לסדר להפועל ירושלים הזדמנות לגבור על בית"ר המקומית. דם רע הפריד בין שני מועדונים אלה, אחד המזוהה עם ההסתדרות והשני עם תנועת החירות (שבירושלים הייתה לה תמיכה רבה יחסית): "כדי להפסיק את מסורת ההפסדים בדרכי החליט אבי לפעול נגד מהלך ההיסטוריה כדי לשנות אותה [...] הוא התייעץ עם מקורביו בהסתדרות ובמפלגה והחליט שהשחקנים שלנו פשוט חוששים מהקהל של בית"ר [...] ולכן יש לערוך את הדרבי של 1952 מחוץ לעיר" (ברעם, 2004, עמ' 41). ה'תרגילי' עלה יפה: "שחקן חיזוק מהפועל תל אביב, הבלם מלא גוף משה מלמד חיזק את מרכז הגנה. הפועל ניצחה בקלות 1-4" (ברעם, 2004, עמ' 41). מי שנהנה גם הוא מפירות הניצחון של הפועל ירושלים היה ההסתדרות-מפא"י. ההתאחדות לכדורגל לא התערבה. גם לו התערבה לא יכולה הייתה למנוע את ה'תרגילי' – למרכז הפועל היה רוב מוחלט בהנהלתה.

אפשר בהחלט לקבוע כי בעשור הראשון למדינת ישראל היה מועדון הכדורגל מעורב בו-בזמן בשני אירועים: במשחק הכדור על הדשא ובמשחק הפוליטי ששחקניו נמצאו מחוץ לאצטדיון. לא אחת שני המשחקים התערבלו זה בזה, וה'קווי' בוננו (הנהנה העיקרי) של תוצאתו היה הגורם פוליטי מסוים שהמועדון נתפס 'כפרוקסי' שלו.

הכול ידעו לאיזה מרכז שייך המועדון המקומי ולאיזה זרם פוליטי הוא מחובר. ניתן להניח כי לרבים מקהל הצופים הייתה סימפתיה לזיקה הפוליטית של המועדון המסוים. כאשר נפגשו בשדה המשחק שני מועדונים השייכים למרכזים שונים, במיוחד במשחק 'דרבי', נשמעו קריאות מקניטות בעלות תוכן וגוון פוליטי. קהלים מסוימים, כמו למשל של בית"ר ירושלים, נהגו למסור את דעתם על הממשלה בישראל, למעשה על מפא"י וההסתדרות במילים בוטות. לפרקים נסחף המלל

הפוליטי עד כדי אלימות פיזית בשדה המשחק וביצעים: שחקנים מתקוטטים, הקהלים מתקוטטים, ובעקיפין המחנות הפוליטיים מתקוטטים (בן פורת, 2016).

פוליטיקה ללא גבולות

באופן רשמי ההתאחדות הישראלית לכדורגל היא גוף במעמד של אגודה עותומנית שכוון כדי לסדר-לנהל את ענייני הכדורגל בישראל ואת יחסיו עם עולם הכדורגל. כלומר, בכפיפות ישירה לחוקתה של פיפ"א היא קיבלה רשות להשתתף במוסדותיה ובמפעליה כמי שמייצגת את הכדורגל הישראלי.² כאמור למעלה, הגוף הבוחר את מוסדות ההתאחדות הוא המועדונים החברים בה, ואילו המרכזים הארציים אינם חברים בהתאחדות, ולהלכה אין להם רשות להתערב במתרחש בה. אולם המבנה הדמוקרטי – האוטונומיה היחסית – שעל אדנו כוננה ופעלה ההתאחדות לכדורגל, נכנע לפוליטיקה. זו כאמור יובאה אליה על ידי המרכזים. פורמלית אוישה הנהלתה על ידי נבחרים פלוניים אך לא אלמוניים. לנבחרים היה שם משפחה' שהושאל מהמרכז הארצי המסוים: פלוני, יושב הראש של ההתאחדות, היה בעצם איש הפועל/מכבי/בית"ר, ו'שם משפחה' העניק לו את כוחו הממשי. בדרך כלל, טוען היסטוריון הספורט אלו גוטמן, ארגוני ספורט מודרניים נוטים להיות ביורוקרטיים, היינו, חפים מפוליטיקה (Guttman, 1978). אולם מסיבות שמקורן בהיסטוריה של החברה הישראלית ששורשיה בתקופת היישוב, ההתאחדות הישראלית לכדורגל הייתה אז בו-בזמן גם ארגון פוליטי שהתורצצו בו נציגים-סוכנים של מפלגות 'השמאלי', 'המרכזי' ו'הימין' שנאבקו והתקוטטו על השליטה במוסדותיו ודאגו למועדונים 'שלהם'. לא אחת, כפי שנכתב למעלה, חלו משברים פוליטיים על פי מניעיהם, שחיבלו בניהול מוסדות הכדורגל ואף במשחקים עצמם. לא אחת פוליטיקאים שלא היו חברי ההתאחדות לכדורגל התערבו במעשיה. גם הממשלה לא נמנעה מלהתערב כאשר נדמה היה לה כי ניתן-צריך לעשות שימוש בכדורגל לטובת המדינה. הכדורגל הישראלי הועמד בפני הצורך להחליט אם להצטרף לגוש האסייתי של ההתאחדות הבין לאומית לכדורגל או אל הגוש האירופאי של אותה התאחדות. בשנים ההן פיתחה ממשלת ישראל מסיבות פוליטיות אוריינטציה כלפי אסיה. משרד החוץ לחץ, והכדורגל הישראלי, בדרישת הממשלה, נמנה במשך שנים עם האזור האסייתי של פיפ"א. שלא בכוונה תחילה היה זה 'שדה אימונים' בין הנבחרות השונות של ישראל (בוגרים ונוער) ונרשמו בו כמה וכמה הצלחות (בן פורת, 2002).

לאחריות של ההתאחדות לכדורגל לנבחרת הלאומית התלוו מטבע הדברים היבטים פוליטיים צורמים: מדי פעם כאשר עלה עניין ההרכב של שחקני הנבחרת, התרחש משא ומתן בין נציגי המרכזים בהנהלת ההתאחדות כאשר כל צד מבקש לצרף שחקנים מ'המשפחה' שלו. גם על הרכב המשלחת המלווה את הנבחרת התעורר דין ודברים, כשכל אחד מן המרכזים מבקש לאייש אותה בחבריו. לא אחת כמעט וכלתה הפוליטיקה את ליגת הכדורגל ואת ההתאחדות עצמה (ראו לעיל, על פילוג ליגת הכדורגל לזו של הפועל ולזו של מכבי), ורק התערבות חיצונית של הכנסת או

² על פי התקנון של פיפ"א, בכל מדינה יכולה להתקיים רק התאחדות לכדורגל הכוללת את כל הקטגוריות החברתיות של המדינה המסוימת. כאשר התרחש משבר בין מרכז הפועל למרכז מכבי, לאף אחד מן הצדדים לא הייתה אפשרות לכוון התאחדות כדורגל משל עצמו. לו נעשה הדבר, הייתה ישראל מגורשת מפיפ"א.

של הממשלה לצד מודעות (מאוחרת) של נציגי המרכזים בהתאחדות כי הם כורים לעצמם בור, גרמו להתעשתות שהשיבה את ליגת הכדורגל למסלולה הנכון. מכל מקום, העוינות בין המרכזים וההשלכה שהייתה לה על מאבק השליטה במוסדותיה זלגו לכר הדשא. לכל אחד מן המרכזים הללו היה אינטרס להגן על ה'ילה-פמליה', למנוע ירידה של מועדון בחסותו, לסייע למועדון שלו לזכות באליפות הליגה ו/או בגביע ההתאחדות. יתרה מזאת, לארגן למועדון שלו נסיעה לסדרת משחקים בחו"ל גם אם הייתה בכך פגיעה במהלך משחקי הליגה בעונה המסוימת.

ההפרדה בין הראשויות לא הטרידה את העסקנים של המרכזים השונים. אלה לא היססו להתערב גם במה שהיה בסמכותו של איגוד שופטי הכדורגל. האיגוד הזה נאלץ להסתדר עם הקומבינות של נציגי המרכזים כאשר היה טרוד אז בעניין אחר: האלימות במגרשים שהופנתה כלפי השופטים הקשתה עליהם מאוד עד כדי כך שהם איימו בהשבתת המשחקים. סביר להניח כי לאלימות במגרשים הייתה זיקה לפוליטיזציה של הכדורגל: עסקנים מקומיים התערבו מדי פעם בפסיקותיו של השופט במשחק תוך כדי ו/או מייד לאחר סיומו, וקהל האוהדים המתוסכל התלהט וכלה את זעמו בשופטים (בן פורת, 2016).

בהסכמה שבשתיקה הבינו מועדוני כדורגל, דהיינו, הדירקטורים שלהם, את רוח המפקד, והתנהגותם גבלה בעיוות של עקרון 'המשחק ההוגן'. כך, מועדונים מאותה משפחה מסרו (פרו בונו) משחקים לטובת מועדונים אחרים מן המשפחה ובכך 'הצילו' אותם מירידה לליגה הנמוכה. המחזור של הליגה הלאומית (לשעבר ליגה א') בעונת המשחקים 1952-1953 כונה בפי העיתונות 'השבת השחורה': שלוש קבוצות שנאבקו נגד הירידה לליגת המשנה זכו בניצחונות תמוהים: הפועל ראשון לציון, שנמצאה מתחת לקו האדום, גברה 0-2 על השנייה בטבלה הפועל חיפה. מכבי חיפה הביסה 1-6 את המדורגת שישית, מכבי רחובות שהופיעה בהרכב חסר (פורת ולרר, 1998). הגדילה לעשות מכבי תל אביב באותה עונה, היא "איחרה" להגיע למשחק נגד מכבי נתניה ובכך נרשם לה הפסד טכני לטובת האחרונה שנוקקה לנקודות כדי להישאר בליגה הבכירה.³ המאבק הפנימי בין המרכזים, ששורשיו בפוליטיקה הישראלית, גלש למגרש וחירב את הכדורגל הישראלי. בספורט ישראל, עיתון ספורט שהצהיר על עצמו כעיתון א-פוליטי, נכתב ב-23 בנובמבר 1952: "הקומדיה הייתה מתוכננת מראש, היה זה שיעור אנטי ספורטיבי של עסקנים ותגרנים המושכים בחוטי הכדורגל הישראלי לפי אינטרסים מפלגתיים צרים" (בן פורת, 2002, עמ' 106).

ציבור האוהדים הבין שהמתרחש על הדשא אינו משחק כדורגל אלא מופע בנוסח האמריקני של "היאבקות חופשית" – מדי פעם תוצאותיו נקבעו כאמור על 'השולחן הירוק' - במשא ומתן בין העסקנים של המרכזים השונים. לפני שהכדורגל יתרוסק, התעשתו העסקנים וכדי לתקן את הקלקולים מונה השופט יוסף לס, דמות בלתי תלויה (אף שהייתה לו זיקה למפא"י) לעמוד בראש ההתאחדות לכדורגל. השופט לס עשה מאמץ רב כדי לבטל או לפחות לצמצם את התערבות הפוליטיקה בכדורגל. הנהלת ההתאחדות שבראשותו החליטה לסדר לוח משחקים כזוה

³ התירוץ לאיחור היה תקר בגלגל האוטובוס שהסיע את השחקנים של מכבי תל אביב. אבל הכול – כולל העסקנים בהתאחדות לכדורגל – ידעו כי מדובר בהונאה. קצרה ידה של ההתאחדות, והיא לא הגיבה.

שיהמשחקים המשפחתיים' (בין מועדונים מאותו מרכז) יתקיימו בתחילת העונה כדי למנוע קנוניות פנים-משפחתיות שהתרחשו בדרך כלל לקראת סיומה. נדמה היה כי הכדורגל עולה על פסים נכונים, ברם, הפוליטיזציה לא פגה. מדי פעם היא שבה והתערבה בנעשה במוסדות התאחדות ועל כר הדשא.

לאמיתו של דבר, הנהגת מדינת ישראל באותם הימים שבה היו מפלגות הפועלים דומיננטיות, לא התעניינה במיוחד במשחק הכדורגל כשלעצמו.⁴ ייתכן שחבריה ידעו על האפקט המגייס של המשחק הזה, אך היא השאירה לעסקנים הפוליטיים ברמות המשנה לעסוק בכך. האינסטרומנטליות של המשחק הזה, שהתגלמה בנבחרת הלאומית, לא רק שלא נעלמה מעיניהם, אלא אומצה על ידם. כאשר נראה היה לה כי צריך, היא הפשילה שרוולים: בראשית ספטמבר 1948 נכתבו *דבר השבוע* מילים אלה: "מהמשלטים ומהחזיתות לוקחו ספורטאינו החיילים אל חזית ההסברה של ענין ישראל – ברגליהם ובמוחם ובכל מאודם העברי – שאליה יצאו בראשית השבוע הבא" (בן פורת, 2002, עמ' 114).

המדובר הוא במסע של נבחרת הכדורגל של ישראל לסדרה של שלושה משחקים בארצות הברית עוד קודם שהסתיימה מלחמת 1948. היוזמה למסע זה נרקמה במשרד החוץ ובמימושה השתתף גם משרד הביטחון: "שר הביטחון בעצמו נתן הוראה" (*גורן כידון*, ספטמבר 1948, עמ' 12). כדורגל המכונה בארצות הברית 'סוקר' (Soccer), לא היה ספורט פופולרי בלשון המעטה במדינה זו, ורמתו לא הייתה טובה מאוד, אך כל משחקה של הנבחרת הישראלית עם מועדונים מקומיים הסתיימו בהפסד. בכל זאת, על סמך תגובת הקהילה היהודית וזו של התקשורת האמריקנית ניתן לקבוע, כי מן ההיבט הפוליטי-הסברתי היה המסע הזה הצלחה. בשורה התחתונה: המדינה יזמה, הצבא נטל פיקוד, גייס את השחקנים ודאג לאמן אותם. ההתאחדות לכדורגל – מי שפורמלית הייתה 'הבעלים' של הכדורגל ושל הנבחרת, נדחקה הצידה. לא שאלו אותה (בן פורת, 2002, עמ' 116).

מדי פעם, מסיבות מסוימות, האפילה הפוליטיקה על מוסדות הכדורגל הישראלי. כך למשל, במסגרת המשחקים הטרומ-אולימפיים הוגרלה ישראל לשחק בשני מועדים מול נבחרתה של ברית המועצות. היו אלה שנים של מתח בין שתי המדינות, ובמשלת ישראל ראו במשחק הזה הזדמנות לתקן את יחסיה עם ברית המועצות באמצעות תחרות כדורגל שנכפתה על שני הצדדים על ידי סדר המשחקים (הגרלה) שערכה פיפ"א. לממשלת ישראל היה אינטרס ציוני: בברית המועצות היו אז יהודים רבים שהממשלה רצתה ליצור או לשמור עימם קשר. בתנאי המצב הפוליטיים של אז היה הכדורגל מכשיר מזדמן.

המשחק הראשון נערך במוסקבה ב-11 ביולי 1956. את נבחרת ישראל קיבלו המארחים במאור פנים, אך היא יצאה מן המשחק בידיה על ראשה, 0-5 לטובת הרוסים. במשחק הזה נוכחו יהודים רבים שהגיעו אליו מקרוב ומרחוק כדי לצפות בנבחרת הלאומית של ישראל (הנבחרת מנתה שחקנים יהודים בלבד) לאו דווקא בגלל העניין במשחק הכדורגל כשלעצמו. נחמה על כישלון הנבחרת במשחק הזה נמצאה באפקט הפוליטי שלו.

⁴ המשחק הראשון בחייו שראה דוד בן גוריון כשהוא נוכח באצטדיון רמת גן היה בין נבחרת צה"ל לנבחרת של הצבא הצרפתי. בזמן ההוא, כאשר צרפת נחשבה לידידה בכירה של ישראל, לארגון המשחק הזה היו מניעים פוליטיים.

המשחק השני נקבע ל-31 ביולי 1956 באצטדיון רמת גן. ממשלת ישראל גילתה עניין מיוחד במפגש הזה והתערבה: אלוף משנה שמואל סוחר, שהיה איש צבא קבע בעל ניסיון רב בכדורגל, התמנה למרכיב הנבחרת. כאשר על המאזניים היו מונחים היחסים עם ברית המועצות, נמנע מגיבונוס, המאמן האנגלי של הנבחרת מלקבוע את הרכבה. זה היה הרבה יותר מסתם משחק כדורגל – מבחינתה של ישראל, זה היה משחק שהיבטיו פוליטיים מובהקים.

התוצאה החמיאה לישראלים, רק 1-2 לטובת הרוסים. הנבחרת הרוסית נחשבה אז לאחת מן הטובות בעולם. המשחק ותוצאתו לא אכזבו את הקהל הרב – כ-60 אלף ומעלה צופים באצטדיון רמת גן, כולל אלופי צה"ל ושרי ממשלה. מן ההיבט הפוליטי ניתן להניח כי המפגשים הללו אף שלא שינו את פני היחסים בין שתי המדינות, תרמו יותר ממה שהיו לעצם קיומם. מנקודת מבטה של ממשלת ישראל הכדורגל עשה את המוטל עליו.

כאמור קודם לכן, משחק כדורגל מתקיים במעמד של אוטונומיה יחסית המוקנית לו מן הסביבה שבה הוא עוגן. כאשר הסביבה הזו משתנה, הכדורגל מתאים את עצמו אליה. ההתאמה הזו נעשית ביחס לסביבה הקרובה, קרי, המדינה המסוימת שבה הוא נערך, וביחס לסביבה הרחוקה, זו המכונה 'הגלובליזציה'. בדרך כלל מדובר בשינויים הנובעים משינויים בכלכלה העולמית המניעים שינויים במוסדות פוליטיים ותרבותיים מקומיים (Ben Porat & Ben Porat, 2004).

תהליך ההיעשות הקפיטליסטית

במחצית השנייה של המאה ה-20 תהליך ההיעשות הקפיטליסטית הולך ומתגבר כשהוא גולש גם למקומות שלא היה נוכח בהם בעבר, למשל, ברית המועצות המתפרקת לאומותיה השונות. במקביל להתעצמות התהליך הזה, גם תהליך ההתמסחרות של הכדורגל מתעצם, כל חלקיו הופכים לסחורה, והעיקרון המכוון את התנהגותו ואת הישרדותו הוא עקרון החליפין: מועדונים, שחקנים, מאמנים ולמעשה כל רכיב של המשחק הזה היו לסחורות בנות חליפין. תהליך זה והשפעתו המדורגת הגיעו גם לישראל ושינו את פני הכדורגל.

זה החל בשנות השישים. אז החל מהלך של מקצוענות (שלב מקדים להתמסחרות). שחקנים דרשו לקבל תמורה עבור השתתפותם במשחקים ואיימו ב'הגירה'. יתרה מזאת, שחקני הכדורגל דרשו למסד את עיסוקם זה כמשלח יד, כולל כל הכרוך בזה באשר לביטוח רפואי, ביטוח לאומי וכו'. הנהלות המועדונים נאלצו להיכנע ולמצוא מקורות מימון (כרמי ובן פורת, 2022). העסקנים המקומיים שחששו מפני נטישה של שחקני מפתח שעלולה הייתה לפגוע בהישגי המועדון, החלו ביוזמה משלהם לגייס מקורות מימון, חלקם עלומים, כלומר, אסורים על פי תקנון החובבנות של ההתאחדות לכדורגל. החשש של העסקנים הניע התנהגות המקדשת את המטרה שכונתה 'מכירת משחקים': עבור סכום מסוים במימון עסקנים דאגו כי המועדון ייתן את המשחק ליריב. המרכזים הארציים של הכדורגל העלימו עין. קהל האוהדים החל לרנן. העיתונות החלה לרמז באותיות קידוש לבנה על מעשי שחיתות בכדורגל הישראלי. המדינה התערבה:

בעקבות השמועות על אי-סדרים ומכירת משחקים בענף הכדורגל הגישו חמישה חברי כנסת הצעות נפרדות דחופות לסדר היום, לפיהן תדון הכנסת בהידרדרות בענף ספורט

חשוב זה. יושב-ראש הכנסת וסגניו הכירו בדחפיות ההצעות והדיון בהן נערך ביום א', ו' בסיון תשל"א, 8.6.1971. [...] להקים ועדת חקירה שתחקור בשמועות האמורות.

נשיא בית המשפט העליון מינה בארבעה ביוני 1971 ועדת חקירה של שלושה חברים בראשותו של השופט העליון ד"ר משה עציוני ולידו משה בן-זאב ויצחק זיו אב. ב-12 בספטמבר 1971 פרסמה הוועדה את ממצאיה ומסקנותיה, ואלו הובאו לפני שר החינוך כדי שיפעל למימושם. יגאל אלון, שר החינוך, לא היסס ודרש מכל נציגי המרכזים בהתאחדות להתפטר, ואלה נענו. במקרה הזה, הפוליטיקה של מוסדות המדינה הכניעה ממש את זו של ארגוני המשנה לפחות לזמן-מה. כששקטה ההמולה שהציתו מסקנותיה של ועדת עציוני, שבו המרכזים והפונקציונרים המקומיים למעמדם הקודם. אלא שהפוליטיקה שהתעלקה על הכדורגל במשך העשור הראשון והשני, הלכה ואיבדה את כוחה. זה החל מלמטה, מלחצי השחקנים במועדון לבטל את החובבנות, והתעצם לכדי שינוי פני הכדורגל בעקבות התמורה הדרמטית בפוליטיקה הישראלית שהסתמנה במאי 1977 עם עליית הליכוד לשלטון.

הלחץ של שחקני הכדורגל החל לשאת פרי. הדירקטורים של המועדונים (מדובר בליגה הבכירה, הליגה 'הלאומית') החלו להעניק לשחקנים הטבות חומריות: הגדלת התשלום עבור ביטול שעות עבודה, תשלומים עבור ימי מחלה, הלוואות פיקטיביות שלא נרשמו בספרים ועוד. המקורות הממוניים היו עלומים: ניתן לשער כי המרכזים הארציים של הפועל, מכבי ובית"ר, השתמשו עדיין בקשריהם הפוליטיים וליקטו משאבים שהועברו למועדוניהם (בעיקר לאלו שנמנו עם הליגה הלאומית). ייתכן שגויסו כספים ממקורות פרטיים, למשל, 'חוגי אוהדים', אף שהדבר היה בניגוד לכללי החובבנות. אבל ככל שעבר הזמן ודרישות השחקנים התגברו, החלו המקורות להתייבש. מה שהיה אפשרי פעם בזכות הזיקה הפוליטית של הכדורגל, הלך והתפייד: אין כבר מישהו למעלה שיפרע את חשבונות המועדון.

הכול העמידו פנים כי החובבנות עדיין מארגנת את הכדורגל הישראלי ומפקחת עליו, אף שכבר היו שחקנים ישראלים שנטשו את מועדונם כדי לשחק בחו"ל כמקצוענים, וההתאחדות לא יכולה הייתה למנוע זאת (כרמי ובן פורת, 2022). בעוד אלה נוטשים, הגיעו כמה שחקנים זרים לשחק בקבוצות מקומיות. ההתאחדות התלבטה ביחס לשיתופם, אך בלחץ המרכזים נאלצה לאשר את השתתפותם של שני שחקנים זרים במועדון. כפי הנראה בשלה ההכרה אצל נציגי המרכזים בהתאחדות, כי החובבנות הייתה לקליפה ריקה, וכי יש לבצע מהלך שיכיר במצב האמיתי של הכדורגל. בעצם, מהלך שישלב את מציאות הכדורגל למציאות הסובבת לו – להכיר במקצוענות כמצב לגיטימי וחוקי. מהלך כזה לא יגרש את הפוליטיקה מהכדורגל: היא תמשיך לפקח עליו. בעצם, ההתאחדות לא נדרשה לייצר מצב אלא להכיר בו מכורח המציאות. הפוליטיקה לא פרשה מן הכדורגל, היא עברה 'לשבת על ספסל המחליפים' בהנחה כי בשעת משבר היא תשוב. אלא שהמציאות הישראלית השתנתה ועימה השתנה הכדורגל: מה שקרה הוא שההכרה במקצוענות של הכדורגל הישראלי (מעמד השחקנים בלבד) לא הסתיימה שם. היה זה רק שלב לפני התמסחרות של כל רכיבי הכדורגל הישראלי. סביבת הכדורגל שינתה את פניה. שתי התרחשויות גרמו לזה, עליית הליכוד לשלטון והתעצמותו של תהליך ההיעשות הקפיטליסטית של החברה הישראלית (בן פורת, 2020; קרמפף, 2015). עליית הליכוד גרמה לכך שמרכז

הפועל כבר לא יכול היה לפטם את הכדורגל במשאבים. פטרונו עד כה, ההסתדרות, החל לרדת מנכסיו. בפועל, עליית הליכוד לשלטון לא היטיבה עם מרכז הספורט של מכבי ולא עם זה של בית"ר, למרות הזיקה הפוליטית שבין אלו לבין המפלגות שהרכיבו את הליכוד. ההיעשות הקפיטליסטית של הכלכלה הישראלית אילצה את הכדורגל להתאים את עצמו למצב חדש – מעתה מעמדו והישרדותו של מועדון כדורגל תלויים ביכולתו לגייס משאבים ממוניים.

אכן, תהליך הקפיטליזציה הלך והתעצם, אך הספירה הפוליטית לא גוועה – גם כלכלה קפיטליסטית זקוקה לתמיכה של הספירה הפוליטית (Prezeworski, 1985). במצב שבו הפטרוניים הפוליטיים שלו לא יכלו יותר, לא היו לכדורגל הישראלי ברירות, הוא נגרף והתמסחר. אומנם רק קצהו העליון, קרי, שתי הליגות הבכירות קיבלו אישור להפוך למקצועניות – שאר הליגות שהן הרוב המוחלט של מועדוני הכדורגל בישראל המשיכו להתקיים במעמד של חובבנות. הכדורגל המקצועני-מסחרי מאפיל על כל השאר: הוא עתיר יחסית במשאבים, הוא מושך קהל והוא מפתה את התקשורת. הוא התחבר לגלובליזציה של המשחק הזה: מועדוני כדורגל המנויים עליו משתתפים בקביעות בהתאם להצלחתם בליגה המקומית באירועים שמארגנת אופ"א (התאחדות הכדורגל האירופאית) מדי עונה בעונה, ויש בזה תגמול כספי נאות.

למה לי פוליטיקה עכשיו

ב-14 במרץ 2021 שלחה ההתאחדות לכדורגל מכתב לכל הקבוצות המקצועניות (ליגת העל, הליגה הלאומית), שבו נאמר כי 'כדורגל ופוליטיקה לא הולכים ביחד'. ההתאחדות קובעת כי מעורבות מועדוני כדורגל בפוליטיקה מנוגדת לתקנונים השונים של גופי הכדורגל בארץ ובעולם. המכתב הזה נשלח ערב הבחירות הקרובות לכנסת ונאמר בו גם כי נאסר על המועדונים לתלות באצטדיון שלטים עם תוכן פוליטי. 'המנהלת' – הגוף האחראי למועדונים המקצועניים – הודיעה למועדונים כי יינקטו צעדים משמעותיים כלפי מי שיעבור על איסור זה.

המכתב הזה, כלומר תוכנו, התפרסם בתנאי מצב נוחים לשולחיו ולנמעניו. הכדורגל הישראלי הוא מסחרי לכל דבר: ליגת העל והליגה הלאומית מוגדרות כליגות מקצועניות – מילה נרדפת ל'מסחריות'. מרבית המועדונים הללו נמצאים בידיים פרטיות או בידי עיריות מקומיות. ישראל של ראשית המאה ה-21 היא מדינה קפיטליסטית שכלכלתה מתנהלת על פי עקרון ערך החליפין והמכניזם של השוק. המערכת הפוליטית ההווייתית שונה במובהק מזו של העשורים הקודמים: מרבית המפלגות המתחרות על קול הבוחר הן מפלגות עם אוריינטציה ניא-ליברלית. בשורה התחתונה, הערכאה הכלכלית היא זו הדומיננטית במבנה והיא זו שקובעת את דרגות החופש של הערכאות האחרות. הספורט בכלל והכדורגל בפרט התאקלמו בהתאם.

על הנמיכות של הפוליטיקה והשלכתה על הכדורגל הישראלי ניתן ללמוד מאירוע סתמי לכאורה: בשנת 1999 פורסם במדורי הספורט של עיתונות היומית, כי קבוצת בית"ר תל אביב נרכשה על ידי בעליה של הפועל תל אביב. רכישה זו לא הגיעה לבשלות, כיוון שבחוקת התאחדות לכדורגל קיים סעיף האוסר בעלות של יותר מקבוצה אחת מן הליגות המקצועניות. אבל בכוונה עצמה היה איתות כי משהו בסיסי ביותר השתנה בכדורגל הישראלי: קבוצת הדגל של ההסתדרות האדומה –

מחנה השמאל – מבקשת לרכוש את קבוצה הדגל של בית"ר – של מחנה הימין. לא היה כזה דבר בעבר, 'קו מאז'ינו' הפריד בין המחנות. יתרה מזאת, התגובות הפושרות לידעה הזו העידו כי משהו משמעותי מאוד השתנה בשנות התשעים של המאה הקודמת: נדמה כי הכדורגל הפוליטי סיים את דרכו.

מהלך זה התרחש בחלל שהתרוקן והתמלא: החלל שהותיר אובדן הדומיננטיות של הפוליטיקה בישראל התמלא בדומיננטיות של הכלכלה. באופן ספציפי יותר, היחלשות הגורמים הפוליטיים בישראל, במיוחד ההסתדרות שאיבדה את הסקטור הכלכלי שלה, ונוכחותה הבולטת של פוליטיקה ניאאו-ליברלית בתמיכת הממשלה בראשות הליכוד, הביאו לידי הפחתה רבה בכוחם הכלכלי והפוליטי של מרכזי הספורט הארציים שניזונו עד כה מהפטרוניים הפוליטיים שלהם. עכשיו הם כבר אינם יכולים לפטם את מועדוניהם במשאבים. נוכחותו של שוק פנימי (בין מועדונים ישראלים) וחיצוני (בין מועדונים ישראלים וזרים) הולך ומתעצם. כעת מרכז העניינים נמצא במועדון המסוים, והוא זה שצריך לקיים את עצמו כי אחרת ייכחד. גם האוהדים ערים לכך, וזהותם-נאמנותם מוטבעות במועדון 'שלהם', לעיתים אף יותר מאשר בנבחרת הלאומית.

מצב ה'שוק' מסמן עתה יותר מכול את ההתמסחרות של הכדורגל הישראלי. הלכה למעשה, מועדוני כדורגל של הפועל מכבי ובית"ר נמסרו לניהולם של אנשים פרטיים ללא שיוך פוליטי מוצהר. זה החל בשנת 1992, כאשר מועצת אגודת מכבי חיפה החליטה להעביר לידי יעקב שחר את תפעול המועדון. מועדונים אחרים הלכו בעקבותיו של מועדון מכבי חיפה. חלקם עברו לניהולם של אנשים פרטיים, חלקם הפכו ל'עירוניים' – בניהולן של עיריות מקומיות. בתוך זמן לא רב עברו כל מועדוני הליגה הבכירה (הלאומית) לניהול של ידיים פרטיות או של עיריות. השם הגנרי של המועדון נשמר, אך למעשה לא הייתה לו שום משמעות מעשית. בעצם מדובר בהפרטה: הניהול הועבר לידי אנשים פרטיים (אזרחים ישראלים וגם כאלה שאינם אזרחים) והפך למעשה לבעלות: כל מה שנעשה במועדון הכדורגל – בעיקר גיוס משאבים – נקבע באופן מוחלט על ידי מי שקיבל את ניהולו.

מדיניותה של ההתאחדות לכדורגל הותאמה (בעצם נאלצה להתאים) למציאות. השוק הכלכלי היה למחונן של הכדורגל הישראלי על כמעט כל מרכיביו. בלית ברירה הכירה ההתאחדות דה-פקטו ואחר כך דה-יורה בשינוי הניהול-בעלות של מועדוני כדורגל. שחקני הכדורגל – בעיקר בשתי הליגות הבכורות, היו למקצוענים ממש. שחקנים ישראלים משחקים בכל מקום מחוץ לישראל בהתאם לביקוש שלהם בשוק השחקנים. גם שחקנים זרים יובאו לליגה הישראלית: בעונת 1989-1990 אישרה ההתאחדות לכדורגל את שיתופם שני שחקנים זרים במשחקים של מועדון כדורגל ישראלי. מספר זה עלה עד לאפשרות של רכישת שישה שחקנים כאשר רק לחמישה מותר לשחק בו-בזמן. מחירם, קרי, שכרם נקבע על פי הביקוש בשוק. מאז ואילך ברור לכול כי 'שם המשחק' הוא ממון: מועדון כדורגל שמשאביו דלים יחסית עלול למצוא עצמו נאבק מפני ירידה, יורד לליגה נמוכה יותר ואפשר שגם מתכלה, ואין כבעבר גוף פוליטי שימנע זאת.

אף-על-פי כן, הפוליטיקה לא נכחדה אלא הצטנעה ושינתה את התנהגותה. המבנה המוסדי של ההתאחדות לכדורגל והגורמים המאיישים אותה נותרו כבעבר: אחת לארבע שנים האסיפה של נציגי המועדונים בוחרת את מוסדות ההתאחדות ואת

יושב הראש שלה. עדיין יש למרכזי הספורט של הפועל של מכבי ושל בית"ר השפעה על ההתאחדות הזו, אך שיוכם וגיבויים מאחד מן הארגונים הפוליטיים בישראל מוטלים לא אחת בספק. הייחוס של המרכזים האלה למחנות הפוליטיים בישראל הוא יותר נוסטלגי מאשר ממשי. גם הייחוס של המועדונים החברים בהתאחדות (ישנם כאלף כאלה) לאחד מן המרכזים הוא אינסטרומנטלי – לצורכי פוליטיקה פנימית, למשל, הבחירות למוסדות ההתאחדות. מדי פעם, כשעולה הצורך נחצים "גבולות": נציגי הפועל חוברים לנציגי מכבי כדי לתמוך במועמד מסוים לשמש כיושב הראש: "מכבי ישראל הגישה את רשימת 11 להנהלת ההתאחדות לכדורגל [...] רשימה משותפת עם מרכזי הפועל ובית"ר [...] שינו זוארץ מועמד מוסכם לתפקיד יושב הראש". שיתוף פעולה זה, גם אם נקודתי ואינסטרומנטלי, משקף באופן המייתר פרשנות את השינוי הדרמטי שחל בפוליטיזציה של הכדורגל הישראלי: את הפוליטיקה אכסנו הבעלים של מועדוני הכדורגל על המדף. כאשר היא נדרשת להם הם מורידים אותה נושפים ממנה את האבק, ולאחר השימוש הם שבים ומאכסנים אותה.⁵

נוסטלגיה פוליטית אינה הולכת לאיבוד: שני מועדוני כדורגל, הפועל תל אביב ובית"ר ירושלים, נתפסים (עדיין) בעיני הציבור, במיוחד בקרב חלק נכבד מקהל אוהדיהם, כמועדונים עם ייחוס פוליטי. ליחסים שבין שני מועדונים אלה יש היסטוריה ארוכה: הפועל תל אביב נחשבה לקבוצת הדגל של הפועל, כלומר, הסתדרות, כלומר, מפא"י. בית"ר ירושלים, שנטלה לפני שנים את ההובלה מבית"ר תל אביב, נחשבה לקבוצת הדגל של בית"ר, קרי, חירות, קרי, כיום הליכוד. שני המועדונים הללו נשארו צבועים בצבעים פוליטיים שלא דחו. לאמיתו של דבר, הפוליטיקה אינה מיוחסת כמו בעבר למועדון, אלא לאוהדים שגם הרכבם הפנימי אינו הומוגני כבעבר: קהל הפועל תל אביב כולל ימניים, וקהל בית"ר ירושלים כולל שמאליים. בכל זאת, כמעט בכל מפגש בין שני מועדונים אלה יעולה מן האוב' הפוליטיקה הישנה כאילו כלום לא קרה. אך הפעם התערבותה מצומצמת, מקושרת לאירועים או למתחים הווייתיים, כמו למשל, היחסים בין יהודים לערבים במדינת ישראל (ראו למשל הסיפור של הפועל טייבה וזה של מועדון הכדורגל 'סחנין') בסך הכול, לפוליטיקה של הכדורגל אין עוד משפחה כבעבר, אבל היא טרם יתלתה את הנעליים.

קווי בונז? מי הנהנה? מסקירה היסטורית של הכדורגל הישראלי החל מיום היוולדו ניתן להסיק כי התשובה תלויה מצב של הסביבה הפוליטית-כלכלית שבה הכדורגל הישראלי עוגן. כאשר הייתה הפוליטיקה דומיננטית במבנה, היא הייתה אחד מן הנהנים הראשיים, ולעיתים אף יותר מן הכדורגל עצמו. כך או אחרת, הפוליטיקה הכתיבה את התנהגותו של המשחק הזה, החל מזו של מוסדותיו, ולעיתים אף את המתרחש ביציעים ובשדה המשחק עצמו.

מעורבות של פוליטיקה בכדורגל מוכרת היטב מהספרות הרלוונטית שמעט ממנה הוזכר במאמר זה. במדינת ישראל, בשל מעמדה הדומיננטי של הפוליטיקה בהקשר של כמעט כל תחום, 'התמזגותה' עם משחק הכדורגל קיבלה ביטוי עצים

⁵ כך למשל, אפשר שבעלי מועדונים מסוימים יפנו לשר הספורט כדי שיתקין תקנות למניעת אלימות או יסייע בגיוס תקציבים עבור המועדון המסוים, או יתקן תקנות מסוימות שיקלו על המועדונים (One. 09.08. 2023).

יחסית: למעט חברות בעלות משטר סמכותני, המעורבות של מדינת ישראל היא אירוע קיצוני ביחס למדינות דומות אחרות.

וכאשר הכלכלה היא הדומיננטית במבנה, הנהנה העיקרי הוא הכדורגל – אל נכון מועדון הכדורגל – וממילא גם מנהליו. הדירקטורים החדשים של מועדון הכדורגל מבקשים להיות הגורם הקובע את אופיו ואת התנהגותו של המועדון, בין השאר את יחסיו עם גורמים בעלי ממון, בין שהם מקומיים ובין שהם זרים. כאמור בעלים או ממנים זרים מעורבים בניהול המועדון או בתמיכה ממונית. ראו למשל, דניאל יאמר במכבי נתניה, ואת מעורבותה הממונית של קטר ביבני סחנין. שם המשחק הוא משאבים כלכליים, וזיקות פוליטיות עלולות בלשון המעטה להקשות על הבעלים את השגתם של משאבים אלה.

על כן, כאשר הכלכלה הישראלית היא הדומיננטית במבנה, מעורבותה של הפוליטיקה מצטמצמת. המועדון (אל נכון הדירקטורים של המועדון) משתדל להתחמק ממנה מחשש שהיא עלולה להזיק ליחסיו עם קהל האוהדים שהיה (גם) לגורם כלכלי משמעותי. עם זאת, בהקשר הדוק למדי למתחים המתרחשים בחברה הישראלית, הפוליטיקה מדי פעם קמה מיספסל המחליפים ושבה בעוצמה זו או אחרת לישחק במגרש הכדורגל. אומנם לא באותה עוצמה כבעבר, אבל היא עדיין נוכחת בכדורגל הישראלי.

אין זה סוף פסוק: גם מקרה המבחן של הכדורגל הישראלי מאשר כי הדרישה להפרדה בין פוליטיקה לכדורגל איננה עומדת במבחן. הפוליטיקה אינה רוצה ואינה יכולה לוותר, הכדורגל חש להסתייע בה על פי צורך מידי. בפרפרזה על המשפט הפותח את המאמר הזה ייאמר כך: 'הפרדה בין הפוליטיקה הישראלית לבין משחק הכדורגל משולה להוצאת הקיץ מישראל'.

מקורות

- אהרוני, יי (2001). *הכלכלה הפוליטית בישראל*. עם עובד.
- בן פורת, אי (2002). *ממשחק לסחורה, הכדורגל הישראלי 1948-1999*. המרכז למורשת בן גוריון.
- בן פורת, אי (2007). *כדורגל ולאומיות*. רסלינג.
- בן פורת, אי (2016). אלימות בכדורגל: מצורע נושא בשורה. *סוציולוגיה ישראלית*, 17(2), 52-71.
- בן פורת, אי (2020). *אמרו שהיה כאן חלום נהדר*. פרדס.
- ברעם, חי (2004). *אדום צהוב שחור*. ספרית מעריב.
- גולדשטיין, יי (2002). המעורבות הפוליטית של 'הפועלי', פרשת 'איגוד הסדרן'. בתוך חי קאופמן וחי חגי (עורכים), *תרבות הגוף והספורט בישראל במאה העשרים* (עמ' 129-158). יד בן צבי ומכון וינגייט.
- הויזנגה, יי (1984). *האדם המשחק*. מוסד ביאליק.
- הורביץ, די (1975). *חיים במוקד*. מסדה.
- טרהובן, פי (2017). 'שיכרון חושים ופשיזם': אליפות העולם באיטליה 1934. בתוך מ' צימרמן (עורך), *דת השרירים, ספורט לאומיות ויהדות* (עמ' 39-70). כרמל.
- כרמי אי (2019). *העסקונה*. המכללה האקדמית בווינגייט.
- כרמי, אי ובן פורת, אי (2022). 'יורדים מן המגרש': על כדורגלנים יורדים בשני העשורים הראשונים של מדינת ישראל. *קתדרה*, 180, 115-144.
- פוייר, פי (2004). העולם על פי הכדורגל, תל אביב. מטר.
- פורת, יי ולרר, מי (1998). *ספורט 50*. ספרית מעריב.
- קאופמן, חי (2002). 'מכבי' מול 'הפועלי' - היווצרותו של הפילוג הפוליטי בספורט הישראלי. בתוך חי קאופמן וחי חריף (עורכים), *תרבות הגוף והספורט הישראלי במאה העשרים* (עמ' 89-112). יד בן צבי ומכון וינגייט.
- קופר, סי (2002). *כדורגל נגד האויב*. חרגול.

קרונזון, י' (2020). *כי מנגד תראה*. עם עובד.

קרמפף, א' (2015). *המקורות הלאומיים של כלכלת השוק*. מאגנס.

רזניק, ש' (2002). אגודת הספורט בית"ר: ספורט ופוליטיקה בחברה מפולגת. בתוך ח' קאופמן וח' חריף (עורכים), *תרבות הגוף והספורט הישראלי במאה העשרים* (עמ' 159-182). יד בן צבי ומכון וינגייט.

רייצר, ג' (2006). *תיאוריות סוציולוגיות מודרניות*. האוניברסיטה הפתוחה.

Almond, G., & Dalton, R. (1992). *Comparative political today: A world view*. Harper and Collins.

Answorth, C. (1971). Sport as symbolic dialogue. In E. Dunning (Ed.). *The sociology of sport: Selected reading* (chapter 3). Routledge.

Banfield, E. (2003). *Political influence*. Routledge.

Ben Porat, G., & Ben Porat, A. (2004). (Un)Bounded soccer, globalization and localization of the game in Israel. *International Review for the Sociology of Sport*, 34(4), 236- 421.

Birley, D. (1993). *Sport and the making of Britain, Manchester*. Manchester University Press.

Dunning, E., & Sheard, K. (1979). *Barbarian and gentilema*. Oxford University Press.

Garcia, G., Ponzetto, G. A. M., & Ventura, J. (2022). Globalization and political structure. *Journal of European Economic Association*, 20(3), 131-171.

Goldblatt, D. (2006). *The ball is round*. Riverhead Books.

Galeano E. (1997). *Football - In sun and shadow*. Forth Estate.

Goulstone, J. (2000). The working-class origin of football. *The International Journal of the History of Sport*, 17, 135-143.

Giulianotti, R., & Robertson, R. (2004). The globalization of football: A study in the glocalization of 'serious life'. *The British Journal of Sociology*, 55(4), 545-568.

-
- Guttman, A. (1978). *From ritual to record*. Columbia University Press.
- Hobsbawm, E. (1990). *Nation and nationalism since 1870*. Cambridge University Press.
- Kuhn, G. (2011). *Soccer vs. the state*. PM Press.
- Lasswell, H. (2011). *Politics: Who gets what, how*. Literary Licensing.
- Lincoln, A. (Ed.). (1993). *The changing politics of sport*. Manchester University Press.
- Mangan, A. (1998). *The games ethic and imperialism*. Frank Cass.
- Mason, T. (1995). *Passion of the people*: Verso.
- Prezeworski, A. (1985). *Capitalism and social democracy*. Cambridge University Press.
- Sanders, R. (2009). *Beastly Fury*. Bantam Books.
- Sugden, J., & Tomlinson, A. (1998). *FIFA and the contest for the world football*. Polity Press.

אובדן הסמכות: הסיקור התקשורתי של מותם של מאמני כדורגל ישראלים

ברק בר-זוהר

מכון מופ"ת

תקציר

ניתוח טקסט איכותני זה מתמקד בסיקור העיתונאי המודפס והמקוון של מותם של שישה מאמני כדורגל ישראלים בכירים: אלי פוקס (1992), ג'רי בית הלוי (1997), יעקב גרונדמן (2004), יצחק שניאור (2011), עמנואל שפר (2012) ודרור קשטן (2024). ניתוח הטקסטים של השנים 1992, 1997 ו-2004 נערך בעיקר בסיועם של יומונים מודפסים, דהיינו *חדשות*, *מעריב* ו*דיעות אחרונות*. ניתוח הטקסטים של השנים 2011, 2012 ו-2024 כלל שלושה עיתונים מודפסים (ובהם 34 כתבות) ו-11 אתרי חדשות מקוונים (ובהם 61 כתבות ו-1,104 תגובות גולשים) (שסיפקו ממד צבעוני ואמוציונלי במיוחד). רב-ממדיות זו אפשרה להשוות בין המדיום המודפס לבין המדיום מקוון, להצביע על מגמות ועל תמורות בעיתונות הספורט הישראלית ולהתייחס למותם של המאמנים מפרספקטיבה אישית, מקצועית, תקשורתית, תרבותית ולאומית. הסיקור העיתונאי של מות המאמנים חרג הרבה מעבר להיבטים המקצועיים של ענף הכדורגל ואפילו מעולם הספורט. לאחר מותם הוצגו המאמנים בעיתוני הספורט ובאתרי החדשות המרכזיים כסמלי תרבות וכגיבורים לאומיים. במהלך סיקור מותם שיקפה דמותם, במידה רבה, את הנרטיב 'משואה לתקומה' וטיפחה את רעיון 'הדות השרירים'. מבחינת הקוראים, מות המאמנים היה שעת כושר להדגיש נרטיב נוסטלגי שלפיו 'לא יקום עוד דור כזה' והזדמנות פז לבקר ולתקוף את דור השחקנים והמאמנים הנוכחי ואת ענף הכדורגל הישראלי בהווה. לטענתם מדובר בדור מפונק המונע מאינטרסים כלכליים בניגוד לדור המאמנים הישן שדגל בערכים, הטיל משמעת וזכה לכבוד.

תאריכים: תקשורת, עיתונות, ספורט, כדורגל, היסטוריה

מאמני כדורגל בראי המחקר

בעולם הכדורגל התחרותי המאמן¹ הוא האיש האחראי להובלת קבוצת השחקנים. הוא נושא במגוון תחומי אחריות: בחירת סגל השחקנים, קביעת ההרכבים והטקטיקה, תדרוך במהלך המשחק וניהולו, תמרוץ שחקנים והפחת מוטיבציה, איתור שחקנים, טיפוח כישרונות צעירים, מכירת ורכישת שחקנים והתנהלות מול התקשורת. בכדורגל המקצועני המאמן ממונה על ידי הנשיא, יושב

¹ תפקיד המאמן ידוע גם בייחוס למנג'ר

הראש, הדירקטוריון או הנהלת המועדון. אלו, מנקודת מבט המבקרת את הכדורגל המודרני, עלולים לצמצם את תחומי האחריות של המאמן הקלאסי ולעיתים הם מבקשים להאציל סמכויות לעצמם, לעוזר מאמן, למנהל ספורטיבי או למנהל מקצועי. אולם בשנים עברו ובכדורגל חובבני והיסטורי, המאמנים נשאו בתפקיד של ניהול המועדון מאל"ף עד ת"ו, עדי כדי שיווק מסחרי והשגת מימון (Groom & Sawiuk, 2018; Horton, 2015).

לפי שורת מחקרים אמפיריים עדכניים מאמני הכדורגל המוצלחים ביותר הם אלו המשכילים להעניק השראה לשחקנים, להפיח בהם מוטיבציה, לטפח בהם תחושת שייכות לקבוצה, לנטוע בהם חוסן מנטלי, ליצור תקשורת מאמן-שחקנים בריאה ולהעניק עזרה אישית במקרה הצורך (Karayel et al., 2024). הספרות התאורטית רואה במאמני כדורגל מומחים טקטיים ומנהיגים כריזמטיים, סוחפים ובולטים שבכוחם לעמוד בלחצים, לשמש מודל לחיקוי ואף להיתפס כדמות אב (Berndt, 2022; Stenling & Tafvelin, 2014; Wang et al., 2016). עם זאת, לפי טטיאנה וקארבלו (Tatiana & Carvalho, 2018) הסיקור והלחץ התקשורתי משפיעים, במידה רבה, על מאמני כדורגל ודוחקים בהם לשנות את התנהלותם, להתאים את סגנונם, לשדר ביטחון, יציבות וסמכות ובמקרים מסוימים אף להפעיל לחץ פסיכולוגי או לקרוס תחתיו.

ביודויין ואח' (Beaudoin et al., 2024) בחנו אם וכיצד כיצד ספורטאי-על לשעבר, ובהקשר זה מאמני כדורגל, הופכים, או אינם הופכים לגיבורי תרבות, לסמלים לאומיים ולחלק מהזיכרון הקולקטיבי של האומה. לפיהם, אצל חלק מהספורטאים ההסתכלות ההיסטורית-נוסטלגית אינה מתבססת על הצלחות ספורטיביות גרידא, אלא גם על הערכים החברתיים, התרבותיים או הלאומיים שסימל האינדיבידואל. לדוגמה, ערכים שאינם מתורגמים לגביעים, לאליפויות, להופעות או להישגים, דוגמת חתירה לניצחון, מוסריות, מנהיגות, פטריוטיות או צניעות, נוטים לשמש תמות מרכזיות בסיקור הספורטאי לשעבר בסוף הקריירה או לאחר מותו.

סיקור תקשורתי של מאמני כדורגל בעולם

בשנות השבעים והשמונים צברה העיתונות הפופולרית תאוצה ועיתוני הספורט החלו לראות אור כמדורים בלעדיים, ולא כעמודים אחוריים. בהתאמה, הם פיתחו סגנון צבעוני, צעקני וסנסציוני שהתאים מאוד לעולם הכדורגל האמוציונלי והדרמטי. אפילו העיתונים האליטיסטיים, השמרנים והמפלגתיים ותחנות הרדיו הממלכתיות השקיעו במדורי ספורט והכשירו כתבי ספורט במשרות מלאות. במקביל, כאשר המדיום הטלוויזיוני פרץ והתמסד, החלו המאמנים לצבור חשיפה תקשורתית ולהיתפס כדמויות מרכזיות וסמכותיות. מצלמות הטלוויזיה התמקדו בהם לפני, בזמן ואחרי המשחק, והם העניקו ראיונות בלעדיים ומסכמים, ולעיתים אף נאלצו לשאת באחריות המלאה להפסדים, לכישלונות ולמפלול של הקבוצה (Carter, 2007).

יושבי הראש ומנהלי הקבוצות הבינו כי מאמני הכדורגל מייצגים ומסמלים את פני הקבוצה – לטוב ולרע. בד בבד החלו להיטשטש הגבולות בין בידור לבין ספורט, והעיתונות החלה לגלות עניין רב באישיות של המאמן, ולא דווקא בטקטיקות האימון שלו. עד כדי כך שהבולטים ביניהם החלו להיתפס כידוענים,

וכפועל יוצא מכך לשמש מושאי סיקור בתוכניות אירוח או סאטירה. המאמנים, מצידם, הבינו את כוחה של התקשורת והחלו לפתח יחסי קח-ותן עם כתבים, עיתונאים ועורכים (Carter, 2007).

בשנות התשעים עבר עולם הסיקור הכדורגל האירופאי שינוי תדמיתי, תרבותי, עסקי ומסחרי. מקומם המרכזי של מאמני הכדורגל המשיך להתעצם, וחלקם אף הפכו לידוענים. או אז הפך הסיקור לאישי יותר ולפחות מקצועי-טקטי. ככל שעברו השנים, פריסת העיתונים התרחבה, התרבו ערוצי הטלוויזיה בכלל וערוצי הספורט בפרט, והחלו לפעול אתרי חדשות אינטרנטיים. גופי תקשורת אלו החלו להתמקד במאמנים כידוענים וסיפקו לקוראים ולצופים היבטים שלא היו מסוקרים עד כה בעיתונות הספורט, לדוגמה רכילות, ריבוי מצלמות, תצלומי תקריב על פניו של המאמן ועדכוני מסביב לשעון (Carter, 2007).

כיום מאמני הכדורגל של המועדונים הבכירים והנבחרות הלאומיות נחשבים לידוענים, למושאי סיקור מרכזיים ואף לגיבורי תרבות. התנהגותם, כושר מנהיגותם, הצלותיהם וכישלונותיהם מנותחים על ידי תקשורת הספורט. זו, בתמורה, אינה מתמקדת אך ורק בכושר הפיזי והמנטלי של השחקנים ובהכנה הטקטית של המאמן, אלא גם בלבשו, בפופולריות שלו ובנוף התרבותי שהוא מביא עימו לכר הדשא (Ilharco, 2019).

העיתונות המקוונת כבר אינה משמשת כלי תקשורת המעביר מסרים חד-כיווניים לנמענים פסיביים ומתווך עבורם מידע. היא משמשת כלי המעצב את האופן שבו החברה, התרבות והפוליטיקה פועלות ופלטפורמה אשר על גבה מתבצעות פעילויות חברתיות-תרבותיות-פוליטיות, ובכלל זה ריטואלים של התבשרות על מותו של ידוען, הספדתו קבל עם ועדה, עיצוב זכרו והנצחתו (Hepp, 2024; Bar-Zohar, 2019). למעשה, באמצעי תקשורת ובאתרי חדשות מקוונים הקהל כבר אינו מקבל תכנים כנמען פסיבי – הוא משתתף ביצירתם, בעריכתם ובהפצתם ומגיב להם ככל העולה על רוחו וככל המאתגר את ההיררכיות המסורתיות של ייצור תקשורת (Chu, 2023; Jenkins, 2008).

כיוון שמרחבי תגובות הגולשים נחשבים אנונימיים ועלולים לכלול תכנים מילוליים או חזותיים ארסיים ואגרסיביים, לאורך שני העשורים האחרונים נעשים מאמצים לפקח, ידנית או אוטומטית, על הטקסטים האלו. נכון להיום האתרים עלולים לשאת באחריות משפטית, ועל כן מבהירים למגיבים את מדיניות האכיפה הסלקטיבית המופעלת באתר, שאינה סובלת שפה אלימה ומעודדת שיח הוגן (Bingaman, 2022; Sanderson & Traux, 2014).

שרווד (Sherwood, 2024) בחנה את התופעה של תגובות גולשים פוגעניות וארסיות באתרי חדשות ספורט באוסטרליה. היא מצאה כי אחוז ניכר מן התגובות (כ-16%) מאופיינות ומלוות בנימה זועמת, אלימה או גזענית, במיוחד בנושאים טעונים כמו אתניות, לאומיות וביצועים של קבוצות או שחקנים. עוד בהקשר זה, מסולו ואחי (Masullo et al., 2023) מצאו כי חשיפה לתגובות שליליות ופוגעניות באתרי חדשות מקוונים מוזילה הן את רמתו התרבותית של האתר והן את מעמדם של מושאי הכתבה. האמפריצ'ט ואחי (Humprecht et al., 2020) גורסים כי שיח התגובות, בעיקר הנוגעות לחדשות קשות אך לא רק, מאופיין בנימה מאוכזבת, מקטבת, מקטרגת, עוינת ומתוסכלת (Ilharco, 2019).

מאמני כדורגל, לאומיות ועיתונות הספורט בישראל

ייחוס של הישגים בספורט למוצא אתני וללאום אינו ייחודי לעם היהודי או למדינת ישראל. הספורט משמש אתר שדרכו מסופר הנרטיב של האומה, מהווה מרכיב חשוב בקהילות לאומיות מדומיינות ונותן ביטוי, פשר ומשמעות לזהות הלאומית (כרמי, 2025). בישראל פועלת תקשורת הספורט עוד משנות המנדט הבריטי, אז הוקדשו עמודים בודדים לסיקור עולם הספורט. ספורטאים יהודים-עבריים נוכסו ויוצגו בחלק מן המקרים כסמלים של גבורה יהודית וכאשר נוסף לרעיון 'יהדות השרירים' (Carmi, 2022). ככל שחלפו השנים החלו עיתונים יומיים להקדיש מוסף בלעדי לסיקור ספורט, שודרו משחקים ותחרויות ושויכו ערוצים טלוויזיוניים ואתרי אינטרנט לספורט גרידא. מאז הקמת המדינה נחשב הכדורגל לענף הספורט המסוקר והפופולרי ביותר בארץ (בן פורת, 2016; גלילי ואח', 2015; יהב, 2005).

בספרו החשוב והמכונן, טען ביליג (Billig, 1995) כי עיתונות בכלל ועיתונות הספורט בפרט ממלאות תפקיד מרכזי בהבניה ובהעצמה של לאומיות בנאלית ובהטמעתה בשגרת הסיקור. כך, למשל, הכתבים נוטים להציג את הנבחרת הלאומית כ"שלנו" או "אנחנו", את משחקי הנבחרת כמאבק טעון פוליטית של אנחנו נגד הם ושל מנצחים ומפסידים ואת השחקנים והמאמנים כמסמלי האומה וכגיבורים. לפי חגי ומאירס (Hagay & Meyers, 2015), שבחנו את הסיקור העיתונאי שהוענק לנבחרת ישראל בשנים 1949-2006, חל שינוי מהותי לאורך העשורים. לשון אחרת, מנרטיב פטריוטי, פרו-לאומי מהלל להסתכלות מרוחקת וביקורתית יותר. במקביל, גם תמיר (Tamir, 2014) מצביע על הפרדה הדרגתית בין ההיבט הפוליטי לבין ההיבט הספורטיבי ותמיר וברנשטיין (Tamir & Bernstein, 2015) מראים כיצד נבחרת ישראל עלולה לעורר דיון פנים-חברתי אנטי-ערבי.

התקשורת הישראלית נוטה לסקר את נבחרת הכדורגל הלאומית, ובכלל זה את מאמנה, באמצעות נרטיב פטריוטי הרואה בלובשי המדים ובמאמנה לוחמים עבור מעמדה וכבודה של האומה (Hagay & Meyers, 2015). עוד חשוב לומר כי בהשוואה לענפי ספורט אחרים כמו כדורסל או טניס כדורגל נחשב למשחק עממי המושך משתתפים גם מתחתית ההיררכיה החברתית. הרי כדורגל בבסיסו אינו מצריך רכישת ציוד או מתקנים. גם בשל כך, הגיוני שכדורגלנים בוחרים, עם פרישתם, להמשיך לקריירת אימון, שקורצת להם, משמשת עבורם "אזור נוחות" ומציעה להם שכר גבוה ומפתה, בעוד ששערי הדלתות לאפיקים מקצועיים אחרים נעולות בפניהם (Tamir & Lev, 2024).

סיקור מות מאמני כדורגל

פישמן (Fishman, 2017) בחנה כיצד עיתונות אמריקנית מודפסת ומקוונת מסקרת מוות, ובפרט את מותם של ידוענים, פוליטיקאים, ספורטאים או אנשי רוח בשנים 1990-2015. היא סבורה שכאשר התקשורת מדווחת על מותו של אדם ידוע, היא גם לוקחת חלק בעיצוב זיכרונו הציבורי. לאחר המוות, ובמיוחד כאשר מדובר בדמות אהודה, עשויה להצטייר תמה מסוימת, למשל של גיבור לאומי שהשפיע הרבה מעבר לתחומו, תוך תיבול הסיקור בסגנון טעון רגשית. התמה נקבעת ומנווטת, במידה רבה, על פי קווי האופי, קורות החיים והישגיו של הנפטר. ברוב המקרים בעולם הספורט העיתונאים נוטים להאדיר את הנפטר ולהפליג בשבחו בבחינת "לא

תדבר סרה במת", "אחרי מות קדושים אמור", ואף לבצע תהליך של מיתולוגיזציה של הדמות.

כאשר הולך לעולמו ספורטאי או מאמן עבר בעל-שם, העיתונות המקומית נוטה להפוך את האירוע מאישי ללאומי, לדמות את הנפטר לסמל תרבותי, להציג כנציג נבחר של המיעוט או האומה שאליה השתייך ולפנות לזירה הפוליטית לשם הספדתו (Ramos & Gosline, 2002). דוגמה בולטת ועדכנית מופיעה במחקר שבחן את סיקור מותו של דייגו מראדונה בעיתונות הארגנטינית אשר הציגה אותו כדמות נשגבת שחרגה הרבה מעבר לעולם הכדורגל. ואכן מראדונה הצטייר כדמות המייצגת את מעמד הפועלים, כתופעה סוציולוגית מסקרנת, כמתווך ומגשר בין קהילות, כגיבור עם וכאידיאלוג (Greco, 2024).

הרציונל למחקר זה מציע הסתכלות איכותנית וביקורתית על נושא שאינו זוכה לתשומת לב אמפירית ענפה: סיקור עיתונאי של מותם של שישה מאמני כדורגל, שחמישה מהם אימנו את נבחרת ישראל. בעשותו כן המחקר מספק סימוכין אמפיריים נוספים המגשרים ומקשרים בין מאמני כדורגל יהודים-ישראלים לבין היבטים פרו-לאומיים, לאומניים ואף צבאיים. מעבר לכך, המחקר מציע דיון ייחודי בסוגיות של סיקור מוות של מאמני כדורגל בתקשורת, הסתכלות היסטורית-סוציולוגית חדשנית השופכת אור על האופן שבו עיתונות הספורט מסקרת ומספידה את מות גיבוריה, מספקת בחינה ביקורתית של כלי תקשורת מודפסים ומקוונים ישראלים, מצביעה על הבדלים מהותיים בין נימת העיתונאים לבין שיח הגולשים ומנתחת תגובות אינטרנטיות של אוהדים, אשר נוטות לספק זווית עממית ויצרית. בזכות זאת המחקר מציע תובנות הנוגעות לכמהיתתה של החברה לגיבורים מיתולוגיים ולדמויות אב עוצמתיות וליחס האוהד של עיתונות הספורט למאמני עבר. אל מול הביקורת הקשה והמזלזלת שכדורגלנים ומאמנים זוכים לה כיום, מצויים ריטואל ההספדה והמיתולוגיזציה שהמאמנים המנוחים זוכים להם. ההשערה שבבסיס מחקר זה נשענת על תפיסה פשטנית ואינטואיטיבית למדי, לכאורה, שלפיה: מאמני הכדורגל הישראלים נודעו בציבור בזכות הצלחתם ככדורגלנים או כמאמני כדורגל. לכן הסיקור התקשורתי יעסוק בעיקרו בהיבטים אישיים, ספורטיביים ומקצועיים. על רקע זה שאלות המחקר המנחות את ניתוח התוכן הן אלה:

- 1) כיצד סוקר מותם של ששת מאמני הכדורגל בעיתונות הישראלית?
- 2) אילו היבטים פרו-לאומיים ופטריוטיים באו לידי ביטוי במהלך הסיקור העיתונאי של מות מאמני הכדורגל?
- 3) אילו נרטיבים עיבו או יצרו תגובות הגולשים במהלך סיקור מותם של ששת מאמני הכדורגל בעיתונות הישראלית?

מתודולוגיה

ניתוח טקסט איכותני נחשב לשיטה מחקרית המסייעת לבחון לעומק ולהעניק פרשנות לתוצרים, לדפוסים ולמשמעויות של שיח המורכב מטקסטים מילוליים או חזותיים, תוך התייחסות להקשרים החברתיים, התרבותיים והפוליטיים שבהם נוצרו הטקסטים (Hepp, 2013; Lindlof & Taylor, 2017). הגם שהמחקר אינו כמותי באופיו, לאורכו מופיעים כמה היבטים מספריים שטוב יותר להסבירם מתוך

הסתכלות סטטיסטית. כפי שניתן להתרשם בטבלה שלהלן, ניתוח טקסט איכותני זה מתמקד בסיקור העיתונאי של מותם ושל עיצוב זכרם של שישה מאמני כדורגל ישראלים בכירים: ² אלי פוקס (1992), משה בית הלוי (1997), יעקב גרונדמן (2004), יצחק שניאור (2011), עמנואל שפר (2012) ודרור קשטן (2024), ומתאר בקצרה את קורות חייהם המקצועיים. מעבר לכך שמדובר בשישה מאמנים מעוטרים שהגיעו להישגים עם קבוצות ועם נבחרות, הרציונל העיקרי לבחירת מדגם זה של מאמנים היה הגודש והיקף הסיקור והערך החדשותי (news value) של מותם בעיתונות הישראלית.³ החתירה להשיג חומרים עיתונאיים רבים ככל הניתן הביאה לידי ניתוח תוכן רחב היקף המתפרסם מעבר לשבוע ולחודש שלאחר המוות ומתייחס לטקסטים עיתונאיים-חדשותיים שפורסמו גם בשנים שלאחר פטירתם.

על מנת להציע שדה מחקר עשיר וברור להשוואה, מחקר זה מבוצע

בשלוש פלטפורמות תקשורתיות מרכזיות מובחנות:

- 1) עיתונות מודפסת
- 2) אתרי חדשות מקוונים
- 3) תגובות הגולשים באתרי החדשות המקוונים.

כל אחת מהפלטפורמות מספקת טקסטים תקשורתיים נבדלים מבחינת סמכות, סגנון, נימה, פיקוח ועריכה. ההבחנה בין שלושת ערוצי התקשורת האלו מציעה ניתוח תוכן איכותני ותלת-רובדי. ניתוח זה מיטיב להשוות בין טקסטים עיתונאיים רשמיים ומקצועיים לבין תגובות מקוונות ואנונימיות ובתוך כך להצביע על הבדלים תהומיים או קלים המשקפים את השיח הציבורי בתקשורת הספורט הישראלית. בפועל הניתוח נערך בשלושה עיתונים מודפסים (חדשות, ידיעות אחרונות ומעריב) וב-11 אתרי חדשות מקוונים (דבר אונליין, הארץ אונליין, וואלה!, ישראל היום, כלכליסט, ספורט 1, ערוץ הספורט, רשת 13, Ynet, ONE, ו-NRG). סך הכול נסקרו 34 כתבות מודפסות, 61 כתבות מקוונות ו-1,104 תגובות גולשים.

מבחינת ציר הזמן, במחקר זו יושמה מתודולוגיה שלפיה נבחנו כתבות הסוקרות את המאמן המנוח הן בשלושים הימים שלאחר המוות והן בשנים הבאות. ליתר דיוק, נבחנו המועדים האלה:

- 1) דבר הודעת המוות
- 2) סיקור מסע הלוויה
- 3) סיקור חשיפת המצבה
- 4) סיקור השלושים לפטירה
- 5) סיקור האזכרות לאורך השנים
- 6) אזכורים רנדומליים בתקשורת העוסקים במאמן המנוח, בזכרו ובמורשתו.

גישה זו מאפשרת ניתוח עשיר ורחב יותר של תהליכי עיצוב והבניית זיכרון אישי, תקשורתי, תרבותי ולאומי, מבלי להגביל את הניתוח לנקודת זמן חדשותית יחידה. חשוב עם זאת להודות כי מותם של מאמני כדורגל, בניגוד לזה של מנהיגים

² ברמת העיקרון, אין ל-FIFA ול-UEFA או להתאחדות הכדורגל בישראל קריטריון להגדרת מאמן כבכיר או רגיל. הכינוי "בכיר" מיוחס למאמנים עם ניסיון מקצועי עשיר בקבוצות בכירות או בנבחרות לאומיות, בעלי מעמד ציבורי או סמכות אישית.

³ לקריאה נוספת בנושא חדשותי שווה ערך, ראו Harcup & O'Neill, 2017.

מדיניים או דתיים כנשיאים, ראשי ממשלה או רבנים ראשיים,⁴ אינו נחשב לאירוע מדיה⁵ העוצר את סדר היום ברמה החדשותית או הארצית ואינו יוצר כמות אדירה של טקסטים עיתונאיים. ומכאן הצדקה נוספת לבחינת ציר הזמן המתמשך.

לוח 1

פירוט מדויק של מושאי המחקר, תאריכי הפטירה והעיתונים הנחקרים

מושא המחקר	תאריך פטירה	עיתונים	אתרי חדשות
אלי פוקס	3.3.1992 (בגיל 68)	חדשות, ידיעות אחרונות, מעריב (3 עיתונים, 7 כתבות)	וואלה ספורט (1 אתר, 1 כתבה, 7 תגובות)
משה (גרי) בית הלוי	3.2.1997 (בגיל 84)	חדשות, ידיעות אחרונות, מעריב (3 עיתונים, 11 כתבות)	הארץ ספורט, ישראל היום, ספורט 1 (4 אתרים, 5 כתבות, 12 תגובות)
יעקב גרונדמן	24.5.2004 (בגיל 64)	ידיעות אחרונות (1 עיתון, 7 כתבות)	הארץ אונליין, וואלה ספורט, כלכליסט, Ynet, NRG (5 אתרי חדשות, 8 כתבות, 22 תגובות)
יצחק שניאור	20.11.2011 (בגיל 85)	ידיעות אחרונות (1 עיתון, 5 כתבות)	הארץ אונליין, וואלה ספורט, ספורט 1, ערוץ הספורט, NRG, ONE, Ynet (7 אתרים, 14 כתבות, 296 תגובות)
עמנואל שפר	28.12.2012 (בגיל 89)	ידיעות אחרונות (1 עיתון, 4 כתבות)	הארץ אונליין, וואלה ספורט, ישראל היום, ערוץ הספורט, NRG, ONE, Ynet (7 אתרים, 12 כתבות, 305 תגובות)
דרור קשטן	15.1.2024 (בגיל 79)	-	דבר אונליין, הארץ אונליין, וואלה ספורט, ערוץ הספורט, רשת 13, Ynet, ONE (7 אתרים, 21 כתבות, 462 תגובות)
סך הכול	7 מאמנים, גיל פטירה ממוצע: 78	3 עיתונים, 34 כתבות	11 אתרים, 61 כתבות, 1,104 תגובות

פרק הממצאים והניתוח שלהלן בנוי משני חלקים. ראשית מוצגים פרטים ביוגרפיים, השתייכויות מקצועיות והישגים בולטים של ששת מאמני הכדורגל. זאת

⁴ לקריאה נוספת בנושא סיקור מות ראשי ממשלה ורבנים ראשיים, ראו: בר-זוהר, 2018, 2024.
⁵ לקריאה נוספת בנושא התאוריה של אירוע מדיה, ראו Dayan & Katz, 1992.

למען הקורא הסביר שאינו בקיא במורשתם הספורטיבית וכרציונל נוסף המצדיק ניתוח אמפירי-תקשורתי ומדגיש את מעמדם המרכזי בהיסטוריה של הכדורגל הישראלי. שנית, מוצגת לקוראים ליבת המחקר בראי שישה תתי-פרקים המוקדשים, כל אחד, למאמן מסוים, בסדר שנקבע על פי תאריך מותם. קרי, ניתוח איכותני, ליניארי, מילולי ותמטי של סיקור מות המאמנים בעיתונים ובאתרי החדשות. זאת לצד הצגה וניתוח של תגובות הגולשים שהתפרסמו תחת הכתבות האינטרנטיות הנידונות. בשלב זה ראוי גם לציין כי העיסוק בתגובות הגולשים רלוונטי בעיקר, אך לא רק, בהקשר של מאמנים שנפטרו והוספו החל משנת 2011. או אז השתרש ונטמע שיח הגולשים כפלטפורמה פופולרית, שגורה ומתבקשת באתרי חדשות ספורט בישראל ומחוץ לה.

מושאי המחקר

לאחר שהובהרה החשיבות הטמונה בניתוח סיקור מותם של מאמני כדורגל ישראלים, חשוב להציג בקצרה את מושאי המחקר. אלי פוקס (1924.1.15 – 1992.3.21) היה קפטן מכבי תל אביב שעימה זכה בחמש אליפויות ובארבעה גביעים והופיע תשע פעמים במדי נבחרת ישראל (בשנים 1948–1954). אך הוא המאמן היחיד בקורפוס זה שמעולם לא אימן את נבחרת ישראל. בין השאר הוא אימן במכבי חיפה, מכבי פתח תקווה, הפועל תל אביב, הפועל ירושלים, בית"ר תל אביב, מכבי נתניה, הפועל באר שבע, בני יהודה, בית"ר ירושלים, ווסטיו אפולון ופורט אליזבת (דרום אפריקה), אולימפיאקוס ניקוסיה ואומוניה ניקוסיה (קפריסין) ועוד. כמאמן הוא זכה באליפות אחת עם פורת אליזבת ובאליפות נוספת עם אולימפיאקוס ניקוסיה. משה (גירי) בית הלוי (1912.11.14 – 1997.3.2) נולד בלודג', פולין ועלה ארצה ב-1920. ככדורגלן הוא כיכב במדי מכבי תל אביב, שיחק במכבי רחובות ובמכבי חדרה והופיע בנבחרת ישראל פעם אחת. לאחר פרישתו ממשחק פעיל, הוא אימן את מכבי תל אביב והוביל אותה לארבע אליפויות ולשני גביעים, וכן אימן את הפועל תל אביב, מכבי נתניה, נבחרת ישראל ונבחרת ניגריה. יעקב גרונדמן (1939.7.20 – 2004.5.24) נולד בפולין ושרד את השואה כאשר הסתתר מפני הצבא הנאצי, יחד עם משפחתו, בבור מסתור למשך שלוש שנים. ככדורגלן הוא כיכב במדי בני יהודה, שם זכה לכינוי "הפולני", זכה עימה בגביע המדינה ב-1968 ורשם שמונה הופעות בנבחרת ישראל. לאחר פרישה מוקדמת יחסית אימן את בני יהודה, הפועל כפר סבא, מכבי פתח תקווה, הפועל חיפה, מכבי תל אביב, בית"ר תל אביב, מכבי נתניה, הפועל תל אביב, שמשון תל אביב ועוד. הוא זכה בשתי אליפויות, שלושה גביעי מדינה, שלושה גביעי טוטו וגביע הכ"ה.⁶ לצד יצחק שניאור, אימן גרונדמן את נבחרת ישראל בשנים 1988–1992. יצחק שניאור (1925.12.11 – 2011.11.20) נולד בפולין, עלה לישראל בגיל שמונה והשתייך לתנועה הרוויזיוניסטית, ולכן החל את הקריירה בבית"ר תל אביב. שניאור היה לוחם באצ"ל והשתתף בפעילויות מבצעיות וחשאיות רבות. שניאור שיחק ושימש כקפטן במכבי תל אביב ובנבחרת ישראל וזכה בארבע אליפויות ובשלושה גביעי מדינה. בקריירת אימון שהתפרסה על פני כמה עשורים הוא זכה בשלוש אליפויות ואימן את מכבי יפו, הפועל חדרה, בני יהודה, הפועל פתח תקווה,

⁶ גביע הכ"ה (25 בגימטרייה) היה טורניר כדורגל מיוחד לכבוד חגיגות ה-25 שנים לעצמאות מדינת ישראל והתחרות השלישית בחשיבותה בעונת 1972–1973.

בית"ר תל אביב, בית"ר ירושלים, הכוח רמת גן, מכבי נתניה, מכבי תל אביב, הפועל תל אביב ועוד. לבסוף, הוא אימן את הנבחרת הצעירה ואת נבחרת ישראל בצוותא עם יעקב גרונדמן בשנים 1988-1992.

עמנואל (מונדק) שפר (11.2.1924 – 28.12.2012) נולד בגרמניה. משפחתו, כמעט כולה, נרצחה בשואה והוא עלה ארצה ב-1950, לאחר ששיחק כדורגל כנער ועלם בקזחסטן ובפולין. בישראל שיחק בהפועל חיפה ובהפועל כפר סבא ופרש בעקבות פציעה. שפר השתלם כמאמן בבית ספר לאימון מאמנים בגרמניה ואימן את הפועל כפר סבא, בני יהודה, מכבי פתח תקווה, מכבי נתניה, בית"ר ירושלים ועוד. כמו כן, הוא אימן את נבחרת הנוער ואת הנבחרת הבוגרת והוביל אותה להישג השיא שלה: העפלה והשתתפות מכובדת במונדיאל 1970 במקסיקו.

דרור קשטן (1.10.1944 – 15.1.2024) נולד בפתח תקווה ונחשב למאמן המעוטר ביותר בכדורגל הישראלי עם שש אליפויות, שישה גביעי מדינה, שלושה גביעי טוטו ושלוש זכיות בתואר אלוף האלופים. קשטן שיחק בהפועל פתח תקווה ובהפועל כפר סבא ורשם שלוש הופעות במדי נבחרת ישראל. קשטן אימן, בין השאר, את הפועל כפר סבא, בית"ר ירושלים, מכבי חיפה, הפועל רמת גן, מכבי תל אביב, הפועל תל אביב, הפועל פתח תקווה, בני יהודה, נבחרת ישראל הצעירה (1984-1985) ונבחרת ישראל הבוגרת (2006-2010).

מרץ, 1992: סיקור מות אלי פוקס

אלי פוקס נפטר ביום שבת (21.3.1992; ט"ז באדר ב', התשנ"ב) בגיל 68 מהתקף לב. על אף שלא סבל ממחלת לב, הוא התמוטט סביב השעה 10:00 בבוקר במקום עבודתו בחברת ארקיע, שם עבד בשנותיו האחרונות במחלקת התחזוקה. אנשי מגן דוד אדום ניסו לבצע בו פעולות החיאה, אך לשווא. הוא הובא למנוחות ביום שלישי (23.3.1992) בבית העלמין קריית שאול, כאשר מסע הלוויה יצא מבית הלוויות בחניון רידינג בשדרות רוקח 10 בתל אביב. הוא הניח אישה – ברכה, שני ילדים – נני ורון וחמישה נכדים. בשנותיו האחרונות חדל מלאמן, אך המשיך לעבוד עד יומו האחרון.

מותו של פוקס סוקר במוספי הספורט של *חדשות*, *מעריב* ו*ידיעות אחרונות* אשר פרסמו את תצלומיו, הציגו את קורות חייו כשחקן ומאמן, תיארו את מסע הלוויה והוסיפו כתבות צבע. דבר מותו הובא לראשונה בעמודי החדשות של *ידיעות אחרונות*, שהפנו את הקוראים המבקשים להתעמק בדבר אל מוסף הספורט. באחת מן הכתבות תואר אופיו המצטנע, המסלול שעשה כשחקן, סגנון המשחק שלו, אמרתיו הידועות ורגעי השיא שלו:

הוא נודע כשחקן טכני להפליא, בעל מסירות סרגל לאורך של 40 מטרים ויותר. המשפט "פאס של פוקס" הפך למושג בכדורגל הישראלי, עוד שנים רבות אחרי שאלי תלה את נעליו. אלי פוקס אהב את המשחק בכל ליבו. מעולם לא בא בתביעות כספיות לאגודתו ותמיד שיחק "בלי חשבון". בניגוד למרבית חבריו שהסתדרו אז מכדורגל, הצליח אלי להתבסס מעט רק לאחר שהפך למאמן מצליח בחו"ל. (דניאל, 22.3.1992)

ידיעות אחרונות ספורט אף הקדיש לפוקס טור פרידה מאת חברו יוסף גולדשטיין שהעניק למותו נופך פואטי, מדכדך ונוסטלגי:

עמדנו אתמול ליד קברו של חבר, אחד בדורו ובסיגונו בכדורגל הישראלי. עננים שחורים סגרו מצפון את השמים, אבל מעל קיברו הפתוח של אלי, בקרית שאול, זרחה שמש של סוף חורף ראשית אביב. לא העזו העננים להוריד את ממטריהם. גם הם רצו לזכור את אלי כפי שהיה: זקוף, יפה וגבוה, משרה יראת כבוד. בדיוק כפי שזכרנו אותו על המגרש בשנים הנהדרות ההן [...] כשהורד אל הקבר, עלו זיכרונות של הרבה עשורים. מעין תסריט של "אלה הם ימך, הכדורגל הישראלי". (גולדשטיין, 24.3.1992)

גם בהספדו של ישראל חליבנר, באותה הכתבה, נשמר הנרטיב הנוסטלגי והייחודי:

אז לא היה וידאו, לא היתה טלוויזיה. את הביצועים שלו איאפשר להראות, רק לספר עליהם. והסיפורים, ככל שיהיו גדולים ומרתקים, אינם שווים למראה עיניים של סרט וידאו אחד [...] ההלוויה המכובדת שלו אתמול, כשעם רב הלך אחר מיטתו, היתה יאה לאלי שאנחנו זוכרים.

בשנת 2021, אתר **וואלה ספורט** העלה כתבה שבה גולל את קורות חייו של אלי פוקס כשחקן וכמאמן. פוקס תואר כ"גדול הכדורגלנים שנולדו כאן" ו"אחד השחקנים הגדולים ביותר בכול הזמנים של הכדורגל הישראלי". חמישים ושש התגובות לאותה כתבה היו מחמיאות לא פחות. גולש בשם 'חבר של אבי', ייתכן בנימה מליצית, העלה את פוקס לדרגה של מדינאי דגול בכותבו: "וינסטון צ'רצ'יל, דוד בן גוריון, אלי פוקס – אגדות". לעומתו, 'מנחם כהן' הדגיש את אופיו העממי כאשר ציין כי "באחרית ימיו הוא עבד כאיש תחזוקה בשדה דבי", ו'נתנאל' פרט על אקורד נוסטלגי והאיר את פוקס בפרספקטיבה היסטורית: "היום הדור הצעיר לא מכיר את ההסטוריה המפוארת של העבר. רק כסף מעניין אותם. טוב שיש אותך להזכיר ולתת כבוד". עוד הוא כונה "אגדה", "אדם גדול", "וירטואוז", "חולל נפלאות" ו"קצין וג'נטלמן" (גולדברג, 18.9.2021).



ידיעה על מות אלי פוקס, מוסף הספורט בעיתון **חדשות**

פברואר, 1997: סיקור מות ג'רי בית הלוי

ג'רי בית הלוי הלך לעולמו ביום שני (3.2.1997; כ"ו בשבט, התשנ"ז) בגיל 84 לאחר מחלה ממושכת, והוא נטמן בבית העלמין קריית שאול בתל אביב. בהלווייתו נכחו מאות משתתפים ובכלל זה בני משפחה, ידידים, מאמנים וכדורגלני עבר והוזה בנבחרת ישראל, מכבי תל אביב ומועדונים נוספים. ביניהם, אשר בלוט, מרק רוסנובסקי, רחביה רוזנבאום ושייע גלזר.⁷

על דבר מותו דווח בשתי כתבות נפרדות במדור הספורט של ידיעות אחרונות. הספידו אותו יעקב גרונדמן, נסים בכר וצביקה רוזן, ובישיבת מזכירות ההתאחדות הישראלית לכדורגל נשא דברים לזכרו ממלא מקום יושב הראש דאז – עזריקם מילצין. ידיעות אחרונות ספורט הדגיש את תרומתו ואת סגולותיו כמאמן:

בית הלוי הטביע את חותמו בכדורגל הישראלי מקום המדינה ועד שנות ה-70. כשאימן את הנבחרת הלאומית, נתפס כממציא שיטת ה"בונקר", אבל הוא ייזכר יותר כמי שהקים את אימפריית הכדורגל של מכבי תל אביב, וכמי שהחדיר לכדורגל הישראלי את הסגנון האירופאי [...] ג'רי החדיר בקבוצה סגנון שונה. מכבי הפגינה כדורגל יפה, מהירות ותכליתיות. אבל יותר מכל, הוא השליט משמעת ברזל [...] ג'רי אימן את הנבחרת הלאומית בשנים 1953-1954. כדי לא לנחול תבוסות, הוא המציא את שיטת ה"בונקר". כך סיים משחקים מול מעצמות כדורגל כיגוסלביה ויוון בהפסדים שהוגדרו אז כ"הפסד כבוד". (שיינמן, 4.3.1997)

שחקניו לשעבר ועמיתיו לענף הכדורגל צביקה רוזן ונסים בכר הספידוהו במילים חמות, הדגישו את קשיחותו ומקצועיותו והציגוהו כאיש גדול-קטן וכדמות אב. רוזן אמר:

הוא היה אדם נמוך, אבל גדול. הוא לא צעק, היה לו מבט חודר וכל מילה חדרה לראש. איש לא ניסה להמרות את פיו. הוא היה איש אדיר בצורת המחשבה. הוא המציא את הבונקר, אבל היה גם המנצח על הקונצרט הגדולים של מכבי תל אביב. (שיינמן, 4.3.1997)

בכר אמר: "הוא השאיר על שחקניו רושם עז יותר מכל אחד אחר. את הכבוד שרשחו לו לא זכה שום מאמן או יו"ר אחר לקבל. כמאמן הוא היה אמן הטקטיקות. זה אחד המאמנים עליו אפשר לומר, כי היה אגדה בחייו" (שיינמן, 4.3.1997).

ב-2003 וב-2023, פורסמו בספורט הארץ וב ישראל היום, בהתאמה, כתבות שסקרו את היות בית הלוי המאמן הראשון שאימן נבחרת אפריקאית. אלא שהכתבה מארץ אף הוסיפה היבט ישראלי-פטריוטי, שנראה כמעט תלוש וחסר הקשר, אם כי מרגש ומטלטל. לפי הכתבה, בית הלוי ומשפחתו עשו מאמצים גדולים, שלא התממשו לבסוף, להביא את עצמותיו של אחיו – אברהם בית הלוי – לקבר ישראל, לאחר שנהרג בשירות צבא אוסטרליה בגינאה החדשה. אלא שעל פי החוק הבריטי דאז, חייל שנהרג נקבר במקום שבו נפל ואין להעביר את עצמותיו (גולדברג, 22.6.2003).

⁷ הפרטים המובאים לאורך מחקר זה, הנוגעים לסדרי הלוויה, למשתתפים, להספדים ולשמות המספידים מסתמכים על אשר דווח בעיתונות המודפסת או המקוונת בחודש שלאחר המוות ולעיתים מעבר לכך.

"מותג" ו"סמל". שאר המרואיינים ציינו לשבח את מזגו הנעים ואת סבר פניו היפות: "עם אדם מיוחד כמו יענקל'ה קל מאוד להסתדר. לא מצאתי אצלו אפילו תכונה אחת שלילית [...] בלתי אפשרי היה לריב איתו. אני לא זוכר מקרה אחד שמצאתי אותו כועס. זן שכמעט לא צומח בדור הזה" (שניאור). "בשבילי הוא היה ארץ ישראל היפה. תמיד חיך, תמיד פירגן ולא כעס אף פעם. קשה היום למצוא מאמנים ואנשים מהסוג הזה. הוא היה גם ווינר ותובעני, אבל הוא הראה שיש גם דרך אחרת ולא פחות יעילה לאימון וקידום" (ברקוביץ'). "אדם ענק וסימפטי, תמיד עם חיוך על הפנים" ו"מוטיבטור בלתי רגיל" (רוזנטל), "פאר השחקנים של בני יהודה בכל הזמנים. אדם עם נשמה גדולה ולב רחב. קראו לו הפולני, אבל אנחנו התימנים החשבנו אותו כבן משפחה. אהבנו אותו אהבת נפש" (סולמי) (שיינמן ופורת, 25.5.2004).

בשל היותו מאמן נבחרת ישראל בדימוס נטו המספידים להשוות בין האישי לבין הלאומי ולהציג את המאמן כמסמל סיפורה של האומה. כך, למשל, הספיד הרב לאו את גרונדמן: "הוא נולד בקרקוב והיה ניצול שואה. אם יש אדם שידע לקבץ גלויות סביבו, יענקל'ה היה האישי" (שיינמן, 27.5.2004). גם, *מזארץ אנליין* הובלט הנרטיב שלפיו את רגעי האחרונים בחר להקדיש לנבחרת ישראל:

שעה קלה לפני שמת ממחלה קשה ביקש גרונדמן לשוחח עם יו"ר ההתאחדות לכדורגל, איציה מנחם, וביקש פרטים על נסיעת הנבחרת לגרוזיה [...] גרונדמן הצביע על המקטורן הכחול שהיה תלוי על קולב בחדר והודיע שהוא מתכוון לצאת עם הנבחרת למשחק בטביליסי יחד עם בתו ענת. הוא חיבק את העיטור ושאל מי היו המועמדים הנוספים שאותם הקדים. (גולדברג, 25.5.2004)

בידיעות אחרונות ספורט הוצג גרונדמן ככדורגלן אגדי, כסמל של בני יהודה, כמאמן מוביל במכבי תל אביב ובעיקר הודגשה תרומתו לנבחרת הלאומית: "שיא הקריירה של גרונדמן היה כמאמן הנבחרת בין השנים 1988 ל-1992, בצוותא עם יצחק שניאור. לשניים הודבק הכינוי ש.ג. ונבחרתם הייתה רחוקה שער אחד בלבד מעלייה למונדיאל ב-1990, לאחר שעברה בהצלחה את הבית האוקיאני, בו שיחקו ניוזילנד ואוסטרליה" (שיינמן ופורת, 25.5.2004).

אתרי האינטרנט החדשתיים דאז, *NRG*, *הארץ*, *Ynet* ו*תלכליסט* דיווחו על מותו ואף ב-*Ynet* הועלה והודה ב-25.5.2004 הריאיון האחרון שנערך עם גרונדמן. לאורך השנים, וכאקט הנצחתי, פרסמה משפחתו ספר לזכרו בשם *כדורגל: סיפור אהבה*, נחנך אצטדיון ברמת השרון על שמו, קבוצת כדורגל הנשים של רמת השרון נקראה על שמו, גביע המדינה לשנתוני ילדים ג' קרוי על שמו ונחנכה כיכר על שמו בתל אביב.

תגובות הגולשים לכתבות שבישרו על מותו של גרונדמן או ציינו את זכרו בשנה, בחמש שנים וב-20 שנים לאחר מותו היו מחמיאות ומשתפכות ברובן והוא כונה: "אדם גדול", "אחד האנשים האצילים והמקסימים", "איש יקר ואהוב", "אציל נפש", "הפולני הגינטלמן של בני יהודה", "הפולני שלנו מהשכונה", "מאמן גדול", "מאמן ענק", "מי שהכיר אותו זכה", "משכמו ומעלה" ו"סמל כתום" (גולדברג, 1.6.2014). הגולש 'מרדכי' סיכם בשאלה "היכן ישנם עוד אנשים כמו האיש הזה?". כפי שקרה במקרי הבוחן המקבילים, חלק מן הגולשים דן במעמד המאמן כיום בהשוואה לימים עברו. הגולש 'יעקב', לדוגמה, כתב: "כשמאמנים היו כח מוביל בקבוצה. אין היום הרבה מאמנים ששחקנים מעריכים" (גולדברג, 9.6.2024).

עוד בנושא המקשר בין האישי לבין הלאומי – בכתבה מואלה ספורט שסקרה את ספרו, כדורגל - סיפור אהבה, גולל סיפור הגבורה וההישרדות יוצא הדופן שלו כילד רך, שהתחבא בבור במשך שלוש שנים כדי לשרוד, במאי 1942 בפולין. או אז, הוא ומשפחתו התחבאו מהמפלצת הנאצית, סבלו מרעב מחפיר וחיו בחוסר ודאות, חשכה מוחלטת ואימת מוות. הכתבה נחתמה בתקווה לתקומתו של העם היהודי בישראל:

מכריו ומעריציו הרבים של יענקל'ה גרונדמן תוהים לא אחת, מה מתוך אופיו ואורחות חייו עוצב בשנות הזוועה ההן, בבור בפרשוביץ. האם האמונה שלו באלוהים? הנכונות יוצאת הדופן לסייע לזולת? האופטימיות המתפרצת? החיוך התמידי? השתקנות? הסלחנות? מתן כבוד לזולת? חברות אמת? הגאווה הלאומית? הסובלנות לאחר? הביטחון ביכולת לנצח גם כשהכול נראה אבוד? כנראה שהתשובה היא "הכל גם יחד". כל אלו חברו יחדיו והתגלמו לכדי אותו יענקל'ה גרונדמן היחיד והמייוחד, נשוא הערצתם של אלפים בכל המדינה. (מערכת וואלה ספורט, 28.4.2022)

באופן מתבקש, ההיבט הלאומי הודה בתגובות לכתבה. לדוגמה התגובה: "הוא ומשפחתו הם דוגמית לתקומת עם ישראל מעפר ואפר לתחיה ושגשוג".



כתבה על מותו של יעקב גרונדמן, מוסף ידיעות אחרונות ספורט

נובמבר, 2011: סיקור מות יצחק שניאור

יצחק שניאור נפטר בגיל 86 ביום ראשון (20.11.2011; כ"ג מרחשון, התשע"ב). לאחר כשנה שבה היה מצבו הבריאותי רופף, הוא שבר את האגן ואושפז בבית החולים איכילוב, שם נקבע מותו. הוא הניח אחריו רעייה - חוה, שלוש בנות - דרורה, ישראלה ואירית, נכדים ונינים. שניאור נקבר בשעה 11:00 בבית העלמין ירקון ביום שלישי (22.11.2011) לעיני מאות מאמני, שחקני ועסקני כדורגל ובני משפחה. בין השאר נכחו בטקס אבי לוזון, אבי נמני, איל ברקוביץ', אלון חזן, אריאל שיימן, אריה אלטר, בוני גינצבורג, גיורא שפיגל, דני דבורין, זאב זלצר (חתנו), יצחק שום, משה סיני ורחביה רוזנבוים.

בעיתונות הישראלית הספידו את שניאור אבי לוזון, איל ברקוביץ', הרמן בייקר, זאב זלצר, לופא קדוש, מוטי איווניר, מוטליה שפיגלר, עמנואל שפר, צביקה רוזן ושייע גלזר. העיתונות פרסמה מבחר תמונות מחייו כמאמן ובכלל זה כמאמן נבחרת ישראל. כמו כן, הפועל תל אביב קיבלה אישור מההתאחדות לכדורגל לפתוח את משחק הליגה מול עירוני רמת השרון בדקת דומייה לזכרו ולשחק עם סרטים שחורים על הזרוע. מועדון מכבי תל אביב ארגן ערב לזכרו בהשתתפות ותיקי הקבוצה במתחם האימונים קריית שלום.

בדומה לשאר המאמנים שמותם נחקר, הכתבה שבישרה על מותו *בזעזוע* *אחרונות* פרטה על מיתרים פטריטיים. הכתב, משה שיינמן, תיאר זיכרון עוצמתי אישי-לאומי משניאור. הוא סיפר כי לאחר תוצאת התיקו שישראל חילצה מול נבחרת אוסטרליה בסידני, החל שניאור לשיר את התקווה בזמן ששחקניו נופפו בדגל ישראל. כאשר נשאל מדוע עשה כן, קשר את ההיסטוריה של העם היהודי ואת גורל המדינה לעבודתו כמאמן כדורגל: "נלחמתי באצ"ל, הייתי בצבא. ישראל כמדינה יהודית חשובה לי, ולכן ההישג בסידני הוא בשבילי הוכחה שיש לנו מדינה שמסוגלת להצליח בכדורגל". עוד בנושא הספורטיבי-לאומי-פטריטי, גם חתנו זאב זלצר סיפר ש"כלוחם באצ"ל וצצה"ל הביא את הדברים עליהם חונך לידי ביטוי" (שיינמן, 21.11.2011) ובמעמד הלוויה שיתף: "שניאור היה שותף למבצעים באצ"ל, שחלקם אסור לפרסם עד היום" (גולדשמיט ושיינמן, 23.11.2011).

היבטים פרו-לאומיים באו לידי ביטוי במגוון דרכים לאחר מותו של שניאור. בכתבה שבישרה על מותו באתר *וואלה ספורט*, הודגשה זיקתו לתקומת העם היהודי בארץ ישראל: "בתור איש בית"ר שניאור היה גם לוחם באצ"ל והגיע אפילו לתפקיד של מ"פ, כאשר בתקופה מסויימת הוא נכלא על ידי הבריטים" (מערכת *וואלה ספורט*, 20.11.2011). גם, בכתבה אחרת ב*ספורט 1*, שסקרה את חייו באזכרה הראשונה לפטירתו, נכתב: "האיש שייך לדור הנפילים של הכדורגל הישראלי עוד מלפני קום המדינה. הוא היה כדורגלן ולוחם שנאבק על עצמאות ישראל כאשר פעל בשורות הארגון הצבאי הלאומי". לא זו בלבד, אלא שגם נחשפו פרטים מבצעיים שהציגוהו ככדורגלן ולוחם גיבור כאחד:

שניאור היה לוחם בשרות האצ"ל, והשתתף בפעולות מבצעיות רבות החל ממעקבים אחרי קציני הבולשת הבריטית וכלה בפעולות אמת מבצעיות חסויות. היו ימים רבים בהם נעדר מבית הוריו אשר ידעו על עלילותיו של בנם. בין הפעולות בהן השתתף, ועליה סיפרו חבריו של שניאור, הייתה שוד רכבת אנגלית עליה היה כסף

רב ש"נלקח" לצרכי המרד. שוד הרכבת היה בצהרי היום, וכבר אחר הצהריים הופקד שניאור על מרכז הגנת קבוצתו. (בר, 23.11.2012)

התגובות האינטרנטיות חזרו והביעו נרטיב סוציו-נוסטלגי שלפיו פעם היו ערכים ואילו היום הם הוחלפו בכסף. על רקע מות המאמן הטיחו הגולשים האשמות וביקורות עוקצניות בדור הכדורגל הנוכחי בהשוואה לקודם: "מאמן מהדור הקודם, שאין עוד כמוהו!!!" (בהט, 20.11.2011), הגולש שכונה 'שין-גימל' כתב בהתרסה: "היה זה דור של אנשים ושחקנים שהיו גם בני אדם טובים", ו'שמשוין' המשיך את דבריו: "היום שחקן עוד לא קרע זוג נעליים הוא רוצה רכב ומליטנים⁸ בחוזה". 'עמרם' ציין לשבח את היות שניאור נהג אוטובוס בקואופרטיב של דן: "פעם השחקנים והמאמנים באו לשחק ואחר כך עוד עבדו, והיו הישגים היום רק מקבלים כסף ולא עושים שום דבר" (גולדשמידט, 20.11.2011). גם *מיאלה ספורט* גולש בשם 'ח.כ' כתב: "תמה איתו תקופת כדורגל עם הנשמה היום נשאר רק כסף" (מערכת וואלה ספורט, 20.11.2011) וב-*NRG* כתבו כמה גולשים: "דור הולך ונעלם" (טבק ועמיקס, 20.11.2011).

גולשי האתרים כיבדו את זכרו באמירת "יהי זכרו ברוך", פיארו את שמו של שניאור וכינו אותו "אגדת כדורגל", "אדם דגול", "אחד הענקים", "איש אשכולות", "איש ספורט מהשורה הראשונה", "גינטלמן", "ישר, צנוע ולא מתנשא", "כוכב על המגרש ולוחם באצ"ל", "מאמן בעל שיעור קומה", "מאמן גדול", "מאמן קשוח ואדם נפלא", "מלח הארץ", "מקצוען אמיתי", "נפיל" ועוד. כהנגדה חדה לכך, הארץ אונליין היה כמעט לגוף התקשורת הרשמי היחיד שראה לנכון להציג פרט מידע שלילי מעברו של הנפטור, כאשר עוזי דן הזכיר "התפרצות אלימה אחת כלפי עיתונאי בתקופת היותו מאמן הנבחרת" (דן, 21.11.2011).

ספורט y

הכדורגל הישראלי באבל: יצחק שניאור הלך לעולמו

אבל כבד נפל על הכדורגל הישראלי, כשאחד מגדולי המאמנים בכל הזמנים נפטר, כשהוא בן 86. שניאור זכה במהלך הקריירה בשלוש אליפויות, עם הכח ר"ג, מכבי ת"א והפועל ת"א



יצחק שניאור

זאב גולדשטיין תורס: 18:18, 20.11.11

הכדורגל הישראלי באבל: יצחק שניאור הלך לעולמו

אבל כבד נפל על הכדורגל הישראלי, כשאחד מגדולי המאמנים בכל הזמנים נפטר, כשהוא בן 86. שניאור זכה במהלך הקריירה בשלוש אליפויות, עם הכח ר"ג, מכבי ת"א והפועל ת"א

הכדורגל הישראלי באבל: יצחק שניאור הלך לעולמו

אבל כבד נפל על הכדורגל הישראלי, כשאחד מגדולי המאמנים בכל הזמנים נפטר, כשהוא בן 86. שניאור זכה במהלך הקריירה בשלוש אליפויות, עם הכח ר"ג, מכבי ת"א והפועל ת"א

עוד לפני הקריירה המהוללת שלו כאמן, שיחק שניאור במד מכבי ת"א ובת"ר ת"א כאמן. הוא זכה באליפויות עם הכח מכבי ר"ג בשנת 1965. עם מכבי ת"א ב-1972 ועם הפועל ת"א ב-1988.



שניאור, לצד גורדון, היו ימים (צילום: ששיל/גול)

כתבה על מותו של יצחק שניאור, אתר Ynet ספורט

⁸ הטעות במקור, הכוונה למיליונים.

דצמבר, 2012: סיקור מות עמנואל שפר

עמנואל שפר הלך לעולמו בגיל 89 ביום שישי (28.12.2012); ט"ו בטבת, התשע"ג) והותיר אחריו אישה וארבעה בנים. לאות אבל נפתחו כל משחקי ליגת העל בדקת דומייה לזכרו, הכרוזים הקריאו את קורות חייו ואת הישגיו הבולטים, והקהל הגיב במחאות כפיים ובתשואות. שפר נקבר בבית העלמין מורשה ביום ראשון (30.12.2012) לעיני מאות עמיתים, מכרים, כדורגלני עבר, כדורגלנים ובני משפחה ואת ארונו נשאו שחקני הנבחרת הצעירה בכדורגל.

טקס הלוויה של שפר היכה גלים בזירה הפוליטית הישראלית. שרת התרבות והספורט לימור לבנת הספידה את שפר באומרה: "שפר היה לאגדה עוד בחייו לא רק בשל כישוריו והישגיו כמאמן, אלא גם נוכח אישיותו יוצאת הדופן. הוא היה מודל למקצוענות ללא פשרות" (שיינמן, 30.12.2012). במקביל, יו"ר הכנסת רובי ריבלין הספיד את שפר במעמד הלוויה: "היית איש גדול [...] תמיד רצית הכי טוב לכדורגל הישראלי, רצית שנהיה כמו באירופה והאמנת בזה [...] אני אחוז תזזית שאני לידך. בראש ובראשונה, היית יהודי וציוני⁹, אדם שראה את מדינת ישראל כתקוותו של העם היהודי" (שיינמן, 31.12.2012).

את שפר הספידו לא רק גורמים רשמיים מכנסת ישראל, אלא גם הכתב הצבאי לשעבר, הפובליציסט ומנהל לשכתו של יצחק רבין - איתן הבר. הבר פרסם מאמר *מדיעות אחרונות* שבו גולל את סיפורו של שפר כנער שמשפחתו נרצחה בשואה. הוא תיאר את שפר כמי שהקדיש את חייו הבוגרים לשימור זכרם ובכך קשר את מותו של המאמן להיסטוריה העקובה מדם של העם היהודי:

השבוע, עם מותו, מותר כבר לספר: עמנואל שפר היה הרוח החיה מאחורי הנצחת רבבות היהודים שנספו באותה עיר נידחת, סטניסלבוב, איוונר-פנקובסק, במלחמת העולם השנייה [...] השואה הייתה חלק בלתי נפרד מחייו של שפר. חלק מזמנו וחלק מכספו השקיע בהנצחה. בערוב ימיו, כאשר נע ונד בין העולם האמיתי לבין עולם ההזיות, שמעו אותו בני המשפחה קורא מתוך השרעפים: "צילה, צילה!" בשם אחותו המתה. וכך, אפוף בזיכרון השואה, הוציא את נשמתו. (הבר, 4.1.2013)

עוד במישור הלאומי-היסטורי, גלעד שליט, החייל שנחטף והושב, הספיד את שפר (שליט והניג, 3.1.2013). אתר *ישראל היום* גולל את קורות חייו והזכיר כי "שפר, שנולד בגרמניה, הצליח להימלט מידם של הנאצים בגיל 16 וברח לרוסיה, ושם מצא מקלט והסתתר עד לסיום המלחמה. בתום מלחמת העולם עבר לפולין, שם אימן בעיר וורוצלאב קבוצה של יהודים, אך נתקל בהתנגדות של המשטר הקומוניסטי" (לנג, 30.12.2012).

⁹ בכתבה אחרת של *Ynet* נכתב כי ריבלין תיאר אותו כ"ציוני גדול" (גולדשמידט, 30.12.2012).

גם אתר *וואלה ספורט* ביקר את טקס הזיכרון המצומצם והמוצנע, לטעמם, שהעניקה ההתאחדות לכדורגל לשפר: "מספר אנשי כדורגל ובראשם שלמה שרף ואברהם גרנט הביעו מורת רוח על כך שההתאחדות לכדורגל לא דאגה לטקס יותר מכובד לזכרו של שפר כמו למשל להעמיד את ארונו באצטדיון רמת גן". (בורשבסקי, 30.12.2012).

עוד בנושא קשירת האישי ללאומי, *בדיעות אחרונות*, שהשחיר את מסגרת עמוד השער לאות אבל, הודגשה זיקתו ואהבתו של שפר למדינה וללאומיות הישראלית באמצעות תיאור מקרה שאירע במעמד תחרות בין-לאומית:

בסיום אחד ממשחקי הידידות של הנבחרת [...] אחד הכדורגלנים ניגב את רגליו לאחר המקלחת עם חולצת המשחק. שפר התפרץ לעברו בצעקות: 'איך אתה מעז לנגב את הרגליים שלך בסמל המדינה. אנשים נהרגו במלחמה כדי שלך יהיה סמל ואתה לא מתבייש לנגב את הרגליים המלוכלכות שלך'. (שיינמן, 30.12.2012).

גולשי אתרי האינטרנט לא חסכו משפר סופרלטיבים וכינוהו "אדם למופת", "מאמן גדול", "מאמן ענק", "מקצוען" (בן-שימול, 28.12.2012), "אגדה" (מערכת ONE, 28.12.2012), "אישיות ערכית" ו"יחיד ומיוחד" (טוכמן, 28.12.2012), "דמות להערצה", "דמות מחנכת ודוגמה למופת" ו"סמל" (מערכת ONE, 28.12.2012). כמובן, שנרטיב אובדן הערכים שב וחזר להדהד כאשר גולש בשם 'היה דור אחר' כתב בכתבה שבישרה על מותו ב-*ynet*: "ב-1972 נבחרת ישראל תחת שפר עבדה כמו סיירת מטכ"ל. ב-6:00 בבוקר היו על המגרש ולא גמרו את היום בלי לרוץ 20 ק"מ. 10 ק"מ על המגרש ו-10 ק"מ באימוני כושר. היום יש אוסף של בלרינות מפונקות שלא רוצות לשמוע על נבחרת כי הן מרוויחות בקבוצות טונות של כסף". גולש בשם *amrt* הוסיף: "שיחקו עבור הדגל הכבוד ולא עבור בצע כסף כמו פח הזבל הנוכחי!", הגולש 'דן' כתב: "בזמנו היו שחקנים, שיחקו עם הלב, היו שחקנים ציונים לא ערסים כמו היום!!! ו'אלי' הוסיף: "באותן שנים שיחקו כדורגל היתה יראת כבוד כלפי המאמן יראת כבוד לדגל. היו ערכים לא רק תאוות בצע כסף מי העז לבקר את המאמן". יוסי זבידאל התייחס למעמד המאמן שנשחק עם השנים: "היום השחקנים קובעים למאמן בושה וחרפה של התנהגות". (בן-שימול, 28.12.2012). אפילו המאמן לופא קדוש, שהתראיין ל-*ynet*, הדגיש את הנרטיב הזה בנימה סרקסטית באומרו: "הוא לא היה יכול לאמן היום, כי היום מאמנים מקבלים תכתיבים. בתקופה שלו מאמנים היו קובעים גם את צבע החולצות והדשא" (גולדשמידט, 30.12.2012).

לא רק שנרטיב אובדן הערכים הודגש, אלא שהגולשים השתמשו בזכרו של שפר כדי להתנגח בנציגי הכדורגל הישראלי בהווה. 'נוסע מתמיד' כתב: "מאז נשארנו עם ערימות שך¹⁰ עארסים מפונקים שכל מה שמעניין אותם זה מסיבות ומדורי רכילות - התוצאות בהתאם", ו'יוספוס' רטן: "מה יש היום בכדורגל? אוסף של ערסים שכל רצונם הוא "להגיע לדירה, BMW ודוגמנית". שהם יעבדו קשה?" (טוכמן, 28.12.2012). גולש בשם 'רוני' היה בוטה במיוחד: "השחקנים היו מכבדים אותנו מכוון שפחדו ממנו הוא אז ידע שהכדורגלן הישראלי מבין כח ונוקשות. היה לו גיבוי רחב מהמנהלים שלו הכדורגלנים פחדו מזה והיו כמו כלבים ממושמעים, רק

¹⁰ הטעות הלשונית במקור

ככה צריך להתנהג עם הכדורגלן הישראלי. היום הכדורגלנים בברנז'ה מצולמים בבתי קפה במכוני ליווי באורגיות בלי צניעות וזה ההבדל בין אז להיום מאמן מס 1 עד היום" (מערכת ONE, 28.12.2012). עם זאת, חלק קטן מהגולשים ידע גם להשמיע ביקורות כנגדו. 'דב בינדר מיהוד', למשל, כתב: "הוא היה אלוף ישראל בניבול פה" (בן-שימול, 28.12.2012).



עמוד השער של ידיעות אחרונות ספורט לאחר מות עמנואל שפר

ינואר, 2024: סיקור מות דרור קשטן

דרור קשטן נפטר ביום שני (15.1.2024; ה' בשבט, התשפ"ד) בגיל 79 ונטמן בבית העלמין מנוחה בכפר סבא ביום שלישי (16.1.2024) בשעה 13:00. בהלווייתו נכחו בני משפחתו, מכריו, חניכיו, כדורגלנים ושחקני ומאמני עבר, כגון אלי אוחנה, יוסי בניון, יוסי מזרחי, יעקב שחר, עומרי אפק, ניסים בכר, ניר קלינגר, מישל דיון, מסאי דגו, משה סיני, אבי נימני, שביט אלימלך, שמעון גרשון ומלי לוי, שייע פייגנבוים, שלמה שרף ואפילו ראש הממשלה לשעבר – אהוד אולמרט. הספידו אותו, בין השאר, בתו – הילה ובנו מאמן הכדורגל – תומר.

כאות אבל נפתחו משחקי מחזור ליגת העל בדקת דומייה לזכרו, הודעות אבל רשמיות פורסמו על ידי בית"ר ירושלים, הפועל פתח תקווה, הפועל תל אביב, התאחדות הכדורגל הישראלית, מכבי חיפה ומכבי תל אביב. התקיים משחק אגדות כדורגל לזכרו ודווח על מותו, בשונה משאר מושאי המחקר, גם בעיתונות הציונית-דתית (ערוץ 7) ובעיתונות המקומית, דוגמת חדשות כפר סבא, חדשות מלאבס (פתח תקווה וראש העין), חדשות חיפה והסביבה ורדיו חיפה. מעבר לאינספור שבחים, גולשי אתרי החדשות הציעו בתגובות לקרוא שמות אצטדיונים, אתרים ורחובות על שמו ואף ללמד את מורשתו בבתי הספר.

בדומה למאמנים אחרים, מותו של קשטן עורר הדים בשיח הציבורי-פוליטי הישראלי ופוליטיקאים רבים הספידו אותו. שר התרבות הספורט מיקי זוהר ספד

לקשטן באומרו: "דמות ממלכתית, בולטת ומצליחה שעיצבה והייתה חלק משמעותי בהתפתחותו של הכדורגל הישראלי. מורשתו ותרומתו לספורט בישראל תישאר לעד". לא זו בלבד, חברת הכנסת מרב מיכאלי צייצה: "מאמן כדורגל מחונן ומחנך למופת [...] תודה על דורות של שחקנים, על אימון הנבחרת ועל הגיבולמניות" ויו"ר ישראל ביתנו, אביגדור ליברמן, הוסיף: "הכרתי היטב את דרור, עוד מתקופתו כמאמן בית"ר ירושלים. דרור הפך במהלך השנים לסמל לערכיות, לצניעות ולמקצועיות. תרומתו לכדורגל הישראלי הייתה עצומה, ואין לי ספק שמורשתו הגדולה תמשיך ללוות את הספורט הישראלי" (שורר, 15.1.2024). את קשטן הספיד גם יו"ר ההתאחדות לכדורגל שינו זוארץ שאמר: "הייתה לנו הזכות ליהנות מהידע שלו, מחוכמתו ומיושרתו גם כחבר הוועדה המקצועית בהתאחדות לכדורגל ותמיד בלטה אהבתו העצומה למדינת ישראל ולכדורגל שלנו" (שורר, 15.1.2024). בעיתונות הספורט הישראלית שרר קונצנזוס שלפיו הלך לעולמו מאמן כדורגל אגדי, מגדולי המאמנים בכל הזמנים. בערוץ הספורט נכתב:

המאמן האגדי [...] הפך לקונצנזוס – אדם אהוב בכל קבוצה שבה אימן, אדם שאוהדים של קבוצות רבות זוכרים לו חסד נעורים ואהבה גדולה. קשטן היה אב לתומר, שהפך גם למאמן בזכות עצמו. בכך, המשיך את מורשתו – כמי שהנחיל לדורות של שחקנים, וגם מאמנים, את אהבת המשחק היפה. (מערכת אתר ערוץ הספורט, 15.1.2024)

כיאה לענף הספורט הקבוצתי, שחקניו ועמיתיו הרבים הספידו את קשטן. לדוגמה, אילן בכר, ברק אברמוב, כפיר אדרי, יוסי אבוקסיס, מאיר הרוש, ניר סביליה, סלים טועמה ("היה כמו אבא בשבילנו"), משה פרימו, עומרי אפק, צביקה רוזן ושמוליק לוי. בכתבות ובתגובות רבות הוצג קשטן כמאמן הישראלי הגדול בכל הזמנים. לדוגמה, בערוץ הספורט נכתב: "דרור קשטן היה אגדה, קונצנזוס. אחד שכולם אוהבים, ויותר חשוב – מעריכים [...] המאמן המעוטר בתולדות הכדורגל הישראלי" (מערכת אתר ערוץ הספורט, 15.1.2024).

תגובות גולשי אתרי החדשות היללו את קשטן וגרסו כי מדובר ב"אגדה", "אינטליגנט", "גדול המאמנים בכל הזמנים", "מאמן אדיר", "מאמן דגול", "מאמן ענק", "מאנץ'", "מקצוען", "משכמו ומעלה", "צנוע" (צנציפר, 15.1.2024), "אייקון", "גינטלמן", "דמות להערצה", "מיתוס", "פרגוסון הישראלי" ו"תותח" (מערכת אתר ערוץ הספורט, 15.1.2024, א, 15.1.2024), "גדול הדור", "קלאסה" (מערכת ONE, 14.2.2024) ו"מנהיג" (דן, 15.1.2024). גולש בשם 'נורא' כתב: "אפשר להגיד שהוא אולי היה הגדול ביותר בדור המאמנים ההוא. אין לאף אחד את הסמכות, המקצועיות וייראת הכבוד שהייתה כלפיו" (צנציפר, 15.1.2024).

לצד זאת, היו גולשים שהשמיעו ביקורת מקצועית ואף ארסית כנגד קשטן. גולש Ynet שכינה עצמו 'עידן עמדי', כתב: "הוא הרס את הנבחרת בתקופה שלו, הנבחרת הייתה נראית רע מאוד" (צנציפר, 15.1.2024) ו'משה' ביקר בחריפות ובהגזמה: "מאמן סנוב, מגעיל, שחצן, סחטן, הרס את הנבחרת ולא הסכים לעזוב את תפקידו כמאמן הנבחרת אחרי שכשל וסחט מאות אלפי שקלים מההתאחדות". עוד לגבי הביקורת, בדומה למקרי הפטירה הקודמים, גם כאן ניצלו הגולשים את דמותו הנכספת של המאמן כדי להלין כנגד כדורגלני, מאמני ועסקני ההווה. גולש

בשם 'משה' כתב: "כבר שנים אין מאמנים כמוהו" ו'טוטו' הוסיף: "איש צנוע ולא קשקשן כמו רוב המאמנים שלפני היותם מאמנים הם דברנים ונואמים" (מערכת אתר ערוץ הספורט, 15.1.2024). עוד נכתב: "כשרואים את דור המאמנים הנוכחי, קשה שלא להתגעגע לתקופה ההיא שהכדורגל הישראלי הכיל גם כוכבי ענק וגם מאמנים עם סמכות מקצועית. לא הייתה קרוסלת פיטורים של מאמנים בינוניים ומטה כמו היום", 'מכביסט בת ימי רשם או רשמה': "היית מאמן במלוא מובן המילה, בלי אנליסטים, בלי צוות סקאוטינג, בלי 100 עוזרים, בלי קומבינות, בלי חארטות, פשוט ה-מאמן", ו'קשקש' כתב: "אצלו לא היו 'כוכבים', כולם היו פועלים במפעל שלו והוא היה מנהל העבודה" (מערכת אתר ערוץ הספורט, 15.1.2024).

רבים ניכסו לקשטן תכונות מנהיגותיות וראו בו דמות אבהית. לדוגמה, אילן בכר, ששיחק תחתיו, אמר: "עבורי דרור היה מורה, מחנך" ונזכר כיצד ידע קשטן הן לטפוח על השכם והן להתנהג בקשיחות: "אחרי המשחק דרור ניגש אלי עם חצי סטירה, אמר לי: 'אני גאה בך'. אין דבר שיותר מספק שחקן מהתגובה הזאת, מהאנושיות הזאת, מהקבלה של המאמן, מהתחושה שהמאמן גאה בך" (צוקר, 15.1.2024). עוד בהקשר זה, נוספה תגובה: "עצוב ביותר. כשרואים איזה מאמנים צומחים היום. זה עוד יותר צורב כי כאילו אין תחליפים לסמכותיות והאיכות של הדור של פעם" (מערכת וואלה ספורט, 15.1.2024).

אבל בכדורגל הישראלי: דרור קשטן הלך לעולמו בגיל 79

המאמן האגדי זכה בשש אליפויות ושישה גביעים לאורך הקריירה. אימן 12- קבוצות שונות וגם את נבחרת ישראל בין 2006 ל-2009. הוביל את בית"ר ירושלים לאליפות הראשונה בתולדותיה ב-1987 ואת הפועל ת"א לרבע גמר גביע אופ"א ב-2002 - הישג השיא של קבוצה ישראלית באירופה

דרור קשטן | 15.01.24 | 09:39

3 תגובות | 100% יאמין | 100% תמוך

הצגה לראשונה בתוכנה

1:00:00

1.0x

הצגה לראשונה בתוכנה

דרור קשטן, אחד המאמנים הגדולים בתולדות הכדורגל הישראלי, הלך לעולמו בגיל 79. קשטן ז"ל אימן 12- קבוצות שונות זכה בשש אליפויות, שישה גביעי מדינה, שלוש פעמים בגביע הטוטו ועוד שלוש פעמים באלוף האלופים.

מדובר כמובן במאמן המעוטסר בכדורגל הישראלי, אחד משלושת הבודדים שזכו בשש אליפויות (יחד עם דוד שווייצר ז"ל וברק בכר) ושיאן הזכיית בגביע המדינה. קשטן יובא למנוחות עולמים מחר (שלישי) ב-13:00 בצהריים בבית העלמין מנוחה וכוונה בכפר סבא.

אחד המאמנים הגדולים בתולדות הכדורגל הישראלי, דרור קשטן ז"ל (היום יום ישיחה)

כתבה על מותו של דרור קשטן באתר *Ynet*

דיון ומסקנות

הסיקור התקשורתי חרג הרבה מעבר לניתוח ספורטיבי-מקצועי או לריטואל של אבל. הוא קשר בין זכרם לבין ההיסטוריה של העם היהודי, התנועה הציונית ומדינת ישראל, שיווה למאמנים דימוי של דמויות אב וגיבורי-עם והציגם כדור נפילים שספק אם יקום כמותו. יתרה מכך, נדמה היה שמערכות העיתונאים רותמות את זכר המאמנים לטובת טיפוח רעיון 'יהדות השרירים' וכמי שהאמינו בכל מאודם שהעם היושב בציון מסוגל להגיע להישגים ספורטיביים בזירה הבין-לאומית. מערכות החדשות וכותבי התגובות טיפחו נימה נוסטלגית שלפיה מותם של המאמנים מסמל אובדן של ערכים משום שפעם היו המאמנים נשגבים, מוערכים ונכבדים, לכאורה, וכיום האינטרסים הכספיים מכתביבים את הקצב, ומעמדו של המאמן נסדק לחלוטין. המאמנים הוצגו כלוחמי צללים וכשורדי שואה שהצליחו, כנגד כל הסיכויים, לשרוד, לקום מן האפר, להוביל את הכדורגל הישראלי בזירה הבין-לאומית התחרותית ולהוכיח שהבלתי אפשרי הוא אפשרי.

"הלאמת" המאמנים לאחר מותם אינה ייחודית לענף הכדורגל או לישראל. למעשה, הפיכת מנהיגים מתים לסמל לאומי יכולה לבוא לידי ביטוי גם בסיקור עיתונאי של מותם של ראשי ממשלה, נשיאים, מדענים, רבנים, מוזיקאים, סופרים ומשוררים – הן כאשר עיתונות ישראלית מספידה את מנהיגיה, והן כאשר עיתונות זרה מספידה את מנהיגיה שלה.¹¹ נדמה כי מגמת ההלאמה משקפת צורך בסיסי של חברה במנהיגים ערכיים, סוחפים ומכוננים ובדמויות אב עוצמתיות. בתוך כך נדמה גם כי ההיסטוריה הטראגית של העם היהודי ותקומתו במדינת ישראל שבו ורוממו את האתוס הישראלי-לאומי, בעיקר לאחר מותם של מאמני נבחרת לשעבר. אם כן, כאישוש להשערת המחקר, בזכות כהונתם של המאמנים בנבחרת ישראל בא לידי ביטוי ביתר שאת ההיבט הלאומי-פטריוטי לאחר מותם בדרכים אלה:

1) אישים בולטים מהזירה הפוליטית הספידו אותם ואף השתתפו בטקסי הלוויה והאזכרה.

2) זכרם הוצג בזיקה אדוקה לעוז המאבק על ארץ ישראל ולתקומתם של היהודים במדינת ישראל.

3) סיקור מות המאמנים גם שימש להנצחת שואת יהודי אירופה ולהדגשת הנרטיב 'משואה לתקומה'.

סיקור מות המאמנים הקרין אחוות אחים והדגיש היבט קולגיאלי עוצמתי ומגובש בזירת הכדורגל הישראלית. ענף הכדורגל, כיאה לענף קבוצתי, פופולרי, דרמטי ומסוקר, מבוסס מטבעו על אחווה, אחריות הדדית, אמון, כבוד לאחר, עבודת צוות ותקשורת. ערכיים חברתיים-תרבותיים אלו באו לידי ביטוי לאחר מותם של מאמני הכדורגל אשר זכו להספד, פעם אחר פעם, מפי עשרות, אם לא מאות, רעים, עמיתים ושותפים לדרך ולקהילת הכדורגל, ובאופן מאדיר ומהלל ללא יוצא מן הכלל. ספורטאי-על נתפסים ככאלו המסוגלים למתוח את גבול היכולת האנושית, ועל כן זוכים להערצה ולסגידה בחייהם. הסתכלות זו לא פסחה על מאמני הכדורגל לאחר מותם, שהיו כולם כדורגלנים מוצלחים בעברם וזכו לאינספור שבחים ודברי

¹¹ ראו למשל סיקור מות סופרים ומשוררים בישראל (בר-זוהר, 2019), נשיאים בארצות הברית (Hull, 2005; Schwartz & Schuman, 2018; ודייגו מראדונה בארגנטינה (Greco, 2024).

הלל. השיח התקשורתי שעסק במאמנים לאחר מותם הן בקרב העיתונאים והן בקרב המגיבים היה מכבד ומלא הערכה. זאת בעיקר בשל כישורם הרב כשחקנים וסמכותם המוערכת כמאמנים בכלל וכמאמני נבחרת ישראל בפרט. על אחת כמה וכמה – עבור הגולשים היו המאמנים סמל נוסטלגי לתרבות של פעם או אפילו לזיכרון ילדותם בבחינת "גדלנו עליהם". זוהי, בעיקר פרקטיקה מתבקשת של "לא תדבר סרה על המת" או "אחרי מות קדושים אמור". סביר להניח כי במהלך חייהם ספגו בוז ואף קללות במגרשי הכדורגל, אך לאחר מותם נשכחו הביקורות והיצרים, ונותרו רק הגאווה וההוד.

עם זאת, עיתונות הספורט נחשבת, בדומה למוסד העיתונות בכללותו, לגוף ביקורתי שיודע ואף אמור להטיל חיצי ביקורת. על אף שהטון הכללי היה מכובד ונשמרה נורמת "אחרי מות קדושים אמור", הסיקור לא היה חף לחלוטין מביקורת. לדוגמה, דובר על "בגידה" של בית הלוי שעבר ממכבי תל אביב ליריבה העירונית; הוזכר עימות מכוער מחייו של יצחק שניאור; הוטחה ביקורת בטקס הזיכרון שהעניקה התאחדות הכדורגל לעמנואל שפר; ופורסמו נאצות של גולשים לאחר מות קשטן. את הגישה הביקורתית ידעו גולשי האתרים למקסם כאשר מחו, לעיתים בשפה צינית ועוקצנית, כנגד מצבו של הכדורגל הישראלי, כישלונותיה המתמשכים של הנבחרת, מעמד המאמן, אובדן הערכים ומסחור הענף. אך חשוב לסייג ולומר כי בשונה ממחקרים קודמים שמוכיחים כי פוליטיקאים או אפילו אנשי תרבות ידועים "זוכים" אחרי מותם לקיתונות של ביקורות,¹² דווקא כאן רוב הביקורת כנגד המאמנים הייתה בעיקרה מתונה או עקיפה ולא אישית. וזאת על אף שעיתונות הספורט נחשבת לאמוציונלית ודרמטית באופייה. ייתכן כי מרחק השנים בין הקריירה המקצועית לבין פטירתם או זיהוים כסמל של עוצמה לאומית ריככו משמעותית את הביקורות או שמא מדובר בדמויות פופולריות ואהודות במיוחד בכדורגל הישראלי.

עוד חשוב לציין כי השורשים האתניים והפוליטיים של אגודות הספורט הישראליות באו לידי ביטוי, אם כי בעצימות נמוכה. לשון אחרת, מטבע הדברים ספדו למאמנים בחום נציגים רשמיים ולא-רשמיים של אגודות הספורט שבהן הם שיחקו, כיכבו והובילו. היבט זה בלט בעיקר לאחר מותו של גרונדמן שהקדיש את כל חייו המקצועיים לקבוצת בני יהודה המזוהה עם שכונת התקווה בדרום תל אביב. הוא ערך 174 הופעות כשחקן ואף אימן אותה למשך כמה עונות, ועל כן הוא הוספד והונצח כיפולני של השכונה.¹³

מתוך הסתכלות תקשורתית-תאורטית, מחקר זה מספק אסמכתה נוספת להתפתחות המשמעותית של השיח האינטרנטי. לראיה, בעוד שכתבות חדשותיות מקוונות שפורסמו בשנים 2003 או 2004, כללו מספר זעום וחד-ספרתי של תגובות, אם בכלל, כתבות שפורסמו החל משנת 2011 וביתר שאת בשנת 2024 הציעו כמות גדושה פי כמה וכמה. מכאן, ניתן ללמוד על המשמעות הגוברת של תגובות אינטרנטיות באתרי חדשות הספורט הישראליים. וזאת עוד מבלי להתייחס לתגובות שמערכות החדשות הסירו.

¹² ראו, למשל, סיקור מותם של הזמר מייקל ג'קסון (Bar-Zohar, 2024) ומזכיר המדינה האמריקני הנרי קיסינג'ר באתרי חדשות ישראליים (Bar-Zohar, 2025).

לגבי פרקטיקת השיח העיתונאי, בעוד שלא נמצא הבדל תהומי בין כתיבה בעיתונות מודפסת לבין כתיבה בעיתונות מקוונת, זוהה הבדל מהותי בין מלל הכתבים לבין שיח הגולשים. לשון אחרת, בעוד שהטקסטים שיצרו העיתונאים היו אינפורמטיביים ורשמיים, שיח הגולשים היה ססגוני, צבעוני וצעקני בהרבה, ולעיתים עילג. מחקר זה גורס כי השילוב בין שתי רמות השיח מייצר עבור מערכות חדשות הספורט מרחב ציבורי המהתל בו: מחד גיסא, חבריהן נתפסים כעיתונאים מקצוענים, ומאידך גיסא, הם מאפשרים שיח רב-קולי ועממי. עוד זוהו במחקר זה תגובות באתרי חדשות הספורט אשר כאמור הוסרו על ידי מערכות האתרים, כי כפי הנראה ביטאו אלימות מילולית מסוג זה או אחר. ניתוח תגובות הגולשים מדגיש מגמה בת-זממנו בעיתונות הדיגיטלית ולפיה אתרי חדשות הספורט מעודדים דיאלוג ורב-שיח בקרב צרכני התקשורת, אך בה בעת מחויבים להפעיל סינון עריכתי ולמחוק תכנים בלתי הולמים. כך נשמרים כללי השיח האזרחי, אך במקביל אי אפשר לומר שהתגובות מייצגות את כלל הדעות.

מחקר זה סותר במידת מה את מחקרם של חגי ומאירס (Hagay & Meyers, 2015) וגורס כי במהלך סיקור מות המאמנים השתמר הנרטיב הפטרייטי והפרו-לאומי, והעיתונות נמנעה מלהציג הסתכלות מרוחקת וביקורתית יותר, ובמקום זאת הרבתה לקשור בין האישי לבין הלאומי. לא היו אלה רק תגובות הגולשים שטיפחו וחזקו את הנרטיב האישי-לאומי, גם כתבי העיתונים בעצמם, שיכלו לשמור על טון אינפורמטיבי ומקצועי, הציגו את סיפור החיים של המאמנים כסמל של תקומה בעקבות שואה ותיארו אותם כגיבורי-עם אמיצים וכדמויות אב.

לבסוף, כמגבלת מחקר, ראוי לציין כי ניתן היה לבחור מדגם שונה מעט, או גדול יותר, של מאמנים ישראלים בכירים, הכולל לצורך ההדגמה גם את דוד שווייצר או את אליעזר שפיגלר. מדגם זה יכול היה להניב ממצאים ומסקנות שונות. כמו כן, בחירה בכלי מדיה פופולריים אחרים, דוגמת רדיו וטלוויזיה, שבהם תקשורת הכדורגל מפותחת למדי, יכולה הייתה להניב ממצאים נבדלים ומסקרנים לא פחות.

מקורות

בן פורת, א' (2016). *מדוע זה ככה? הכדורגל הישראלי אז והיום*. המכללה האקדמית וינגייט.

בר-זוהר, ב' (2018). הסיקור העיתונאי של הרציחות של חיים ארלוזורוב ושל יצחק רבין. *קשר*, 51, 23-36.

בר-זוהר, ב' (2019). השיר לא תם: סיקור מותם של חיים נחמן ביאליק, ש"י עגנון ונתן אלתרמן בעיתונות העברית. *קשר*, 53, 38-50.

בר-זוהר, ב' (2022). בנפול אויבך: סיקור מותם של נשיאים מצרים בעיתונים ובאתרי חדשות ישראליים. *קשר*, 58, 59-82.

בר-זוהר, ב' (2024). במיתתם קרויים חיים: הסיקור העיתונאי של פטירת הרבנים הראשיים לישראל 1935-1959. *ציונות דתית: היסטוריה, רעיון, חברה, י"ב*, 5-32.

גלילי, י', לוי, מ' ותמיר, א' (2015). *ספורט ומגדר בחברה הישראלית: מאפיינים, זהויות וייצוגים*. הוצאת המרכז הבינתחומי הרצליה.

יהב, ד' (2005). *בעיטת עונשין: שפת הכדורגל בתקשורת ההמונים*. תמוז.

כרמי, א' (2025). *לא ספורט לשם ספורט: גיבורי ספורט בתקופת היישוב*. מכון מופ"ת.

מקורות עיתונאיים

גולדשטיין, י' (24.3.1992). שלום לחבר. *ידיעות אחרונות*, עמ' 3 (מוסף הספורט).

גולדשמיט, ז' ושיינמן, מ' (23.11.2011). נפרדים משניאור. *ידיעות אחרונות*, עמ' 4 (מוסף הספורט).

דניאל, א' (22.3.1992). אלי פוקס איננו. *ידיעות אחרונות*, עמ' 2 (מוסף הספורט).

הבר, א' (4.1.2013). אל בורות המוות. *ידיעות אחרונות*, עמ' 20 (מוסף שבת).

שיינמן, מ' (4.3.1997). נפטר גרי' בית-הלוי. *ידיעות אחרונות*, עמ' 3 (מוסף הספורט).

שיינמן, מ' (27.5.2004). תודה לך, אביר הכדורגל. *ידיעות אחרונות*, עמ' 4 (מוסף הספורט).

שיינמן, מי' (21.11.2011). פרידה מאגדה. *ידיעות אחרונות*, עמ' 2-3 (מוסף הספורט).

שיינמן, מי' (30.12.2012). נפרדים מאגדה. *ידיעות אחרונות*, עמ' 2-3 (מוסף הספורט).

שיינמן, מי' (31.12.2012). היית איש גדול. *ידיעות אחרונות*, עמ' 2 (מוסף הספורט).

שיינמן, מי' ופורת, אי' (25.5.2004). כולם אהבו אותו. *ידיעות אחרונות*, עמ' 15 (מוסף הספורט).

שליט, ג' והניג, אי' (3.1.2013). משחק חופשי: כבוד אחרון לשפר. *ידיעות אחרונות*, עמ' 8.

מקורות אינטרנטיים

בהט, די' (20.11.2011). נפטר מאמנה של הנבחרת לשעבר, יצחק שניאור. *ONE*.
<https://www.one.co.il/Article/190673.html>

בורשבסקי, די' (30.12.2012). עמנואל שפר הובא למנוחות. *וואלה ספורט*.
<https://sports.walla.co.il/item/2601837>

בן-שימול, די' (28.12.2012). עמנואל שפר הלך לעולמו בגיל 89. *Ynet* ספורט.
<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-4325702,00.html>

בר, די' (23.11.2012). יצחק שניאור – שנה למותו. *ספורט 1*.
<https://sport1.maariv.co.il/general/Article-723243>

גולדברג, אי' (22.6.2003). הישראלי הראשון שאימן נבחרת אפריקאית. *הארץ ספורט*.
<https://www.haaretz.co.il/sport/2003-06-22/ty-article/0000017f-e73e-d62c-a1ff-ff7f24070000>

גולדברג, אי' (25.5.2004). אתמול הוא עוד התכוון לצאת עם הנבחרת למשחק בגרוזיה. *הארץ אונליין*.
<https://www.haaretz.co.il/sport/2004-05-25/ty-article/0000017f-f4de-d460-aff-ffe7d6d0000>

גולדברג, אי' (7.2.2015). "הבוגד" המקורי היה ג'רי בית-הלוי. *ספורט 1*.
<https://sport1.maariv.co.il/israeli-soccer/ligat-haal/Article-697475>

גולדברג, אי' (18.9.2021). האיש שגרם למכבי חיפה להסתכל למכבי תל אביב בעיניים. *וואלה ספורט*.
<https://sports.walla.co.il/item/3460099>

גולדברג, אי' (9.6.2024). 20 שנה למותו של יעקב גרונדמן: "איש מיוחד". *וואלה ספורט*.
<https://sports.walla.co.il/item/3669983>

גולדנברג, סי' (1.6.2014). שמו של יעקב גרונדמן ז"ל יונצח בכיכר בתל אביב. *ONE*.
<https://www.one.co.il/Article/234400.html>

גולדשמידט, ז' (20.11.2011). הכדורגל הישראלי באבל: יצחק שניאור הלך לעולמו.
Ynet. <https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-4150717,00.html>

גולדשמידט, ז' (30.12.2012). נפרדים מאגדה: עמנואל שפר הובא למנוחות. *Ynet*.
<https://www.ynet.co.il/articles/0,7340,L-4326099,00.html>

דן, עי' (21.11.2011). יצחק שניאור - לוחם עד היום האחרון. *הארץ אונליין*.
<https://www.haaretz.co.il/sport/israel-soccer/2011-11-21/ty-article/0000017f-e9e1-dea7-adff-f9fb865a0000>

דן, עי' (15.1.2024). דרור קשטן, המאמן המעוטר ביותר בכדורגל הישראלי, מת בגיל 79. *הארץ אונליין*.
<https://www.haaretz.co.il/sport/israel-soccer/2024-01-15/ty-article/0000018d-0c0f-d71c-ad9f-4f8fd2870000>

טבק, א' ועמיקם, ר' (20.11.2011). יצחק שניאור נפטר בגיל 86. *מקור ראשון NRG*.

<https://www.makorrishon.co.il/nrg/online/71/ART2/308/136.html>

טוכמן, י' (28.12.2012). עמנואל שפר הלך לעולמו. *NRG*.
<https://www.makorrishon.co.il/nrg/online/71/ART2/425/252.html>

לנג, א' (30.12.2012). עמנואל שפר הלך לעולמו. *ישראל היום*.
<https://www.israelhayom.co.il/article/62199>

מערכת אתר ערוץ הספורט. (15.1.2024). רחוק מהזרקורים: השנים האחרונות בחיי דרור קשטן. *ערוץ הספורט*.
<https://www.sport5.co.il/articles.aspx?FolderID=64&docID=458578>

מערכת אתר ערוץ הספורט. (15.1.2024). סופה של אגדה: דרור קשטן נפטר בגיל 79. *ערוץ הספורט*.
<https://www.sport5.co.il/articles.aspx?FolderID=64&docID=457893>

מערכת וואלה ספורט. (20.11.2011). יצחק שניאור הלך לעולמו. *וואלה ספורט*.
<https://sports.walla.co.il/item/1878620>

מערכת וואלה ספורט. (28.4.2022). שלוש שנים בבור: סיפורו של יעקב גרונדמן. *וואלה ספורט*.
<https://sports.walla.co.il/item/3502855>

מערכת וואלה ספורט. (15.1.2024). דרור קשטן הלך לעולמו בגיל 79. וואלה ספורט.
<https://sports.walla.co.il/item/3634165>

מערכת ONE. (28.12.2013). שום: זו דקירה בלב, שפר היה איש גדול ומאמן גדול. ONE.
<https://www.one.co.il/Article/210587.html>

מערכת ONE. (28.12.2012). נפטר מאמן נבחרת ישראל לשעבר, עמנואל שפר. ONE.
<https://www.one.co.il/Article/210586.html>

מערכת ONE. (14.2.2024). "עשיתי את זה בדרך שלי": המצבה של דרור קשטן. ONE.
<https://www.one.co.il/Article/455777.html#commentslist>

פלג, ע' (3.1.2013). פלג בחמישי: האטומים. ידיעות אחרונות, עמ' 6 (מוסף הספורט).

פשצקי, מ', בר דיין, ש' וסלנט, ט' (28.12.2012). שום: סגדנו לשפר, היה כמו אבא פיינגבוים: מכה גדולה לכדורגל. ערוץ הספורט.
<https://www.sport5.co.il/articles.aspx?FolderID=64&docID=134873>

צוקר, י' (15.1.2024). "דרור קשטן הוציא ממני את הטוב ביותר. עבורי הוא היה מורה, מחנך". דבר אונליין, <https://www.davar1.co.il/481846>

צנציפר, נ' (15.1.2024). אבל בכדורגל הישראלי: דרור קשטן הלך לעולמו בגיל 79. Ynet
<https://www.ynet.co.il/sport/israelisoccer/article/hy8mdfod6>

רובינשטיין, ע' (11.7.2023). עוד לפני אברהם גרנט: המאמן הישראלי שכבש את אפריקה בשנות ה-60. ישראל היום.
<https://www.israelhayom.co.il/sport/world-soccer/article/14373754>

שורר, ט' (15.1.2024). אבל בכדורגל הישראלי: המאמן האגדי דרור קשטן הלך לעולמו. רשת 13,
<https://13tv.co.il/item/news/domestic/internal/r0foo-903892904>

Bar-Zohar, B. (2024). The rise and fall: Journalistic death coverage in Israeli newspapers and websites of iconic musicians who died relatively young. *Journal of World Popular Music*, 11(2). 166-192.

Bar-Zohar, B. (2025). Let him bleed (online): Henry Kissinger's death coverage in Israeli news websites. *Israel Affairs*, 31(1). 1-16.
<https://doi.org/10.1080/13537121.2025.2499406>

- Beaudoin, C., Moreau, N., & Roy, M. (2024). 'I can't believe I just made history': A temporal analysis of sports media reporting. *International Review for the Sociology of Sport*, 59(5), 766-786.
- Berndt, A. (2022). The brand persona of a football manager: The case of Arsène Wenger. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 23(1), 209-226. <https://doi.org/10.1108/IJSMS-01-2021-0018>
- Billig, M. (1995). *Banal nationalism*. SAGE Publications.
- Bingaman, J. (2022). Incivility and Washington's NFL franchise: Exploring uncivil discourse in sports blog comment sections. *International Journal of Sport Communication*, 15(4), 355-365.
- Carmi, U. (2022). Rafael Halperin's contribution to Israel's emerging body culture. *Sport History Review*, 53(1), 26-47.
- Carter, N. (2007). 'Managing the media': The changing relationship between football managers and the media. *Sport in History*, 27(2), 217-240.
- Chu, D. (2023). Mundane participation: Power imbalances in youth media use. *Social Media and Society*, 9(3), 20-36.
- Dayan, D., & Katz, E. (1992). *Media events: The live broadcasting of history*. Harvard University Press.
- Hepp, A. (2019). *Deep mediatization*. Routledge.
- Jenkins, H. (2008). *Convergence culture: Where old and new media collide*. New York University Press.
- Fishman, J. M. (2017). *Death makes the news: How the media censor and display the dead*. NYU Press.
- Greco, M. (2024). Maradona's death in Argentine media landscape: From class consciousness to group consciousness? A theoretical proposal to overcome conceptual nostalgia. *Soccer & Society*, 25(8), 1178-1190.

- Groom, R., & Sawiuk, R. (2018). Making the transition from the UEFA advanced licence to the UEFA professional licence (or not). In F. C. Chambers (Ed.), *Learning to mentor in sports coaching* (pp. 57-76). Routledge.
- Hagay, H., & Meyers, O. (2015). Everybody's team? The national narrative in the Hebrew press covering Israeli national soccer team matches. *Media, Culture & Society*, 37(4), 530-546.
- Harcup, T., & O'Neill, D. (2017). What is news? News values revisited (again). *Journalism Studies*, 18(12), 1470-1488.
- Hepp, A. (2013). *Cultures of mediatization*. Polity Press.
- Horton, P. (2015). The role of the coach. In C. Nash (Ed.), *Practical sports coaching* (pp. 3-15). Routledge.
- Hull, K. (2018). Hero, champion of social justice, benign friend: Theodore Roosevelt in American memory. *European journal of American Studies*, 13(2), 1-16.
- Humprecht, E., Hellmueller, L., & Lischka, J. A. (2020). Hostile emotions in news comments: A cross-national analysis of Facebook discussions. *Social Media + Society*, 4(1), 1-18.
- Ilharco, F. (2019). The relevance of media in football coaching: The case of José Mourinho's leadership approach. *Soccer & Society*, 20(2), 307-324. <https://doi.org/10.1080/14660970.2017.1315535>
- Karayel, E., Adilogullari, I., & Senel, E. (2024). The role of transformational leadership in the associations between coach-athlete relationship and team resilience: A study on elite football players. *BMC psychology*, 12(1), 514. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02043-7>
- Lindlof, T. R., & Taylor, B. C. (2017). *Qualitative communication research methods*. Sage Publications.
- Masullo, G. M., Tenenboim, O., & Lu, S. (2023). Toxic atmosphere effect: Uncivil online comments cue negative audience perceptions of news outlet credibility. *Journalism*, 24(1), 101-119.

- Ramos, H., & Gosline, K. (2002). The rocket: Newspaper coverage of the death of a Québec cultural icon, a Canadian hockey player. *Journal of Canadian Studies*, 36(4), 9-31.
- Sanderson, J., & Truax, C. (2014). "I hate you man!": Exploring maladaptive para-social interaction expressions to college athletes via Twitter. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 7(1), 333-351.
- Schwartz, B., & Schuman, H. (2005). History, commemoration, and belief: Abraham Lincoln in American memory, 1945-2001. *American Sociological Review*, 70(2), 183-203.
- Sherwood, M. (2024). It's gut feeling mostly: Online hate, uncivil comments and content moderation in Australian sports media. *Communication & Sport*, 26, 1-21.
- Stenling, A., & Tafvelin, S. (2014). Transformational leadership and well-being in sports: The mediating role of need satisfaction. *Journal of applied sport psychology*, 26(2), 182-196.
- Tamir, I. (2014). The decline of nationalism among football fans. *Television & New Media*, 15(8), 741-745.
- Tamir, I., & Bernstein, A. (2015). Do they even know the national anthem? Minorities in service of the flag – Israeli Arabs in the national football team. *Soccer and Society*, 16(5-6), 745-764.
- Tamir, I., & Lev, A. (2024). Should I stay or should I go: The differences between elite football and basketball coaches' backgrounds. *Israel Affairs*, 30(4), 774-787.
<https://doi.org/10.1080/13537121.2024.2367882>
- Tatiana, F., & Carvalho, P. G. (2018). Media influence on elite football performance: A literature review to develop a model. *Journal of Physical Education and Sport*, 18, 1980-1985.
- Wang, X.-H. F., Kim, T.-Y., & Lee, D.-R. (2016). Cognitive diversity and team creativity: Effects of team intrinsic motivation and transformational leadership. *Journal of Business Research*, 69(9), 3231–3239.

השפעת השימוש באשליית אבינגהאוס על דיוק בזריקת כדורים למטרה בקרב שחקני בוצ'יה עם שיתוק מוחין:

סדרת תיאורי מקרה

ענבל חג'בי

המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

תקציר

בוצ'יה הוא ענף ספורט פראלימפי תחרותי המיועד לאנשים עם מוגבלות פיזית קשה. ספורטאים בענף זה מנסים לזרוק כדורים צבעוניים כמה שיותר קרוב לכדור מטרה לבן המכונה "ג'יק". המשחק דורש ריכוז רב, שליטה מוטורית ודיוק. מטרת המחקר היא לבדוק כיצד ניתן לשפר את רמת הדיוק בזריקות בקרב שחקני בוצ'יה. המחקר התבסס על אשליית אבינגהאוס, אשליה אופטית הגורמת לעיגול מרכזי להיראות גדול או קטן יותר באמצעות מעגלים סובבים. החוקרים הניחו שאשליה זו תשפיע על הביצועים המוטוריים. במחקר השתתפו חמישה שחקני בוצ'יה (שלושה שחקנים ושתי שחקניות BC1-4), הגיל הממוצע היה 36 ± 10.3 שנים (טווח 18-48 שנים). כל אחד מהם ביצע 60 זריקות בשלושה מצבים שונים: (א) ללא שימוש באשליה; (ב) עם שימוש באשליה – עם מעגלים קטנים מסביב למטרה; ו-(ג) עם שימוש באשליה – עם מעגלים גדולים מסביב למטרה. הממצאים הם אלה: (1) אשליית אבינגהאוס שיפרה את דיוק הזריקה בקרב רוב הנבדקים, ובמיוחד כאשר נעשה בה שימוש עם מעגלים גדולים סביב המטרה. ההשערה היא שהמעגלים הגדולים גורמים למטרה להיתפס כקטנה יותר ולכן הריכוז מתגבר והדיוק מתחדד; (2) לאחר 20 הזריקות הראשונות נצפתה ירידה בדיוק הביצועים אצל כל הנבדקים המצביעה על חשיבותן של אסטרטגיות אימון מותאמות, כמו אימון מרווח עם מספיק זמן מנוחה. המסקנות הן שניתן להציע למאמנים ולפיזיותרפיסטים כלים חדשים באמצעות השיטה שתוארה במחקר זה, שיכולים לסייע בשיפור ביצועי שחקני בוצ'יה. דרושים מחקרים נוספים עם מספר רב יותר של נבדקים כדי לאשש את המסקנות ולבחון את השפעת האשליה לאורך זמן. כמו כן יש צורך למצוא דרכים להפחית את העייפות במהלך זריקות ממושכות.

תאריכים: משחק בוצ'יה, שיתוק מוחין, דיוק, עייפות, למידה מוטורית, אשליית אבינגהאוס

שיתוק מוחין (Cerebral Palsy – CP) מבטא קבוצה של הפרעות נוירו- התפתחותיות המופיעות בגיל הרך. הפרעות אלו קבועות ונגרמות מפגיעה לא- פרוגרסיבית באתרים בודדים או מרובים הנראית בסריקות של המוח. הפגיעה בתפקוד המוטורי מתבטאת על פני רצף החל בפגיעה בגף אחד (מונופלגיה) ועד לפגיעה קשה בארבעת הגפיים ובגו (קוואדריפלגיה). הביטוי של הפגיעה בתפקוד העצבי- שרירי קשור למנגנוני הגירוי והעיכוב של הממשק עצב-שריר. בתבנית ספסטית (ספסטיות היא עלייה בטונוס המתבטאת בהתכווצות יתר של שרירי הגוף, והיא מופיעה בעקבות פגיעות עצביות) ישנו גירוי יתר של סיבי השריר (כ-70% מהנפגעים ב-CP), בתבנית פלסידית או היפוטונית יש גירוי חסר של סיבי השריר (כ-5% מהנפגעים ב-CP), בתבנית אתטואידית יש גירוי משתנה של סיבי השריר (כ-5%), ובתבנית אטקסית יש פגיעה בתפקוד המוח הקטן וכתוצאה מכך פגיעה בקואורדינציה הבין-שרירית הקשורה בתנועה רצונית (Fong et al., 2012). טווח הפגיעה בתפקוד המוטורי גדול מאוד ונע מפגיעה קלה בניידות, שכמעט איננה נצפית לעין, ועד לפגיעה מוחלטת בניידות וביציבות עצמית המחייבת שימוש בכיסא גלגלים חשמלי (Oskoui et al., 2013). זאת ועוד, אנשים עם CP מדגימים לקויות שונות בטווח חומרה מקלה לקשה בתפקודים חזותיים, שמיעתיים, מילוליים ובעיבוד החושי (Olney & Wright, 2000), והן כוללות קשיים בתכנון תנועה (אשר דורש משאבים קואורדינטיביים גבוהים), בעיות קשב וריכוז, ויסות חושי לקוי (למשל, קשיים בעיבוד מידע ויזואלי, שמיעתי או פרופריוצפטיבי) והפרעה בקואורדינציה הבין-שרירית. ליקויים אלה, אשר אינם נפרדים מהקושי הפיזי בביצוע התנועה, יוצרים אתגר כפול: הם מקשים הן על ההוצאה לפועל הפיזית של הפעולה המוטורית והן על שלבי התכנון והלמידה המקדימים אותה. מורכבות זו מדגישה את הצורך הקריטי באסטרטגיות למידה מוטורית מותאמות ויעילות, שיתייחסו לא רק לכוח השריר או לטווחי התנועה, אלא גם לדרך שבה המוח מעבד מידע ומתכנן תנועה חדשה. קיימת פגיעה בתכנון התנועות, ולכן נדרשים משאבים קואורדינטיביים כדי להתגבר על הספסטיות ועל שאר ההגבלות הקואורדינטיביות (Steenbergen & Gordon, 2006).

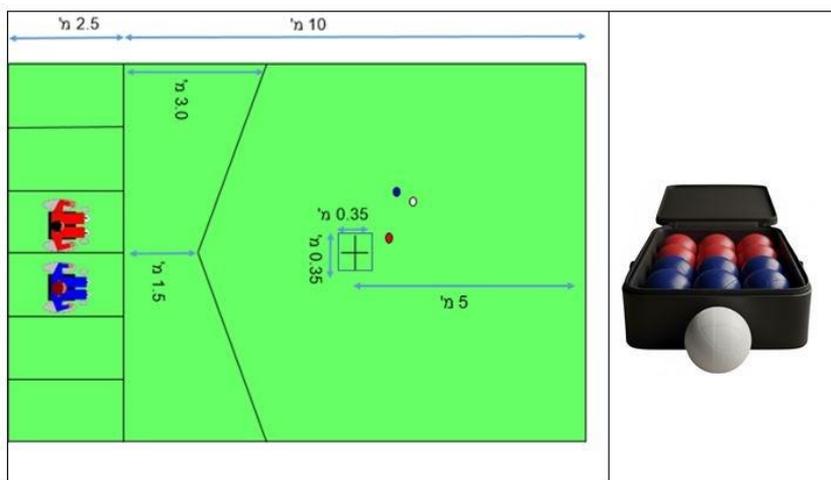
משחק בוצ'יה

בוצ'יה הוא משחק אסטרטגי הדורש תיאום גבוה ושליטה על התנועה כדי להשיג דיוק. בוצ'יה מיועד לאנשים עם ליקוי נוירולוגי קבוע וחמור (למשל CP, שיתוק מוחין) ולאנשים עם ליקויים אחרים המשפיעים על כל ארבעת הגפיים. המשחק יועד בתחילה לנפגעים עם שיתוק מוחין, אך בחלוף השנים התרחב גם לשיתוף אנשים עם לקויות אחרות שאינן CP, כגון ניוון שרירים, פוליו, פגיעות ראש, עמוד שדרה ועוד. בוצ'יה הוא ענף פראלימפי משנת 1984 שבו הגברים והנשים מתחרים יחדיו. ישנן מספר קטגוריות משחק: יחידים, זוגות וקבוצתי (Reina et al., 2018). שחקני בוצ'יה משתתפים במספר קטגוריות סיווג כמפורט להלן: 1BC - ספורטאים עם CP, אשר הלקות אצלם מתבטאת בכל ארבעת הגפיים ומשפיעה על אחיזת הכדור, ולכן ניתנת להם האפשרות גם לבעוט בכדור, וכמו כן הם רשאים לליווי עוזר בהגשת הכדורים. 2BC - ספורטאים עם CP, אשר הלקות אצלם מתבטאת בכל ארבעת הגפיים אך עם פגיעה קלה יותר מ-1BC, שמאפשרת להם טווח תנועה תפקודי סביר המשפיע באופן חיובי על אחיזת הכדור ומנח הגוף בעת הזריקה.

כיוון שכך, לא ניתנת להם האפשרות לבעוט בכדור, והם אינם רשאים לליווי עוזר בהגשת הכדורים. 3BC – ספורטאים עם לקות משמעותית ביותר בכל ארבעת הגפיים (טווח תנועה מוגבל ביותר), שאין להם אפשרות של אחיזה או בעיטה של הכדור ואינם יכולים לבצע זריקה עקבית שלו – ספורטאים אלה רשאים לליווי עוזר במגרש. לצורך שחרור הכדור הם נעזרים במשטח מוגבה שהמלווה העוזר מתפעל בהנחייתם. 4BC – ספורטאים עם פגיעות גופניות שונות שאינן CP, עם פגיעה מוטורית קשה בכל הגפיים, אשר מתאפיינת בחולשת שרירים משמעותית, עם שליטה נמוכה ביותר בשרירי הליבה, הגב והידיים. הם יכולים לאחוז את הכדור, אך אינם יכולים לבעוט בו ואינם רשאים לליווי עוזר במגרש להגשת והנגשת הכדורים (Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association, 2010). השחקנים משחקים בכדורים אדומים או כחולים. זכות הזריקה נקבעת בהטלת מטבע. הזורק הראשון הוא בעל הכדורים האדומים (ראו המגרש באיור 1), והוא יזרוק את כדור המטרה הלבן ("ה'גיק'") ולאחר מכן את הכדור שברשותו. היריב זורק את הכדור הבא, השחקן שיזרוק הבא בתור הוא השחקן שהכדור שלו רחוק יותר מהכדור הלבן. לאחר שנזרקו ששת הכדורים יכריז השופט על התוצאה. השחקנים משתמשים בכדורים בצמיגות משתנה מרך לקשה יחסית וזאת על מנת לגרום לגלגול רב או מופחת של הכדור על רצפת משטח המשחק לאחר הזריקה. השחקן שכדורו הקרוב ביותר לכדור הלבן זוכה בנקודה עבור כל כדור שקרוב יותר מהכדור של יריבו.

איור 1.

ערכת הכדורים לבוצייה וסרטוט קווי המגרש



המשחק דורש יכולת טכנית, דיוק, תכנון אסטרטגי וקשיחות מנטלית. יתר על כן, למשחק בוצייה נדרשים רכיבי כושר כגון כוח הגוף העליון, יציבות דינמית, מודעות תפיסתית-מוטורית ותיאום ויזואלי-מוטורי, אשר חשובים לא רק עבור ספורט אלא גם לתפקוד יום-יומי. טכניקת הזריקה הספציפית במשחק בוצייה היא ייחודית לכל שחקן בשל יכולותיו ומגבלותיו הספציפיות (Barak et al., 2016). למרות קרוב ל-40 שנות היסטוריה של משחק הבוצייה, עד היום מעט מחקרים דיווחו על

ראיות מדעיות הקשורות לספורטאי בוצייה. רובם מתמקדים בהיבטים טכניים, ביו-מכניים ובלמידה של הזריקה (Chang et al., 2005; Dickson et al., 2011; Reina et al., 2018). במחקרים שהתפרסמו עד כה דווח כי משתתפים עם ספסטיות מעדיפים זריקה תחתית (לעומת זריקה עילית) (Avila & Moreno, 2000). נוסף על כך מצאו רומרו ואחי' (Romero et al., 2010), כי ההבדל המשמעותי היחיד שנמצא בין הסיווגים BC1 ו-BC2 היה העיכוב האלקטרומכני (מסרים חשמליים של השריר), שהיה גדול יותר ב-BC1 כשבדקו זאת במדגם של שחקני נבחרת ספרדית.

זריקת כדורים לדיוק במשחק הבוצייה

לצורך משחק הבוצייה המשתתף נדרש לתיאום של הגפיים, למחשבה אסטרטגית, לעבודת צוות, לשליטה רגשית ולרמת דיוק גבוהה. לשחקני בוצייה יש בדרך כלל קושי בקואורדינציה הבין-שרירית ותוך-שרירית וקשיים בשליטה במתח השרירי (מספר סיבי השריר המגורים לפעולה), ולכן גם קשיי תנועה, לכן הם פחות עקביים בתנועותיהם (Sanger, 2006). שליטה ידנית היא אתגר משמעותי לאנשים עם CP, והיא מושפעת ממשנתנים פנימיים (למשל, כוח השריר וטווח התנועה במפרק והיציבות במנח הביצוע) וחיצוניים (למשל, משקל הכדור הנזרק) (Braendvik et al., 2009). ריינה ואחי' (Reina et al., 2018) הדגישו כי הדיוק הוא אחד מגורמי הביצועים המרכזיים בבוצייה. המטרה של ספורט זה היא להציב את כדורי המשחק קרובים ככל האפשר לכדור המטרה. זריקה מדויקת דורשת שליטה מוטורית טובה ותיאום של הגפיים העליונים – יכולות המהוות אתגר עבור שחקנים עם אטקסיה, קוואדריפלגיה, אתטוזיס או ספסטיות נמוכה (Athetosis quadriplegic, ataxia) או hypertonia). הואנג ואחי' (Huang et al., 2014) ציינו כי שחקן בוצייה נדרש לזרוק את הכדורים ברמת דיוק גבוהה הכרוכה בשליטה במפרקי המרפק והכתף, כמו כן גם בכף היד ובאצבעות עבור אחיזת הכדור ושחרורו. הדיוק בזריקה הוא פועל יוצא של תנועת שחרור של היד שמשפיעה על נקודת הנחיתה, על המסלול שהכדור עובר ועל מהירות גלגול הכדור. במהלך המשחק השחקנים נדרשים לייצב את הגוף, לשלוט בגפי הגוף ולתאם עין-יד. הם נדרשים גם להתרכז ולהתמקד באסטרטגיות שונות כדי לחסום מראש את טווח הגלגול של כדורי היריב. בוצייה היא אפוא משחק הדורש רמת דיוק גבוהה במיוחד (van Thiel et al., 2000). בנוסף, ואן תייל ואחי' (van Thiel et al., 2000) מצאו שמשך התנועה תחת דרישות קפדניות של דיוק היו קשורות עם מידת הספסטיות. כך שמשך תנועה ארוך יותר עלול להתרחש בגלל קבוצת שרירים חלשה, וכתוצאה מכך שחקנים עם CP יכולים להיות עייפים יותר בפלג גופם העליון שבעיקר עליו מוטל עומס הפעילות (Reid et al., 2010).

לנוכח החשיבות הרבה של הדיוק במשחק הבוצייה בדקו ריינה ואחי' (Reina et al., 2018) את השתנות הביצועים במהלך ביצוע חוזר של משימת הדיוק המרכזית – זריקת הכדור והצבתו קרוב ככל האפשר ל"גיק" (Urbán et al., 2015). כדי להבין את המקור להשתנות זו ולחוסר היציבות בדיוק, מצא המחקר כי שחקנים עם CP מציגים מגבלות פיזיולוגיות חמורות הקשורות לספסטיות שרירית באגוניסט, בסינרגיסט ובאנטגוניסט. כמו כן נמצא כי טווח התנועה של הגפיים העליונים הוא גורם מגביל לתנועת הגוף וכף היד, והוא המשתנה העיקרי המשפיע על חוסר העקביות בזריקה. לדוגמה, נמצא בקרב שחקני בוצייה עם יתר ספסטיות עיכוב בהגדלת זווית המרפק במהלך פעולת השלכת הכדור, שהוביל להצלחה פחותה יותר בזריקה. מן

הראוי לציין שפעולת הזריקה, שחוזרת ונשנית פעמים רבות, עלולה להיות פעילות מתישה עבור אנשים עם לקויות גופניות חמורות ולגרום לרמות של עייפות, המשפיעות על מידת הדיוק ועל מהירות הזריקה במהלך המשחק (Huang et al., 2014). לי ואח' (Lee et al., 2002) בדקו את ההבדלים בין מהירות הזריקה ודיוקה למרחקים שונים: מרחק קצר של 5 מ' ומרחק רחוק של 9 מ'. הם מצאו קשר שלילי, ככל שהמרחק עולה, בין מהירות הזריקה לדיוקה. מידת הספסטייות יכולה להסביר את הממצא הזה. חשוב לזכור כי ספסטייות מושפעת מאוד ממהירות התנועה, כלומר, ככל שהשחקנים צריכים לכסות מרחק גדול יותר, הם יידרו לזרוק את הכדור במהירות גבוהה יותר, ולכן מכניקת הזריקה תהיה מושפעת יותר מהספסטייות שלהם. במחקרם של הואנג ואח' (Huang et al., 2014) ביקשו להשוות בין כוח הידיים, תנועות הידיים ומהירות התנועה בזמן הזריקה בין ילדים עם שיתוק מוחין לילדים עם התפתחות טיפוסית. נמצא כי דיוק זריקת הכדורים יחסית לכדור הגיק אצל ילדים עם התפתחות טיפוסית עלה באופן ניכר על זה של ילדים עם CP. עוד נמצא כי דרישות קפדניות לדיוק מביאות את הילדים עם CP להאריך את משך התנועה בהשוואה לילדים עם התפתחות טיפוסית (Chang et al., 2005; Chen & Yang, 2007; Ronnqvist & Rosblad, 2007; van Thiel et al., 2000).

עייפות במשחק בוצ'יה

עייפות שרירים מתבטאת בירידה זמנית ביכולת לבצע פעולות פיזיות (Enoka & Duchateau., 2008). זוהי שרשרת של שינויים מטבוליים, מבניים ואנרגטיים בשרירים עקב החמצון ושימוש בחומרים תזונתיים שסופקו דרך זרימת הדם, וכן בעקבות שינויים ברמת היעילות של מערכת העצבים (Cifrek et al., 2009). שינויים ביוכימיים ופיזיולוגיים בשריר במהלך התכווצויות מעייפות באים לידי ביטוי גם במאפיינים של פעילות חשמלית של השריר המעורב (De Luca, 1984). מכיוון שעייפות שרירים עלולה להוביל לביצועים תפקודיים לקויים בחלק האחרון של המשחק, ביקשו פונג ואח' (Fong et al., 2012) לבחון את דפוס העייפות של ספורטאי בוצ'יה בהונג קונג (כתשעה שחקנים) ואת השפעתו על ביצועיהם במשחק. נמצא כי ככל שפעילות הגפיים העליונים נמשכת זמן רב יותר, עייפות השרירים היא אחת התלוונות השכיחות של השחקנים במהלך המשחק. עוד נמצא כי שריר הטרפז העליון הראה עייפות שריר מקומית שביטויה היה ירידה משמעותית באקטיבציה שרירית בעת השוואת הזריקות הראשונות והאחרונות במשחק ההדמיה. עייפות שריר נמצאה בקורלציה עם ירידה משמעותית במהירות הכדור המרבית. לשריר זה תפקידים רבים כגון סיבוב הסקפולה, סיבוב עצם השכם מעלה; הוא מספק בסיס יציב של תמיכה עבור ראש humeral, מגדיל טווח העלאת גפיים עליונים של התנועה ושומר מתח אורך שריר דלתא במגוון פונקציונלי (Szues et al., 2009). לכן, במחקר זה ננסה להצביע על השלב שבו מופיעה ירידה בדיוק הביצועי, וזאת כדי לתרום להפחתת ביצועי עייפות בשחקני בוצ'יה.

למידה מוטורית בשיתוק מוחין

למידה מוטורית היא תהליך פנימי של שינוי משתמר בדפוסי התנהגות מוטורית המאפשר רכישת מיומנויות שמתרחשת כתוצאה מאימון, מתרגול או מצפייה. הגורם לשינוי הוא הלמידה, והיא יכולה לכלול משוב (חיובי או שלילי), קשב (חיצוני או פנימי), סוגי אימונים שונים (סדרתי, מגוון, אקראי) וכיוצא באלה (Karni & Bertini, 1997). רכישת מיומנויות מוטוריות חדשות – הן יום-יומיות הן

ספורטיביות – קשה מאוד לאנשים עם שיתוק מוחין בגין הגירוי העצבי שרירי המוגבר (ספסטיות), המופחת (היפוטוניה) או הבלתי סדיר (אטתוזיס) שמאפיין את מרבית האנשים עם לקות זו (Gowen & Hamilton, 2013). המידע הספציפי על רכישת מיומנויות באנשים עם CP בכלל ובספורטאים עם CP בפרט, לוקה בחסר. זאת לעומת היקף רחב של מחקר הנערך בקרב אוכלוסייה ללא מגבלה בסוגיה הנוגעת לאופן שבו רכישת מיומנות מוטורית ופיתוחה מושפעים מתנאי הביצוע, כלומר: איך תרגול צריך להיות מובנה מבחינת מאפייני המטלה כדי לגרום לשיפור הגדול והיעיל ביותר בתהליך רכישת המיומנות. כאמור, יש מעט מידע על כך הנוגע לאנשים עם CP. באופן כללי מקובל להניח כי התוצר הכולל של התרגול הוא הגורם החשוב ביותר שיש להביא בחשבון (Magill & Hall, 1990; Hynes-Dusel, 2002). זאת ועוד, חוקרים מסכימים שתרגול מגוון (כולל תרגול של וריאציות רבות של המיומנות בתנאים שונים) משפר את הביצועים במהלך התרגול ודווקא תרגול אקראי (שיטה ליישום תרגול מגוון, שבה הווריאציות השונות מבוצעות בסדר מעורב) הראה תוצאות טובות יותר במבחני שחזור בהשוואה לאימון סדרתי (תרגול של מטלה אחת בודדת ברצף ארוך) (Hanlon, 1996; Schmidt & Lee, 2013). מוריס ויטמאנובה (Morris & Wittemannová, 2010) בחנו אם הממצאים התקפים באוכלוסייה ללא מגבלה באשר לתרגול מיומנויות מוטוריות יהיו תקפים גם בקרב ספורטאים עם CP. הם מצאו עלייה גדולה יותר בביצועים של מיומנויות בוצייה בקרב ספורטאי האימונים הסדרתיים לעומת ספורטאים המשתתפים באימונים אקראיים. מטרת המחקר של ריינה ואחי' (Reina et al., 2018) הייתה למדוד אם קיים הבדל ממשי, אם בכלל, בין אימון סדרתי לאימון אקראי לפני ואחרי תוכניות ההתערבות ביחס לביצועים של מיומנויות בוצייה. הם מצאו כי אימון אקראי מועיל יותר לשיפור וללמידה מאשר אימון סדרתי. הממצאים הללו אינם עולים בקנה אחד עם אלה של ג'ופרידה ואחי' (Giuffrida et al., 2002) שהראה כי אימון סדרתי היה מועיל ביותר כאשר שוב ושוב מתרגלים משימה חדגונית. ממצאים אלו מחזקים את הרעיון כי אנשים עם ליקויים נוירולוגיים ספציפיים ועם נכויות, במקרה זה CP, דורשים אימון סדרתי כדי ללמוד בצורה יעילה יותר, כיוון שהם אינם מסוגלים לעבד יותר מדי מידע בבת אחת (Lin et al., 2007). ניתן לראות גם ממחקרים קודמים, כי אימון סדרתי מספק תוצאות למידה טובות יותר, במיוחד במהלך שלב רכישת המיומנות (Magill & Hall, 1990; Hynes-Dusel, 2002). גם כדי לשפר את סגנון הטכניקה מומלץ לבצע אימון סדרתי, כמו שהוסיפו שמידט ולי (Schmidt & Lee, 2013) – כך הלומד המתחיל יכול להשיג שיפור במיומנות עצמה לפני שהוא נאלץ ליישם זאת במצב מאתגר יותר כמו משחק. מנקודת מבט של אימון, דמיאנו ואחי' (Damiano et al., 2017) מדגישים כי אנשים עם CP נוטים להציג יכולת למידה נמוכה יותר מאנשים ללא מוגבלות עקב שינויים במערכת התפיסה שלהם. מצד שני, אנשים עם CP נוטים להבין היטב את המרכיבים המפורשים של למידה מוטורית (כלומר, תהליך התכנון) באמצעות הוראות ומשוב.

אשליית אבינגהאוס (Ebbinghaus Illusion)

אשליית אבינגהאוס היא אשליה אופטית שבה אנו מתעתעים את המוח וגורמים לו לראות משהו בצורה שגויה, או לזהות דבר מה שאינו קיים במציאות (Roberts et al., 2005). בניסוי זה נגרום לעיגול להיראות גדול או קטן יותר בגלל

שינוי בסביבה שבה הוא נמצא (ראו איור 2). המוח שמשווה את גודל האובייקט לחפצים אחרים מושפע ממראה העיגולים שבסביבתו. כשהעיגול המרכזי מוקף בעיגולים קטנים, וככל שהעיגולים קרובים יותר לעיגול המרכזי – כך נראה לנו שהעיגול המרכזי גדול יותר. כיוון שעיגולים קטנים קרובים יותר לעיגול המרכזי יותר מהעיגולים הגדולים, מתעצמת האשליה האופטית שהעיגול המרכזי גדול יותר.

איור 2.

תיאור טיפסי של אשליית אבינגהאוס



מספר מחקרים בחנו את השפעתה של אשליית אבינגהאוס על לימוד ביצוע מוטורי של דיוק למטרה בחבטת גולף. הם קבעו כי מניפולציה פשוטה יכולה להשפיע על תפיסתה המרחבית של המשימה ועל ציפיות הביצוע במהלך התכנון המוטורי (Bahmani et al., 2017; Chauvel et al., 2015; De Fockert et al., 2007;) (Marchant et al., 2018). חוקרים רבים שבדקו את האשליה בגולף מצאו כי עיגולים קטנים יצרו תפיסה של המטרה כגדולה יותר ממטרה עם עיגולים גדולים, ולכן המשתתפים הצליחו יותר לדייק את החבטה (De Fockert et al., 2009; Witt et al.,) (Canal-), (Wood et al., 2013; Wood et al., 2012). לעומתם, בזריקת גולות קנל-ברולנד ואחי (Bruland et al., 2016) מצאו שהקבוצה שהתנסתה עם עיגולים גדולים מסביב למטרה, הציגה את הביצועים המדויקים ביותר לנוכח המידע שנצבר על התרומה לדיוק בגין השימוש באשליית אבינגהאוס. נראה אפוא שהשימוש באשליה זו במהלך אימונים עשוי לתרום לשיפור הביצועים, ולכן הוא נבחר כהתערבות היעד במחקר זה. לנוכח הפערים בידע הקיים עד כה בנושא הדיוק, השימוש באשליית אבינגהאוס והעייפות במשחק הבוצייה, מטרת המחקר היו: (א) לבדוק כיצד השימוש באשליית אבינגהאוס משפיע על הביצוע. ההשערה הייתה שלפחות באחת משיטות האשליה יחול שיפור; (ב) לבחון אם יש שינוי במהלך האימון בדיוק הביצועים בכל אחד משלושה מחזורים של 20 זריקות. ההשערה הייתה שתחול ירידה בדיוק הביצוע.

השיטה

מחקר זה נעשה בגישה של ניסוי תוך-נבדקי במדידות חוזרות. כל אחד מהמשתתפים התנסה פעמיים בשלושה מצבי ניסוי שונים. בניסוי השתתפו חמישה שחקנים אשר גויסו ממרכז הספורט איל"ן ברמת גן. בגיל $36 \pm$ (בטווח 18-48 שנים).

הקריטריונים להכללה במחקר זה היו: (א) לקות גופנית משמעותית בארבעת הגפיים; (ב) ניסיון במשחק בוצייה של לפחות שנה.

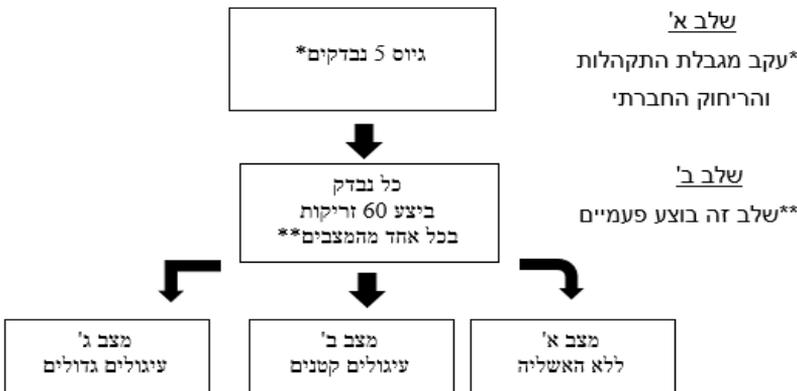
משימת הניסוי

המשימה הייתה זריקת כדורי בוצייה לעבר כדור המטרה (ג'ק) שהוצב במרחק 3 מ'. הביצוע במשימה נבדק בשלושת המצבים: (א) ללא האשליה; (ב) עם עיגולים קטנים סביב הג'ק; (ג) עם עיגולים גדולים סביב הג'ק. העיגול המרכזי שעליו הונח כדור המטרה הלבן (הג'ק) בקוטר של 9 ס"מ היה במרחק של 3 מ' מקו הזריקה. מסביבו, לפי מצב ב', שמונה עיגולים קטנים בקוטר של 6 ס"מ, או לפי מצב ג', כשמסביבו 5 עיגולים גדולים בקוטר של 12 ס"מ. המשתתפים השתמשו בכדורים האישיים שאליהם הם מורגלים. במעבר בין מצב למצב נחו המשתתפים במשך 10 דקות להתאוששות ולהתאוררות מחוץ לאולם. כפי שניתן לראות באיור 3, כל נבדק ביצע באותו מפגש את כל שלושת המצבים (כל מצב ארך כחצי שעה). לאחר יומיים עד שלושה של מנוחה התקיים מפגש נוסף שהתנהל כמו המפגש הראשון.

על מנת לנטרל את אפקט הלמידה בין המצבים השונים, אם קיים, חולקו המשתתפים באופן אקראי לשלושה מצבים: מצב ללא האשליה (קבוצה א); עם האשליה ועם עיגולים קטנים (קבוצה ב); עם האשליה ועם עיגולים גדולים (קבוצה ג). ביחס לכל נבדק חושב מספר הזריקות בכל מצב עבור עוצמה של 70% וגודל אפקט של 0.25 בשלושה מצבים א', ב' ו-ג'. מספר הזריקות הרצוי היה 43 עבור עוצמה של 70%. ליתר ביטחון עלה מספר הזריקות ל-60, ולכן גדלה העוצמה ל-85.4%.

בסוף כל מפגש, על מנת לבדוק את המניפולציה נשאלו הנבדקים: "כמה אתה חושב מ-1-5 העיגולים מסביב תרמו לך?" (1 - כלל לא עזרו, 5 - עזרו מאוד).

איור 3. שלבי המחקר



הליך המחקר

דיוק הזריקה נמדד כמקובל באימון על ידי מאמן או מתנדבי הקבוצה כמתווכים בין החוקרת לנבדקים. כדי לשמור על סמיכות הבודקים במהלך המדידה, חולקו הנבדקים למצבים השונים באופן אקראי בדרך של שליפת פתק מכובע. על מנת

לקבל סמיות כפולה קיבלו המאמן והצוות הנלווה הדרכה על ביצוע ההתערבות ועל מדידות הדיוק על ידי החוקרת שנמצאה איתם במקום הניסוי בכל מהלכו כדי לוודא את ביצועו התקין. מחקר זה נערך לפי המלצות ועדת האתיקה של מכללת וינגייט, בהסכמה מדעת בכתב מכל הנבדקים בהתאם להצהרת הלסינקי. את הפרוטוקול אישרה ועדת האתיקה של מכללת וינגייט.

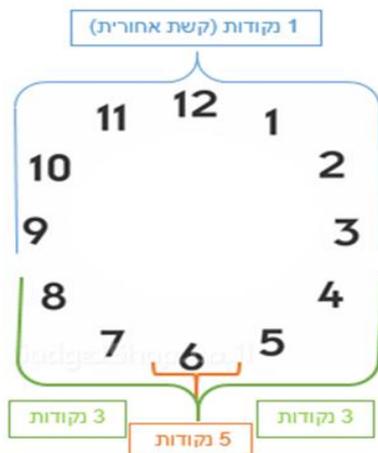
כלי המחקר

דיוק הזריקה יחסית למטרה חושב באופן הבא: מאחר שלא נמצא מדד מקובל בתחום, פיתחה החוקרת מדד שהמליצו עליו מאמני ושחקן נבחרת בוצ'יה, והוא מוצג באיור 4. במסגרתו ניתנה התייחסות לדיוק מוחלט וגם למשמעות הטקטית המבוטאת במיקום הכדור הנזרק יחסית לגיק (כדור המטרה). המיקום של הכדור האיכותי ביותר הוא כזה החוסם את גזרת הנחיתה של כדורי היריב באופן המלא ביותר ומתואר כשעה 6 במעגל השעון. בטווחים שבין 4-5 וכן בין 7-8 על מעגל השעון הביצוע איכותי מעט פחות, שכן נחסם רק חלק מהמטרה לכדור היריב. בטווחים שבין 3-9 על מעגל השעון הכדור איננו חוסם את כדורי היריב ולכן איננו איכותי. לפיכך, הניקוד שניתן לביצוע השחקנים היה כך:

- א. כדור שנפל במרחק מעל 9 ס"מ (קוטר של כדור אחד) מהגיק = 0 נקודות
- ב. כדור שנפל מתחת ל-9 ס"מ מהגיק בזווית בין שעה 3 ל-9 (שאר קשת השעות - קו אחורלי) = נקודה אחת
- ג. כדור שנפל מתחת ל-9 ס"מ מהגיק + בין שעה 4 ל-8 = 3 נקודות
- ד. כדור שנפל מתחת ל-9 ס"מ מהגיק + בשעה 6 בדיוק = 5 נקודות

איור 4.

ניקוד לפי פורמט דיוק ואפקטיביות



ניתוח הנתונים הסטטיסטיים

מחקר זה בוצע בנוהל של סדרת תיאורי מקרה, ולפיכך שאלת המחקר הראשונה תנותח באופן תיאורי בניתוח חזותי הבוחן את גרף הנבדק ואת השינויים המשמעותיים בדפוסי הנתונים בין שלב א', ב' ו-ג' תוך שימוש במתודולוגיה המקובלת במחקר חד-מקרי (Haegele & Hodge, 2015; McDougall, 2005). הקריטריון להצלחה הוגדר כאותן זריקות שקיבלו את הערך 5 (החלק הכתום באיור 4) או 3 (החלק הירוק באיור 4), לעומת אלו שקיבלו את הערך 1 (החלק הכחול באיור 4) או 0 (לא בטווח איור 4). לפיכך ייעשה שימוש עיקרי בחישוב אחוז הנתונים המתאימים (PCD - Percentage of Conforming Data) מחושב על ידי מספר הנתונים המבטאים את הקריטריון להצלחה – ציון 3 ו-5 לפי הנוסחה הבאה:

$$\text{מספר האירועים שנופלים בתוך הקריטריון (דירוג 3+5)} \\ \text{-----} * 100$$

מספר סך כל האירועים: מספר הזריקות היה 60, 20 זריקות בכל שלושת המצבים, פעמיים, סך הכול 120 זריקות למשתתף. לשאלת מחקר שניה: יושוו תוצאות כלל הביצועים בסיבוב בשליש הראשון של 20 זריקות לעומת הממצאים בשליש השלישי (של 20 זריקות) בכל אחד משני הסבבים על ידי מבחן וילקוקסון.

ממצאים**השפעת השימוש באשליית אבינגהאוס על הדיוק**

המטרה הראשונה של המחקר הייתה לבחון את ההשפעה של אשליית אבינגהאוס על דיוק הזריקה בקרב חמשת שחקני בוצ'יה (שלושה שחקנים ושתים שחקניות בסיווג BC1-4, בגיל 36 ± 10.3 שנים, טווח 18-48 שנים). כלומר אם יהיה הבדל בדיוק בין אימון ללא אשליה לאימון עם אשליית מטרה גדולה (סימון כדורים קטנים מסביב למטרה) או אשליית מטרה קטנה (סימון כדורים גדולים מסביב למטרה). נוסף על כך בוצעו חישובים על כלל הזריקות בכל אחד מהמצבים, כולל אלו שלא עמדו בקריטריון להצלחה. בכל מצב כזה (א', ב' או ג') היו בסך הכול 60 זריקות. לוח 1 מציג את ערכי PCD של כל אחד מהמשתתפים בכל אחד ממצבי הזריקה – א' (ללא סימון כדורים) ב' (סימון כדורים קטנים) ו-ג' (סימון כדורים גדולים) בשני הסבבים בערך הממוצע שלהם.

לוח 1.

מצבי הזריקות ואחוז PCD בכל שלושת המצבים, לכל נבדק בנפרד

ממוצע	5	4	3	2	1	מצב/נבדק
73.8	21.20%	30.80%	31%	27%	29.20%	ללא אשליה
76.3	36.40%	32.30%	31%	33.30%	33.80%	עיגולים קטנים
87.5	42.40%	36.90%	38.10%	40%	36.90%	עיגולים גדולים

בלוח 1 נצפתה עלייה עקבית של PCD בין א' ל-ב' ול-ג' (כלומר: א > ב > ג) בכל ארבעת הנבדקים מבין חמשת הנבדקים. בכל מקרה מצב ג' גדול ממצב א' אצל כל הנבדקים. לוח 2 מציג עד כמה הנבדקים הרגישו שהעיגולים של האשליה תורמים להם, כאשר 5 ברמה הכי גבוהה ו-1 במידה הנמוכה ביותר. ניתן לראות שמצב ג' תרם במרבית המקרים – כ-8 מקרים מבין 10, משמע 80% מהנבדקים להוציא את נבדק 3. לעומת זאת מצב ב' תרם רק ב-60% מהמקרים – כ-6 מקרים מבין 10. נבדק 3 לא חש שהאשליה תרמה לו בכלל, בעוד שכל שאר הנבדקים לפחות באחד הסבבים חשו שהעיגולים תרמו להם. ובאופן ספציפי, מצב ג' תרם לכל שאר הנבדקים בשני הסבבים.

לוח 2.

עד כמה הנבדקים הרגישו שהעיוגולים תורמים להם (דירוג 1-5)

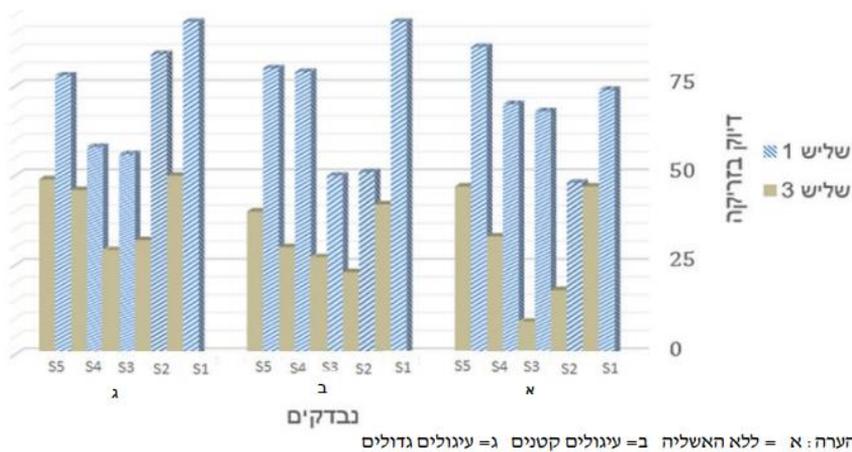
מזב/ נבדק	1	2	3	4	5	
עיוגולים קטנים	3	4	1	3	3	סבב א
עיוגולים גדולים	4	5	1	5	3	
עיוגולים קטנים	1	4	2	4	1	סבב ב
עיוגולים גדולים	3	5	2	4	3	

השפעת העייפות

המטרה השנייה של המחקר הייתה לבחון אם חלו שינויים בדיוק במהלך הזריקות. לפיכך נבדק אם יהיה הבדל בדרגת הדיוק הממוצעת בין מחזור הזריקות של 20 הזריקות הראשונות (שליש ראשון) מבין 60 הזריקות, בכל מצב לכל נבדק (S5-S1), מול 20 הזריקות האחרונות (שליש שלישי). הממצאים האישיים מופיעים באיור 5.

איור 5.

סכום ניקוד הדיוק בשני הסבבים לפי כל נבדק בכל מצב מחולק לשליש ראשון מול שלישי שלישי



בלוח 3 מופיעה ההשוואה בין הסבב הראשון לסבב השלישי. אצל כל הנבדקים חלה ירידה: במצב א' ירידה של 55%, כלומר יותר מחצי; במצב ב' ירידה של 54%; ובמצב ג' הירידה הכי קטנה של 44%. לנוכח השינוי העקבי והגדול בכל הנבדקים נעשה ניסיון לבחון את מובהקות השינוי באמצעות מבחן וילקוקסון המתאים למדגמים קטנים. ניתן לראות שבסכום כל מצב, הערכים נמוכים מ-0.05. המשמעות היא שיש הבדל מובהק וירידה ברמת הביצוע מבחינת דיוק בשליש השלישי מול השליש הראשון בכל המצבים ואצל כל הנבדקים.

לוח 3.

מבחן וילקוקסון להשוואה בין שליש ראשון לשליש שלישי בכל סכום מצב

P Value	Z Value	סכום שליש 3	סכום שליש 1	מצב זריקה
>0.05	2.022	154	346	ללא האשליה
>0.05	2.022	162	353	עיגולים קטנים
>0.05	2.022	206	369	עיגולים גדולים

דיון

הממצאים בסדרת תיאורי מקרה שהוצגו במחקר זה מציגים יתרון לכאורה של השימוש באשליית אבינגהאוס לעומת השימוש בזריקות כדורים ללא האשליה. היתרון בא לידי ביטוי אצל נבדקים בעלי ניסיון מעל שנה במשחק בוצייה, ואצל כל הנבדקים התקבלה עלייה בדיוק במצב עיגולים גדולים של האשליה לעומת ללא האשליה ולעומת מצב כדורים קטנים.

כעת אדון במשמעות של הממצאים לפי שאלות והשערות המחקר.

השפעת השימוש באשליית אבינגהאוס על הדיוק

השערת המחקר הייתה ששימוש באשליית אבינגהאוס יסייע גם בשיפור הדיוק במשחק בוצייה. בעבר נוסה האימון בסיוע אשליית אבינגהאוס בעיקר בשחקני גולף, ואילו כאן הוא בוצע לראשונה במשחק בוצייה. לנוכח הבידוד החברתי והסגר שנכפה בשל מגפת הקורונה הצטמצם מספר המשתתפים בפעילות הבוצייה בארץ (כמו בכל פעילויות הספורט) במידה ניכרת. לפיכך ביצענו נוהל של סדרת תיאורי

מקרה תוך שימוש בניתוח החזותי במתודולוגיה המקובלת (Haegele & Hodge, 2015). נעשה אפוא שימוש עיקרי בחישוב אחוז הנתונים המתאימים (PCD) כמפורט בשיטת המחקר. מכיוון שבתיאורי מקרה כל נבדק הוא תמונה בפני עצמה, אנו משווים את ביצועיו בין התנאים אחרים, והוא מתפקד כביקורת של עצמו ומפורש לרוב באמצעות ניתוח חזותי (Cooper et al., 2007; Horner et al., 2005). במחקר הנוכחי נמצא שאשליית אבינגהאוס הועילה לביצוע מדויק יותר באופן מובהק ב-9 מבין 10 סדרות של מצב ג', אצל כל הנבדקים התקבל אחוז גבוה יותר של ביצועים ברמת דיוק 3 ו-5 (מיקום נחיתת הכדור בדרגת איכות הגבוהות ביותר) שנבחרה כקריטריון להצלחה. כמקובל בתיאורי מקרה, בניתוח שכזה ניתן היה לראות את אמינות הדגימה ואת השפעתה כאשר נערך שכפול לפי הצעתם של ג'והנסטון ופניפייקר (Johnston & Pennypacker, 2009). השכפול היה כרוך במדדים חוזרים ונשנים הכוללים התערבות שנייה לחיזוק המסקנה ואמינותה (כלומר ABCABC). במחקר זה התקבל כי מצב ג' טוב יותר מכל יתר המצבים בשני הסבבים. זאת כאשר אפקט הלמידה בין המצבים השונים נוטרל על ידי חלוקה סמי-רנדומלית לשלושת המצבים בכל מפגש.

בגישה המחקרית של סדרת תיאורי מקרה נהוג להציג לפי כל נבדק יחיד להערכה, ופרשנות הנתונים מסתמכת על ניתוח חזותי שיטתי (Alberto & Troutman, 2013; Cooper et al., 2007; Kratochwill et al., 2010; et al., 2012). ניתוח חזותי שבוצע במחקר הנוכחי גילה כי כל נבדק היה טוב יותר ביחס לעצמו במצב ג'. נשאלת השאלה, מדוע במחקר הנוכחי מצב ג' הועיל יותר ממצב ב'? הרי לפי ויט ואח' (Witt et al., 2012) הנבדקים הצליחו יותר במשחק גולף כאשר החורים הוקפו על ידי עיגולים קטנים (מצב ב'). בחזרה על הניסוי, ווד ואח' (Wood et al., 2013) קיבלו אותן תוצאות, וטענו שכשהמטרה נראית גדולה יותר למשתתפים, הם מאמינים בעצמם ומשפרים את הביצועים. חשוב לציין כי הם הציגו גרסה אחת של האשליה כל פעם בנפרד ולא בו-זמנית לפי מקווסצ'יקס ואח' (Maquestiaux et al., 2021). עובדה זו מערערת את אפקט האשליה, כלומר לנבדק לא באמת הייתה אפשרות להשוות את שתי גרסאות האשליה וללכת שולל אחריה. אולם בעוד שגם אצל שובל ואח' (Chauvel et al., 2015) נמצא כי המשתתפים באימון שבו המטרה נתפסה כגדולה יותר הראו שיפור בביצוע, אזי מאמר של קנל-ברולנד ואח' (Canal-Bruland et al., 2016) שלל את הטענה הזו והראה כי דווקא אימון בזריקה למטרה שנתפסה כקטנה יותר הביא לשיפור בתוצאות. במחקרם זרקו הנבדקים גולות עם אשליית אבינגהאוס ונמצא שהקבוצה שהתנסתה עם מצב ג' (עיגולים גדולים) הציגה את הביצועים המדויקים ביותר – בדיוק כמו במחקר הנוכחי. לפיכך, המחברים טוענים שניתן לחזות את ההפך: מטרות קטנות יותר אמורות לאלץ את המבצע להיות מדויק יותר ובכך מביאות אותו לדיוק גבוה יותר. מאחר שהדבר מוביל להתמקדות מוגברת במטרה, אורך ומשתפר משך תכנון וכוונון התנועה עד הזריקה. כלומר שכשהמטרה נתפסת כקטנה יותר (על אף שהיא באותו גודל) נוצרת מוטיבציה לדייק יותר על מנת להצליח, בדומה למה שקרה במחקר הנוכחי. תוצאות אלה, שנמצאו בבדיקת מיומנות זריקת גולות – פעולה הדומה יותר לזריקת כדורי בוצ'יה מאשר חבטת גולף – מאוששות את הממצאים של המחקר הנוכחי. עוד עובדה שמחזקת את הממצאים היא הפידיבק מהנבדקים עצמם, כפי שניתן לראות בלוח 2, מרביתם חשו במדד

הדירוג הסובייקטיבית, שהאשליה תורמת להם בייחוד במצב ג'. על כן, באשר לשאלת המחקר ניתן לומר כי אשליית אבינגהאוס, כאשליה ויזואלית המשנה את תפיסת גודל המטרה, משפיעה לטובה על הלמידה המוטורית. אולם בהקשר של זריקה למטרה באמצעות כדורי בוצייה – דרושים מחקרים נוספים במדגם גדול והומוגני יותר כדי שיהיה ברור היכן ההשפעה גדולה יותר: תפיסת מטרה גדולה או תפיסת מטרה קטנה.

השפעת העייפות

השערת מחקר זו גם היא אוששה על פי הממצאים שכן נמצאה ירידה מובהקת בדיוק כתוצאה מעייפות אצל כל הנבדקים. עם זאת ייתכן שהשינויים נבעו גם מחוסר קשב, חוסר ריכוז, חוסר מוטיבציה, שעמום מהמחקר וכדומה. תוצאות המחקר הציגו ירידה בביצועים של יותר מ-50% בכל שלושת המצבים יחדיו (סכום הדירוגים 1,068 בשליש ראשון מול 522 בשליש שלישי). תוצאות המחקר הנוכחי היו דומות לאלה של מחקרים אחרים שהראו כי עייפות משפיעה על הביצועים בספורט (Stirn) (et al., 2011; Zory et al., 2006). אפשר להסביר את תופעת העייפות בעייפות שריר מקומית, שהרי שרירי פלג גוף עליון פעילים מאוד בבוצייה. את הממצאים במחקר זה מאשש מחקרם של פונג ואח' (Fong et al., 2012), אשר בדקו ספורטאי בוצייה שזרקו 72 כדורים ומדדו להם פעילות חשמלית של השריר באמצעות EMG. חוקרים אלו תיעדו נתונים שמהם ניתן להסיק שעייפות שרירים עשויה להוביל לביצועים תפקודיים לקויים בחלק האחרון של המשחק, כמו הפחתת מהירות הכדור, שכן היא משפיעה לרעה על היכולת להשתמש בטקטיקות משחק כדי לנצח את היריב. את ההתעייפות השרירית בזריקת כדורי בוצייה ניתן להסביר בכמה דרכים: ראשית, במנגנון העצבי שרירי הלקוי של השחקנים עם שיתוק מוחין יש תופעה הנקראת כיווץ מקבילי (Co-contraction) של אגוניסט ואנטגוניסט (Sanger, 2006). תופעה זו גורמת למאמץ שרירי מיותר. נוסף על כך יש קושי באיזון הבין-שרירי, ויש להניח שבמהלך תנועת הזריקה נדרש מאמץ רב של השרירים המייצבים את הגו שגם הוא עלול לגרום להתעייפות (Huang et al., 2014). מכאן ניתן להבין שמטלת הזריקה היא כשלעצמה פעילות מתישה עבור אנשים אלו, במיוחד עבור אלה עם לקויות חמורות ביותר. זאת ועוד, יש להביא בחשבון את מיקום הכדור שמשתנה כמעט אחרי כל זריקה וגורם למגוון מצבים במשחק המקשים על מידת הדיוק בזריקה, מהירות הכדור והבחירה באסטרטגיות במהלכו. בתחרויות העייפות גורמת לקשיים בשליטה ומכאן למשך תנועה ארוך יותר (Fong et al., 2012). על סמך הנתונים במחקר הנוכחי ניתן לומר שכבר אחרי 40 זריקות החלה ירידה בדיוק הזריקה. לכן על מאמנים לנקוט משנה זהירות בעת תכנון אימון באשר לנפח ולעוצמת האימון לספורטאים שלהם, כמו כן נחוצים אימונים ממוקדים ובמינון התנגדות מתאים לחיזוק שרירי פלג גוף עליון כדי למטב את תפקוד השרירים, למזער התעייפות ולשפר מיומנות וביצועים (Gibson & Edwards, 1985). עוד דובר במחקר של פונג ואח' (Fong et al., 2012) על חולשה שרירית בקרב שחקני בוצייה עם שיתוק מוחין, בדגש על חולשת שרירי פלג גוף עליון והטרפו במיוחד. כבר שם הוסק כי חולשת השרירים עלולה להביא לביצועים לקויים בחלק האחרון של המשחק מבחינת דיוק וביצוע, ולכן נחוצים אימוני כוח מייצבים לאותן קבוצות שרירים. אחת הדרכים המומלצות להפחתת עייפות ולשיפור הביצועים ובכלל עוסקת באימון מרווח שמחלק את היקף

התרגול לאינטרוולים קצרים וביניהם הפסקות המאפשרות למערכת עצב השריר להתאושש מהמאמץ. ואכן, רולדן ואחי' (Roldan et al., 2017) בדקו את השפעת אימון גדוש מול אימון מרווח בשחקני בוצייה עם מוגבלות מול ספורטאים ללא מוגבלות, ומצאו כי שחקני בוצייה הציגו תוצאה נחותה מזו של עמיתיהם ללא המוגבלות. גם ממצא זה ניתן להסביר בחולשת שרירים ומסת שריר מוגבלת. עוד הם מצאו, שבאימון מרווח שחקני בוצייה הצליחו יותר. נראה שבאימון מרווח היה יותר זמן להתאוששות של השרירים הפעילים והמייצבים. כמו כן לספורטאים היה פחות לחץ בזמן ולכן התאפשר להם לבצע תנועות מבוקרות ומדויקות יותר. שחקני בוצייה יכלו לווסת את עצמם לפי רמת הלכות שלהם, והם בחרו את הקצב האופטימלי ביותר לביצוע המשימות במהירות האפשרית. לעומת זאת נראה כי אימון גדוש מציב אתגר גדול עבור שחקני בוצייה, משום שהוא מחייב יותר שליטה, תכנון תנועה ועיבוד מידע סנסורי בפרק זמן מוגבל. כיוון שכך, הביצועים פחות טובים, יעילות התנועה קטנה ומהירות התנועה פוחתת (Xu et al., 2015). מומלץ אפוא למאמני בוצייה ולחוקרים שיבחנו מערכים שונים של תזמון אינטרוולים של זריקות, הכוללים מחקרי התערבות והשפעה של תרגילים שונים או אימוני שיפור כוח, מיומנויות וריכוז לאורך סדרת זריקות – כאלה שיביאו לשיפור הביצועים בספורטאי בוצייה. עוד התקבלה משאלה זו מסקנה שמחזקת את שאלת המחקר הראשונה. כלומר, הנתונים מצביעים על כך שבמצב ג' התקבלה הכי פחות ירידה בביצוע לעומת יתר המצבים, אפשר שנוסף על יתרון ביחס לדיוק יש יתרון למצב ג' גם בהקשר של שינוי הביצוע על ציר הזמן. כמובן שאפשרות זו תידרש לבחינה חוזרת עם מספר גדול של נבדקים. כמו כן חשוב לבחון אם היתרון שנמצא לשימוש באשליה במהלך האימון משליך גם על הביצוע במצבי אמת של התחרות.

מגבלות המחקר

עוצמת המחקר הייתה הולמת אילו היה שימוש בגודל מדגם גדול והומוגני יותר. בתחילה חושב גודל המדגם באמצעות ניתוח עוצמה אפריורי על סמך ההנחות של קבוצה אחת לבדיקות חוזרות, כאשר כל נבדק מבצע שלושה תנאים בסדר שונה, גודל האפקט 0.25 עוצמה של 0.7 עם רווח בר סמך קטן או שווה ל-0.05. על פי נתונים אלו גודל המדגם הרצוי הוא 24 נבדקים. בפועל במחקר הנוכחי המדגם קטן יותר – כחמישה נבדקים, משום מגבלות הקורונה והגבלת ההתגודדות במיוחד במרחבים סגורים שמנעה ממשתתפים רבים להגיע לפעילות. לכן ההתייחסות הפרטנית חושבה באמצעות חישוב PCD כחלק מהתמודדות עם האתגר שהציב מיעוט משתתפים. טווח הגילים בין 18 ל-48 שנים גדול יחסית. ניתוח הנתונים ראוי שיהיה כך שכל נבדק מבצע את החקר מבודד משאר משתתפי המחקר.

סיכום

בהתחשב במגבלות המחקר שצוינו לעיל, ניתן להבחין במגמות אחדות ואלו

הן:

א. בסדרת הנבדקים שנחקרה נמצא שיפור בדיוק במהלך השימוש באשליית אבינגהאוס (למעט נבדק אחד במצב ב'). העדות לשיפור במדדי הדיוק למרות המוגבלות הגופנית הקשה של המשתתפים מלמדת שהשימוש באשליית אבינגהאוס, במיוחד בעזרת העיגולים הגדולים, התאים למשתתפים. מן הראוי אפוא להמשיך ולבחון את השימוש באסטרטגיה

שכזאת גם בעתיד, שכן המחקר הגדיל את ההיצע של אסטרטגיות אימון המוצעות לאוכלוסיות עם מוגבלות זו.

ב. במהלך סדרה של 60 זריקות נמצאה בכל המקרים ירידה עקבית משמעותית ומובהקת של 50% ומעלה בביצוע בשליש האחרון לעומת השליש הראשון בסדרה. אפשר שתוצאה זו מלמדת על עייפות שרירית או על ירידה ביכולת הריכוז ובתיאום הבין-שרירי. יש לזכור כי עייפות היא מנגנון המגן על הגוף ועל השרירים מפני נזקים, ולכן חשוב להתייחס לכך בזמן אימוני הבוצ'יה, למשל על ידי אימון מרווח.

מקורות

- Alberto, P. A., & Troutman, A. C. (2013). *Applied behavior analysis for teachers* (9th ed.) Pearson Education.
- Avila, R. F., & Moreno Hernández, F. J. (2000). *The perception and neuromuscular activity in individuals with cerebral palsy playing Boccia* [methodological evaluation]. Una propuesta metodológica de evaluación. *A Punts: Educación Física y Deportes*, 60, 59–65. Spanish.
- Bahmani, M., Wulf, G., Ghadiri, F., Karimi, S., & Lewthawite, R. (2017). Enhancing performance expectancies through visual illusions facilitates motor learning in children. *Human Movement Science*, 55, 1-7.
- Barak, S., Mendoza-Laiz, N., Fuentes, M.T., Rubiera, M., & Huyzler, Y. (2016). Psychosocial effects of competitive Boccia program in persons with severe chronic disability. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 53 6, 973-988.
- Braendvik, S. M., Elvrum, A. K., Vereijken, B., & Roeleveld, K. (2009). Relationship between neuromuscular body functions and upper extremity activity in children with cerebral palsy. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 52(2), e29–e34.
- Canal-Bruland, R., van der Meer Y., & Moerman, J. (2016). Can visual illusion be used to facilitate sport skill learning? *Journal of Motor Behavior*, 48(5), 285-389.
- Cerebral Palsy International Sport and Recreation Association (2010). *CPISRA sports manual*.
http://www.cpisra.org/files/manual10_9p/C
- Cifrek, M., Medved, V., Tonkovic, S., & Ostojic, S. (2009). Surface EMG based muscle fatigue evaluation in biomechanics. *Clinical Biomechanics*, 24, 327–340.
- Chang, J. J., Wu, T. I., Wu, W. L., & Su, F. C. (2005). Kinematical measure for spastic reaching in children with cerebral palsy. *Clinical Biomechanics*, 20(4), 381–388.

- Chauvel, G., Wulf, G., & Maquestiaux, F. (2015). Visual Illusions can facilitate sport skill learning. *Psychonomic Bulletin & Review*, 22(3), 717-721.
- Chen, Y. P., & Yang, T. F. (2007). Effect of task goals on the reaching patterns of children with cerebral palsy. *Journal of Motor Behavior*, 39(4), 317–324.
- Cooper, J. O., Heron, T. E., & Heward, W. L. (2007). Applied behavior analysis (2nd ed.). Pearson Education.
- Damiano, D. L., Stanley, C. J., Ohlrich, L., & Alter, K. E. (2017). Task-specific and functional effects of speed-focused elliptical or motor-assisted cycle training in children with bilateral cerebral palsy: Randomized clinical trial. *Neurorehabil Neural Repair*, 31(8), 736-45.
- De Fockert, J., Davidoff, J., Fagot, J., Parron, C., & Goldstein, J. (2007). More accurate size contrast judgments in the Ebbinghaus Illusion by a remote culture. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, 33(3), 738-742.
- De Luca, C. J. (1984). Myoelectrical manifestations of localized muscular fatigue in humans. *Critical Review of Biomedical Engineering*, 11(4), 251–279.
- Dickson, M. J., Fuss, F. K., & Wong, K.G. (2011). Benchmarking of boccia balls: Roll distance, accuracy, stiffness, rolling friction, and coefficient of restitution. *Sports Technol*, 3, 131–40.
- Enoka, R. M., & Duchateau, J. (2008). Muscle fatigue: What, why and how it influences muscle function. *Journal of Physiology*, 586(1), 11–23.
- Fong, D. T. P., Yam, K. Y., Chu, V. W. S., Cheung, R. T. H., & Chan, K. M. (2012). Upper limb muscle fatigue during prolonged Boccia games with underarm throwing technique. *Sports Biomechanics*, 11(4), 441-451.
- Gibson, H., & Edwards, R. H. T. (1985). Muscular exercise and fatigue. *Sports Medicine*, 2, 120–132. <https://doi.org/10.2165/00007256-198502020-00004>.

- Giuffrida, C. G., Shea, J. B., & Fairbrother, J. T. (2002). Differential transfer benefits of increased practice for constant, blocked, and serial practice schedules. *Journal of Motor Behavior, 34*(4), 353-365.
- Gowen, E., & Hamilton, A. (2013). Motor abilities in autism: A review using a computational context. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 43*(2), 323-344.
- Haegele, J. A., & Hodge, S. R. (2015). The applied behavior analysis research paradigm and single-subject designs in adapted physical activity research. *Adapt Phys Activ Q, 32*(4), 285-301.
<http://doi.org/10.1123/APAQ.2014-0211>.
- Hanlon, R. E. (1996). Motor learning following unilateral stroke. *Arch Phys Med Rehabil, 77*, 811-815.
- Horner, R. H., Carr, E. G., Halle, J., McGee, G., Odom, S., & Wolery, M. (2005). The use of single-subject research to identify evidence-based practice in special education. *Exceptional Children, 71*(2), 165-179.
<http://doi.org/10.1177/001440290507100203>.
- Huang, P. C., Pan, P. J., Ou, Y. C., Yu, Y. C., & Tsai, Y. S. (2014). Motion analysis of throwing Boccia balls in children with cerebral palsy. *Research in Developmental Disabilities, 35*(2), 393-399.
- Hynes-Dusel, J. M. (2002). Practice and motor learning. *Physical Educator Spring, 59*(2), 58-66.
- Johnston, J. M., & Pennypacker, H. S. (2009). *Strategies and tactics of behavioral research* (3rd ed.). Routledge.
- Karni, A., & Bertini, G. (1997). Learning perceptual skills: Behavioral probes into adult cortical plasticity. *Current Opinion in Neurobiology, 7*(4), 530-535.
- Kratochwill, T. R., Hitchcock, J., Horner, R. H., Levin, J. R., Odom, S. L., Rindskopf, D. M., & Shadish, W. R. (2010). *Single case designs technical documentation*. What Works Clearinghouse website:
http://ies.ed.gov/ncee/wwc/pdf/wwc_scd.pdf
- Lee, H. M., Huang, Y. Z., Chen, J. J., & Hwang, I. S. (2002). Quantitative analysis of the velocity related pathophysiology of spasticity and

- rigidity in the elbow flexors. *Journal of Neurology, Neurosurgery & Psychiatry*, 72(5), 621-629.
- Lin, C. H., Sullivan, K. J., Wu, A. D., Kantak, S., & Winstein, C. J. (2007). Effect of task practice order on motor skill learning in adults with Parkinson disease: A pilot study. *Physical Therapy*, 87(9), 1120-1131.
- Magill, R. A., & Hall, K. G. (1990). A review of the contextual interference effect in motor skill acquisition. *Human Movement Sciences*, 9, 241-289.
- Maquestiaux, F., Arexis, M., Chauvel, G., Ladoy, J., Boyer, P., & Mazerolle, M. (2021). Ebbinghaus visual illusion: No robust influence on novice golf-putting performance. *Psychological Research*, 85, 1156–1166. <https://doi.org/10.1007/s00426-020-01298-0>
- Marchant, D. C., Carnegie, E., Wood, G., & Ellison, P. (2018). Influence of visual illusion and attentional focusing instruction in motor performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(216), 1-11.
- McDougall, D. (2005). The range-bound changing criterion design. *Behavioral Interventions*, 20, 129-137. <http://doi.org/10.1002/bin.189>.
- Morriss, L., & Wittmannová, J. (2010). The effect of blocked versus random training schedules on Boccia skills performance in experienced athletes with cerebral palsy. *European Journal of Adapted Physical Activity*, 3(2), 17-28.
- Olney, S. J., & Wright, M. J. (2000). Cerebral palsy. In G. L. Campbell (Ed.), *Physical therapy for children* (2nd ed., pp. 533–570). W. B. Saunders.
- Oskoui, M., Coutinho, F., Dykeman, J., Jetté, N., & Pringsheim, T. (2013). An update on the prevalence of cerebral palsy: A systematic review and meta-analysis. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 55(6), 509-519.

- Reid, S., Elliott, C., Alderson, J., Lloyd, D., & Elliott, B. (2010). Repeatability of upper limb kinematics for children with and without cerebral palsy. *Gait & posture*, *32*(1), 10-17.
- Reina, R., Domínguez-Díez, M., Urbán, T., & Roldán, A. (2018). Throwing distance constraints regarding kinematics and accuracy in high-level boccia players. *Science & Sports*, *33*(5), 299-306.
- Roberts, B., Harris, M. G., & Yates, T. A. (2005). The roles of induced size and distance in the Ebbinghaus Illusion (Titchener circles). *Perception*, *34* (7), 847–856.
- Roldan, A., Sabido, R., Barbado, D., Caballero, C., & Reina, R. (2017). Manual dexterity and intralimb coordination assessment to distinguish different levels of impairment in Boccia players with Cerebral Palsy. *Frontiers in Neurology*, *8*, 582.
- Romero, A.R., Campo, V.L., & Reina-Vaillo, R. (2010). *Analysis of kinetic variables applied or classification of Boccia athletes of Classes BC1 & BC2* [master's thesis]. [Elche (Spain)]: Miguel Hernández University.
- Ronnqvist, L., & Rosblad, B. (2007). Kinematic analysis of unimanual reaching and grasping movements in children with hemiplegic cerebral palsy. *Clinical Biomechanics*, *22*(2), 165–175.
- Sanger, T. D. (2006). Arm trajectories in dyskinetic cerebral palsy have increased random variability. *Journal of Child Neurology*, *21*(7), 551–557.
- Schmidt, R., & Lee, T. (2013). *Motor learning and performance: A situation-based learning approach* (5th Edition). Human Kinetics Publishers.
- Steenbergen, B., & Gordon, A. M. (2006). Activity limitation in hemiplegic cerebral palsy: Evidence for disorders in motor planning. *Developmental Medicine and Child Neurology*, *48*(9), 780–783.
- Stirn, I., Jarm, T., Kapus, V., & Strojnik, V. (2011). Evaluation of muscle fatigue during 100-m front crawl. *European Journal of Applied Physiology*, *111*, 101–113.

- Szues, K., Navalgund, A., & Borstad, J. D. (2009). Scapular muscle activation and co-activation following a fatigue task. *Medical & Biological Engineering & Computing*, *47*, 487–495.
- Urbán, T., Gutiérrez, Ó., & Moreno, F. J. (2015). Effects of unstable conditions on kinematics and performance variables in young handball players. *Journal of Human Kinetics*, *46*(1), 39-48.
- Van Thiel, E., Meulenbroek, R. G., Hulstijn, W., & Steenbergen, B. (2000). Kinematics of fast hemiparetic aiming movements toward stationary and moving targets. *Experimental Brain Research*, *132*(2), 230-242.
- Witt, J. K., Linkenauger, S. A., & Proffitt, D. R. (2012). Get me out of this slump! Visual illusions improve sports performance. *Psychological Science*, *23*, 397-399.
- Wood, G., Vine, S. J., & Wilson, M. R. (2013). The impact of visual illusions on perception, action planning, and motor performance. *Attention, Perception, & Psychophysics*, *75*, 830–834.
<http://doi.org/10.3758/s13414-013-0489-y>
- Xu, K., Mai, J., He, L., Yan, X., & Chen, Y. (2015). Surface electromyography of wrist flexors and extensors in children with hemiplegic cerebral palsy. *PM R. Mar*, *7*(3), 270-275.
<http://doi.org/10.1016/j.pmrj.2014.09.009>
- Zory, R., Millet, G., Schena, F., Bortolan, L., & Rouard, A. (2006). Fatigue induced by a cross-country skiing KO sprint. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, *38* (12), 2144–2150.

השפעת תוכנית שיקום וספורט בקהילה (שס"ק) על הפעילות הגופנית, המצב הגופני-נפשי ואיכות החיים בקרב אנשים עם מוגבלות בתנועה שפוו מבתיים במהלך מלחמת "חרבות ברזל"

חגית גד¹, דקל בכר², ידין ספיר²
המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט
²אילן מרכז הספורט לנכים בישראל

תקציר

מחקר זה בחן את השפעת תוכנית שיקום וספורט בקהילה (שס"ק) על היקף הפעילות הגופנית, על המצב הגופני והנפשי ועל איכות החיים בקרב אנשים עם מוגבלות תנועה שפוו מבתיים במהלך מלחמת "חרבות ברזל". המחקר התמקד בהערכת האפקטיביות של התוכנית ובבחינת הקשרים בין פעילות גופנית, תמיכה חברתית ואיכות חיים במצב החירום הייחודי שנוצר. המחקר כלל 78 משתתפים עם מוגבלות בניידות (53 גברים ו-20 נשים, 5 ללא ציון מגדר) בגילים 15-89 שנים. הנתונים נאספו באמצעות שאלונים לדיווח עצמי שבחנו תדירות פעילות גופנית, מצב גופני ונפשי, תמיכה חברתית ואיכות חיים. ממצאי המחקר הראו שיפור משמעותי בהיקף הפעילות הגופנית של המשתתפים בעקבות ההשתתפות בתוכנית שס"ק. כמו כן נמצא שיפור ניכר במצב הגופני והנפשי של המשתתפים וקשר חיובי בין רמת הפעילות הגופנית לבין התמיכה החברתית. ניתוח רגרסיה הראה שהתמיכה החברתית היא הגורם המרכזי ביותר בניבוי השינוי בהיקף הפעילות הגופנית, כאשר התוכנית נמצאה אפקטיבית יותר בקרב נשים ובקרב משתתפים עם מדד מסת גוף נמוך יותר. גיל נמצא כמנבא מובהק של איכות חיים, כאשר ככל שהגיל עולה, איכות החיים יורדת. ממצאי המחקר מדגישים את החשיבות של שילוב פעילות גופנית ותמיכה חברתית בתוכניות התערבות עבור אנשים עם מוגבלות תנועה במצבי חירום. המחקר מציע תובנות חשובות לפיתוח וליעול תוכניות דומות בעתיד שיענו על צרכיה הייחודיים של אוכלוסייה זו.

תאריכים: ספורט מותאם, שיקום, נכות גופנית, חוסן

מטרת המחקר הנוכחי היא לבחון את השפעת התוכנית לשיקום וספורט בקהילה (להלן שס"ק) על היקף הפעילות הגופנית, על המצב הגופני והנפשי ועל איכות החיים בקרב אנשים עם מוגבלות תנועה שפוו מבתיים במהלך מלחמת "חרבות ברזל". סקירת הספרות ותמקד בשלושה נושאים מרכזיים: במוגבלות תנועה

והשלכותיה על תפקוד ועל איכות חיים; בהיבטיה השונים של פעילות גופנית והשפעתה על אנשים עם מוגבלות תוך התמקדות מיוחדת באתגרים ובהזדמנויות במצבי חירום; במיזם שס"ק, מטרותיו ועקרונות פעולתו. הסקירה מסתיימת בהצגת הרציונל לביצוע המחקר והשאלות הספציפיות שעליהן הוא ענה.

מוגבלות תנועה

חוק שוויון הזכויות, תשנ"ח-1998, סעיף 5 מגדיר מוגבלות בתנועה כך: "אדם עם לקות בתנועה, קבועה או זמנית, אשר בשלה מוגבל תפקודו באופן מהותי בתחום אחד או יותר מתחומי החיים העיקריים". מוגבלות בתנועה היא מונח גג לליקויים מוטוריים המגבילים את האדם מהשתתפות בפעילויות שונות. על פי מחקרים, אנשים עם מוגבלויות פיזיות פעילים פחות ומנהלים אורח חיים יושבני. ניידות משמעותה יכולת תנועה של אדם, והיא חלק חשוב מתפקודים פיזיים המסייעים לו לנהל חיים עצמאיים (Todorov & Kirchner, 2000). מוגבלות בתנועה מעידה גם על ירידה ביכולת לבצע תפקידים חברתיים ותעסוקתיים, ומכאן הקושי של אנשים עם מוגבלויות להשיג את סיפוקיהם ואת צורכיהם בצורה חופשית ועצמאית (נגר אידלמן ואח', 2022).

אנשים עם מוגבלות בניידות מתמודדים עם אתגרים ייחודיים שיכולים להשפיע לרעה על הרווחה הנפשית. ליקוי בניידות כרוך במגוון גורמי לחץ פוטנציאליים שיכולים להשפיע לרעה על ההתפתחות הפיזית, הקוגניטיבית, הרגשית והחברתית של אנשים עם מוגבלות (Fugl-Meyer et al., 2002). לפי האמנה הבין-לאומית לזכויות של אנשים עם מוגבלות, סעיף 20, מוגבלות פיזית נוגעת ליכולת מוגבלת של אדם לבצע פעולות במסגרת החברתית עקב פגיעה פיזית. לפי אמנה זו, ההגדרה של "מוגבלות בניידות" מתייחסת לאנשים הנתקלים בקשיים ייחודיים בגישתם למיקומים פיזיים, כגון בתי ספר, חנויות, תחבורה ציבורית וכדומה בשל סביבה או תשתיות שאינן נגישות בהיעדר תכנון מותאם של האזור למצבם.

מדינות החתומות על אמנה זו יקדישו משאבים תועלתיים כדי להבטיח שלאנשים עם מוגבלויות תהיה ניידות אישית מרבית, כולל אפשרויות לבצע פעולות באופן עצמי וקל בכל זמן ובכל מקום שיבחרו לשיקול דעתם. על מנת להקל עליהם את יכולת הניידות האישית, מוצעים להם מכשירי עזר מתקדמים, טכנולוגיות מותאמות וסיוע אנושי לתיווך הניידות שלהם בחברה.

אנשים עם מוגבלויות ניידות שזוהו עם רמה גבוהה של פעילות גופנית דיווחו על חיוניות כללית רבה יותר, על בריאות טובה יותר ועל השתלבות מחדש מיטבית בקהילה רגילה בהשוואה למשתתפים שתיארו את רמת הפעילות הגופנית שלהם כנמוכה או לא קיימת (Crawford et al., 2008). לדוגמה, בסקר של בר לב ואח' (2023), עולה כי רובם המכריע של אנשים עם מוגבלות בתנועה מתגוררים במשקי בית בקהילה וחלקם מתגוררים בהוסטלים ובדירות נתמכות בקהילה. זאת לאור מגמה הולכת וגוברת במדינות מערביות רבות להעביר אנשים עם מוגבלות למסגרות דיור מוגן בקהילה.

מבחינה תעסוקתית עולה כי 50% מהאנשים עם מוגבלות מועסקים בשוק העבודה בהשוואה ל-72% בקרב אנשים ללא מוגבלות. לאנשים עם מוגבלויות רמת השכלה נמוכה יותר מזו של האוכלוסייה הכללית בישראל: ל-54% אין תעודת בגרות בהשוואה ל-36% באוכלוסייה הכללית. עוד עולה מהמאמר כי 48% מאנשים עם

מוגבלות חמורה חווים תחושת בדידות ו-35% חשו כך מקרב אלה שהגדירו את מוגבלותם כמתונה. זאת בהשוואה ל-20% מהאנשים ללא מוגבלות. אנשים עם מוגבלות חשים כי הם מעורבים פחות בחברה בהשוואה לאנשים ללא מוגבלות. כמו כן, עולה במאמר כי עמדות שליליות, סטיגמות ודעות קדומות פוגעות בהכלה של אנשים עם מוגבלות בחברה הן במערכת החינוך הן במקומות עבודה ובקהילה כולה, ומקשות עליהם את השתלבותם בחברה. הסטיגמה פוגעת באיכות החיים של אנשים עם מוגבלות ומתבטאת באפליה בדיור ובתעסוקה, בניכור ובריחוק חברתי ולעיתים אף בטיפול רפואי לקוי, מה שמעודד אנשים עם מוגבלות להסתיר את מוגבלותם כדי להשתלב טוב יותר בחברה.

מחקרים רבים בחנו את הקשר בין תדירות ומשך האימונים לבין רווחה נפשית. אנשים עם מוגבלות תנועה נמצאים בסיכון מוגבר לפתח בעיות נפשיות כגון דיכאון, חרדה ותחושות בדידות, וזאת בשל מגוון גורמים הכוללים קשיים בניידות, מגבלות בהשתתפות חברתית ואתגרים בתפקוד היום-יומי. פעילות גופנית היא כלי חשוב לשיפור איכות החיים והרווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלות ועשויה לסייע בהפחתת הסיכון לבעיות נפשיות אלו, אך במצבי חירום היא עלולה להיות מוגבלת או בלתי נגישה (Kovács et al., 2013).

מחקר של שאנון ואח' (Shannon et al., 2023) מראה כי קיים יחס ישר בין תדירות ועצימות הפעילות הגופנית לבין מידת השיפור במדדים של בריאות נפש, כגון הפחתה בתסמיני דיכאון וחרדה. אנשים עם מוגבלות פיזית חווים חסמים אישיים במסגרת רצונם לבצע פעילות גופנית, כדוגמת חוסר מוטיבציה או זמן או חסמים סביבתיים כמו חוסר נגישות ותחבורה למקומות שבהם הם יכולים לבצע פעילות גופנית. במצבי משבר חסמים אלו עלולים להתעצם, כמו למשל במהלך תקופת הקורונה, שאופיינה בבידודים ובמחסור בשירותים חברתיים, שפגעו בנגישות של פלטפורמות לביצוע פעילות גופנית עבור אנשים עם מוגבלות פיזית.

המלצות לפעילות גופנית בריאותית

פעילות גופנית הוגדרה באופן נרחב ככל תנועה גופנית ששרירי השלד מפיקים ושגורמת להוצאה אנרגטית (Caspersen et al., 1985). הגדרה זו מקיפה מגוון רחב של פעילויות, החל מפעילות גופנית המכוונת כאימון ספורט ועד לתנועה מקרית לאורך היום, כדוגמת הליכה ועלייה במדרגות. הגדרה זו מדגישה שפעילות גופנית כרוכה בחריגה מצורכי האנרגיה המינימליים של הגוף לתפקודים בסיסיים.

באופן דומה מחקר נוסף (Tremblay et al., 2016) מגדיר פעילות גופנית ככל תנועה גופנית ששרירי השלד יוצרים וגורמת להוצאה אנרגטית מוגברת מעל הרמה הבסיסית. הגדרות אלו מדגישות את החשיבות של מעורבות שרירי השלד ושל הוצאה אנרגטית מוגברת כמאפיינים מרכזיים של פעילות גופנית. על פי ארגון הבריאות העולמי (Who, 2022), אנשים עם מוגבלות צריכים לעשות לפחות 150-300 דקות בשבוע של פעילות גופנית אירובית בעצימות בינונית או לפחות 75-150 דקות של פעילות גופנית אירובית נמרצת; או שילוב שווה-ערך של פעילות בעצימות בינונית ונמרצת לאורך כל השבוע. כמו כן מומלץ גם לבצע יומיים לפחות בשבוע פעילויות ספורטיביות לחיזוק השרירים וזאת בעצימות בינונית או גבוהה יותר המערבת את כל קבוצות השרירים הגדולות.

בעוד שתנועה והוצאת אנרגיה הן קריטיות, חלק מהחוקרים מבדילים בין פעילות גופנית על סמך עוצמה ומבנה ומגדירים פעילות גופנית ככל תנועה גופנית ששרירי השלד יוצרים, שגורמת להוצאה אנרגטית מוגברת מעל הרמה הבסיסית ושאיננה תוצאה של עמידה או הליכה" (Weinstein et al., 2004). הגדרה זו אינה כוללת פעילויות בסיסיות כמו נשימה ומתמקדת בתנועה מעבר לעמידה ולהליכה. באופן דומה, פעילות גופנית מקוטלגת על סמך עצימות כקלה, מתונה או נמרצת, תוך הדגשת רמות ההוצאה האנרגטית המשתנות הקשורות לסוגים שונים של פעילויות והניתנות למדידה.

לפיכך הגדרת העבודה שתשמש במחקר זה היא שפעילות גופנית היא כל תנועת גוף הנוצרת מכיווץ של שרירי השלד שמעלה את ההוצאה האנרגטית מעל קצב חילוף החומרים במנוחה. היא משתנה באופן ביצוע הפעילות, תדירותה, עוצמתה, משכה והקשרה. מושגים נוספים הקשורים לפעילות גופנית ובהם עוסק מאמר זה הם: אימון וספורט. אימון הוא תת-קטגוריה של פעילות גופנית המתוכננת, מובנית, חוזרת על עצמה ומעדיפה שמירה או פיתוח של כושר גופני, ומטרתו אינה תחרותית. ספורט הוא חלק מספקטרום הפעילות הגופנית והוא מתאים לכל תרגול ממוסד ומאורגן, המבוסס על כללים ספציפיים (עיסוק בספורט תחרותי הכולל אימון והקפדה על כללים) (Caspersen et al., 1985).

הספרות המקצועית מדגישה את הערך המוסף של פעילות גופנית דווקא בנסיבות מורכבות של מצבי חירום ועיתות משבר. מחקרם של פופוב ואחי (Popov et al., 2021) מצא קשר מובהק בין פעילות גופנית לבין תגובת לחץ מופחתת ומאשש כי התועלות הידועות של פעילות גופנית תקפות גם בזמני חירום. קידום פעילות גופנית (בבית ובמרחבים ציבוריים) במהלך משברים עשוי לטענת החוקרים למנוע בעיות נפשיות, לנוכח העובדה שפעילות גופנית הורידה את רמות החרדה אצל אנשים הנוטים להתמודדות ממוקדת רגשות שנמצאה מובילה למצבי בריאות נפשית ירודה. מצבי חירום פעמים רבות יוצרים תופעות לא רצויות, לדוגמה, בידוד עצמי ממושך המשפיע השפעה פסיכולוגית שלילית, מעודד תסמיני דחק פוסט-טראומטי, בלבול וחרדה (Brooks et al, 2020). יתר על כן, מצב חירום המוביל לחוסר פעילות גופנית, מאיץ שינויים בריאותיים שליליים, כגון הזדקנות מוקדמת, השמנת יתר, פגיעות לב וכלי דם, ניוון שרירים, איבוד עצם וירידה ביכולת האירובית (Bortz, 1984). ממחקרם של דורסטיין ואחי (Durstine et al., 2000) עולה המלצה על פעילות גופנית המאמצת קבוצות שרירים גדולות, כולל הליכה, ריצה, ג'וגינג, רכיבה על אופניים, ספינינג, חתירה ועוד מגוון פעילויות קצביות בעצימות של 40% עד 85% מיכולת הדופק המרבי למשך 20 עד 60 דקות של פעילות גופנית רציפה או מצטברת בכל אימון, בתדירות רצויה של לפחות ארבעה מפגשים בשבוע ועד פעילות גופנית יום-יומית. ההתקדמות תלויה ביכולות הספציפיות של כל אדם, מטרותיו והעדפותיו ותוך מעקב אחר סימנים ותסמינים חריגים כדוגמת כאבים בחזה, סחרחורת והפרעות קצב לב.

הפסקת אימונים לזמן ארוך, כפי שקרה פעמים רבות בעיתות משבר, מובילה לירידה ניכרת בצריכת החמצן המרבית (VO_{2max}), ליכולת סיבולת מופחתת, לאובדן כוח ומסת שרירים, לקרעים בגידים ולטריבולוגיה מופחתת של מפרקים

(חוסר יעילות בשימון המפרק, כאשר השימון הטבעי של המפרקים עשוי להיות לא מספיק כדי להפחית את החיכוך ולמנוע שחיקה) (Paoli & Musumeci, 2020).
נוסף על כך, פעילות גופנית עשויה לשפר תוצאות פתולוגיות ולהפחית סיכון להידבקות במחלות זיהומיות על ידי קידום שחרור הורמוני סטרס האחראים להפחתת דלקות מקומיות בדרכי הנשימה ועל ידי גרימת הפרשה של ציטוקינים אנטי-דלקתיים (חלבונים המופרשים על ידי תאים של מערכת החיסון ויש להם תפקיד מרכזי בתקשורת בין תאים במהלך תגובות חיסוניות ודלקתיות) (Ravalli & Musumeci, 2020).

פעילות גופנית ומצבי חירום

באופן כללי, באחריות הפרט לבחור אם לבצע או לא לבצע פעילות גופנית בזמני חירום. לרוב המציאות סביב הפרט משתנה: מכוני כושר, אצטדיונים, בריכות, אולפני ריקוד וכושר, מרכזי פיזיותרפיה, פארקים ומגרשי משחקים עלולים להיסגר, ולכן יש למצוא להם חלופות. בעיתות חירום הרגלי חיים שונים מושפעים, שגרת הניידות משתנה ועימה משתנים פעילויות גופניות ואימונים רגילים (Maugeri et al, 2020). מחקרים מראים כי מצבי חירום המובילים לפינוי אוכלוסייה כמו רעידות אדמה, שיטפונות, מגפות או מלחמות, מגבירים את שכיחותן של מחלות הקשורות לאורח חיים בקרב המפונים בהשוואה לאוכלוסייה הכללית. עם מחלות אלו נמנות סוכרת, יתר לחץ דם ודיסליפידמיה (Hashimoto et al., 2017; Sun et al., 2022). אחת הסיבות המרכזיות להיחלשות הבריאות היא הירידה ברמת הפעילות הגופנית בעקבות הפינוי (Nagai et al., 2016). ממצאים אלו מדגישים את החשיבות של שמירה על פעילות גופנית גם בתקופות חירום, במיוחד עבור אוכלוסיות בסיכון כמו אנשים עם מוגבלויות.

כאשר לא ניתן להשתתף בפעילות גופנית במסגרות הרגילות כמו מכון כושר או חוגי ספורט, יש לאמץ פתרונות יצירתיים המותאמים למגבלות ולנסיבות. מודל מוביל שצבר פופולריות במהלך מגפת הקורונה, לדוגמה, הוא המודל המקוון – מוסדות בריאות, מרכזי כושר ודומיהם עודדו את הגברת הפעילות הנמרצת והמתונה דרך פרסום שגרות אימון יומיות מקוונות באינטרנט, בפלטפורמות כמו זום, ובשידור אימוני בוקר בטלוויזיה. היו אנשים שמצאו דרכים חדשות להיות פעילים יותר במהלך זמני משבר, לדוגמה, השתתפו בפעילויות תנועה בטבע כגון הליכה, ריצה ורכיבה על אופניים, בהתאם להנחיות משרד הבריאות (Castañeda-Babarro et al, 2020).

מצבי החירום נחלקים לשלושה סוגים: מצבי חירום טבעיים, מצבי חירום הקשורים (במישרין או בעקיפין) לבני האדם (אירועים אנתרופולוגיים, טכנולוגיים, טכניים-טכנולוגיים וחברתיים) ומצבי חירום היברידיים, שהם שילוב של פעולות של כוחות טבעיים והשפעה של החלטות אנושיות (Mladan & Cvetković, 2013). בזמני חירום שגרת החיים לרוב משתבשת והגישה למתקני אימון ולתוכניות מסודרות עשויה להיות מוגבלת מאוד, כך שלסוגים מסוימים של מצבי חירום (למשל מגפות לעומת רעידות אדמה) עשויות להיות השפעות שונות.

זמני חירום ומשבר מזמנים התמודדויות חדשות המקשות על שמירת אורח חיים בריא הכולל פעילות גופנית. עם זאת, דווקא בנסיבות מאתגרות אלו חשיבות מכרעת טמונה בהמשך הפעילות לצורך שימור הבריאות הפיזית והנפשית. מחקר

מקיף שנערך על אודות ההשפעות המנטליות של מגפת הקורונה על אוכלוסיות רבות מצא שהפרעות בשגרה ולחץ מוגבר עלולים להחמיר את בעיות בריאות הנפש עבור אנשים עם מוגבלות (Holm et al., 2024). ישנם אנשים שעשויים דווקא להגביר את הפעילות הגופנית בעת חירום, ובכך להימנע מהשפעותיה על בריאות הנפש (Ordoñez-Araque et al, 2021).

רווחה נפשית

רווחה נפשית מוגדרת על פי ארגון הבריאות העולמי כמצב שבו הפרט מממש את יכולותיו תוך שהוא מסוגל להתמודד עם לחצי החיים, לעבוד באופן פרודוקטיבי והוא בעל תחושת מסוגלות לתרום לקהילתו (WHO, 2005). רווחה נפשית ניכרת בתפקודו של הפרט בתחומי החיים ובתחושותיו באשר לעצמו ולחיינו (Cohen, 2004). על פי התאוריה של ווטסון ואחי (Watson et al., 1988), רווחה נפשית מבטאת תחושה הנובעת מאפקט חיובי (חוויות חיוביות) ומאפקט שלילי (חוויות שליליות). האפקט החיובי מתקשר לממדי אושר וסיפוק, ואילו האפקט השלילי נוגע לממדי דאגה, חרדה, בדידות ודיכאון. מחקרים הוכיחו כי שני ממדים אלו אינם קשורים בהכרח זה בזה, ולכן מקובל לבחון אותם בנפרד. מחקרים הראו כי כאשר לאדם רמה גבוהה של רגשות שליליים, חשיבתו נעשית מצומצמת והוא מתקשה לחשוב ולפעול. לעומת זאת, כאשר לאדם רמה גבוהה של רגשות חיוביים, בהם רגשות של שמחה, סיפוק, מורל גבוה ואושר – הוא מנהל אורח חיים בריא יותר, חש תחושת שליטה על חייו ומתמודד טוב יותר עם מצבי דחק.

רווחה נפשית סובייקטיבית, על פי התאוריה של דינר (Diener, 1984), כוללת ממד קוגניטיבי וממד רגשי. הממד הקוגניטיבי הוא האופן שבו אדם מעריך את שביעות רצונו מחייו, ולעומת זאת הממד הרגשי נוגע לתגובות רגשיות (שליליות או חיוביות) של אדם לאירועים שונים בחייו. תגובותיו של האדם נובעות מהערכתו את האירועים ומרגשותיו כלפיהם. על פי ארגון הבריאות העולמי (WHO, 2005), רווחה נפשית מורכבת משישה ממדים של תפקוד פסיכולוגי חיובי אצל האדם. ראשית, האדם בעל קבלה עצמית כלפי עצמו ועברו; הוא בעל יחסי אנוש חיוביים עם הסובבים אותו; הוא חש עצמאי ומגובש עם עצמו; בעל יכולת ניהול יעילה של סביבתו בעת הצורך לסיפוק צרכיו האישיים; חווה תחושת משמעות בחייו; וחותר להמשך פיתוח עצמי לצורך צמיחתו האישית.

על פי תאוריית האושר האובייקטיבי של כהנמן (Kahneman, 1999), כאשר הפרט חווה רווחה נפשית גבוהה, הוא יתפקד טוב יותר במישור האישי והחברתי בחייו: במישור האישי הוא יפתח יכולת הנעה פנימית לצד יכולת שליטה בחייו, תפיסה חיובית של המציאות, דימוי עצמי גבוה ותחושה כי לחייו יש משמעות; במישור החברתי יכולת המנהיגות גוברת, והוא מתפקד טוב יותר בקרב הסובבים אותו.

השפעת פעילות גופנית על הרווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלות פיזית

פעילות גופנית במידה מספקת משפיעה לטובה על הרווחה הנפשית אצל אנשים עם מוגבלות פיזית, המתבטאת באיכות חיים טובה יותר, חרדה נמוכה יותר, דימוי גוף ומראה טובים יותר. ארגון הבריאות העולמי (WHO) הגדיר רווחה זו כמונח הכללי המקיף את חייו של האדם בכלל התחומים, כולל היבטים פיזיים, נפשיים וחברתיים, המרכיבים את מה שניתן לכנות "טוב החיים". יתרון נוסף של פעילות גופנית הוא שיש לה השפעה חיובית על מערכת החיסון בכך שהיא שומרת על

איזון מטבולי, מפחיתה דלקתיות ומגבירה את מספר הלימפוציטים. השפעות אלו של פעילות גופנית על מערכת החיסון עשויות להיות בעלות חשיבות מיוחדת בזמנים של מגפות ווירוסים. מחקרים רבים מצאו שפעילות גופנית סדירה קשורה לשיפור מצב הרוח, הערכה עצמית מוגברת והפחתת הסיכון לפתח מצבים נפשיים כמו דיכאון וחרדה (Farris et al., 2020; Stanton et al., 2014). נראה שהתועלת לבריאות הנפש עולה בעוצמות ובתדירות גבוהות יותר של הפעילות הגופנית (Nakagawa et al., 2020).

מחקרם של דה בואר ואח' (De Boer et al., 2021), שבחן את מידת הרווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלות פיזית בטרם מגפת הקורונה ואחריה, מצא כי היא השפיעה לרעה על רמת הרווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלות פיזית במהלך הגל הראשון בקרב קבוצות גיל שונות. פעילות גופנית פיזית, על סמך הספרות המקצועית, מקושרת לרמות נמוכות יותר של דיכאון וחרדה ומשפרת את תחושת הרווחה הנפשית. במהלך מגפת הקורונה נצפתה ירידה בפעילות הגופנית של אנשים עם מוגבלות פיזית ועלייה בממדי רווחה נפשית שליליים. גם במחקרם של הולם ואח' (Holm et al., 2022), שבחן את השפעות מגפת הקורונה על הרווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלות פיזית לעומת אנשים ללא מוגבלות במהלך מגפת הקורונה שמוגדרת כמצב חירום, נמצא כי אנשים עם מוגבלויות דיווחו יותר על רגשות של בדידות במהלך המגפה מאשר אנשים ללא מוגבלויות, וכן דיווחו על יותר תחושות דאגה וחרדה. המקור לתחושות החרדה והדאגה היה החשש להידיבקות בנגיף והקושי להשתמש בשירותים ובמשאבים.

במחקרם של פרי ואח' (Fari et al., 2023) נמצא כי מגפת הקורונה והמגבלות שהוטלו בעקבותיה גרמו לפגיעה משמעותית ברווחה הנפשית של אנשים עם מוגבלויות פיזיות שעסקו בפעילות גופנית ובספורט. הסגרים וההגבלות על תנועה ועל התקהלות מנעו מהם את היכולת להמשיך ולעסוק בפעילויות אלה כרגיל. המחקר מצא כי במהלך השנה הראשונה למגפה חלה הרעה משמעותית בצינוני הרווחה הנפשית של ספורטאים עם מוגבלויות בהשוואה לתקופה שלפני המגפה. הבידוד החברתי, חוסר הפעילות הגופנית והשגרה החדשה יצרו לחצים נפשיים ותרמו לתחושות של חרדה, דיכאון ותסכול. פעילות גופנית חיצונית וספורט הם מקור חשוב לרווחה נפשית עבור אנשים עם מוגבלויות, שכן הם מאפשרים שחרור מתחים, ביטוי עצמי ויצירת קשרים חברתיים. הימנעות מפעילויות אלו במהלך המגפה הותירה אותם חשופים יותר למצוקה נפשית.

במלחמת "חרבות וברזל" פונו תושבים מיישובי עוטף עזה ומיישובי קו העימות בצפון בהתאם להחלטת הממשלה. מתחילת המלחמה, השבעה באוקטובר 2023, ועד אמצע נובמבר 2023 פונו כ-130,000 תושבים. על פי נתוני המנהל לאנשים עם מוגבלות, בין המפונים היו מוכרים 1,539 אנשים עם מוגבלות שהתגוררו ביישובי עוטף עזה והצפון, אשר רובם צרכו את שירותי המנהל. תושבים שפונו מבתיהם בעקבות המלחמה נאלצו לעזוב את סביבתם המוכרת, את הקהילה ואת רשת התמיכה החברתית שלהם, ושגרת היום-יום שלהם נפגעה עד מאוד (רבינוביץ', וויסבלאי, 2023).

אנשים עם מוגבלות גופנית זקוקים לחדר המאפשר ניידות נוחה, ללא מדרגות, ושיש בו חללים מרווחים המאפשרים שימוש באביזרים המסייעים לניידות או

למעבר ממקום למקום. מרבית המפונים עם מוגבלות פיזית מעידים על כך שפנו לבתי מלון עם חדרים לא נגישים או שלא היו מותאמים לצורכיהם בשל מחסור בחדרים מותאמים. כמו כן, השהייה בחדר אחד במלון עם בני משפחה נוספים מאתגרת במיוחד כאשר מדובר באנשים עם מוגבלות. רימון-גרינשפן וברלב (2023) מצאו כי אנשים עם מוגבלות עלולים להתקשות להגיע למרחב מוגן בזמן המוגבל שקבע פיקוד העורף. קושי זה עלול לפגוע בתחושת הביטחון האישי ולהוביל להימנעות מיציאה מהבית. במקרה כזה, אדם עם מוגבלות יזדקק לסיוע בהשגת מצרכים וציוד לסיפוק צרכיו ולהפגת הבדידות.

תחושת בדידות מועצמת בתקופת מלחמה שכן ילדים ומבוגרים עם מוגבלות נאלצים לשהות בביתם שעות רבות ביממה, והם מנותקים ממעגליהם החברתיים. שירותים רבים (תעסוקה, פנאי ובילוי, חינוך, בריאות ועוד) סגרו את שעריהם עם פרוץ המלחמה, והמפגשים החברתיים הלכו ופחתו. כמו כן, לאנשים עם מוגבלות היה קושי מוגבר לצאת מהבית עקב חרדה וחשש מאזעקות ומהצורך להתגונן במרחב הציבורי. קשיים אלה הובילו לפגיעה במצבם הכלכלי של אנשים עם מוגבלות ולצורך באספקת מזון ומשאבים מגורמים חיצוניים כגון עמותות או תורמים.

משתנים דמוגרפיים, פעילות גופנית ואיכות חיים בקרב אנשים עם מוגבלויות
מחקרים שונים בחנו את הקשרים בין המשתנים המרכזיים הנוגעים לפעילות גופנית ואיכות חיים בקרב אנשים עם מוגבלות. סקירת המחקרים הללו מספקת תובנות על ההבדלים המגדריים, על השפעת הגיל, על הקשר עם מדד מסת הגוף (BMI) ועל ההשפעה של סוג המוגבלות. מחקרם של אסקונדו ואח' (Ascondo et al., 2023) בחן את המוטיבציות ואת החסמים לפעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלות על ידי התמקדות בהבדלים בין המגדרים וסוגי המוגבלויות. המחקר כלל 103 משתתפים עם מוגבלות (40 נשים ו-63 גברים) בטווח גילים 15-57 שנים, שמשותפים דרך קבע בתוכניות פעילות גופנית וספורט. המשתתפים מילאו שאלון מובנה שבחן מוטיבציות וחסמים לפעילות גופנית וספורט. הממצאים הראו שנשים דיווחו על חסמים רבים יותר לפעילות גופנית בהשוואה לגברים, במיוחד בהיבטים של חשש מפציעה, מצב בריאותי, היעדר כושר גופני והיעדר שותף לפעילות. נמצאו הבדלים מגדריים משמעותיים במוטיבציה לפעילות גופנית: נשים הונעו יותר משיקולים של אורח חיים בריא והמלצות רפואיות, וגברים הונעו יותר מהיבטים של הנאה והתמודדות עם אתגרים. החוקרים מייחסים את ההבדלים המגדריים למצב של "אפליה כפולה" המאפיין נשים עם מוגבלות – היותן נשים והיותן מוגבלות. מצב זה מוביל לחסמים מוגברים בהשתתפות בפעילות גופנית. המחקר מאשש את קיומם של הבדלים מגדריים גם בחסמים וגם במוטיבציה לפעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלות.

אשר להשפעת הגיל על איכות החיים, מחקרם של רה וקים (Ra & Kim, 2016), בחן את ההבדלים באיכות החיים של אנשים עם מוגבלויות לאורך זמן והתמקד בהשפעת התעסוקה והגיל. המחקר התבסס על נתוני סקר שאספה הסוכנות הקוריאנית לתעסוקת אנשים עם מוגבלויות וכלל 5,092 משתתפים עם מוגבלות רשומה. הנתונים נאספו לאורך ארבע שנים (2009-2012) באמצעות סקר שנתי שבחן מאפיינים דמוגרפיים, השתתפות כלכלית ואיכות חיים. החוקרים השתמשו במודל רב-רמתי לניתוח הנתונים, שאפשר להם לבחון את ההבדלים באיכות החיים הן בין

המשתתפים הן בקרב כל משתתף לאורך זמן. הממצאים מראים שנמצא קשר שלילי בין גיל לאיכות חיים, כאשר עלייה בגיל הייתה קשורה לירידה באיכות החיים. ניתוח לפי קבוצות גיל הראה כי לקבוצות הגיל המבוגרות יותר (מעל גיל 50) הייתה איכות חיים התחלתית נמוכה יותר בהשוואה לקבוצות הצעירות יותר. המחקר מאשש את הקשר השלילי בין גיל לאיכות חיים בקרב אנשים עם מוגבלות, ומדגיש כי ההשפעה השלילית של הגיל על איכות החיים היא מעבר להשפעות של גורמים אחרים כמו תעסוקה.

בהקשר של השפעת מדד מסת הגוף על פעילות גופנית, מחקרם של מרטין-גיניס ואח' (Martin Ginis et al., 2021) מציג סקירה גלובלית של פעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלויות והתמקד בשכיחות הפעילות הגופנית, יתרונותיה הבריאותיים והמדיניות לקידומה. החוקרים ביצעו סקירה שיטתית נרחבת שכללה 36 מטה-אנליזות של מחקרי התערבות בפעילות גופנית ותוצאות בריאותיות בקרב אנשים עם מוגבלויות. הם ניתחו נתונים מסקרי בריאות לאומיים ממדינות רבות כדי להעריך את שיעורי הפעילות הגופנית באוכלוסייה זו. אשר לקשר בין BMI לפעילות גופנית מצא המחקר כי BMI גבוה היה קשור באופן שלילי ומובהק להשתתפות בפעילות גופנית. ניתוח רגרסיה הראה שמשותפים בעלי BMI גבוה יותר דיווחו על רמות נמוכות יותר של פעילות גופנית והשתתפות מופחתת בתוכניות התערבות. החוקרים מצאו גם כי ההשפעה השלילית של BMI על פעילות גופנית הייתה חזקה יותר בקרב אנשים עם מוגבלויות בהשוואה לאוכלוסייה הכללית. ממצאי מחקר זה מספקים תיעוד אמפירי לקשר השלילי בין BMI להשתתפות בפעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלויות ומדגישים את חשיבות ההתייחסות למשתנה זה בתכנון תוכניות התערבות.

אשר לקשר בין פעילות גופנית, תמיכה חברתית ואיכות חיים, מחקרם של קים ואח' (Kim et al., 2021) בחן את הקשרים בין פעילות חברתית ופעילות גופנית בשעות הפנאי לבין תמיכה חברתית ותחושת אושר בקרב אנשים עם מוגבלות פיזית. המחקר התבסס על מודל תאורטי הבוחן את האופן שבו פעילות גופנית ופעילות חברתית משפיעות על תחושת האושר, כאשר תמיכה חברתית משמשת כגורם מתווך. המחקר כלל 351 משתתפים קוריאנים עם מוגבלות פיזית, אשר מילאו שאלונים שבחנו את היקף הפעילות הגופנית והחברתית שלהם, רמת התמיכה החברתית ותחושת האושר. הממצאים מראים שנמצא קשר חיובי מובהק בין פעילות גופנית לבין תמיכה חברתית, במיוחד בהיבטים של תמיכה רגשית ואינטראקציה חברתית חיובית. נוסף על כך מצא המחקר כי תמיכה חברתית מתווכת את הקשר בין פעילות גופנית לבין תחושת אושר. המחקר מדגיש את החשיבות של שילוב פעילות גופנית ופעילות חברתית בתוכניות שיקום עבור אנשים עם מוגבלות פיזית, שכן הוא מסייע בפיתוח מערכות תמיכה חברתיות המשפרות את איכות החיים.

לבסוף, בהתייחס להשפעת סוג המוגבלות על איכות החיים, מחקרם של סילבן-פררו ואח' (Silván-Ferrero et al., 2020) בחן את השפעת הסטיגמה המופנמת, הפעולה הקולקטיבית והחוסן הנפשי על איכות החיים הפסיכולוגית בקרב אנשים עם מוגבלות פיזית. המחקר התבסס על מודל תאורטי הבוחן שני נתיבים אפשריים להפחתת ההשפעות השליליות של סטיגמה מופנמת: הראשון דרך הזדהות קבוצתית ופעולה קולקטיבית והשני דרך חוסן נפשי. המחקר כלל 288 משתתפים

ספרדים עם מוגבלות פיזית בני 18-82, אשר מילאו סקר מקוון במשך שלושה חודשים. הממצאים מראים כי נמצא קשר שלילי מובהק בין סטיגמה מופנמת לאיכות חיים, כאשר חוסן נפשי נמצא כגורם מתווך חלקי בקשר זה. נוסף על כך, המחקר מצא כי קיימים הבדלים משמעותיים בין סוגי מוגבלויות שונים, כאשר פגיעה נפשית הייתה קשורה באופן שלילי ומובהק לאיכות חיים. המחקר מדגיש כי סוג המוגבלות, ובפרט המרכיב הנפשי, הוא גורם משמעותי המשפיע על איכות החיים של אנשים עם מוגבלות, מעבר להשפעות של משתני רקע אחרים.

מיזם שס"ק

פרויקט שס"ק (שיקום וספורט בקהילה), המוכר גם כפרויקט איל"ן, הוא מיזם מהפכני בישראל המתמקד בספורט ובשיקום עבור אנשים עם מוגבלויות במצב חירום. בשנות פעילותו מינואר 2024 ועד אמצע 2025 היה פרויקט שס"ק צריך להתאים את שירותיו במהירות למצבי חירום משתנים, כפי שנדרש במהלך מלחמת חרבות ברזל. מצבי החירום כללו ירי טילים מתמשך שסיכן ניידות אישית ופינוי מהסביבה הטבעית לסביבה ארעית, ללא צפי לסיום המצב. הפרויקט הציע מענה מיידי של פעילות גופנית מותאמת למצבי המוגבלות על ידי מדריך שהגיע פעם עד פעמיים בשבוע במשך כשעה לאנשים עם מוגבלויות שנפגעו או פונו מבתיים. הפעילות נערכה בסביבת המגורים במרחב שהותאם לצרכים ולאפשרויות הניידות של המשתתפים. היא כללה בעיקר תרגילי גמישות, כוח וקואורדינציה, על פי רוב בקבוצה, וזאת על מנת לספק למשתתפים תמיכה פיזית ונפשית ולסייע בפיתוח חוסן נפשי וגופני בתקופות משבר. מדריכי התוכנית גויסו בהתאם לכישוריהם, לניסיונם ולזמינותם לניידות ברחבי סביבת הפעילות המיועדת. נוסף על ההגעה הפיזית של המדריך "עד הבית" פותח מערך גמיש של מענים וירטואליים באמצעות תוכנת "זום" ובאמצעות רצועות גמישות ויישומון אימון כוח. כך התאפשר להגיע למקומות מרוחקים ולספק שירותים גם באמצעים מקוונים באין אפשרות להגעה פיזית.

בימי מלחמת חרבות ברזל פעל הפרויקט ב-25 מרכזים ברחבי הארץ, מהצפון ועד הדרום, וסיפק שירותים חינוכיים לאוכלוסייה זו ובדגש על פצועי מלחמת חרבות ברזל. המיזם התמקד במיוחד בסיוע לנפגעים מהמערכות האחרונות בישראל, כולל מלחמת חרבות ברזל, והציע פתרונות ייחודיים וחדשניים לצורכיהם המיוחדים. מטרתו העיקרית הייתה לסייע לאנשים עם מוגבלות להשתלב בחברה, להתמודד עם אתגרים יום-יומיים ולשפר את איכות חייהם (Heller, 2024; Hutzler et al., 2024). הפרויקט התבסס על גישה הוליסטית המשלבת בין גוף ונפש מתוך הבנה עמוקה כי שיפור ביכולות הפיזיות משפיע במישרין על הרווחה הנפשית ולהפך. באמצעות תוכניות ספורט ושיקום מותאמות אישית שס"ק מקדם את ההתמודדות הפיזית והנפשית של המשתתפים. התהליך כולל מגוון רחב של טיפולים, כולל פיזיותרפיה, טיפול תקשורתי, תעסוקתי, רפואי ופסיכולוגי. צוות מקצועי רב-תחומי עובד בשיתוף פעולה הדוק כדי להתאים את התוכנית לצרכיו הייחודיים של כל מטופל מתוך התחשבות במצבו הפיזי, הנפשי והחברתי.

רציונל ושאלות המחקר

נוסף על הסבל האישי-חברתי-קהילתי מפונים סובלים ניתוק מאפשרויות הפעילות הגופנית היום-יומית. אנשים עם מוגבלות סובלים מניתוק זה אף יותר בשל סיכוני בריאות גבוהים ועקב קושי רב יותר לקיים שגרת פעילות גופנית כשנדרש להגיע במהירות למרחב מוגן. הערך המוסף של פעילות גופנית להתמודדות עם חרדה

ודיכאון מוכר וידוע, ועקב החסמים שאנשים עם מוגבלות חווים במערכת התנועה, יש לה חשיבות מיוחדת עבורם. המיזם בוחן את פערי התמיכה בחברה ומנסה לספק פתרונות יעילים ומתמשכים לקהל היעד שלו בשילוב בין ספורט, שיקום וחברה (Heller, 2024).

על בסיס ממצאי הספרות המקצועית ולנוכח המציאות הייחודית של מלחמת "חרבות ברזל", שבמסגרתה אירע פינוי ממושך, נדרשה בחינת האפקטיביות של תוכנית שס"ק שמציעה מודל משולב של פעילות גופנית ותמיכה חברתית-קהילתית לאנשים עם מוגבלות תנועה שפוננו מבתיים. לבדיקת האפקטיביות של המיזם נוסחו שאלות המחקר האלה:

1. האם יימצא שיפור בהיקף הפעילות הגופנית של המשתתפים בעקבות ההשתתפות בתוכנית שס"ק בהשוואה להיקף הפעילות לאחר הפינוי?
2. האם יימצא שיפור במצב הגופני והנפשי של המשתתפים בעקבות ההשתתפות בתוכנית שס"ק?
3. האם יימצא קשר חיובי בין היקף הפעילות הגופנית במסגרת התוכנית לבין רמת התמיכה החברתית ואיכות החיים של המשתתפים?
4. האם משתני הרקע (גיל ומין), רמת התמיכה החברתית והיקף הפעילות הגופנית יסבירו באופן מובהק את השונות באיכות החיים של המשתתפים?

שיטת המחקר

מדובר במחקר חתך באמצעות סקר רטרוספקטיבי שהועבר למפונים עם מוגבלות שהשתתפו במיזם שס"ק בנקודת זמן אחת בין שלושה-ארבעה חודשים לאחר תחילת הפעילות, על מנת לקבל תמונה רטרוספקטיבית של דיווח עצמי על השפעת הפעילות.

מדגם

במחקר השתתפו 78 אנשים עם מוגבלות בניידות, מהם 53 גברים (72.6%) ו-20 נשים (27.4%), ו-5 משתתפים ללא ציון מגדר. טווח הגילים נע בין 15-89 שנים, כשהגיל הממוצע הוא 63.44 שנים (סטיית תקן 18.65). מדד מסת הגוף (BMI) הממוצע של המשתתפים עמד על 25.93 (סטיית תקן 4.28). המשתתפים נדגמו בדגימת נוחות וכללו פצועי מלחמת "חרבות ברזל" וכן תושבי הדרום והצפון עם מוגבלות תנועתית אשר פונו מבתיים למגורים ברחבי הארץ. היקף המשתתפים במחקר כלל כשליש מכלל המשתתפים במיזם והושפע ממספר גורמים שהקשו על גיוסם והשפיעו על ייצוגיות המדגם. עם הגורמים נמנים האתגרים הסביבתיים והמצב הביטחוני המורכב, אשר עוררו חשדנות והססנות בקרב המשתתפים, במיוחד כאשר הפנייה אליהם נעשתה טלפונית. כמו כן החשש מהשלכות אפשריות על זכאותם לפיצויים מהרשויות צמצם את שיעור ההיענות למחקר. לצד זאת, אילוצים אישיים ותעסוקתיים, עומס יום-יומי וכן חוסר עניין או מוטיבציה השפיעו אף הם על זמינות המשתתפים ולכן על היקף המדגם. מגבלות אלו עשויות להשפיע על הפיזור הגיאוגרפי של המשתתפים, על ייצוגיות המדגם ועל יכולת ההכללה של ממצאי המחקר.

כלי מחקר

במסגרת המחקר נעשה שימוש בארבעה שאלוני דיווח:

- שאלון פרטים סוציו-דמוגרפיים שאסף מאפיינים אישיים של המשתתפים כגון מין, גיל, משקל, גובה ומצב בריאותי (נספח – חלק א).
- שאלון שס"ק שצוות המחקר פיתח במיוחד למחקר זה. עקב מצוקת הזמן, תנאי המלחמה והצרכים נבנה השאלון למענה פשוט (נספח – חלק ב). בשאלון תשעה פריטים ששוקללו למספר היבטים מרכזיים: (1) תדירות הפעילות הגופנית לפני הפינוי, לאחר הפינוי ולאחר תחילת הפעילות במיזם שס"ק. תדירות הפעילות הגופנית בכל אחד מהזמנים הוערכה בסולם של 0-3, כאשר 0 מייצג חוסר פעילות, 1-2 מייצג פעילות של פעם עד פעמיים בשבוע, ו-3 מייצג פעילות של שלוש פעמים ומעלה בשבוע; (2) מצב גופני; ו-3) מצב נפשי, שניהם לפני ואחרי תחילת הפעילות במיזם שס"ק. המצב הנפשי והגופני בכל אחד מהזמנים הוערכו בסולם של 1-3, כאשר 1 מייצג חלש יותר, 2 מייצג ללא שינוי, ו-3 מייצג חזק יותר. שאלון הסקר נבדק וגרסה מותאמת אושרה על ידי שני מומחים טרם הפצתו לאוכלוסיית היעד.

- שאלון איכות חיים. נעשה שימוש במדד אחד מתוך שאלון איכות חיים שפיתחו קומיניס ולאן (Cummins & Lau, 2005). המשתתפים התבקשו להעריך איך הם מרגישים בחייהם (פריט אחד) על סולם של 1 (מאוד לא שמח) עד 5 (מאוד שמח) (נספח – חלק ג)

- המשתתפים התבקשו למלא שאלון תמיכה חברתית שפיתחו סוסקולן ואחי (Soskolne, 2006). השאלון המתורגם (נספח – חלק ד) כולל שישה פריטים הבודקים את תדירות סוגי התמיכה העומדים לרשות המשתתפים כאשר הם נזקקים להם. המשתתפים מדרגים את תשובותיהם על סולם ליקרט בן חמש דרגות, החל מ-1 (אף פעם) ועד 5 (כל הזמן). במחקרים קודמים שעשו שימוש בכלי זה נמצאו ערכי מהימנות פנימית טובים עם אלפא של קרונבך בטווח של 0.70-0.97.

הליך

הנתונים נאספו פיזית בין שלושה לארבעה חודשים לאחר תחילת המיזם על ידי מדריכי פרויקט שס"ק באזורים שונים בארץ. תהליך איסוף הנתונים כלל הסבר מקדים למשתתפים על מטרת המחקר והדגשת העובדה כי ההשתתפות היא וולונטרית ואנונימית, והם חתמו על הסכמה מדעת. המחקר קיבל אישור ועדת אתיקה מוסדית של המכללה האקדמית לוינסקי-וינגייט. המשתתפים ענו על השאלונים בסדר קבוע וזהה. הנתונים הועברו לעורכת המחקר להזנה במערכת ממוחשבת ולניתוח סטטיסטי.

ניתוח הנתונים

ניתוח הנתונים נערך באמצעות שתי תוכנות סטטיסטיות: תוכנת JASP שימשה לניתוחים הפרמטריים, כולל סטטיסטיקה תיאורית, מתאמים ורגרסיות בעוד שתוכנת SPSS שימשה לביצוע המבחנים הא-פרמטריים בשל יכולותיה המתקדמות יותר בתחום זה. הניתוח כלל מספר שלבים. בשלב הראשון נערכה סטטיסטיקה תיאורית של כלל המדדים שכללה חישוב ממוצעים, סטיות תקן, ערכי מינימום ומקסימום ושכיחויות. לצורך בחינת השפעת התוכנית נערכו

מבחינים א-פרמטריים (מבחן וילקוסון) להשוואת המאפיינים הנפשיים, החברתיים והפיזיולוגיים של המשתתפים, זאת בשל אופי המדגם וסולמות המדידה. כמו כן, נערכו ניתוחי מתאם ספירמן לבחינת הקשרים בין אינדקס רמת הפעילות לבין תמיכה חברתית ואיכות חיים. לבסוף בוצעו ניתוחי רגרסיה לבחינת השפעת משתני הרקע (גיל ומין), תמיכה חברתית ואינדקס רמת פעילות על איכות החיים של המשתתפים. מכיוון שתבנית המחקר היא מסוג מחקר חתך, לא ניתן לבצע הסקה סיבתית, אלא רק ניתוח של תפיסה עצמית של המשיבים באותה נקודת זמן. לפיכך לצורך יצירת אינדקס רמת פעילות גופנית חושב ציון מסכם המבוסס על שלושה מדדים: שינוי בנפח פעילות מאז תחילת הפרויקט, מצב גופני מאז תחילת הפרויקט ומצב נפשי מאז תחילת הפרויקט. לשם כך יצרנו סולם של 7 דרגות (3- דרך 0 ועד 3) אשר סברנו שמבטא, גם אם בצורה גסה, את התפיסה העצמית של המשיבים באשר לתועלת של תוכנית שסי"ק עבורם. כאמור לעיל, באינדקס נכללו שלושה רכיבים. הרכיב הראשון חושב מתוך שאלות 1 ו-3, בהן המשיבים מדרגים את היקף הפעילות השבועית שלהם בצורה גסה. אם מאז התחלת הפרויקט היקף הפעילות זהה לזה שהיה לפני הפינוי (קרי, לפני המלחמה), ניתן הערך 0. אם היקף הפעילות מאז הפרויקט היה גבוה מזה שהיה לפני הפינוי, ניתן הערך 1, ואם נמוך ממנו הערך 1-1. שני הרכיבים הנוספים הם דירוג המצב הגופני (שאלה 7) והנפשי (שאלה 9). בשאלות אלו בוצעה הסבה של הנתונים מסולם של 1 = חזק יותר, 2 = חלש יותר, 3 = ללא שינוי, לסולם של 1 = חזק יותר, 1- = חלש יותר, 0 = ללא שינוי. כך נוצר סולם של 7 רמות, 3- ל-3, שבו ציון 3 משקף תפיסה עצמית גבוהה: עושה יותר פעילות + מצב גופני חזק יותר + מצב נפשי חזק יותר, ואילו ציון 3- מציין את ההפך. האינדקסים של המצב הנפשי והגופני היו סכימה של הסולמות. נוסף על כך חושבו ממוצעי התשובות של שאלון התמיכה החברתית ושאלון איכות החיים.

ממצאים

פרק זה מציג את תוצאות המחקר ביחס לחמש השערות המחקר שנבחנו. שאלת המחקר הראשונה הייתה אם יימצא שיפור בהיקף הפעילות הגופנית של המשתתפים בעקבות ההשתתפות בתוכנית שסי"ק בהשוואה להיקף הפעילות לאחר הפינוי. לוח 1 מציג את התפלגות היקף הפעילות הגופנית של המשתתפים בשלוש נקודות זמן: (א) טרם הפינוי; (ב) לאחר הפינוי וטרם תחילת תוכנית שסי"ק; (ג) לאחר ההשתתפות בתוכנית שסי"ק. מן הראוי לציין שרק 51 משתתפים (65.4%) מילאו את כל רכיבי הסקר, וגם בקרב אלו שמלאו היו לעיתים פריטים חסרים, בפרט בציון נתוני הרקע של המוגבלות והמגדר.

לוח 1.

התפלגות היקף הפעילות הגופנית בשלוש נקודות זמן ($N=78$)

היקף פעילות גופנית	טרם הפינוי	לאחר הפינוי	לאחר תוכנית שס"ק
לא פעיל	20 (25.6%)	23 (29.5%)	3 (3.9%)
2-1 פעמים בשבוע	30 (38.5%)	36 (46.2%)	42 (54.5%)
3+ פעמים בשבוע	28 (35.9%)	19 (24.4%)	32 (41.6%)

הנתונים מראים כי טרם הפינוי עסקו 74.4% מהמשתתפים בפעילות גופנית כלשהי (בשילוב אלו שהתאמנו פעם-פעמיים בשבוע ושלוש פעמים ומעלה), בעוד 25.6% דיווחו על חוסר פעילות. לאחר הפינוי חלה ירידה בשיעור הפעילים ל-70.6%. בעקבות תוכנית שס"ק חלה עלייה משמעותית כאשר 96.1% מהמשתתפים דיווחו על פעילות גופנית סדירה. נתונים אלו מאששים את השערת המחקר הראשונה ומראים שיפור משמעותי בהיקף הפעילות הגופנית.

שאלת המחקר השנייה הייתה אם יימצא שיפור בדיווח העצמי במצב הגופני והנפשי של המשתתפים בעקבות ההשתתפות בתוכנית שס"ק. באשר למצב הגופני והנפשי של המשתתפים, לוח 2 מציג את השינויים שחלו לאחר הפינוי ולאחר ההשתתפות בתוכנית שס"ק.

לוח 2.

שינויים במצב הגופני והנפשי לאחר הפינוי ולאחר תוכנית שס"ק ($N=78$)

מצב	לאחר תוכנית שס"ק	לאחר הפינוי
מצב גופני		
חזק יותר	56 (74.7%)	10 (13.0%)
ללא שינוי	18 (24.0%)	31 (40.3%)
חלש יותר	1 (1.3%)	36 (46.8%)
מצב נפשי		
חזק יותר	50 (64.9%)	15 (19.7%)
ללא שינוי	25 (32.5%)	38 (50.0%)
חלש יותר	2 (2.6%)	23 (30.3%)

נמצא כי לאחר הפינוי, 46.8% מהמשתתפים דיווחו על הידרדרות במצבם הגופני, 40.3% דיווחו על היעדר שינוי ורק 13% דיווחו על שיפור במצבם הגופני. לעומת זאת, לאחר ההשתתפות בתוכנית שס"ק, 74.7% מהמשתתפים דיווחו על שיפור במצבם הגופני, 24% לא חוו שינוי, ורק 1.3% דיווחו על הידרדרות במצבם. בדומה לכך חל שיפור משמעותי גם במצב הנפשי של המשתתפים. בעוד שלאחר

הפינוי 30.3% מהמשתתפים דיווחו על הידרדרות במצבם הנפשי, לאחר ההשתתפות בתוכנית שס"ק רק 2.6% דיווחו על הידרדרות. זאת ועוד, 64.9% מהמשתתפים דיווחו על שיפור במצבם הנפשי לאחר ההשתתפות בתוכנית.

שאלה שלישית הייתה אם ימצא קשר חיובי בין היקף הפעילות הגופנית שדווח במסגרת מיזם שס"ק לבין רמת התמיכה החברתית ואיכות החיים של המשתתפים. על שאלונים אלה ענו 51 מהמשתתפים (65.3%) כשממוצעי הציונים היו 3.41 (ס"ת=1.05) בשאלון התמיכה החברתית (עם מקדם אלפא לבדיקת העקיבות הפנימית בין ששת השאלות=0.89), ואילו בשאלון איכות החיים (פריט אחד) 3.63 (ס"ת=1.06). לבחינת הקשרים בין משתני המחקר נערכו ניתוחי מתאם בין אינדקס רמת הפעילות הגופנית לבין התמיכה החברתית ואיכות החיים. נמצא קשר חיובי מובהק בין אינדקס הפעילות הגופנית לבין ממוצע התמיכה החברתית $r = 0.36$, $p < .01$; $n=51$). משמעות הדבר היא שככל שרמת התמיכה החברתית גבוהה יותר, כך גם רמת הפעילות הגופנית גבוהה יותר. לא נמצאו קשרים מובהקים בין אינדקס הפעילות הגופנית לבין איכות החיים ($r = 0.21$, $p > .05$; $n=51$) או בין התמיכה החברתית לאיכות החיים ($r = 0.19$, $p > .05$). שאלת המחקר הרביעית הייתה אם משתני הרקע (גיל ומין), רמת התמיכה החברתית והיקף הפעילות הגופנית יסבירו באופן מובהק את השונות באיכות החיים של המשתתפים. לשם כך נערך ניתוח רגרסיה לבחינת הגורמים המנבאים את איכות החיים. המשתנים המנבאים כללו את משתני הרקע (גיל ומין), תמיכה חברתית ואינדקס פעילות גופנית. תוצאות ניתוח הרגרסיה מוצגות בלוח 3.

לוח 3.

תוצאות ניתוח רגרסיה לניבוי איכות חיים ($N=51$)

משתנה	B	Beta	t	p
גיל	-0.02	-0.31	-2.14	.038
מין	0.42	0.19	1.28	.207
תמיכה חברתית	0.18	0.18	1.22	.229
אינדקס פעילות גופנית	0.16	0.18	1.19	.241

$$R^2 = .19, F(4, 46) = 2.70, p < .05$$

מודל הרגרסיה נמצא מובהק ומסביר 19% מהשונות באיכות החיים ($F[4,46]$ $p < .05$, $= 2.70$). מבין המשתנים המנבאים, רק הגיל נמצא כמנבא מובהק של איכות חיים ($Beta = -0.31$, $p < .05$), כך שככל שהגיל עולה, איכות החיים יורדת. שאר המשתנים במודל לא תרמו באופן מובהק לניבוי איכות החיים. השערת המחקר הרביעית אוששה באופן חלקי בלבד.

בדיקת התפלגות השאריות במודל הראתה התפלגות קרובה להתפלגות נורמלית, למעט סטייה קלה בקצה הימני של ההתפלגות, מה שמחזק את תוקף הממצאים. כאשר נוסף סיווג סוג המוגבלות למודל הרגרסיה לניבוי איכות החיים, נמצאו תוצאות משמעותיות. המודל המורחב מוצג בלוח 4.

לוח 4.

תוצאות ניתוח רגרסיה לניבוי איכות חיים עם סיווג המוגבלות ($N=36$)

משתנה	B	Beta	t	P
גיל	-0.03	-0.28	-2.35	.025
מין	0.38	0.15	1.37	.180
פגיעה נפשית	-0.82	-0.45	-2.10	.042
תמיכה חברתית	0.15	0.12	1.01	.320
אינדקס פעילות גופנית	0.14	0.13	1.10	.280

$$R^2 = .60, F(5,30) = 9.00, p < .001$$

הוספת משתנה "סוג המוגבלות" העלתה משמעותית את אחוז השונות המוסברת במודל ל-60%. סיווג המוגבלות בניתוח הרגרסיה לניבוי איכות חיים נעשה באמצעות הבחנה בין מוגבלות גופנית למוגבלות נפשית. הסיווג בוצע בהתאם לדיווחי המשתתפים על סוג המגבלה שממנה הם סובלים, תוך שימוש בשאלונים מובנים שבדקו את השפעת המוגבלות על תפקודם היום-יומי.

חשוב לציין כי רק 36 מהמשתתפים ציינו את סוג המוגבלות שלהם, ולכן יש להתייחס לממצאים אלו בזהירות בשל גודל המדגם המצומצם. עם זאת, בדיקת השאריות במודל הצביעה על התפלגות קרובה להתפלגות נורמלית, והיא מחזקת את תקפות הממצאים. המשתנים המובהקים במודל היו גיל ($Beta = -0.28, p < .05$) ופגיעה נפשית ($Beta = -0.45, p < .05$), כאשר שניהם הראו קשר שלילי עם איכות החיים. ממצא זה מדגיש את ההשפעה המשמעותית של פגיעה נפשית על איכות החיים של המשתתפים, מעבר להשפעות של משתני הרקע האחרים ושל הפעילות הגופנית.

בניתוח נוסף נבחנו הגורמים שמשפיעים על רמת הפעילות הגופנית לאחר תוכנית שס"ק. נערך ניתוח רגרסיה כאשר המשתנה התלוי היה השינוי בפעילות הגופנית בין תקופת הפינוי לבין ההשתתפות בתוכנית שס"ק ($Q3/Q2$). תוצאות ניתוח הרגרסיה מוצגות בלוח 5.

לוח 5.

תוצאות ניתוח רגרסיה לניבוי שינוי בפעילות גופנית ($N=51$)

משתנה	B	Beta	t	P
מגדר	-0.35	-0.28	-2.08	.042
תמיכה חברתית – חיבה וקרבה	0.24	0.29	2.12	.039
תמיכה חברתית – תמיכה רגשית	0.26	0.30	2.17	.035
BMI	-0.32	-0.27	-2.07	.044

$$R^2 = .455, F(4,46) = 9.61, p < .001$$

מודל הרגרסיה נמצא מובהק ומסביר 45.5% מהשונות בשינוי בפעילות הגופנית. התרומה המשמעותית ביותר להסבר השונות הגיעה משני מרכיבי התמיכה החברתית – חיבה וקרבה ($Beta = 0.29, p < .05$) ותמיכה רגשית בעת משבר ($Beta =$

0.30, $p < .05$), אשר יחד הסבירו 36.6% מהשונות. נמצאה גם השפעה מובהקת של מגדר ($Beta = -0.28$, $p < .05$), כאשר המתאם השלילי מצביע על כך שהתוכנית הייתה אפקטיבית יותר בקרב נשים. כמו כן נמצאה השפעה שלילית מובהקת של מדד מסת הגוף ($Beta = -0.27$, $p < .05$). משתני המגדר ו-BMI הוסיפו יחד 8.9% להסבר השונות. אם כן, ניתן לומר כי מודל הרגרסיה הסביר 45.5% מהשונות בשינוי בפעילות הגופנית, כאשר התרומה המשמעותית ביותר הגיעה משני מרכיבי התמיכה החברתית – חיבה וקרבה ותמיכה רגשית בעת משבר, שיחד הסבירו 36.6% מהשונות. נמצאה גם השפעה מובהקת של מגדר, כאשר התוכנית הייתה אפקטיבית יותר בקרב נשים, והשפעה שלילית של מדד מסת הגוף.

מהממצאים ניתן לראות כי התמיכה החברתית היא הגורם המשמעותי ביותר בניבוי השינוי בהיקף הפעילות הגופנית, וכי התוכנית הייתה אפקטיבית יותר בקרב נשים. זאת ועוד, כאשר נוסף משתנה סוג המוגבלות למודל, נמצא כי פגיעה נפשית היא גורם משמעותי המשפיע על איכות החיים. ממצאים אלו מדגישים את החשיבות של שילוב היבטים פיזיים וחברתיים בתוכניות התערבות עבור משתתפים עם מוגבלות בניידות, תוך התייחסות למאפייניהם האישיים.

ניתן לסכם את הממצאים כך:

- א. נמצא שיפור ניכר בהיקף הפעילות הגופנית שדיווחו עליו המשתתפים בעקבות השתתפותם בתוכנית שס"ק.
- ב. נצפה שיפור ניכר גם במצבם הגופני וגם במצבם הנפשי של המשתתפים לאחר ההשתתפות בתוכנית.
- ג. ניתן להבחין בקשר חיובי מובהק בין היקף הפעילות הגופנית לבין תמיכה חברתית ואיכות חיים, אך לא נמצא קשר מובהק עם איכות חיים.
- ד. בדיקה נוספת שבחנה את הגורמים המנבאים איכות חיים תמכה בכך באופן חלקי, כאשר מודל הרגרסיה נמצא מובהק אך רק הגיל נמצא כמנבא מובהק. התמיכה החברתית הייתה הגורם המשמעותי ביותר בניבוי השינוי בהיקף הפעילות הגופנית, בעיקר בקרב נשים. כמו כן, נמצא כי משתנה סוג המוגבלות, ובפרט פגיעה נפשית, השפיע מאוד על איכות החיים.

דיון

המחקר הנוכחי בחן את השפעת תוכנית שס"ק על היקף הפעילות הגופנית, על המצב הגופני והנפשי ועל איכות החיים בקרב אנשים עם מוגבלות תנועה שפוננו מבתיהם במהלך מלחמת "חרבות ברזל". המחקר כלל 78 משתתפים עם מוגבלות בניידות, הנתונים נאספו באמצעות שאלונים לדיווח עצמי שבחנו תדירות פעילות גופנית, מצב גופני ונפשי, תמיכה חברתית ואיכות חיים. המחקר נערך בשיטה כמותית ושיטת הדגימה הייתה דגימת נוחות. ממצאי המחקר מצביעים על מספר תובנות שתורמות להבנת יעילותן של תוכניות התערבות המשלבות פעילות גופנית ותמיכה חברתית במצבי חירום.

ראשית, נמצא שיפור ניכר בהיקף הפעילות הגופנית של המשתתפים בעקבות השתתפותם בתוכנית שס"ק. ממצא זה עולה בקנה אחד עם מחקרם של קסטנדה-בארו ואחי (Castañeda-Babarro et al., 2020), אשר הדגישו את חשיבותן של תוכניות התערבות מובנות בשמירה על רמת פעילות גופנית בעת מצבי חירום. ממצא

זה מקבל חיזוק נוסף ממחקרם של פופוב ואחי' (Popov et al., 2021), אשר מצאו כי תוכניות התערבות מובנות בזמני חירום מסייעות בהפחתת תגובות לחץ ובשמירה על רמת פעילות גופנית סדירה.

עוד דיווחו המשתתפים על שיפור ניכר במצבם הגופני והנפשי לאחר ההשתתפות בתוכנית בהשוואה למצבם לאחר הפינוי. ממצאים אלו תואמים את מחקרם של פריס ואחי' (Farris & Abrantes, 2020), אשר הראו כי פעילות גופנית סדירה קשורה לשיפור מצב הרוח, להערכה עצמית מוגברת ולהפחתת הסיכון לפתח מצבים נפשיים כמו דיכאון וחרדה. חיזוק נוסף לממצא זה נמצא במחקרם של הולם ואחי' (Holm et al., 2024), אשר הדגישו את החשיבות של פעילות גופנית מובנית בהפחתת חרדה ודיכאון בקרב אנשים עם מוגבלות במצבי חירום.

כחלק מהליך הבדיקה של הגורמים הקשורים לשינוי במצב הגופני והנפשי, נמצא קשר חיובי בין רמת הפעילות הגופנית לבין תמיכה חברתית. ממצא זה עולה בקנה אחד עם מחקרם של קים ואחי' (Kim et al., 2021), אשר מצאו כי תמיכה חברתית מתווכת את הקשר בין פעילות גופנית לבין תחושת אושר בקרב אנשים עם מוגבלות פיזית. עם זאת לא נמצאו קשרים מובהקים בין הפעילות הגופנית לבין איכות החיים או בין התמיכה החברתית לאיכות החיים. את הפער בין השערת המחקר לבין הממצאים ניתן להסביר בשני אופנים: מבחינה מתודולוגית, ייתכן כי גודל המדגם המצומצם ושיטת הדגימה הלא הסתברותית השפיעו על יכולת הזיהוי של קשרים משמעותיים. מבחינה מהותית, ייתכן כי בתקופת חירום, הקשר בין פעילות גופנית לאיכות חיים מושפע ממשתנים נוספים שלא נמדדו במחקר הנוכחי, כמו רמת החרדה, תחושת הביטחון האישי ומידת ההסתגלות למצב החדש.

ממצא חשוב נוסף הוא ההבדלים המגדריים באפקטיביות התוכנית, כאשר נמצא כי התוכנית הייתה אפקטיבית יותר בקרב נשים. ממצא זה מפתיע לאור מחקרם של אסקונדו ואחי' (Ascondo et al., 2023), אשר מצאו כי נשים עם מוגבלות מדווחות בדרך כלל על חסמים רבים יותר לפעילות גופנית בהשוואה לגברים. את הפער בין הממצאים ניתן להסביר בשני אופנים: מבחינה מתודולוגית, ייתכן כי המדגם במחקר הנוכחי אינו מייצג את כלל אוכלוסיית הנשים עם מוגבלות תנועה. מבחינה מהותית, ייתכן כי הדגש שניתן בתוכנית שס"ק על תמיכה חברתית היה משמעותי במיוחד עבור נשים אשר נוטות להעריך יותר את המרכיב החברתי בפעילות גופנית.

אשר להשפעת הגיל על איכות החיים, ממצאי המחקר מאששים את מחקרם של רה וקים (Ra & Kim, 2016), אשר מצאו קשר שלילי בין גיל לבין איכות חיים בקרב אנשים עם מוגבלות. העובדה שגיל נמצא כמנבא של איכות חיים, כאשר עלייה בגיל קשורה לירידה באיכות החיים, מדגישה את הצורך בהתאמת תוכניות התערבות לקבוצות גיל שונות. ממצא חשוב נוסף הוא הקשר השלילי שנמצא בין מדד מסת הגוף להשתתפות בפעילות גופנית. ממצא זה תואם את מחקרם של מרטין גיניס ואחי' (Martin Ginis et al., 2021), אשר מצאו כי BMI גבוה מהווה חסם משמעותי להשתתפות בפעילות גופנית בקרב אנשים עם מוגבלויות. ממצא זה מדגיש את החשיבות של התאמת תוכניות התערבות למאפיינים הפיזיים הספציפיים של המשתתפים.

אשר להשפעת סוג המוגבלות, נמצא כי פגיעה נפשית הייתה קשורה באופן שלילי לאיכות החיים. ממצא זה תואם את מחקרם של סילבן-פררו ואח' (Silván-Ferrero et al., 2020), אשר הדגישו את החשיבות של התייחסות למרכיב הנפשי בתוכניות התערבות עבור אנשים עם מוגבלות. עם זאת, יש להתייחס לממצא זה בזהירות בגלל המספר המצומצם של משתתפים שצינו את סוג מוגבלותם.

ממצאי ניתוח הרגרסיה מצביעים על כך שסוג המוגבלות הוא משתנה מסביר משמעותי לאיכות החיים, כאשר משתתפים עם מוגבלות גופנית הראו נטייה לרמות נמוכות יותר של איכות חיים בהשוואה לאלו עם מוגבלות נפשית. ממצא זה מתיישב עם ההבנה שמוגבלות גופנית משפיעה ישירות על התפקוד היום-יומי ועל היכולת להשתתף בפעילויות פיזיות, בעוד שמוגבלות נפשית קשורה יותר להיבטים רגשיים וחברתיים. עוד נמצא כי לתמיכה החברתית יש השפעה ממתנת על איכות החיים, כאשר משתתפים עם תמיכה חברתית גבוהה הראו רמות גבוהות יותר של איכות חיים, ללא קשר ישיר לסוג המוגבלות. ממצא זה מחזק את ההנחה כי גורמים סביבתיים, כמו נגישות לתמיכה ולפעילויות מותאמות, יכולים לשפר את איכות החיים של אנשים עם מוגבלויות.

לסיכום, ממצאי המחקר מדגישים את יעילותה של תוכנית שסי"ק בשיפור היקף הפעילות הגופנית, המצב הגופני והנפשי של אנשים עם מוגבלות תנועה במצב חירום. התוכנית מדגימה את החשיבות של שילוב בין פעילות גופנית לתמיכה חברתית תוך התייחסות למאפיינים האישיים של המשתתפים כגון מגדר, גיל ומצב בריאותי. הממצאים מספקים תובנות חשובות להמשך פיתוח והתאמה של תוכניות התערבות דומות בעתיד, במיוחד במצבי חירום המחייבים פינוי והתמודדות עם שינויים מהותיים בשגרת החיים.

מגבלות המחקר

המחקר הנוכחי מתאפיין במספר מגבלות מתודולוגיות הדורשות התייחסות מעמיקה. היות שהמחקר הוא רטרוספקטיבי, קיימת אפשרות משמעותית להטיות זיכרון של המשתתפים, במיוחד בשאלות הנוגעות למצבם לפני תחילת התוכנית. סוגיה זו מקבלת משנה תוקף לאור העובדה שחלק מהמשתתפים התבקשו למלא את השאלון פעמיים בתאריכים שונים, כאשר לצורך הניתוח נבחר השאלון המאוחר יותר. בעוד שהבחירה בשאלון העדכני ביותר הגיונית מבחינת הערכת ההשפעה המצטברת של התוכנית, יש להביא בחשבון שפערי הזמן בין מילוי השאלונים עלולים להשפיע על דיוק הדיווח ועל תקפות הממצאים. כמו כן, המצב הטראומטי שחוו המשתתפים עשוי להשפיע על יכולתם לשחזר במדויק את מצבם לפני ואחרי הפינוי. כמו כן ולנוכח העובדה שמדובר במשתנים של דיווח סובייקטיבי, יש להביא בחשבון את החשש מהטיית דיווח חברתית (social desirability bias), ומהטיית בחירה (selection bias), בשל נטייה להשתתפות של מי שמרגישים שהתוכנית תרמה להם יותר, או הם בעלי מוטיבציה גבוהה יותר. מגבלות אלו עשויות להשפיע על ייצוגיות המדגם ועל יכולת ההכללה של ממצאי המחקר.

מגבלה משמעותית נוספת נוגעת לשיעור ההיענות למחקר ולאופן שבו נאספו הנתונים. האתגרים הסביבתיים והמצב הביטחוני המורכב השפיעו באופן ניכר על נכונות המשתתפים לשתף פעולה עם המחקר. המצב הרגיש והחשש מהשלכות אפשריות על זכאותם לפיצויים מהרשויות הובילו להססנות ולחשדנות מצד חלק

מהם, במיוחד כאשר הפנייה הייתה טלפונית. מצב זה השפיע לא רק על גודל המדגם אלא גם על מידת הייצוגיות שלו, שכן ייתכן שדווקא האנשים שחוו קשיים משמעותיים יותר נמנעו מלהשתתף במחקר. כתוצאה מכך יכולת ההכללה של הממצאים עשויה להיות מוגבלת ויש להתייחס אליהם בזהירות המתבקשת.

למרות המגבלות המתודולוגיות, באמצעות המחקר הגיעו החוקרים לתובנות משמעותיות ביחס לסוגיה הנחקרת, שראוי להדגישן. ראשית, הוא סיפק תיעוד של השפעות תוכנית שס"ק על אוכלוסייה שטרם נחקרה בהקשר של מצבי חירום ושם דגש מיוחד על האינטראקציה בין פעילות גופנית לתמיכה חברתית; שנית, הממצאים שופכים אור על החשיבות של התאמת תוכניות התערבות למאפיינים האישיים של המשתתפים, כולל גיל, מגדר ומצב בריאותי, ומציעים תובנות מעשיות לשיפור היעילות של תוכניות דומות בעתיד; שלישית, המחקר הצליח להדגיש את התפקיד המרכזי של תמיכה חברתית בהצלחת תוכניות פעילות גופנית במצבי חירום, תובנה שיש לה השלכות חשובות על תכנון תוכניות התערבות עתידיות; רביעית, המחקר הצליח לזהות גורמים מקדמים ומעכבים בהצלחת התוכנית, מידע שיכול לסייע בשיפור היישום של תוכניות דומות בעתיד.

המלצות למחקרי המשך

על בסיס ממצאי המחקר וניתוח מגבלותיו ניתן להציע מספר המלצות מפורטות למחקרי המשך. ראשית, מומלץ לערוך מחקר אורך פרוספקטיבי שיעקוב אחר המשתתפים לאורך זמן, תוך איסוף נתונים בנקודות זמן קבועות מראש. מחקר כזה יוכל לספק תמונה מדויקת יותר של השינויים החלים במשתתפים לאורך זמן ולהפחית את ההסתמכות על זיכרון רטרוספקטיבי; שנית, יש מקום למחקר השוואתי שיבחן את היעילות היחסית של תוכניות התערבות שונות המיועדות לאוכלוסייה זו, תוך התמקדות בזיהוי המרכיבים התורמים במיוחד להצלחת התוכנית; שלישית, מומלץ לשלב מתודולוגיה איכותנית שתאפשר העמקה בחוויה הסובייקטיבית של המשתתפים ובהבנת התהליכים הפסיכולוגיים והחברתיים המתרחשים במהלך ההשתתפות בתוכנית; רביעית, יש מקום למחקר שיתמקד בהשפעות ארוכות הטווח של התוכנית, כולל מעקב אחר המשתתפים לאחר חזרתם לביתם.

לבסוף, המחקר הנוכחי מדגיש את החשיבות הקריטית של המשך פיתוח וחקר תוכניות התערבות המשלבות פעילות גופנית ותמיכה חברתית עבור אנשים עם מוגבלות תנועה במצבי חירום. הממצאים מצביעים על הפוטנציאל הרב הטמון בתוכניות מסוג זה לשיפור איכות החיים של אוכלוסייה זו בתקופות משבר. עם זאת, נדרש מחקר נוסף כדי לפתח ולשפר את המענה הניתן לאוכלוסייה זו בעיתות משבר, תוך התייחסות למורכבות של מצבי חירום ולצרכים הייחודיים של אנשים עם מוגבלות תנועה. המחקרים העתידיים צריכים להתמקד לא רק בהיבטים הפיזיים של ההתערבות, אלא גם בהיבטים הפסיכו-סוציאליים ובדרכים לחיזוק מערכות התמיכה החברתית במצבי חירום. תובנות אלו חיוניות לשיפור המענה הניתן לאוכלוסייה זו ולהבטחת רווחתה בעיתות משבר.

מקורות

- בר-לב, ל', גדג', נ', יאבו, מ', נגר-אידלמן, ר', ורימון-גרינשפן, הי (2023). אנשים עם מוגבלות בישראל במלחמת „חרבות ברזל“: עובדות ומספרים. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל.
- נגר אידלמן, ר', קונסטנטינוב, ו' ובר-לב, ל' (2022). אנשים עם מוגבלות בישראל 2022: נתונים סטטיסטיים נבחרים. מכון מאירס ג'וינט ברוקדייל.
- רבינוביץ', ל' וויסבלאי, א' (2023). אנשים עם מוגבלות במלחמת חרבות ברזל. הכנסת, מרכז המחקר והמידע.
- רימון-גרינשפן, ה' וברלב, ל' (2023). מענים לילדים ונוער עם קשיים נפשיים ורגשיים: מיפוי שירותים וסוגיות מדיניות. מכון מאירס ג'וינט ברוקדייל.
- Ascondo, J., Martín-López, A., Iturricastillo, A., Granados, C., Garate, I., Romarate zabala, E., & Yanci, J. (2023). Analysis of the barriers and motives for practicing physical activity and sport for people with a disability: Differences according to gender and type of disability. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 1320.
- Bortz, W. M. (1984). The disuse syndrome. *Western Journal of Medicine*, 141(5), 691–694.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Reports.
- Castañeda-Babarro, A., Arbillaga-Etxarri, A., Gutiérrez-Santamaría, B., & Coca, A. (2020). Physical activity change during COVID-19 confinement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6878.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676–684.

- Crawford, A., Hollingsworth, H. H., Morgan, K., & Gray, D. B. (2008). People with mobility impairments: Physical activity and quality of participation. *Disability and Health Journal*, 1(1), 7-13.
- Cummins, R. A., & Lau, A. L. D. (2005). *Personal wellbeing index – Intellectual disability (3rd ed.)*. Australian Centre on Quality of Life, Deakin University.
- De Boer, D. R., Hoekstra, F., Huetink, K. I., Hoekstra, T., Krops, L. A., & Hettinga, F. J. (2021). Physical activity, sedentary behavior and well-being of adults with physical disabilities and/or chronic diseases during the first wave of the COVID-19 pandemic: A rapid review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6342.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
- Durstine, J. L., Painter, P., Franklin, B. A., Morgan, D., Pitetti, K. H., & Roberts, S. O. (2000). Physical activity for the chronically ill and disabled. *Sports Medicine*, 30, 207–219.
- Fari, G., Fiore, P., Ricci, V., Zonno, A., Joksimovic, M., Petruzzella, D., & Megna, M. (2023). The impact of the COVID-19 pandemic on outdoor physical activities for people with disabilities, including the risks for psychophysical well-being. *Sustainability*, 15(2), 1436.
- Farris, S. G., & Abrantes, A. M. (2020). Mental health benefits from lifestyle physical activity interventions: A systematic review. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 84(4), 337–372.
- Fox, K. R. (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public Health Nutrition*, 2(3), 411–418.
- Fugl-Meyer, A. R. (2002). *Disability and rehabilitation: A concept in transition*. *Journal of Rehabilitation Medicine*, 34(1), 1–6.
- Goddard, K. S., Schulz, J., Nzuki, I., & Hall, J. P. (2022). Examining the impacts of the coronavirus pandemic and social distancing on the health of people with mobility disabilities. *Frontiers in Public Health*, 10, Article 875880.

- Heller, M. (2024, June 28). Body and soul: SHESEK is dedicated to helping Israel's disabled civilians. *The Jerusalem Post*, pp. 32–33.
- Holm, M. E., Sainio, P., Parikka, S., & Koskinen, S. (2022). The effects of the COVID-19 pandemic on the psychosocial well-being of people with disabilities. *Disability and Health Journal*, *15*(2), 101224.
- Holm, M. E., Kiviruusu, O., Helenius, J., & Sainio, P. (2024). Population-level changes in anxiety and depression and the unmet need for support at school among adolescents with and without disabilities, 2017–2021: The effects of the COVID-19 pandemic. *Disability and Health Journal*, *17*(1), Article 101540.
- Hutzler, Y., Bachar, D., Yadin, S., Gilad, A., & Sasson, H. (2024). Development and operation of the “SHESEK” program for evacuees with disabilities: A retrospective evaluation. *PALAESTRA*, *39*(2). <https://doi.org/10.18666/PALAESTRA-2025-V39-I2-13101>
- International Wellbeing Group. (2013). *Personal wellbeing index*. Australian Centre on Quality of Life, Deakin University.
- Jemtå, L., Fugl-Meyer, K. S., Öberg, K., & Dahl, M. (2009). Self-esteem in children and adolescents with mobility impairment: Impact on well-being and coping strategies. *Acta Paediatr*, *98*(3), 567-572.
- Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 3–25). Russell Sage Foundation.
- Kim, J., Lee, S., & Park, S. (2021). Leisure activity, social support, and happiness among people with disabilities. *Disability and Health Journal*, *14*(2), Article 101020.
- Kovács, E., Prókai, L., Mészáros, L., & Gondos, T. (2013). Adapted physical activity is beneficial on balance, functional mobility, quality of life and fall risk in community-dwelling older women: A randomized single-blinded controlled trial. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, *49*(3), 1-10.
- Mackenbach, J. P., Borsboom, G. J., Nusselder, W. J., Looman, C., & Schrijvers, C. (2001). Determinants of levels and changes of physical

- functioning in chronically ill persons: Results from the GLOBE study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 55(9), 631-638.
- Martin Ginis, K. A., van der Ploeg, H. P., Foster, C., Lai, B., McBride, C. B., Ng, K., & Heath, G. W. (2021). Participation of people living with disabilities in physical activity: A global perspective. *The Lancet*, 398(10298), 443–455.
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A., & Musumeci, G. (2020). The impact of physical activity on psychological health during COVID-19 pandemic in Italy. *Heliyon*, 4(6).
- Mlađan, D., & Cvetković, V. (2013). *Classification of emergency situations*. Conference paper, *Thematic proceedings of the international scientific conference "Archibald Reiss Days"* (pp. 275–291).
- Nagai, M., Ohira, T., Yasumura, S., Takahashi, H., Yuki, M., Nakano, H., ... & Takase, K. (2016). Association between evacuation condition and habitual physical activity in Great East Japan Earthquake evacuees: The Fukushima Health Management Survey. [*Nihon koshu eisei zasshi*] *Japanese journal of public health*, 63(1), 3-10.
- Nakagawa, T., Koan, I., Chen, C., Matsubara, T., Hagiwara, K., Lei, H., & Nakagawa, S. (2020). Regular moderate-to vigorous-intensity physical activity rather than walking is associated with enhanced cognitive functions and mental health in young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 614.
- Ordoñez-Araque, R., Caicedo-Jaramillo, C., García-Ulloa, M., & Dueñas-Ricaurte, J. (2021). Eating habits and physical activity before and during the health emergency due to COVID-19 in Quito-Ecuador. *Human Nutrition & Metabolism*, 24, Article 200122.
- Paoli, A., & Musumeci, G. (2020). Elite athletes and COVID-19 lockdown: Future health concerns for an entire sector. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 5(2), 30.

- Popov, S., Sokić, J., & Stupar, D. (2021). Activity matters: Physical exercise and stress coping during the 2020 COVID-19 state of emergency. *Psihologija*, 54(3), 307–322.
- Ra, Y. A., & Kim, W. H. (2016). Impact of employment and age on quality of life of individuals with disabilities: A multilevel analysis. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 59(2), 112–120.
- Ravalli, S., & Musumeci, G. (2020). Coronavirus outbreak in Italy: Physiological benefits of home-based exercise during pandemic. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 5(2).
- Shannon, S., Shevlin, M., Brick, N., & Breslin, G. (2023). Frequency, intensity and duration of muscle strengthening activity and associations with mental health. *Journal of Affective Disorders*, 325, 41-47.
- Silvan-Ferrero, P., Recio, P., Molero, F., & Nouvilas-Palleja, E. (2020). Psychological quality of life in people with physical disability: The effect of internalized stigma, collective action and resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5), 1802.
- Soskolne, V., Auslander, G. K., & Ben-Shahar, I. (2006). Help seeking and barriers to utilisation of medical and health social work services among ageing immigrants to Israel from the former Soviet Union. *Health & Social Care in the Community*, 14(1), 74-84.
- Stanton, R., Happell, B., & Reaburn, P. (2014). The mental health benefits of regular physical activity, and its role in preventing future depressive illness. *Journal of Nursing: Research and Reviews*, 4, 45-53.
- Sun, Z., Imano, H., Eguchi, E., Hayashi, F., Ohira, T., Cui, R., ... & Iso, H. (2022). The associations between evacuation status and lifestyle-related diseases in Fukushima after the Great East Japan earthquake: The Fukushima health management survey. *International journal of environmental research and public health*, 19(9), 5661.

- Todorov, A., & Kirchner, C. (2000). Bias in proxies' reports of disability: Data from the National Health Interview Survey on disability. *American Journal of Public Health, 90*(8), 1248-1253.
- Tremblay, M. S., Chaput, J.-P., Adamo, K. B., Aubert, S., Barnes, J. D., Choquette, L., Duggan, M., Faulkner, G., Goldfield, G. S., Gray, C. E., Gruber, R., Janson, K., Janssen, I., Poitras, V. J., Saunders, T. J., Spencer, S., & Carson, V. (2016). Physical activity terminology and framework. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism, 41*(6), S1-S9.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(6), 1063-1070.
- Weinstein, A. A., Deuster, P. A., Kop, W. J., & Scharf, S. M. (2004). Distinguishing physical activity types. *Journal of Physical Activity and Health, 1*(1), 56-64.
- World Health Organization. (2022). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*.
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice* (Summary report).
- World Health Organization. (2005). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice*.

נספח - שאלוני המחקר

חלק א. שאלון פרטים אישיים

1. שם (לא חובה) _____
2. מקום מגורים מקורי _____
3. מפונה אל _____
4. גיל _____
5. פגיעה _____
6. משקל _____
7. גובה _____
8. תאריך מילוי השאלון _____

חלק ב. שאלון שס"ק – פעילות גופנית ומצב נפשי

1. טרם הפינוי הייתי בדרך כלל

לא פעיל גופנית	קצת פעיל גופנית (פעם או פעמיים בשבוע)	פעיל מאוד גופנית (3 פעמים בשבוע או יותר)
----------------	---------------------------------------	--

2. טרם התחלת פרויקט שסק במקום הפינוי הייתי

לא פעיל גופנית	קצת פעיל גופנית (פעם או פעמיים בשבוע)	פעיל מאוד גופנית (3 פעמים בשבוע או יותר)
----------------	---------------------------------------	--

3. מאז התחלת פרויקט שסק במקום הפינוי אני

לא פעיל גופנית	קצת פעיל גופנית (פעם או פעמיים בשבוע)	פעיל מאוד גופנית (3 פעמים בשבוע או יותר)
----------------	---------------------------------------	--

4. מאז תחילת פרויקט שסק במקום הפינוי אני מרגישה ש

אני מרוצה מהיקף ועצימות הפעילות הנוכחית בשסק	הייתי רוצה קצת יותר פעילות גופנית בשסק	הייתי רוצה הרבה יותר פעילות גופנית כמו שסק
--	--	--

5. כשאחזור לביתי אהיה מעוניין

להפסיק את הפעילות של שסק כי אין לי צורך בה	להמשיך בפעילות דומה לשסק	לבצע עוד פעילויות גופניות מעבר לשסק
--	--------------------------	-------------------------------------

6. לפני תחילת פרויקט שסק במקום הפינוי הרגשתי מבחינה גופנית

שאני חזקה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי	ללא שינוי	שאני חלשה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי
---------------------------------------	-----------	---------------------------------------

7. מאז תחילת פרויקט שסק במקום הפינוי אני מרגישה מבחינה גופנית

שאני חזקה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי	ללא שינוי	שאני חלשה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי
---------------------------------------	-----------	---------------------------------------

8. לפני תחילת פרויקט שסק במקום הפינוי הרגשתי מבחינה נפשית

שאני חזקה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי	ללא שינוי	שאני חלשה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי
---------------------------------------	-----------	---------------------------------------

9. מאז תחילת פרויקט שסק במקום הפינוי אני מרגישה מבחינה נפשית

שאני חזקה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי	ללא שינוי	שאני חלשה יותר ממה שהייתי קודם לפינוי
---------------------------------------	-----------	---------------------------------------

10. הערות מילוליות

חלק ג. שאלון איכות חיים סובייקטיבית

אינדקס איכות חיים סובייקטיבית

למראוין: " אני אשאל אותך כמה שאלות לגבי עד כמה אתה מרגיש שמח"

1	2	3	4	5
מאוד עצוב	לא שמח ולא עצוב		מאוד שמח	

חלק I: שמחה מהחיים באופן כללי

						"איך אתה מרגיש עם החיים שלך באופן כללי?"
--	--	--	--	--	--	--

חלק ד. שאלון תמיכה חברתית

שאלון תמיכה חברתית

(Soskolne, Auslander, & Ben-Shahar, 2006)

אנשים זקוקים לפעמים לאנשים אחרים לחברה, לעזרה, או לסוגים אחרים של תמיכה. באיזו תדירות סוגי התמיכה הבאים עומדים לרשותך כאשר אתה נזקקת להם?

(למשתתפים שבמבחן המקדים נמצא שיכולים להשיב על סקאלה של 2 או 3 תשובות אפשריות יש להציע את תשובות 1, 3 או 5 בלבד)

כל הזמן	רוב הזמן	חלק מהזמן	מעט מהזמן	אף פעם	
5	4	3	2	1	1. מישהו שייתן לך מידע, או הדרכה או עצה בזמן משבר?
5	4	3	2	1	2. מישהו שייתן לך עזרה מעשית בעת הצורך (למשל, ייקח אותך לרופא, שיבשל עבורך וכד') ?
5	4	3	2	1	3. מישהו שאתה יכול לתת ב/ה אמון או לדבר איתו/ה על עצמך או הבעיות שלך?
5	4	3	2	1	4. מישהו שמראה חיבה וקרבה כלפיך?
5	4	3	2	1	5. מישהו שתומך בך רגשית בעת משבר?
5	4	3	2	1	6. מישהו שייתן לך עזרה חומרית (למשל, שילווה לך כסף אם אתה זקוקה לו)?

المشاركون في الكتيب

- | | |
|--|------------------------|
| – جامعة بن غوريون في النقب (أستاذ فخري) | بروفيسور أمير بن فورات |
| – معهد موفات | دكتور باراك بار زوهار |
| – المركز الأكاديمي ليفنسكي- فينچیت | عنبال حاجبي |
| – المركز الأكاديمي ليفنسكي- فينچیت | حجیت جاد |
| – المركز الرياضي الإسرائيلي للمعاقين دكتور | ديكل بخار |
| – المركز الرياضي الإسرائيلي للمعاقين دكتور | يدين سفير |

جدول المحتويات

- لماذا السياسة الآن: السياسة في ملاعب كرة القدم الإسرائيلية
13..... أمير بن فورات
- فقدان السلطة: التغطية الإعلامية لوفاة مدرب كرة القدم الإسرائيلي
37..... باراك بار زوهار
- تأثير استخدام وهم إيبينغهاوس على دقة رمي الكرة على الهدف لدى لاعبي البوتشي المصابين
بالشلل الدماغي: سلسلة من دراسات الحالة
69..... عنبال حاجبي
- تأثير برنامج إعادة التأهيل والرياضة على النشاط البدني والحالة البدنية- النفسية وجودة الحياة
لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية الذين تم إجلاؤهم من منازلهم خلال حرب "السيوف
الحديدية"
92..... حجيت جاد، ديكل بخار، يدين سفير
- 121..... الملخصات باللغة العربية
- V..... الملخصات باللغة الإنجليزية

لماذا السياسة الآن: السياسة في ملاعب كرة القدم الإسرائيلية

أمير بن فورات

جامعة بن غوريون في النقب (أستاذ فخري)

منذ نشأتها كلعبة حديثة في إنجلترا منتصف القرن التاسع عشر، أصبحت كرة القدم رياضة شعبية بين الطبقات الدنيا من المجتمع. وقد ازدادت شعبيتها حتى باتت الرياضة الأكثر شعبية في العالم، بلا منازع. وبعد فترة وجيزة من انتشارها في إنجلترا، ومنها إلى بقية أنحاء العالم، ارتبطت بها السياسة. ومنذ ذلك الحين، امتزجت كرة القدم بالسياسة بدرجات متفاوتة في ملاعبها. وتتمحور الفرضية الرئيسية في هذه المقالة حول استحالة فصل كرة القدم عن السياسة بشكل تام. فالمعاني والدلالات لكرة القدم خارج المباراة تُغري السياسة، أي السياسيين، بالتدخل، بل والسيطرة أحياناً على إدارة هذه اللعبة، خاصةً فيما يتعلق بالمنتخب الوطني. في الواقع، كل من المؤسسات الكروية المحلية والدولية منخرطة في السياسة، ويبدو أن كليهما، يسيران معاً، دون التصريح بذلك. وتُعدّ قصة العلاقات السياسية بين السياسة وكرة القدم في إسرائيل مثلاً لحالة اختبار. ففي تاريخ هذه العلاقات، يمكن تمييز فترتين: الأولى، في العقود الأولى من عمر الدولة، حين هيمنت السياسة على بنية اللعبة وسيطرت عليها فعلياً. أما الفترة الثانية، فمع تحول المجتمع الإسرائيلي إلى النظام الرأسمالي، أصبحت كرة القدم تجارية وتراجع نفوذ السياسة فيها. لكن السياسة لم تترك كرة القدم بشكل تام، إذ بقي نفوذها حاضراً في ملاعب كرة القدم في إسرائيل حتى اليوم. ويبدو أن كرة القدم لا تستطيع الانفصال كلياً عن السياسة.

فقدان السلطة: التغطية الإعلامية لوفاة مدربي كرة القدم الإسرائيليين

باراك بار زوهار

معهد موفاث

يركز هذا التحليل النصي النوعي على التقرير الصحفي المطبوع والإلكتروني لوفاة ستة من كبار مدربي كرة القدم الإسرائيليين: إيلي فوكس (1992)، وجبري بيت هاليفي (1997)، ويعقوب غرونديمان (2004)، وإسحاق شنيور (2011)، وإيمانويل شيفر (2012)، ودرور كشتان (2024). وقد أُجري تحليل النصوص من أعوام 1992 و1997 و2004 بالاستعانة بشكل أساسي بالصحف اليومية المطبوعة، وهي: ديهابنو حداشوت، ومعاريف، ويديعوت أحرونوت. أما تحليل النصوص من أعوام 2011 و2012 و2024، فقد شمل ثلاث صحف مطبوعة (تضمنت 34 مقالاً) و11 موقعاً إخبارياً إلكترونياً، تضمنت 61 مقالاً و1104 تعليقات من المستخدمين (مما أضيف بعداً عاطفياً متنوعاً ومميزاً على الموضوع). أتاح هذا التعدد في الأبعاد مقارنة وسائل الإعلام المطبوعة والإلكترونية، وتسلط الضوء على الاتجاهات والتغيرات في الصحافة الرياضية الإسرائيلية، والتطرق إلى وفيات المدربين من منظور شخصي ومهني، وإعلامي، وثقافي، ووطني. تجاوزت التغطية الصحفية لوفيات المدربين الجوانب المهنية لكرة القدم، بل وعالم الرياضة برمته. فبعد وفاتهم، قُدم المدربون في الصحف الرياضية وعلى مواقع الأخبار الرئيسية كرموز ثقافية وأبطال قوميين. وخلال التغطية الإعلامية، عكست صورتهم إلى حد كبير سردية "من الهولوكوست إلى قيام الدولة"، وعززت فكرة "اليهودية العضلية" أي اليهودي القوي. من وجهة نظر القراء، كانت وفيات المدربين فرصة سانحة للتأكيد على سردية الحنين للماضي والتي مفادها "لن يكون هناك جيل آخر مثله"، وفرصة ذهبية لانتقاد ومهاجمة الجيل الحالي من اللاعبين والمدربين وصناعة كرة القدم الإسرائيلية الحالية. حيث يزعمون أن هذا جيل مدلل وتحركه المصالح المالية، على عكس الجيل السابق من المدربين الذين دافعوا عن القيم، وفرضوا الانضباط، وكسبوا الاحترام.

تأثير استخدام وهم إيبينغهاوس على دقة رمي الكرة على الهدف لدى لاعبي البوتشي المصابين بالشلل الدماغي: سلسلة من دراسات الحالة

عنبال حاجبي

المركز الأكاديمي ليفنسكي- فينچيت

البوتشيا رياضة بارالمبية تنافسية للأشخاص ذوي الإعاقات الجسدية الشديدة. يحاول الرياضيون في هذه الرياضة رمي كرات ملونة بأقرب ما يمكن إلى كرة بيضاء هدفية تُسمى "جاك". تتطلب اللعبة تركيزاً عالياً وتحكماً حركياً ودقة متناهية. هدفت هذه الدراسة إلى بحث كيفية تحسين مستوى دقة التسديدات لدى لاعبي البوتشيا. استندت الدراسة إلى وهم إيبينغهاوس، وهو خداع بصري يجعل دائرة مركزية تبدو أكبر أو أصغر من خلال حجم الدوائر حولها. افترض الباحثون أن هذا الوهم سيؤثر على الأداء الحركي. شارك في الدراسة خمسة لاعبين (ثلاثة ذكور واثنان إناث من الفئة (BC1-4)، بمتوسط عمر (36 ± 10.3) سنة (يتراوح بين 18 و48 سنة). قام كل منهم بأداء 60 تسديدة في ثلاث حالات مختلفة: (أ) بدون استخدام الوهم؛ (ب) مع استخدام الوهم - بدوائر صغيرة حول الهدف؛ (ج) مع استخدام الوهم - بدوائر كبيرة حول الهدف. تتلخص النتائج فيما يلي: (1) حسّن وهم إيبينغهاوس دقة التسديد لدى معظم المشاركين، لا سيما عند استخدامه مع دوائر كبيرة حول الهدف. وهذا يؤكد الفرضية أن الدوائر الكبيرة تجعل الهدف يبدو أصغر، مما يزيد التركيز ويحسن الدقة؛ (2) بعد أول 20 تسديدة، لوحظ انخفاض في دقة الأداء لدى جميع المشاركين، مما يشير إلى أهمية استراتيجيات التدريب المناسبة، مثل التدريب الفترتي مع فترات راحة كافية. وتلخص الدراسة إلى أنه يمكن تزويد المدربين وأخصائيي العلاج الطبيعي بأدوات جديدة باستخدام الطريقة الموصوفة في هذه الدراسة، والتي يمكن أن تساعد في تحسين أداء لاعبي البوتشي. ويلزم إجراء المزيد من الدراسات على عدد أكبر من المشاركين لتأكيد هذه النتائج ودراسة تأثير هذا الخداع البصري لفترات زمنية طويلة. كما تبرز الحاجة إلى إيجاد طرق لتقليل التعب خلال أداء التسديدات المتواصلة.

تأثير برنامج إعادة التأهيل والرياضة على النشاط البدني والحالة البدنية- النفسية وجودة الحياة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية الذين تم إجلاؤهم من

منازلهم خلال حرب "السيوف الحديدية"

حجيت جاد¹، ديكل بخار²، يدين سفير²

¹المركز الأكاديمي ليفنيسكي- فينجيت

²المركز الرياضي الإسرائيلي للمعاقين

تناولت هذه الدراسة أثر برنامج إعادة التأهيل والرياضة في المجتمع على مستوى النشاط البدني، والحالة البدنية والنفسية، وجودة الحياة لدى الأشخاص ذوي الإعاقة الحركية الذين تم إجلاؤهم من منازلهم خلال حرب "السيوف الحديدية". ركزت الدراسة على تقييم فعالية البرنامج ودراسة العلاقة بين النشاط البدني، والدعم الاجتماعي، وجودة الحياة في ظل ظروف الطوارئ الاستثنائية التي نشأت. شملت الدراسة (78) مشاركاً من ذوي الإعاقة الحركية (53 رجلاً و20 امرأة، و5 مشاركين لم يُحدد جنسهم)، تتراوح أعمارهم بين (15-89) عاماً. جُمعت البيانات من خلال استبانات ذاتية الإجابة، تناولت وتيرة النشاط البدني، والحالة البدنية والنفسية، والدعم الاجتماعي، وجودة الحياة. أظهرت نتائج الدراسة تحسناً ملحوظاً في النشاط البدني للمشاركين بعد مشاركتهم في برنامج إعادة التأهيل والرياضة في المجتمع. كما لوحظ تحسن ملحوظ في حالتهم البدنية والنفسية، ووجود علاقة إيجابية بين مستوى النشاط البدني والدعم الاجتماعي. أظهر تحليل الانحدار أن الدعم الاجتماعي كان العامل الأهم في التنبؤ بالتغير في النشاط البدني، حيث كان البرنامج أكثر فعالية بين النساء والمشاركين ذوي مؤشر كتلة الجسم الأكثر انخفاضاً. كما تبين أن العمر عامل مهم في التنبؤ بجودة الحياة، إذ تنخفض جودة الحياة مع التقدم في السن. تُبرز نتائج الدراسة أهمية دمج النشاط البدني والدعم الاجتماعي في برامج التدخل للأشخاص ذوي الإعاقة الحركية في حالات الطوارئ. وتقدم الدراسة تصورات مهمة لتطوير وتحسين برامج مماثلة في المستقبل، مع مراعاة الاحتياجات الخاصة لهذه الفئة.

Impact of the SHESEK Program (Rehabilitation and Sports in the Community) on Physical Activity, Well-Being, and Quality of Life among Displaced People with Mobility Impairments During the Swords of Iron War

H. Gad¹, D. Bachar², Y. Sapir²

¹Levinsky-Wingate Academic Center

²Israel ParaSport Center

This study examined the impact of the SHESEK (Rehabilitation and Sports in the Community) Program on physical activity levels, physical and mental wellbeing, and quality of life among people with mobility disabilities who were displaced from their homes during the Iron Swords War. Focusing on the effectiveness of the program, the research examined relationships between physical activity, social support, and quality of life during this prolonged state of emergency. The study included 78 participants with mobility impairments (20 women, 53 men, and five unspecified), ages 15–89 years. Data were collected through self-report questionnaires assessing physical-activity frequency, physical and mental health status, social support, and quality of life. The findings indicate a significant increase in the participants' levels of physical activity following their participation in the SHESEK program, with notable improvements in both their physical and mental well-being. A positive correlation was found between physical activity levels and social support. Regression analysis revealed that social support was the strongest predictor of changes in physical activity levels, with the program proving more effective for women and for participants with a lower body-mass index. Age emerged as a significant predictor of quality of life, with older participants reporting lower quality of life. These findings underscore the importance of integrating physical activity and social support into emergency intervention programs for people with mobility disabilities. This research provides valuable insights into developing tailored rehabilitation programs for vulnerable populations during periods of extended national crises.

Keywords: Adaptive sports, rehabilitation, physical disability, resilience

The effect of the Ebbinghaus illusion on throwing precision in boccia players with cerebral palsy – a case study

I. Hajbi

Levinsky-Wingate Academic Center

Boccia is a competitive Paralympic sport for individuals with severe physical disabilities. The aim is to throw colored balls as close as possible to the jack – a smaller white target ball. Performance requires ongoing concentration, fine motor control, and high levels of precision. The aim of this study was to examine whether throwing accuracy in boccia can be enhanced through the Ebbinghaus illusion – an optical illusion in which the perceived size of a target changes according to the size of its surrounding elements. Five boccia players (two female; BC1-4 classification) participated in this study. Their mean age was 36 ± 10.3 years (range 18–48). Each athlete completed 60 throws under three conditions: (a) a control condition with no surrounding circles; (b) a small-circle condition designed to produce perceived target enlargement; and (c) a large-circle condition designed to produce perceived target shrinkage. The findings indicate that most participants exhibited improved throwing accuracy under the Ebbinghaus illusion conditions, with the strongest effect observed in the large-circle one. This effect may be explained by the perception of a smaller target, which could enhance focus and refine movement precision. Importantly, a decline in accuracy was observed across all participants after the first 20 throws, suggesting a fatigue-related effect. This pattern underscores the importance of tailored training strategies, including distributed practice and adequate rest intervals. The methods described in this study offer coaches and physiotherapists practical tools for enhancing performance among boccia players. Further studies with larger samples are needed to confirm the current findings and assess the long-term effects of the illusion. Research should also explore intervention strategies for mitigating fatigue during extended throwing sessions.

Keywords: Boccia, cerebral palsy, accuracy, fatigue, motor learning, Ebbinghaus illusion.

Loss of authority: Journalistic death coverage of prominent Israeli soccer managers

B. Bar-Zohar

MOFET Institute

This qualitative study explores print and online journalistic coverage of the deaths of six prominent Israeli soccer (football) managers: Eli Fuchs (1992), Jerry Beit Halevi (1997), Ya'akov Grundman (2004), Itzhak Schneor (2011), Emmanuel Scheffer (2012) and Dror Kashtan (2024). Analysis of the earlier coverage (1992, 1997, and 2004) is based mainly on three Israeli daily newspapers – Hadashot, Ma'ariv, and Yedioth Ahronoth (25 news items). Although the later coverage (2011, 2012, and 2024) likewise draws on three Israeli daily newspapers (34 articles), it also incorporates 11 online news websites (61 articles) and 1,104 reader comments. This combination reflects the expansion of digital journalism and offers a nuanced and affectively rich perspective. Such an approach enables a comparison between print and online representations, traces evolving trends in Israeli sports journalism, and examines the coverage of the deaths of soccer managers from a personal, professional, cultural, national, and media-related perspective. Our findings indicate that the journalistic discourse extends well beyond the professional realm; following their deaths, the managers were portrayed as cultural icons and national heroes. Their persona embodies a "Holocaust-to-independence" narrative of resilience and courage, reinforcing the concept of muscular Judaism, as coined by Zionist leader Max Nordau. For online readers and commenters, the managers' passing became a vehicle for constructing nostalgic narratives, expressing the sentiment that "such a generation will never be seen again." At the same time, these discussions serve as a platform for sharp criticism of the contemporary generation of players, managers, and chairpersons – who are portrayed as being driven by financial interests, rather than by the traditional ethos of discipline, integrity, and respect that were embodied in their predecessors.

Keywords: Media, sports history, soccer managers, national identity, commemoration

Why Now? Politics in Israeli Football

A. Ben Porat

Ben-Gurion University of the Negev

Originating as a modern game in the mid-19th century, football rapidly gained popularity among lower classes in England. Yet an additional “player” – politics – also became quickly involved. This paper posits that football and politics are inherently intertwined, and that separating the two is nearly impossible. The multifaceted influence of this game often invites political involvement, particularly – yet not exclusively – when it concerns selection for the national team. This paper examines the relationships between soccer and politics in Israel through a case study approach. Historically, two distinct phases can be identified: the first decade following the establishment of the State of Israel, when politics played a dominant role and had a meaningful impact on the game; and the subsequent period, during which Israel's shift to a capitalist society transformed the game of football into a commercialized commodity. However, despite the decline in political control, its impact remains evident within football institutions and stadium culture.

Keywords: Football, politics, fans, Israel

Table of Contents

Editorial: Milan Cortina Winter Olympics Y. Hutzler, E. Ostrovsky	7
Why Now? Politics in Israeli Football A. Ben Porat	13
Loss of authority: Journalistic death coverage of prominent Israeli soccer managers B. Bar-Zohar	37
The effect of the Ebbinghaus illusion on throwing precision in boccia players with cerebral palsy – a case study I. Hajbi	67
Impact of the SHESEK Program (Rehabilitation and Sports in the Community) on Physical Activity, Well-Being, and Quality of Life among Displaced People with Mobility Impairments During the Swords of Iron War H. Gad, D. Bachar, Y. Sapir	92
Abstracts in Arabic	121
Abstracts in English	V

CONTRIBUTORS

- Ben Porat, A., Prof.** – Ben-Gurion University of the Negev
- Bar-Zohar, B., PhD** – MOFET Institute
- Hajbi, I.** – Levinsky-Wingate Academic Center
- Gad, H.** – Levinsky-Wingate Academic Center
- Bachar, D.** – Israel ParaSport Center
- Sapir, Y.** – Israel ParaSport 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. 15 • No. 1

2025



The Academic College
Levinsky-Wingate
Research, Education and Sport

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, PhD
ostrovsky@l-w.ac.il

Language Editors: Hebrew – Adi Roffe
English – Beverley Yohanan

Site Editor: Yarin Dvash
Graphic Designer: Leviel Bar-levi
Printing: AG Printing

Price: NIS 40 (print version)

Annual subscription: NIS 70 (print version)

MOVEMENT

JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCES



Vol. 15 • No. 1

2025



Levinsky-Wingate
Academic College
Research, Education and Sport