
ספורט סטודנטיאלי בישראל

אליפות אס"א הבין-לאומית באילת

אור לונטל, תום יובל, יפעת לינדר

מכללת אוהלו בקצרין

תקציר

מאמר זה מציג מחקר גישוש, הבוחן את תפיסותיהם של סטודנטים-ספורטאים בישראל לגבי פעילותם הספורטיבית במהלך לימודיהם במוסדות להשכלה גבוהה. תחום זה, שלא נחקר עד כה בישראל, שונה במהותו מהספורט במוסדות להשכלה גבוהה בעולם ומהספורט המקצועני והחובבני בישראל, ולכן מהווה מקרה-מבחן ייחודי. מטרת המחקר הייתה לבחון את תפיסותיהם של סטודנטים אודות השתתפותם באליפות אס"א הבין-לאומית באילת, מניעיהם, חוויותיהם ועוד. לשם כך אימץ המחקר גישה איכותנית שכללה 30 ראיונות עומק נרטיביים עם סטודנטים ממכללה אחת בצפון הארץ לגבי השתתפותם באליפות אס"א הבין-לאומית באילת בשנת 2018. ממצאי המחקר העלו שלוש תמות מרכזיות: (א) הקשר בין תהליך ההכנה לאליפות ויחסם של הסטודנטים אליה; (ב) הבדלים תפיסתיים על-פי המגדר, ענף הספורט וותק בתחרות; (ג) היחס לאילת כאקס-טריטוריה ולאופיה החווייתי של האליפות.

תאריכים: ספורט, השכלה גבוהה, אס"א, גאוגרפיה

פעילות גופנית כחלק מתהליכים חינוכיים היא תופעה מוקדמת בציוויליזציה האנושית: מהפעילות בעת העתיקה שהייתה נהוגה בערי יוון כגון ספרטה ואתונה ועד לביטוי המודרני של תנועות לאומיות שהחלו באירופה בסוף המאה ה-19 (Phillips & Roper, 2006). שילוב של פעילות גופנית המשרתת ערכים חינוכיים ושל תרבות הגוף בהקשר הלאומי מתמקד בעיקר בהיבטים של יצירת זהות, גאווה, מוכנות פיזית לשירות צבאי ולאומיות. עם זאת, הספורט מקדם מרכיבים נוספים כגון תחרותיות, קבוצתיות והישגיות. בעוד הפעילות הגופנית מהווה חלק בלתי נפרד ממרבית תכניות הלימוד במערכות החינוך הפורמליות מגיל גן ועד לתיכון, הספורט התחרותי מהווה ביטוי שכיח ביותר בהקשר החינוכי במסגרת המוסדות להשכלה גבוהה בארצות-הברית (Shulman & Bowen, 2011). ההשתתפות בספורט הישגי במוסדות אלה מקורה במחויבות של הסטודנטים לתהליך הלימודי. גם בישראל משתתפים

הסטודנטים במוסדות אקדמיים במסגרות ספורטיביות תחרותיות ומייצגים את המוסד שבו הם לומדים [עובדה שהיא בהכרח על חשבון המשאבים (זמן וכסף) המושקעים בלימודים]. זוהי פעילות התנדבותית בעיקרה, כיוון שאין חובה אקדמית להשתתפות בספורט תחרותי, ואין תשלום לסטודנטים עבור השתתפותם. אי לכך, המניעים להשתתפות מתבססים בעיקר על היבטים חברתיים מחד-גיסא וספורטיביים-אישיים מאידך גיסא. אלו מתווכים על-ידי תפיסות ערכיות ומגדריות של הסטודנטים הספורטאים (Curry & Weiss, 1989).

את הפעילות הספורטיבית באקדמיה בישראל מרכז איגוד הספורט האקדמי (אס"א), שאחראי לתחרויות בין המוסדות השונים. במסגרת פעילות זו מתקיימים ליגות סדירות, אליפויות ענפיות ומשחקים בין-לאומיים, שבהם משתתפים הספורטאים במגוון רחב של ענפי ספורט. אחד הטורנירים הגדולים הוא אליפות אס"א הבין-לאומית השנתית המתקיימת בעיר אילת בהשתתפותן של נבחרות ממרבית המוסדות להשכלה גבוהה בישראל והכוללות כ-2,000 סטודנטים. ההקשר החברתי של האליפות, המאפיינים הדמוגרפיים הדומים של הסטודנטים ומיקום התחרות (אילת) יוצרים סיטואציות שונות שאינן קשורות להיבטים אקדמיים דווקא כגון מפגשים חברתיים, בילויים משותפים וגם יחסים רומנטיים (Grello et al., 2006).

ככלל, ספורט תחרותי הוא אחד הביטויים הפופולריים ביותר לתרבות הפנאי בעולם המודרני, בין אם בהשתתפות פעילה ובין בצפייה פסיבית. צפייה בספורט תחרותי נמצאה כתורמת למגוון היבטים אישיים כגון הפחתת מתחים, בידור, בריחה מהמציאות ותחושת הצלחה, לצד יתרונות חברתיים כגון בילוי עם חברים ומשפחה והשתתפות בקהילת אוהדים (Raney, 2006).

בנוסף לכך, השתתפות בספורט ובפעילות גופנית תורמת למצב הבריאותי בשני היבטים: שיפור הכושר הגופני הכללי והפחתת הסיכון לבעיות בריאותיות בעתיד. ממצאים אודות הקשר בין השתתפות סדירה בפעילות גופנית ובין הפחתת הסיכון לחלות במחלות לב, ריאה, סרטן ועוד חוזרים על עצמם במספר רב של מחקרים (Warburton, Nicol, & Bredin, 2006) בקרב צעירים (Taliaferro, Rienzo, & Donovan, 2010) ומבוגרים (Zhao et al., 2015) כאחד. מחקרים בתחום הפסיכולוגיה של הספורט מצאו כי השתתפות בספורט תחרותי תורמת לרווחה אישית (Well being) של הספורטאים (Lundqvist, 2011), המתבטאת בין השאר ביתרונות לטווח ארוך כגון שיפור בלימודים וסיכוי להתקבל למוסדות להשכלה גבוהה (Shifrer, Pearson, Muller, & Wilkinson, 2015). במחקרים עדכניים אודות מניעים של סטודנטים לעיסוק בספורט נמצא כי יש חשיבות רבה להיבטים אישיים וחברתיים כמו תחרותיות, מעמד חברתי, רצון ליטול חלק בעבודת צוות, שחרור אנרגיה, תמיכה של חברים ומשפחה ופיתוח כישורים אישיים (Del Pilar Vilchez & De Francisco, 2017). לכך ניתן להוסיף גם הנאה, תחושת הצלחה, אתגר אישי ושיוך חברתי (Ustun, 2018). אף שגורמי המוטיבציה לעיל הם פנימיים מיסודם, ישנן עדויות מחקריות גם להסתכלות מוסרית חברתית רחבה יותר של יחידים כלפי

הפעילות הספורטיבית. למשל, גורגוט וגולו (Görgüt & Güllü, 2016) מצאו שהמוטיבציה לפעילות ספורטיבית גדלה עם ההבנה כי היא עשויה להוות כלי יעיל לקידום הבריאות בחברה באופן רוחבי. המוטיבציה לעיסוק של סטודנטים בספורט היא משולשת: שיפור גופני-בריאותי, שיפור אישי וחברתי והכרה בהשלכות החברתיות הרחוביות של ספורט ופעילות גופנית.

לדעת חוקרים, למרות היתרונות המופְּרִים, היקף הפעילות הגופנית – הנמרצת ואף המתונה, נמצא בירידה לא רק עם העלייה בגיל אלא גם בקרב תלמידי תיכון וסטודנטים במוסדות להשכלה גבוהה (Kilpatrick, Hebert, & Bartholomew, 2005). במחקר זה נמצא כי יש הבדל משמעותי בין המניעים להשתתפות בפעילות גופנית ובין המניעים להשתתפות בספורט תחרותי. המניעים הדומיננטיים לפעילות גופנית עוסקים בהיבטים חברתיים ואישיים כגון מדדים גבוהים ליצירת חברויות (affiliation) והכרה חברתית, ואילו המניעים הדומיננטיים לפעילות ספורטיבית-תחרותית נוגעים להיבטים פיזיים ובריאותיים כגון מניעת מחלות, שמירה על משקל הגוף ומראה חיצוני ולא דווקא להיבטים חברתיים של הפעילות. עם זאת, המחקר מתייחס להבדלים בין המינים, שכן, נשים נוטות לעסוק פחות בספורט בשל רמת מוטיבציה נמוכה יותר מאשר גברים (Deaner, Balish, & Lombardo, 2016) ואף בשל היבטים הקשורים לתחרותיות ולרצון לצנח הדומיננטיים בקרב גברים (Apostolou, 2014). חשוב לציין כי הבדלים מגדריים אלו קשורים בעיקר להיקף ההשתתפות, וכמעט שאינם קיימים בקרב ספורטאיות וספורטאים פעילים (Kilpatrick, et al, 2005). לפיכך, לא צפוי למצוא הבדלים מגדריים במקרה הנוכחי, הקשורים לתפיסות הסטודנטים את התחרות הספורטיבית.

כפי שצוין, פעילות ספורטיבית מהווה חלק בלתי נפרד ממערכת ההשכלה הגבוהה בישראל ובעולם. עם זאת, ישנם הבדלים מהותיים בין מערכות אלה בשל היבטים חברתיים ותרבותיים שונים בכל מדינה. בארצות-הברית למשל, תחום זה מפותח ביותר. תחרויות ספורט בין מכללות ואוניברסיטאות זוכות לחשיפה ארצית רחבה, עובדה המשפיעה על גאווה מוסדית, השקעות כלכליות והיבטים לימודיים שונים, כמו גם בהיותו של תחום זה קרקע מחקר נפוצה ביותר לעומת מדינות אחרות שבהן הוא נמצא בשולי המחקר האקדמי. לפיכך, יש להתייחס בזהירות בהשוואה בין המחקרים המוצגים כאן ובין הסביבה הייחודית הנידונה במאמר זה. על-פי גיילס והו (Gayles & Hu, 2009), בארצות-הברית קיימת ביקורת ציבורית כלפי הערך האקדמי הניתן לספורטאים, בעיקר בשל הגישה המקצוענית והמסחרית של האוניברסיטאות והמכללות במדינה לגבי תחרויות ספורט ברמה המקומית והבין-לאומית. במקרים רבים, סטודנטים ספורטאים זוכים למלגות, לשיעורי עזר ולהטבות שונות כחלק מהמאמץ לצרפם לשירות המוסדות. הקונפליקט בין הצורך האתי והמהותי בהקניית ידע והצלחה אקדמיים ובין הרצון להצלחה בספורט הוא ייחודי במידה רבה לחברה בארצות-הברית, אך אינו תופס לסביבה בישראל. בסביבה זו, ייתכן שהספורטאי יקבל הטבות עבור לימודיו במוסד מסוים תמורת השתתפותו בתחרות ספורטיבית מטעמו, כגון פטור מהשתתפות בקורס ספורט או הכרה

בנקודות זכות לתואר עבור הפעילות הספורטיבית (בהתאם להנחיות המועצה להשכלה גבוהה על מעורבות חברתית-שירות מילואים), אך ההחלטה על לימודים במוסד להשכלה גבוהה לא נועדה לקידום קריירה תחרותית ואף עומדת, במידה מה, בסתירה למטרה זאת.

מחקרם של פסקרלה ועמיתיו (Pascarella, Edison, Hagedorn, Nora, & Terenzini, 1996) מצא שסטודנטים לתואר ראשון, העוסקים בספורט במסגרת תחרותית, הראו רמות גבוהות יותר של שביעות רצון מהמוסד שבו הם לומדים, והיו בעלי מוטיבציה גבוהה יותר להצלחה אקדמית. תפיסה חיובית של הלימודים על-ידי סטודנטים-ספורטאים נמצאה גם במחקר כלל ארצי שנערך בארצות-הברית (Potuto & O'Hanlon, 2007), וכך לגבי תפיסות עצמיות באשר להצלחתם בלימודים ומקומם בקמפוסים (Parsons, 2013). מחקרים אחרים, לעומת זאת, הראו כי קשר זה אינו חד-משמעי. בהיבטים רבים הקשורים להצלחה אקדמית, למחויבות ללמידה ולעמדות אישיות, לא נמצא הבדל משמעותי בין סטודנטים לסטודנטים-ספורטאים (Wolniak, Pierson, & Pascarella, 2001; Umbach, Palmer, Kuh, & Hannah, 2006). על-פי גיילס והו (Gayles & Hu, 2009), נמצאו הבדלים בין סטודנטים וסטודנטים-ספורטאים במגוון היבטים ובהם קשרים חברתיים רבים יותר שיוצרים האחרונים במסגרת לימודיהם, בעיקר בקרב ספורטאיות ובקרב ספורטאים מענפי ספורט פחות פופולריים. גם התרומה של רכיבי למידה שונים לשיפור עצמי של הסטודנטים רבה יותר אצל העוסקים בענפי ספורט בעלי פרופיל נמוך יותר. ניתן להסביר שוני זה במיקוד או במטרות האקדמיות של ספורטאים בעלי עתיד מקצועני רווחי בתחום הפעילות שלהם, לעומת היעדר אופק תעסוקתי משמעותי עבור הסטודנטים-ספורטאים האחרים. בהקשר של המחקר הנוכחי, ניתן להתייחס לכלל הסטודנטים כמשתתפים בענפי ספורט פחות פופולריים, וזאת בשל העובדה שהלימודים אקדמיים אינם מהווים עבורם כלי לקידום בעולם הספורטיבי. לפיכך, יש לצפות כי בקרב משתתפי המחקר הנוכחי יימצאו היתרונות שצוינו אודות פתיחות חברתית ורכישת כלים לימודיים.

נקודה נוספת שעולה בספרות המחקר היא כי סטודנטים-ספורטאים אינם תופסים את החוויה האקדמית שלהם כשונה מזו של סטודנטים שאינם עוסקים בספורט (למשל, Mahoney, 2011). זאת, למרות שנמצאו הבדלים בין ממצאים אלו ובין תפיסות של מרצים ושל סטודנטים אחרים במוסדות (Tucker et al, 2016). המחקר הנוכחי עוסק בתפיסות של סטודנטים-ספורטאים, ולכן יש חשיבות לעובדה כי אלה אינם חשים יחס מיוחד בעקבות השתתפותם בפעילות ספורטיבית תחרותית. בישראל, עיקר הספורט האקדמי מנוהל על-ידי אס"א – איגוד ספורט אקדמי, שהוקם בשנת 1953 במטרה לאגד ולארגן את הפעילות הספורטיבית במוסדות להשכלה גבוהה. מפגשים ספורטיביים-תחרותיים שנתיים בין מוסדות אקדמיים כגון בין האוניברסיטה העברית והטכניון התקיימו טרם קום המדינה (במתקני הספורט בקמפוס הר הצופים; קאופמן וחרף, 2003). הארגון מאגד כיום את מרבית סניפי הספורט במוסדות להשכלה גבוהה בישראל, בהשתתפותם של אלפי סטודנטים

וסגל אקדמי⁵. הוא פועל בארבעה מישורים: (א) פעילויות ספורט פנים-מוסדיות במסגרת סניפי אס"א של כל אוניברסיטה ומכללה; (ב) קבוצות ייצוגיות המשתתפות בליגות המקצועניות בישראל; (ג) פעילות בין-לאומית אל מול גופי ספורט סטודנטיאליים באירופה ו-(ד) אליפויות ארציות המתקיימות מדי שנה במגוון ענפי ספורט ובהם כדורגל, כדורסל, כדוריד, שחייה, שחמט, שייט ועוד, ואליפות בין-לאומית רבת-ענפים המתקיימת פעם בשנה.

האליפות שבה מתמקד המחקר הנוכחי התקיימה באילת בחודש מרץ 2018, נמשכה ארבעה ימים וכללה 21 ענפי ספורט שבהם השתתפו אלפי סטודנטים מעשרות מוסדות להשכלה גבוהה בישראל. כמו כן, נטלו בה חלק מאות מארגנים, שופטים ומתנדבים מטעם אס"א. נוסף לתחרויות נערכו מסיבות יומיות, שכללו שתייה אלכוהולית ללא עלות, עובדה המלמדת על גישתו של הארגון לאירוע כולו. למרות מספר הספורטאים המשתתפים בפעילויות הארגון ומספר התחרויות הגדול, נושא זה לא נחקר עד כה. ניתן לייחס זאת בעיקר למעמדו של הספורט בעולם האקדמי, שלמרות הדומיננטיות והפופולריות שלו בקרב הסטודנטים הוא אינו זוכה לחשיפה מיוחדת באמצעי התקשורת או בתמיכה של המוסדות עצמם. המחקר הנוכחי מסתמך במידה רבה על ספרות אקדמית מצפון-אמריקה, המתמקדת בתחום הספורט החצי-מקצועני שם, השונה במהותו ובהיקפו מהפעילות של אס"א בישראל. מבחינה זאת, המחקר הנוכחי משמש כמחקר גישוש, המבקש גם לאפיין את רכיביו של המקרה המקומי.

שיטת המחקר

מטרת המחקר

מטרת המחקר שעליו מתבסס מאמר זה היא למפות ולבחון את תפיסותיהם של סטודנטים-ספורטאים לגבי תחרויות הספורט; זאת בכוונה להסביר את גישתם לאליפות אס"א כאירוע ספורטיבי מקצועני, מחד-גיסא, ואירוע חברתי-בילויי, מאידך גיסא. כאמור, המחקר מתייחס באופן ספציפי לאליפות אס"א הבין-לאומית שנערכה באילת ב-2018.

לשם כך ננקטה גישה איכותנית נרטיבית, שהתבססה על סדרת ראיונות עומק שמטרתם לעמוד על גישתם של הסטודנטים להיבטים ספורטיביים הנלווים לתחרות כגון גאווה מוסדית, אחריות אישית, מצוינות ספורטיבית, מקצועיות ועוד. מתוך מטרה זו נגזרת חשיבות תיאורטית ויישומית כאחד. ראשית, מחקר זה תורם לביסוס ראשוני של תופעה חברתית זאת ומציע כיווני מחקר עתידיים ומשלימים, בעיקר בשל היעדר ספרות אקדמית תיאורטית לגבי המקרה הנבחר ובמיוחד בהקשרו הישראלי. מבחינה יישומית, המחקר משמש ככלי למיפוי היתרונות והחסרונות של השתתפות בפעילות ספורטיבית תחרותית באקדמיה ובוחן את ההשלכות של משתנים נוספים

⁵ אתר האינטרנט של אס"א - <http://asa.org.il>

כגון מגדר וענף הספורט על התפיסות של הסטודנטים. הבנה של תחום זה תוכל לתרום רבות להעלאת שביעות הרצון של הסטודנטים, אופן גיוסם ועיצוב תחרויות ספורטיביות עתידיות. עיקר תשומת-הלב המחקרית מצויה בתפיסתם של הסטודנטים את תקופת השהייה הכוללת באילת במהלך התחרויות, בהתייחס לציר שבין מקצועיות וספורטיביות לבין בילוי חברתי. לשם כך אימץ מחקר זה גישה איכותנית נרטיבית המתבססת על סדרת ראיונות עומק.

אוכלוסייה, הליך וכלי המחקר

אוכלוסיית המחקר כללה 30 סטודנטים ממכללת אוהלו בקצרין (ראה לוח 1), שנמנו עם נבחרת המכללה באליפות אס"א באילת ב-2018, וזאת מתוך 67 ספורטאים שהשתתפו באליפות זו מטעם המכללה. הסטודנטים אותרו באמצעות פנייה בדואר האלקטרוני ובקבוצת ווטסאפ ייעודית. לאחר מכן תואמו מקום וזמן עם כל אחד מהמרוואיינים. מספר היעד של 30 ראיונות נועד לספק מהימנות גבוהה, מחד-גיסא, ולאפשר ניתוח על-פי מאפיינים שונים של המרוואיינים (ותק, מגדר, ענף ספורט ועוד), מאידך גיסא. ראיונות העומק נערכו בתקופה שבין החודשים פברואר ליוני 2018 ובוצעו בסמוך לתחרות, במהלכה ובמהלך שלושה חודשים מאז שובם של הסטודנטים לספסל הלימודים. הראיונות נערכו במסדרונות המכללה או בכיתות על-ידי סטודנט בשנתו האחרונה ללימודים, שהוכן מראש על-ידי החוקרים ונתבקש להקליט את הראיון או לרשום פרטים במהלכו. הבחירה בסטודנט כמראיין נועדה לעודד פתיחות מרבית מצד המרוואיינים. הזמן הממוצע של הראיון היה כ-30 דקות (הקצר ביותר נמשך 18 דקות). הראיונות נוהלו באופן פתוח וכללו מספר מצומצם של שאלות מנחות. הכוונה הייתה לאפשר למרוואיינים להביע את דעתם באופן חופשי ולכוון את השיחה לנושאים הרלוונטיים להם. שלוש השאלות הכלליות שנכתבו מראש היו: 'ספר לי על אס"א אילת'; 'ספר לי בהרחבה על החוויה האישית שלך ועל החוויות של הסטודנטים האחרים'; 'מה דעתך על ההיבט הספורטיבי של התחרות, לפניה ובמהלכה?'. המראיין הונחה להמשיך לשאול שאלות במידת הצורך כדי לעודד מענה מפורט יותר של המרוואיין. הכיוון הכללי של השאלות נועד ללמוד על החשיבות שמקנים הסטודנטים באופן עצמאי לרכיבים שונים ובהם לימודים, יחסים חברתיים, ייצוגיות, גאווה ועוד. המטרה העיקרית בריאיון הפתוח הייתה להיווכח תחילה בכיוונים שאליהם מכוונים הסטודנטים, ומתוך כך להבין את החשיבות היחסית שהם מעניקים לכל היבט. בשל כך, ומתוך רצון לשלול השפעות חברתיות, לא נעשה שימוש בכלי מחקר אחרים כגון קבוצות מיקוד.

לאחר ביצוע הראיונות התקיימו שיחות טלפון עם מרוואיינים מסוימים לשם השלמת מידע או הבהרת היבטים שונים שעלו בריאיון. הצעת המחקר שעליה מתבסס מאמר זה קיבלה את אישורן של ועדות המחקר והאתיקה המוסדית שבה הוא נערך. נוסף לכך, למרוואיינים הובטח כי שמם המלא ופרטים מזהים אחרים לא יופיעו במאמר הסופי.

לוח 1. משתתפי המחקר (מין, ענף, ותק באליפות)

שם	מין	ענף הספורט	שנות ותק באס"א
נ.ד.	נקבה	כדורשת	1
י.פ.	נקבה	כדורעף	3
ח.ב.	נקבה	כדורסל	3
ע.ב.	זכר	כדורסל	2
ד.ר.	זכר	ריצה	2
א.פ.	זכר	כדורגל	2
ד.מ.	נקבה	חתיירה (קיאק בודד)	1
ב.ב.	נקבה	שחייה	1
ל.ז.	נקבה	כדורגל	1
ס.ד.	זכר	כדורגל	1
נ.י.	נקבה	כדורשת	2
כ.ג.	נקבה	כדורעף	2
כ.י.	זכר	כדורגל	1
א.א.	זכר	כדורגל	2
ב.ג.	זכר	כדורגל	1
כ.ז.	זכר	כדורגל	1
מ.ג.	זכר	כדורגל	1
א.ע.	נקבה	כדורסל	2
א.א.	זכר	כדורסל	2
ד.ר.	נקבה	חתיירה (קיאק יחיד)	1
ר.ש.	זכר	חתיירה (קיאק יחיד)	2
י.ד.	נקבה	חתיירה (קיאק יחיד)	2
ח.א.	נקבה	ריצה	1

2	כדורגל	נקבה	י.י.
2	טניס שולחן (יחיד)	זכר	נ.ד.
2	כדורגל	נקבה	ה.מ.
2	חתירה (קיאק יחיד)	זכר	ב.ס.
2	חתירה (קיאק יחיד)	זכר	א.ד.
1	חתירה (קיאק יחיד)	נקבה	ב.ש.
2	חתירה (קיאק יחיד)	זכר	ת.א.

ניתוח הראיונות

לאחר איסוף הראיונות בוצע שלב הניתוח על-ידי שני חוקרים, שביצעו בנפרד את הניתוח לפי ההליך המוצג להלן. ממצאיהם הושוּו אך לא נמצאו הבדלים משמעותיים. מכיוון ששיטת ניתוח התוכן (Content analysis) עוסקת בשיחה עצמה, בתוכן של השיחה ובקהל היעד האפשרי (Bloor & Wood, 2006), נבחרה שיטת הניתוח התמטי (Thematic analysis), המתמקדת בניתוח ובמציאה של דפוסים – תמות – בתוך הנתונים (Braun & Clarke, 2006). שיטה זו מאפשרת זיהוי של חוטים מקשרים לאורך סדרת ראיונות (DeSantis & Ugarriza, 2000). כאמור, בחירה זו תואמת את מטרות המחקר ואת כלי המחקר שנבחר, שכן, היא מבקשת לזהות תפיסות של סטודנטים אודות תופעה כללית, ללא הכוונה נקודתית מצד החוקרים. הניתוח כלל ארבעה שלבים כחלק ממודל הניתוח של בראון וקלארק (Braun & Clarke, 2006): קידוד הנתונים, הבניה של קריטריונים ותמות, שיום והגדרה של כל תמה וכתובה של המאמר. לאחר התהליך של איחוד הקודים הראשונים שעלו מן הנתונים נבנו הקריטריונים שהצביעו על מגוון רחב של נושאים: יחסם של הסטודנטים לחשיבות התוצאות, מחויבות למכללה, מחויבות לחברים, ציפיות, הישגיות, משפחה, תחרותיות, מיקום התחרות ומרחקו מהמכללה. הניתוח מצא הבדלים בתשובותיהם של המשתתפים ויחסם אל משתנים נוספים כגון ענף הספורט שבו עסקו, מגדר, רמת מוכנות לפעילות ספורטיבית נתפסת ועוד.

ממצאים ודיון

מתוך ראיונות העומק עלו, כאמור, שלוש תמות מרכזיות:

- הקשר שבין התפקוד בתחרות לבין תפיסת סיכויי ההצלחה שנובעת מההכנה לפני התחרות
- מאפייני הספורט והספורטאי

- אילת כאקס טריטוריה. להלן הדיון בממצאי המחקר, הגדרת התמות ועימותם אל מול הרקע התיאורטי הקיים

הכנה, תפיסת מסוגלות ותפקוד

התמה הראשונה שזוהתה הייתה יחסם של הסטודנטים להיבט הספורטיבי של התחרות ובאופן פרטני – לסיכויי ההצלחה שלהם בה. היבט זה הושפע מהמשאבים שהושקעו בתהליך ההכנה הספורטיבית לתחרות והשפיע על מחויבות הסטודנטים לתחרות ותפקודם בה. חשוב לציין כי תשובותיהם של המרואיינים הצביעו על קשר זה כדי להסביר הצלחה ואי-הצלחה בתחרות. משמע, מרבית הסטודנטים מצאו חשיבות בתהליך המדובר. למשל, סטודנטים הסבירו את רמת המחויבות הגבוהה שלהם בתחרויות אל מול ספורטאים אחרים בתהליך ההכנה שעברו, שכלל לדבריהם גם את הכרת היריבים והתוצאות הנדרשות להצלחה. אחד המרואיינים ציין כי "עוד לפני שהסכמתי ליציאה למשלחת בדקתי את תוצאות המרוצים בתחרות משנה שעברה. לפי התוצאות אני חמישי. אבל באילת יש הרבה דברים שכנראה טובים יותר לאחרים. אני מתאמן בעיקר בריצת כביש, ובשנה שעברה המסלול היה בשטח". לאחר מכן דיווח הסטודנט כי בחן תכנית אימונים ייעודית שתוביל אותו לשיא בביצועים במועד התחרות באילת. מכך עולה כי ההשתתפות באילת הייתה מבחינתו נקודה אחת על רצף ארוך של התכונות ספורטיביות. ההישגיות תלויה אפוא בהכנה ראויה, וזו מובילה בהכרח לתפקוד מסוים בתחרות עצמה. לעומת זאת, מרואינת אחרת סיפרה כי: "לא הרגשתי מחויבות במשחקים. היו בנות שלא ידעתי אפילו איך קוראים להן. אחת הסטודנטיות התעקשה לשחק למרות שלא הייתה ברמה גבוהה. אני לא התכוונתי להתחיל לריב איתה על זה. זאת שהייתה 'כאילו' אחראית על הקבוצה, סוג של מאמנת, גם לא באמת התערבה, אז זה לא היה גם קריטי מבחינתי". גישה זאת, שחזרה על עצמה בראיונות בהקשרים שונים ובענפי ספורט שונים, מלמדת על התפיסה החד-פעמית של הסטודנטים את האירוע באילת. כלומר, כאשר האירוע מנותק מתהליך מוקדם של הכנה מסודרת קיימת ירידה בהיקף הציפיות הנתפס וגם חוסר דאגה מהשלכות עתידיות של האירוע. סטודנטים ציינו כי חוסר ההכנה מסביר במידה רבה את חוסר ההצלחה הפוטנציאלי, ולכן האחריות לכך אינה מוטלת רק עליהם אלא גם על המערכת עצמה. חשוב להדגיש כי היבט זה היה תלוי בעיקר במוכנות הנתפסת של הסטודנטים ולא דווקא בתבחינים מדידים של התהליך עצמו. בשל כך, גם לסיכויי ההצלחה שהתבהרו רק במהלך התחרות הייתה השפעה מרכזית על תפישות הסטודנטים ועל תפקודם. בענף החתירה למשל, אחד המרואיינים ציין כי לאחר שהעפיל לחצי הגמר בחר שלא להשתתף במסיבה בערב שקדם לתחרות כדי למקסם את המוכנות הגופנית שלו לקראתה: "...היום אלך לישון מוקדם. אם כבר הגעתי לשלבי הגמר ויש סיכוי לזכות אז שווה לנסות. אני יודע שזה הלילה האחרון ומסיבת סיום ובטוח אהיה, אבל לא כמו אתמול, אין סיכוי". כפי שצוין לעיל, הקשר בין ההכנות ובין סיכויי ההצלחה לתפישותיהם של הסטודנטים את התחרות הייתה רלוונטית למרבית הסטודנטים ובמגוון הענפים. עם זאת,

המאפיינים הדמוגרפיים של הסטודנטים מעלה כמה הבדלים מהותיים בהקשר של המחקר הנוכחי.

מאפייני הסטודנטים, ענף הספורט והמגדר

תָּמָה שנייה שעלתה היא הקשר הנתפס בין המחויבות וסיכויי ההצלחה ובין ההתייחסות העצמית למאפייני הסטודנטים ובעיקר לענף הספורט שלהם, למגדר ולוותק בהשתתפות בתחרויות אס"א. יש לציין כי מחקר זה לא בדק קשרים אובייקטיביים בין המשתתפים הללו ובין ההצלחה בפועל, שבדרך כלל אינה ניתנת למדידה. הסיבה היא שההצלחה נמדדת ביחס לציפיות, ואלו אינן אובייקטיביות כיוון שאין מידע אמין טרום-התחרות (מפגשים ספורטיביים קודמים, תוצאות עדכניות, רשימת משתתפים בכל ענף ועוד). עם זאת, במהלך הראיונות ייחסו הסטודנטים חשיבות למאפייניהם האישיים כגון מגדר ווותק.

חדשים לעומת ותיקים: נמצאה התייחסות שונה לחוויה הספורטיבית והחברתית של התחרות. בחינת הראיונות העלתה כי הסטודנטים מתייחסים באופן שונה כאשר הם מייצגים את המכללה בפעם הראשונה באליפות, לעומת גישתם של סטודנטים ותיקים יחסית המשתתפים בה בשנתם השנייה או השלישית ברציפות. בקרב הסטודנטים החדשים הייתה תמימות דעים לגבי חשיבות התחרות ותפקודם האישי בה. לדוגמה, סטודנטית שזוהי התחרות הראשונה שלה אמרה: "אני מוכנה לתת את כולי עבור הנבחרת ועבור ההצלחה שלה. אני יודעת שהרבה בנות רצו לרדת (לאילת). חלק סתם אבל חלק באמת טובות ואני יודעת שאין מקום. אני מרגישה שאני צריכה להוכיח את עצמי פעמיים. קודם כול להראות שבחרו בי בזכות ובפעם השנייה – שמקום טוב יבטיח לי כנראה גם את השנה הבאה". לעומת זאת, עמדות הסטודנטים הוותיקים לא היו חד-משמעיות. מצד אחד, סטודנט המייצג את המכללה בפעם השלישית ברציפות ציין שהוא מתייחס לאליפות במלוא הרצינות, "כאילו זאת הפעם הראשונה. רציתי לעשות את המיטב עבור הקבוצה ועבור המכללה. אנחנו סטודנטים, חצי קבוצה מסיימת ללמוד כל שנה; לא רק אצלנו, אצל כולם. מי שספורטאי אמתי תמיד רוצה לנצח. אני לא מרגיש שבע. אם יש מישהו כזה אז שיישאר במכללה. שלא יפסיד לימודים". לעומתו, סטודנט אחר ציין: "יש פה אלופי הארץ. אני יכול לעשות את המקסימום אבל לא היה לי סיכוי לנצח". ניתן להסביר זאת בקשר שהוצג לעיל אודות תפיסת סיכויי ההצלחה של הסטודנטים וההיכרות המוקדמת של הסטודנטים הוותיקים, שברובם לא הגיעו להישגים ספורטיביים טובים בשנים הקודמות. חשוב לציין כי הנושא הזה עלה בקרב כל הסטודנטים. כולם התייחסו לוותק שלהם כחלק מהחוויה, אך המיקוד היה בעיקר בהיבט החווייתי ולא בהיבט הספורטיבי.

ענפי ספורט אישיים לעומת קבוצתיים: נקודה נוספת היא הפרספקטיבה ההשוואתית בין ספורטאים המתחרים בענפי ספורט אישיים כמו חתירה, ריצה, שחמט וטניס שולחן, אל מול ספורטאים בענף קבוצתי כגון נבחרות הכדורסל והכדורגל. ניתוח תשובות המרואיינים מעלה כי מרבית הספורטאים בענפים האישיים תפסו את אליפות אס"א באילת כאירוע אישי, וחלקם אף ציינו כי הם

מייצגים קודם כול את עצמם וייצוג המכללה הוא משני. סטודנט מתחום החתירה ציין כי: "אני מתחרה קודם כול בשביל עצמי. אני יודע שאני חלק מהמשלחת של מכללת אוהלו, אבל אני פה קודם כול בזכות עצמי. בניגוד לאחרים, אני חתרת באליפויות. ביקשו ממני להשתתף בזוגות כי אני טוב, אבל זה נראה לי קצת לא רציני. לא התחרינו ביחד, וחופץ מזה זה עוד תחרות ועוד עייפות". אחר הוסיף: "אני מכיר את המתחרים האחרים והם מכירים אותי מתחרויות אחרות. זה פשוט מסגרת אחרת של אליפות, אבל היריבות היא אותו הדבר. יש שניים שמתחרים נגדי שקיבלו מלגות בווינגייט אז הלכו ללמוד שם. לא באמת אכפת מה כתוב על החולצה. אולי זה משנה בגלל החברים שאיתך אבל לא במישור האישי". חשוב לציין כי תפיסה זו אינה מעידה כלל על מידת ההשקעה בתהליך ההכנה או בתפקוד עצמו, שבא לידי ביטוי באורח חיים ספורטיבי במהלך ימי התחרות. לעומת הספורטאים בענפים האישיים, אלה שנטלו חלק בספורט הקבוצתי הרגישו מחויבות רבה יותר להצלחת הנבחרת כולה. הקבוצות התאמנו בקביעות עוד לפני הירידה לאילת, עובדה שהעצימה את תחושת המחויבות של השחקנים להצלחת הקבוצה. ספורטאי שמשחק במקביל גם בליגה מקצוענית בכירה בישראל אף ציין כי: "זהו כבוד גדול לייצג את המכללה שבה אני לומד. אני מקווה שנצליח לנצח באילת ולחזור עם הגביע. דווקא די התחברנו. יש פה כמה חבר'ה שיכולים לתת עבודה". ניתן להסביר זאת בתחושת המחויבות של הספורטאים גם כלפי חבריהם לקבוצה, והמכללה היא הגוף המאגד, המספק עבור יחידים את ההיבטים הסמליים החברתיים כגון בגדים תואמים, צבעים אחידים וסמל.

מגדר: ההיבט אחרון שבו נמצא הבדל הוא המגדר. הממצאים הראו כי סטודנטיות תופסות את הפן החברתי של האירוע כמשמעותי יותר, והיו מוכנות ליטול בו חלק בצורה אינטנסיבית יותר. אחת מהן הדגישה כי: "התחרות היא חלק קטן מכל אס"א. אין לי בעיה להשתתף ולהתחרות, אבל אני מוצאת זמן ללכת לעשות קניות בטיילת, להשתזף בבריכה ולהכיר סטודנטים ממכללות אחרות. בערבים אני נהנית מהמסיבות שמארגנים לנו, אחלה מסיבות! יום אחרי אני קמה לתחרויות כאילו כלום". לעומתה, ספורטאי שבוחר להתייחס למשחקים כאירוע ספורטיבי מציין כי: "מבחינתי, באתי להתחרות ולעשות את הכי טוב! כל מה שיש פה מסביב לא מעניין אותי... באתי לנצח וללכת הביתה. אני גם מִבְּיֵן את כל אלו שבאים גם לשותות ולחגוג; אנחנו באילת, אבל אנחנו כאן כדי להתחרות, שישארו אחרי ויעשו מה שהם רוצים, למה עכשיו?!". חשוב לציין כי עמדות אלה לא היו גורפות, וכפי שצוין לעיל, חלק מתפיסת התחרות נשענת גם על תהליך ההכנה, תפיסת סיכויי ההצלחה, ותק באליפות וענף הספורט. ייתכן שההבדלים המגדריים שנמצאו תלויים בתפיסה המגדרית הרחבה יותר של ספורט והמניעים לעיסוק בו.

אילת כאקס-טריטוריה

התמה השלישית שהייתה דומיננטית בתשובות של המרואיינים הייתה משהו שלא הובא בחשבון בתחילתו של המחקר. למרות ההתמקדות לכאורה בספורט ובסטודנטים, ניכר היה כי למקום התחרות הייתה השפעה על תפיסת הסטודנטים

את חשיבותה ורכיביה השונים. אליפות אס"א הבין-לאומית מתקיימת באילת באופן מסורתי, בעוד מכללת אוהלו, שהסטודנטים שלה השתתפו במחקר, היא המוסד האקדמי הרחוק ביותר מאילת בהשוואה לשאר המוסדות האקדמיים שהשתתפו באליפות. בחינת הראיונות מעלה כי הסטודנטים שהתייחסו לעיר ציינו את תדמיתה התיירותי, הכולל חופי ים, קניונים ואף ריחוקה משאר חלקי המדינה, המסמל חופש גם ממגבלות חברתיות מסוימות. סטודנטית אחת ציינה בהקשר זה: "אם כבר הגעתי לאילת אני הולכת ליהנות ממנה", לצד אמירה של מרואיינת אחרת: "איזה כיף שהאליפות באילת! תירוץ מעולה להגיע לפה". רבים התייחסו לאווירת החופש בעיר, שהייתה קשורה גם למסיבות שאורגנו והופעלו על-ידי אנשי אס"א. למרות לוח הזמנים האינטנסיבי, היו סטודנטים שצינו כי ניצלו את הזמן בין התחרויות השונות לטובת בילוי אישי או קבוצתי. יתר כל כן, נושא הבילוי עמד לעתים בסתירה לפעילות הספורטיבית, כפי שציין אחד הסטודנטים: "מקסימום הפסדנו; מתפנה לנו יותר זמן לבריכה... יש פה כמה שאיבדו את זה. חוץ מהמפגש בהתחלה, לא ראיתי אותם בשום מקום. מסכנים, יש סיכוי שהכדורגל עוד יעלו לגמר, ואז, עד מחר בבוקר הם עוד חייבים לשחק. אין אפילו קניות". יש לציין כי מחקר זה לא בחן את ההתנהגות בפועל של הסטודנטים אלא את התפיסות על-פי דיווח עצמי שעלה בראיונות. לכן, לא ניתן לקבוע כיצד השפיע המיקום על ביצועי הסטודנטים אלא רק על נטייתם להקנות משמעות מיוחדת להיבט החברתי באותם ימי התחרויות.

סיכום

מטרת המחקר הייתה לבחון תפיסות של סטודנטים באשר להשתתפותם באליפות אס"א הבין-לאומית באילת שנערכה ב-2018. ראיונות העומק שבוצעו עמם העלו שלוש תמות עיקריות הקשורות לספורט, לספורטאים ולמקום. התמה הראשונה מלמדת על הקשר של הסטודנטים בין המשחקים באילת לבין תהליך הכנה מוקדם. ההיבט השני בהקשרה של תמה זאת היא תפיסת המסוגלות, הרקע המוקדם של הסטודנט וסיכויי ההצלחה הספורטיבית שלו. ממצאי המחקר הנוכחי הראו כי הסטודנטים מצביעים על קשר ישיר בין הגישה הכללית של המכללה לספורט והמשאבים המוסדיים והאישיים המושקעים בהצלחה. מהראיונות שנערכו עם הסטודנטים עולה כי הצלחה ספורטיבית מהווה עבורם מקור לתמריצים נוספים כגון הכרה מחברים, ממשפחה או מהמכללה. תמריצים אלו מהווים תחליף ראוי בעיניהם לפעילות חווייתית-חברתית, האפשרית במסגרת האירוע הספורטיבי. ממצאים אלו מראים שהפעילות המבוצעות באס"א מונעת יותר מהיבטים חברתיים מאשר אישיים. על-פי קילפטריק ועמיתיו (Kilpatrick et al., 2005), הדבר מעיד על תפיסת התחרויות כפעילות ספורטיבית-גופנית שאינה בהכרח ספורט תחרותי. נתון זה חשוב, מכיוון שהוא מסביר גם את תהליך ההכנה לתחרות ואת חלוקת הזמן האישית של הסטודנט במהלך התחרויות בין ההישג הספורטיבי ובין זה החווייתי. היבט זה, של יחס הסטודנטים לפעילות תחרותית וההבדל שנמצא בממצאי המחקר בין גישתם

של ספורטאים וספורטאיות, תואם גם לממצאים של מאמר אחר שמצא הבדל במניעים לעיסוק בספורט בין גברים ונשים ובעיקר בצורך התחרותי המוגבר בקרב גברים (Apostolou, 2014). במחקרנו נמצא כי בדרך כלל הסטודנטיות ייחסו חשיבות רבה יותר לפן החברתי מאשר לזה התחרותי, עובדה שהשפיעה על תהליך ההכנה ועל הצפיות הספורטיביות שלהן.

לסיכום, תפיסת הסטודנטים את האליפות מושפעת מגורמים אישיים וסביבתיים כאחד. מבחינה אישית, מניעיו של הסטודנט לעסוק בספורט קובעת במידה רבה את ההכנה לתחרות והציפיות ממנה וכתוצאה מכך – את ההתנהלות הספורטיבית במהלך התחרות. מבחינה סביבתית, המקום שבו מתקיימות התחרויות תורם לעיצוב תפיסת הסטודנטים לגבי כוונות המארגנים ומטרות התחרות. הבחירה בעיר נופש ותיירות מסמלת ריחוק מבחינה מרחבית ובעיקר שוני מבחינת אורח החיים היום-יומי של הסטודנטים. להבדלים אלו ישנן שתי השפעות מרכזיות: הראשונה היא הפתיחות לצד החברתי-חוויתי והשנייה היא ההתאגדות הסמלית סביב המקום והמוסד שממנו הגיעו ואותו הם מייצגים.

מחקר זה היווה מחקר גישוש על תופעה שלא קיבלה עד כה תשומת-לב אקדמית. הפרספקטיבה הראשונית המוצעת תורמת להבחנה כי הספורט הסטודנטיאלי הישראלי הוא בעל מאפיינים ייחודיים השונים מזה המקצועני או מהספורט הסטודנטיאלי המקובל, בעיקר בארצות הברית. מחקרים נוספים בתחום, שיספקו הקשרים כמותיים, ירחיבו את אוכלוסיית המחקר או יתמקדו במאפיינים נקודתיים של הספורטאים והתחרויות עשויים לתרום רבות להרחבת הידע התיאורטי הקיים ולעזור בהגדרה, בפיתוח ובמינוף תחום זה בהקשרו הישראלי.

רשימת המקורות

קאופמן, ח', חריף, י' (2003). תרבות הגוף והספורט בישראל במאה ה-20. יד יצחק בן צבי

Apostolou, M. (2015). The athlete and the spectator inside the man: A cross-cultural investigation of the evolutionary origins of athletic behavior. *Cross-Cultural Research, 49*, 151-173.

Bloor, M., & Wood, F. (2006). *Keywords in qualitative methods: A vocabulary of research concepts*. Thousand Oaks, CA: Sage.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology, 3*(2), 77-101.

Curry, T. J., & Weiss, O. (1989). Sport identity and motivation for sport participation: A comparison between American college athletes and Austrian student sport club members. *Sociology of Sport Journal, 6*, 257-268.

Deaner, R. O., Balish, S. M., & Lombardo, M. P. (2016). Sex differences in sports interest and motivation: An evolutionary perspective. *Evolutionary Behavioral Sciences, 10*, 73.

Del Pilar Vilchez, M., & De Francisco, C. (2017). Reduced Spanish version of participation motives questionnaire for exercise and sport: psychometric properties, social/sport differences. *Journal of Sports Science and Medicine, 16*, 365.

DeSantis, L., & Ugarriza, D. N. (2000). The concept of theme as used in qualitative nursing research. *Western Journal of Nursing Research, 22*, 351-372.

Gayles, J. G., & Hu, S. (2009). The influence of student engagement and sport participation on college outcomes among division I student athletes. *The Journal of Higher Education, 80*, 315-333.

Görgüt, İ., & Güllü, M. (2016). Examination of primary school handball player's reason for starting sport and life satisfactions. *International Journal of Educational Sciences, 8*, 83-96.

- Grello, C. M., Welsh, D. P., & Harper, M. S. (2006). No strings attached: The nature of casual sex in college students. *Journal of sex research, 43*(3), 255-267.
- Kilpatrick, M., Hebert, E., & Bartholomew, J. (2005). College students' motivation for physical activity: differentiating men's and women's motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health, 54*, 87-94.
- Lundqvist, C. (2011). Well-being in competitive sports—The feel-good factor? A review of conceptual considerations of well-being. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 4*, 109-127.
- Mahoney, M. L. (2011). *Student-athletes' perceptions of their academic and athletic roles: Intersections amongst their athletic role, academic motivation, choice of major, and career decision making*. Long Beach, CA: California State University.
- Parsons, J. (2013). Student athlete perceptions of academic success and athlete stereotypes on campus. *Journal of Sport Behavior, 36*.
- Pascarella, E. T., Edison, M., Hagedorn, L. S., Nora, A., & Terenzini, P. T. (1996). Influences of students' internal locus of attribution for academic success in the first year of college. *Research in Higher Education, 37*, 731-753.
- Phillips, M. G., & Roper, A. P. (2006). History of physical education. In D. Kirk, D. Macdonald, & M. O'Sullivan (Eds.) *The handbook of physical education* (pp. 123-140). London: Sage.
- Potuto, J. J. R., & O'Hanlon, J. (2007). National study of student-athletes regarding their experiences as college students. *College Student Journal, 41*.
- Raney, A. A. (2006). Why we watch and enjoy mediated sports. In J. Bryant & A.A. Raney (Eds.), *Handbook of sports and media* (pp. 313-329). Abingdon-on-Thames, UK: Routledge.

- Shifrer, D., Pearson, J., Muller, C., & Wilkinson, L. (2015). College-going benefits of high school sports participation: Race and gender differences over three decades. *Youth & Society, 47*, 295-318.
- Shulman, J. L., & Bowen, W. G. (2011). *The game of life: College sports and educational values* (Vol. 62). Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Taliaferro, L. A., Rienzo, B. A., & Donovan, K. A. (2010). Relationships between youth sport participation and selected health risk behaviors from 1999 to 2007. *Journal of School Health, 80*, 399-410.
- Tucker, K., Morgan, B. J., Kirk, O., Moore, K., Irving, D., Sizemore, D., & Emanuel, R. (2016). Perceptions of college student-athletes. *Journal of Undergraduate Ethnic Minority Psychology, 2*, 27-33.
- Umbach, P. D., Palmer, M. M., Kuh, G. D., & Hannah, S. J. (2006). Intercollegiate athletes and effective educational practices: Winning combination or losing effort? *Research in Higher Education, 47*, 709-733.
- Ustun, U. D. (2018). Participation motivation in university students who engage in different team sports. *World Journal of Education, 8*, 12-17.
- Warburton, D. E., Nicol, C. W., & Bredin, S. S. (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *Canadian Medical Association Journal, 174*, 801-809.
- Wolniak, G. C., Pierson, C. T., & Pascarella, E. T. (2001). Effects of intercollegiate athletics participation on male orientations toward learning. *Journal of College Student Development, 42*, 604-624.
- Zhao, W., Ukawa, S., Kawamura, T., Wakai, K., Ando, M., Tsushita, K., & Tamakoshi, A. (2015). Health benefits of daily walking on mortality among younger-elderly men with or without major critical diseases in the new integrated suburban seniority investigation project: a prospective cohort study. *Journal of Epidemiology, 25*, 609-616.