

# בתנועה

כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט



תשפ"ד • 2024

כרך יד • חוברת 2

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/](http://www.wincol.ac.il/bitnua/)

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

טלפון : 09-8639374

פקסימיליה : 09-8639377

רכזת מערכת : אילנה אוסטרובסקי  
דואר אלקטרוני : [ostrovsky@l-w.ac.il](mailto: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  
ד"ר 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' ישעיהו הוצלר  
ד"ר 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 קדש  
פרופ' אריה רוטשטיין  
פרופ' נילי שטיינברג קנופ

שיפוט מאמרים:

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

תשפ"ד • 2024

כרך יד • חוברת 2



---

## המשתתפים בחוברת

אלמוג עוגב	– בית ספר ללימודים מתקדמים, המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט
ד"ר אורלי יזדי עוגב	– המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט
דרור ניב	– תלפיות - המכללה האקדמית לחינוך
עידו ריינגולד	– החוג לספורטתרפיה, הקריה האקדמית אונו
יובל פייגין	– החוג לספורטתרפיה, הקריה האקדמית אונו
נמרוד פליקס	– החוג לספורטתרפיה, הקריה האקדמית אונו
פרופ' רן ינוביץ'	– החוג לספורטתרפיה, הקריה האקדמית אונו
	– המחלקה לחינוך גופני ותנועה, הפקולטה למדעים, מכללת סמינר הקיבוצים
	– המחלקה לרפואה צבאית, הפקולטה לרפואה, האוניברסיטה העברית בירושלים
ד"ר ברוך פורמן	– חוקר עצמאי
פרופ' אמיר בן פורת	– אוניברסיטת בן גוריון בנגב (אמריטוס)
הדס (קזולה) הראל פיש	– בית ספר ללימודים מתקדמים, המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט
פרופ' ריקי טסלר	– המחלקה לניהול מערכות בריאות, אוניברסיטת אריאל
פרופ' יוסי הראל-פיש	– בית הספר לחינוך, הפקולטה למדעי החברה, אוניברסיטת בר אילן



---

## תוכן העניינים

איתור מוקדם של ילדים עם הפרעה התפתחותית בקואורדינציה (DCD) -	
השוואה בין דירוג ההורים לבין דירוג המורה לחינוך גופני בשאלוני האיתור	
אלמוג עוגב ואורלי יזדי עוגב	151.....
גמישות שריר ההמסטרנינגס, יכולת תפקודית במשחק הכדורסל ופציעות בקרב	
שחקני כדורסל	
דרור ניב, עידו ריינגולד, יובל פייגין, נמרוד פליקס, רן ינוביץ'	174.....
ארגוני הספורט ומעורבותם בקרב בני הנוער ביפו של שנות החמישים	
ברוך פורמן	192.....
כדורגלן ישראלי: ממעמד מדומיין לסטטוס	
אמיר בן פורת	216.....
הרגלי פעילות גופנית, התנהגויות סיכון, רווחה נפשית וגורמי חוסן: ניתוח משווה	
בקרב בני נוער עם וללא מוגבלויות הלומדים בבתי ספר בחינוך הכללי	
הדס (קזולה) הראל פיש, ריקי טסלר, יוסי הראל-פיש	241.....
תקצירים בערבית	281.....
תקצירים באנגלית	V.....





# איתור מוקדם של ילדים עם הפרעה התפתחותית

## בקואורדינציה (DCD) -

### השוואה בין דירוג ההורים לבין דירוג המורה לחינוך גופני

#### בשאלוני האיתור

אלמוג עוגב<sup>1</sup> ואורלי יזדי עוגב<sup>2,1</sup>

<sup>1</sup> המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

<sup>2</sup> תלפיות-המכללה האקדמית לחינוך

#### תקציר

הפרעה התפתחותית בקואורדינציה (DCD – Developmental Coordination Disorder) פוגעת ברמת הביצועים המוטוריים בקרב ילדים עם מנת משכל תקינה וללא לקות פיזית. ל-DCD השלכות חמורות על התפקוד הפיזי, כמו השמנה וכושר גופני ירוד, על כישורים חברתיים ועל התפקוד הרגשי-פסיכולוגי. שתי מטרות המחקר היו: (א) לבחון את מידת ההתאמה באיתור מוקדם של DCD בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני; (ב) לבדוק אם אחוז הילדים בסיכון ל-DCD ועם DCD, שההורים איתרו אותם ככאלה, עולה בקנה אחד עם הממצאים המדווחים בספרות. במדגם נוחות השתתפו 54 ילדים (50 בנים ו-4 בנות) בני 11-3 שנים ( $SD=2.88$ ;  $M=5.17$ ). הילדים פעילים בחוגי תנועה בהדרכתו של העורך הראשי של המחקר, שהוא מורה לחינוך גופני במקצועו. איסוף המידע נעשה באמצעות שני שאלונים לאיתור מוקדם של DCD. האחד, שאלון מקוון שמילאו ההורים (Developmental Coordination Disorder Questionnaire – DCDQ:07) (Wilson et al., 2009); השני, שאלון שמילאו ההורים לבין המורה לחינוך גופני עבור כל אחד מהילדים שהוריהם החזירו שאלון מלא (MOQ-T - The Motor Observation Questionnaire for Teachers) (Schoemaker et al., 2008). הממצאים הצביעו על קשר גבוה ( $r=-0.842$ ) בין הציון הכללי של השאלונים שמילאו ההורים לזה של המורה לחינוך גופני. נמצאה התאמה במידה בינונית עד גבוהה בציון של המגושמות הגופנית והקואורדינציה הכללית, בתזמון ובמהירות התגובה והתנועה ואף במוטוריקה עדינה. אולם במיומנויות כדור נמצא מתאם נמוך מאוד בין דירוג ההורים לבין דירוג המורה לחינוך גופני. המורה לחינוך גופני דירג את הביצוע של הילדים במיומנויות כדור ברמה נמוכה יותר בהשוואה להורים. נוסף

על כך, נמצא כי ההורים זיהו 20 אחוזים מילדי המדגם בסיכון ל-DCD ועם DCD. נתון זה גבוה בכ-5 אחוזים יחסית לממצאים המדווחים בספרות. קיימת התאמה גבוהה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני בהערכת היכולת המוטורית של ילדים מאותו מדגם. לממצא זה יש חשיבות בהיבט היישומי ובהיבט הטיפולי. המידע המתקבל משאלוני הורים והמורה לחינוך גופני הוא חשוב וניתן להיעזר בו לקביעת יעדים אופרטיביים בפיתוח המודעות של הורים ומורים לחינוך גופני ל-DCD וכן ביידוע ההורים על כך שהילד שלהם עם חשד ל-DCD. מומלץ כי מחקרים נוספים ייערכו בנושא המחקר הנוכחי עם מדגמים גדולים ובגילים מגוונים.

**מילות מפתח:** איתור מוקדם, הפרעה התפתחותית בקואורדינציה (DCD), קשיים מוטוריים, מוטוריקה גסה, מוטוריקה עדינה, ילדים, הורים, מורה לחינוך גופני.

המונח 'הפרעה התפתחותית בקואורדינציה' (Developmental Coordination Disorder) (Disorder), הידוע גם בכינוי 'הפרעה התפתחותית ייחודית של תפקודים מוטוריים' (SDDMF - Specific Developmental Disorder of Motor Function) (ICD-10 code F82), מתייחס למצב ניר-התפתחותי המאופיין בלקות משמעותית בהתפתחות המוקדמת של מיומנויות מוטוריות או קואורדינציה מוטורית המעיבה על ביצוען של מיומנויות היום-יום (Ke et al., 2023). מדובר בהפרעה נפוצה המשפיעה על כל תחומי החיים, והיא מוערכת ברוב המקורות הספרותיים בשכיחות של בין 5 ל-6 אחוזים בקרב אוכלוסיית הילדים (APA, 2013; Ke, 2019). עם זאת, התפוצה בדיווחים השונים נעה בין 1.4 ל-19 אחוזים, ולכן היא מוגדרת כאחת ההפרעות הנפוצות של הילדות (Amador-Ruiz et al., 2018). היחס בין בנים לבנות נע בין 2 עד 7 בנים לכל בת (Ke, 2019).

אבחנה של DCD לפי ה-DSM-5 נקבעת בתנאים אלו: כאשר הילד מציג לקות ברכישה ובלמידה של מיומנויות מוטוריות בהשוואה לקבוצת בני גילו (קריטריון 1). חסכים מוטוריים אלה משפיעים באופן משמעותי ועקבי בביצוע של פעילויות היום-יום ומעיבים על ההישגים הלימודיים, על הפעילות בשעות הפנאי ועל המשחק (קריטריון 2); החסכים המוטוריים נראים בהתפתחות המוקדמת (קריטריון 3), והם אינם מוסברים על ידי מוגבלות שכלית (מנת משכל 70 ומעלה), לקות ראייה או לקות נירולוגית פתולוגית כלשהי כמו שיתוק מוחי (קריטריון 4) (APA, 2013).

ילדים עם DCD מתמודדים עם קשיים במוטוריקה עדינה ו/או גסה שבאים לידי ביטוי ביתר איטיות וברמה נמוכה של דיוק בהשוואה לבני גילם (Iuzzini-Seigel et al., 2022). בדרך כלל הם מוגדרים כ'לומדים' החווים קשיי קואורדינציה שמעיבים על הישגיהם האקדמיים (לדוגמה העתקה, רישום, ציור, הדפסה, כתב יד, שימוש במספריים, ארגון ועמידה בלוח זמנים להגשת מטלות), על התפתחותם הפיזית והפסיכולוגית כמו גם על ביצוע מיומנויות היום-יום בלבוש (רכיסת כפתורים ורוכסנים, קשירת שרוכי נעליים), בשימוש בכלי מאכל ובדאגה לניקיון עצמי

בתחום (Cancer et al., 2020; Joyce & Vanzan, 2020; Lingam et al., 2009). המוטוריקה הגסה נמצא כי הישגיהם של ילדים עם DCD נמוכים יותר בביצוע פעולות מוטוריות גסות בסיסיות כגון זריקה, תפיסה ובעיטה בכדור, ריצה, קפיצה ודילוג (de Souza et al., 2023). וזאת אף שהאינטליגנציה שלהם ממוצעת ומעלה. הליקויים המוטוריים בתחום המוטוריקה הגסה משפיעים לרעה על השתלבות של ילדים עם DCD במשחקים בעלי אופי תנועתי ובקבוצות ספורט (Poulsen et al., 2007; Tamplain & Miller, 2021) על מידת המעורבות וההנאה בשיעורי החינוך הגופני ועל מידת השתתפותם בפעילויות בעלות אופי מוטורי בשעות הפנאי כמו ברכיבה על אופניים (Zaragas et al., 2023). עקב כך הם חווים חסך בפעילות גופנית כמו ירידה בכושר הגופני ועלייה בסיכון להשמנה או למשקל יתר (Barros et al., 2021; Zacks et al., 2022) וכן להתפתחות של מחלות לב כליליות (Martins et al., 2021). נמצאה גם ירידה בחוזק השרירי וגמישות יתר במפרקים (Chen et al., 2020). על אף ש-DCD היא בעיקרה הפרעה בעלת אופי מוטורי, עלולה להיות לה השפעה מרחיקת לכת על התפקוד הרגשי, החברתי וההתנהגותי (Draghi et al., 2019; Karras et al., 2020). מממצאי מחקרים עולה כי ילדים עם DCD מעורבים במידה נמוכה יותר מבני גילם במשימות של חיי היום-יום ובאינטראקציות חברתיות (Salaj & Masnjak, 2022; Sylvestre et al., 2013). הם זוכים לפחות תמיכה חברתית מבני גילם, ועל כך מצביעים הישגים נמוכים בהערכה סוציומטרית (Livesey et al., 2011), וגם להתעללות מצידם (Lee et al., 2020). החוויות השליליות הללו מביאות לידי ירידה בערך העצמי (Noordstar & Volman, 2020). כשלעצמן הן גורמות לירידה משמעותית יותר בהשתתפות בפעילות גופנית (Cairney et al., 2007; St. et al., 2020), לירידה במידת ההנאה בשיעורי חינוך גופני (John et al., 2021; Salaj & Sit et al., 2019; Masnjak, 2022), לעלייה בתחושת הבדידות (Kwan et al., 2020; Meachon et al., 2022; Poulsen et al., 2007) וחרדה (Draghi et al., 2020; Harris et al., 2022). אין זה מפתיע אפוא שבמחקרים מהשנים האחרונות דווח על איכות חיים ירודה בכל תחומי החיים בקרב ילדים עם DCD (Bretz et al., 2022; Karras et al., 2009; Zwicker et al., 2019).

## איתור מוקדם של DCD על ידי ההורים והמורה לחינוך גופני

בעקבות הקשיים המגוונים והחמורים של ילדים עם DCD בכל תחומי החיים, בספרות מצדדים בצורך לקדם תהליכים של איתור מוקדם ככל שניתן עבור ילדים עם קשיים מוטוריים. לדברי פיק ואח' (Piek et al., 2004), הפוטנציאל הקיים בשיפור באיכות החיים מצדיק את המאמצים לאיתור הקשיים אצל ילדים ומבוגרים עם DCD. זיהוי מוקדם ואבחון של ההפרעה בשלבים מוקדמים עשויים למנוע בעיות התפתחותיות משניות בתחום הלימודי, החברתי והרגשי (Schoemaker et al., 2006; van Dyck et al., 2022). כך גם ניתן יהיה לחסוך במשאבים משפחתיים

ווציבוריים, מאחר שהצורך בשירותים תומכים ילך ויפחת (Phillips & Lozoff, 2011).

פאאוט ואח' (Faight et al., 2008) מצאו כי שאלון TEAF (Teacher Estimation of Activity Form) הוא כלי יעיל בידי מורים לאיתור ילדים עם DCD. השימוש בשאלוני איתור מאפשר גם להתגבר על העלות הגבוהה שיש ביישום אבחונים ועל הזמן הממושך שילדים עם DCD והוריהם ממתנים לקבלת שירות זה (Cairney et al., 2007; Schoemaker et al., 2003). שומייקר ואח' (Schoemaker et al., 2008) סבורים כי שאלוני איתור עשויים להוות חלופה בעלת ערך כמקור מידע על בעיות קואורדינציה בביצוע פעילויות תפקודיות וכדי לאתר ילדים ללא בעיות מוטוריות שהם בסיכון ל-DCD. אותם ילדים, המזוהים בסיכון ל-DCD באמצעות שאלונים, אמורים לעבור תהליך של אבחון מוטורי סטנדרטי על מנת להחליט אם הם עומדים בקריטריון הראשון לקביעת דיאגנוזה על פי הנדרש ב-DSM-5 (APA, 2013).

המודל האקולוגי שהציע ניוול (Newell, 1986), שלפיו הביצועים של היחיד מושפעים מגורמים הקשורים בו עצמו, רלוונטי מאוד כשמדובר באיתור מוקדם של ילדים עם DCD. מחקרים צידדו בכך שהביצוע של ילדים עם DCD אינו מתקיים בנפרד מהסביבה, כמו הבית ובית הספר (Davis & Burton, 1991; Dewey & Wilson, 2001). לכן ישנה חשיבות לאתר ילדים אלה גם בסביבות שאינן קליניות (Hay et al., 2004). באמצעות שאלוני איתור ניתן לזהות בעיות בקואורדינציה במהלך הביצוע של פעילויות מוטוריות יום-יומיות של ילדים מנקודת מבט של מורים, הורים או הילדים עצמם. בפועל פותחו מגוון שאלונים כדי לאסוף מידע על אודות התפקוד המוטורי של ילדים, במיוחד עבור הורים ומורים. שומייקר ואח' (Schoemaker et al., 2008) מצאו כי לשאלונים לאיתור ילדים בסיכון ל-DCD על ידי ההורים והמורים יש מהימנות טובה לזיהוי ילדים עם DCD בקרב אוכלוסיית ילדים עם התפתחות תקינה. לשאלונים הללו יש יתרון על פני מבחנים סטנדרטיים היות שבאמצעותם ניתן לזהות מגבלות או קשיים בתפקוד על פי מגוון מטלות וסביבות ביצוע (Schoemaker et al., 2008). למרות זאת, חוקרים חלוקים בדעותיהם (Wilson et al., 2000; Wright & Sugden, 1996) באשר למידה שבה מורים, הורים ומטפלים מסוגלים לזהות את הילדים בסיכון ל-DCD. מחקרים שניתחו דוחות איתור של מורים והורים העלו תוצאות שאינן חד-משמעיות (Faight et al., 2008).

עדיין יש מקום לבדוק את מידת ההתאמה בזיהוי של ילדים בסיכון ל-DCD בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני. במקרים רבים, אי-הסכמה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני עולה לעיתים כאשר המורים מזהים ילד עם קשיים מוטוריים וההורים אינם מסכימים עימם. ברוח זו, במחקר של אסטאבן ואח' (Estevan et al., 2023) נמצא כי ההורים לא הציגו יכולת לדייק בדיווח על רמת הביצוע האקטואלית של ילדיהם, זאת בעוד שמקור מידע פוטנציאלי המסוגל לדווח על משתנה זה היו המורים לחינוך גופני. מכאן שלמחקר הנוכחי חשיבות רבה: אי-תמימות דעים ו/או פערים באיתור בין הורים למורים עלולים להוביל לעיכוב של תהליך הפניית הילד לאבחון ולקבלת טיפול. מכאן נגזרות מטרות המחקר והן אלה:

1. לבחון את מידת ההתאמה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני בכל הנוגע להתרשמותם באשר ליכולת המוטורית של אותה קבוצת ילדים.
2. לבדוק אם אחוז הילדים שיזוהה על ידי ההורים בסיכון ל-DCD (בדרגת חומרה נמוכה) ועם DCD (בדרגת חומרה בינונית עד גבוהה) תואם לממצאים המדווחים בספרות – בסביבות ה-15 אחוזים - כפי שנבדק באבחונים נורמטיביים לזיהוי DCD (יזדי-עוגב וזאב, 2005).  
בהתבסס על סקירת הספרות ההשערות הן אלה:  
1. אחוז הילדים שיזוהה על ידי ההורים בסיכון ל-DCD יהיה נמוך מזה המדווח בספרות (בסביבות 5-6 אחוזים מהילדים), בעוד שאחוז הילדים שיזוהה על ידי המורה לחינוך גופני יהיה תואם או גבוה יותר מזה המדווח בספרות.
2. מידת ההתאמה בין זיהוי ההורים לבין זיהוי המורה לחינוך גופני של הילדים בסיכון ל-DCD תהיה בינונית-גבוהה.

## שיטת המחקר

המחקר הוא מחקר סקר כמותי, השוואתי ומתאמי. מערך זה נבחר היות שהוא מתאים לבדיקה של תאוריות קיימות, מציאת קשר בין משתנים, הצגת עובדות ואישוש השערות או הפרכתן. במערך מחקר כמותי המשתנים מבודדים, ניתנים לפיקוח ואפשר לעבדם סטטיסטית.

### משתתפים

במדגם נוחות של המחקר השתתפו 54 ילדים (50 בנים ו-4 בנות) בני 3-11 שנים ( $SD=2.88$ ;  $M=5.17$ ), שהוריהם הסכימו למלא שאלונים לאיתור DCD (ראו בלוח 1 את מספר ואחוז הילדים בכל קבוצת גיל). הילדים משתתפים בחוגי תנועה בהדרכת עורך המחקר, שהוא מורה לחינוך גופני במקצועו. הילדים גרים במרכז הארץ והם מרקע סוציאקונומי בינוני עד גבוה.

לוח 1. תפוצת הילדים בכל אחת מקבוצת הגיל

גיל בשנים	מספר הילדים	% הילדים
3	12	22.2
4	18	33.3
5	8	14.8
6	4	7.4
7	4	7.4
9	2	3.7
10	5	9.3
11	1	1.9
סה"כ	54	100.0

## כלי המחקר

**השאלון לאיתור מוקדם של DCD על ידי ההורים (DCDQ'07 - Developmental Disorder Coordination Questionnaire) (Wilson et al., 2009)**

השאלון זה הוא מהדורה מעודכנת של DCDQ (Wilson et al., 2000). השאלון ידוע בספרות המקצועית, והוא מספק דיווח של הורים על אודות ביצועי הילד במיומנויות מוטוריות ומשקף את תפיסתם באשר לאופן שבו ילדם מתפקד בהשוואה לילדים בני גילו בסביבות שונות.

השאלון מהווה כלי סינון לזיהוי הפרעה התפתחותית בקואורדינציה בגילים 5-15. הוא בנוי מ-15 הצהרות המתייחסות לביצוע של מיומנויות מוטוריות (כמו זריקת כדור). בכל הצהרה ההורה מתבקש להשוות את הביצוע של הילד שלו לביצועי ילדים בני אותו גיל ומין על סולם מ-1 (לא מתאר כלל את הילד שלי) ל-5 (מתאר לחלוטין את הילד שלי). ניתן לחשב את הניקוד עבור שלושת תחומי התפקוד שהשאלון בוחן:

- א. שליטה תוך כדי תנועה (סיכום של 6 פריטים; טווח הציונים 6-30).
- ב. מוטוריקה עדינה/כתיבה (סיכום של 4 פריטים; טווח הציונים 4-20).
- ג. קואורדינציה כללית (סיכום של 5 פריטים; טווח הציונים 5-25).

סיכום הנקודות בשלושת תתי-התחומים שלעיל מהווה את הציון הכללי שהוא נקודת החיתוך לקביעה אם הילד ללא סיכון ל-DCD או בסיכון ל-DCD. הפירוש של סך כל הנקודות מתבסס על נורמות לכל קבוצת גיל מגיל 5 עד גיל 15 שנים. להלן הנורמות שבהן ייעשה שימוש למדגם של המחקר הנוכחי: לילדים בני 5 שנים ו-0 חודשים עד 7 שנים ו-11 חודשים, ניקוד כללי מ-14 נקודות ועד 46 נקודות מהווה מדד ל-DCD או חשד ל-DCD. לעומת זאת, טווח נקודות שבין 47 ל-75 מהווה מדד ליסביר שאינו בסיכון ל-DCD.

המהימנות הפנימית של שאלון DCDQ'07 גבוהה ( $\alpha = .94$ ) וכך גם הרגישות שלו (85%) (Wilson et al., 2009), וזאת על סמך כך שנמצא במתאם גבוה עם ציוני מבחן M-ABC ועם סיווג שערכו אנשי מקצוע בתחום הערכת שאלונים (שמעריכים את ההשפעה של בעיות קואורדינציה על פעילויות מוטוריות של חי היום-יום מנקודת המבט של מורים, הורים או הילדים עצמם). נוסף על כך, תוצאות מחקרים מצביעות על כך ששאלון ה-DCD-Q הוא הכלי הטוב ביותר לאיתור בעיות מוטוריות כלליות, אך לא כדי להבחין בין סוגים מסוימים של בעיות מוטוריות (כמו למשל הבחנה בין קשיים בקואורדינציה עדינה לקשיים בקואורדינציה גסה). מחברי המבחן מציעים אפוא לפרש בזהירות את התוצאות המתקבלות, זאת מאחר שסעיפים מורכבים רב-ממדיים עשויים להניב עקביות פנימית גבוהה, אך ללא הבנה אמיתית מעמיקה באשר לבסיס התופעה. קושי זה נובע מהעובדה שילדים עם בעיות קואורדינציה שונות עשויים לקבל ציונים כלליים דומים בשאלון, על אף שבפועל יש להם דפוסים די שונים של לקויות (Wilson et al., 2009).

**שאלון התצפית המוטורי עבור מורים לזיהוי ילדים עם סרבול מוטורי**  
**(MOQ-T - The Motor Observation Questionnaire for Teachers)**  
**(Schoemaker et al., 2003)**

שאלון זה הוא סולם הערכה מוטורי המבוסס על תצפית המהווה כלי עזר עבור מורים לזיהוי ילדים בגילים 6-11 שהם בסיכון ל-DCD. בשאלון נעשה שימוש נרחב במחקרים ובפרקטיקה קלינית. השאלון בנוי מפריטים שמשקפים התנהגות מוטורית המאפיינת ילדים עם הפרעה התפתחותית בקואורדינציה. כך גם מורים יכולים לזהות בקלות את האפיונים שמפורטים בפריטים - בתוך כיתת הלימוד ומחוץ לה. בשנת 2003 עבר המבחן עריכה מחודשת (Schoemaker et al., 2003), ושני פריטים הושמטו ממנו בעקבות נורמות חדשות. השאלון הנוכחי בנוי מ-18 פריטים הנוגעים לתפקוד במוטוריקה הגסה והעדינה. נוסף על כך, טווח הגילים של השאלון גדל וניתן לאתר ילדים החל מגיל 5 שנים.

המהדורה המחודשת כוללת כאמור 18 פריטים שמתמקדים בתפקוד המוטוריקה העדינה והגסה בשני מישורים: האחד הוא התפקוד המוטורי הכללי (לדוגמה, 'ילד יש קושי ביצוע פעילויות המרביות את כל תנועות הגוף כמו בלבוש, תפיסת כדור'; 'הילד מאבד שיווי משקל בקלות'; המישור השני הוא כתב היד (לדוגמה, 'ילד יש בעיות עם מטלות הדורשות קואורדינציה של עין-יד כמו בעבודות יד, כתיבה'). כל פריט מדורג בסולם הערכה מ-1 עד 4 (=1 לעולם אינו נכון לגבי הילד; 4=תמיד נכון לגבי הילד). סיכום כללי של הדירוג הוא התוצאה במבחן MOQ-T. ציון גבוה מעיד על תפקוד מוטורי נמוך ולהפך.

קיימות נורמות שונות עבור כל מין וגיל. נורמות אלו נגזרות ממדגם סטנדרטיזציה משנת 1919 על ילדים בני 5-11 שנים. במחקר הנוכחי קו החיתוך לקביעת סיכון ל-DCD נקבע על פי 15 אחוזים של הציונים הגבוהים ביותר המציינים דרגת חומרה נמוכה עד גבוהה של DCD על בסיס אבחונים מוטוריים (יזדי-עוגב וזאב, 2006). המהימנות הפנימית של השאלון גבוהה ( $\alpha = 0.95$ ). במחקר שערכו שומייקר ואחי (Schoemaker et al., 2008) נבדקה התקפות של שאלון זה תוך השוואתו לתוצאות שהתקבלו מ-M-ABC (Movement Assessment Battery for Children) (Henderson & Sugden, 1992) ולתוצאות שהתקבלו משאלון DCD-Q (Wilson et al., 2000) (Developmental Coordination Disorder Questionnaire) ניתוח הממצאים העלה כי קיימים מתאמים ברמה בינונית עד גבוהה עם מובהקות סטטיסטית בין הציון הכללי של שאלון MOQ-T לציון הכללי של שאלון DCDQ ( $r = .64, p < .001$ ) ובין ה-MOQ-T למבחן ה-M-ABC ( $r = .57, p < .001$ ).

### **מהלך המחקר**

במהלך החודשים יולי-ספטמבר 2021 נשלח שאלון DCDQ:07 אינטרנטי להוריהם של 70 ילדים שמשותפים בחוגי תנועה לגיל הרך בהדרכת החוקר - מורה לחינוך גופני במקצועו. השאלון נשלח להורים שהביעו מראש נכונות להשתתף במחקר. לחוקר הוחזרו בסך הכול 54 שאלונים שכל הפרטים בהם הושלמו. במקביל מילא המורה לחינוך גופני את שאלון MOQ-T לכל אחד מהילדים שהוריו החזירו שאלון מלא.

## ניתוח נתונים

בשלב הראשון נעשה שימוש בסטטיסטיקה תיאורית לתיאור המדגם. כדי לבדוק את השערת המחקר הראשונה, שלפיה אחוז הילדים שיזוהה על ידי ההורים בסיכון ל-DCD יהיה נמוך מזה המדווח בספרות (כאמור, בסביבות 5-6 אחוזים מהילדים) בעוד שאחוז הילדים שיזוהה על ידי המורה לחינוך גופני יהיה תואם או גבוה יותר מזה המדווח בספרות, נערכו הניתוחים האלה: (א) לכל ילד חושב ציון השאלון שהועבר להורה וציון השאלון שהמורה מילא כסכום השאלות המופיעות בשאלון; (ב) מאחר שהסולם בכל אחד מהשאלונים אינו דומה, לא ניתן היה להשוות ביניהם סטטיסטית. אי לכך נערך מתאם פירסון כדי לבדוק את חוזק המתאם שבין הציונים שניתנו על ידי ההורים והמורה בשני השאלונים - ה-DCDQ וה-MOQ-T; (ג) נבדקה מידת ההתאמה בדירוג רמת הביצוע של הילדים בארבעה תתי-תחומים של שני השאלונים באמצעות מתאמי פירסון.

לבחינת השערת המחקר השנייה, שלפיה מידת ההתאמה בין זיהוי ההורים והמורה לחינוך גופני של אותם ילדים שהם בסיכון ל-DCD תהיה ברמת התאמה בינונית-גבוהה, חושב אחוז הילדים שזוהה על ידי ההורים עם DCD על בסיס השוואת ציוני ההורים לנתונים נורמטיביים שדיווחו מחברי שאלון DCDQ (הפירוט מופיע בכלי המחקר). קו החיתוך לזיהוי ילדים עם DCD על פי שאלון המורה -MOQ-T היה האחוזון ה-15 מתוך הציון הכללי. ניתוח הנתונים נעשה בעזרת תוכנת SPSS.

## ממצאים

לקביעת מידת ההתאמה שבין תוצאות שאלוני ההורים לבין תוצאות שאלוני המורה, חושבו בשלב הראשון הממוצעים וסטיות התקן כפי שניתן לראות בלוח 2.

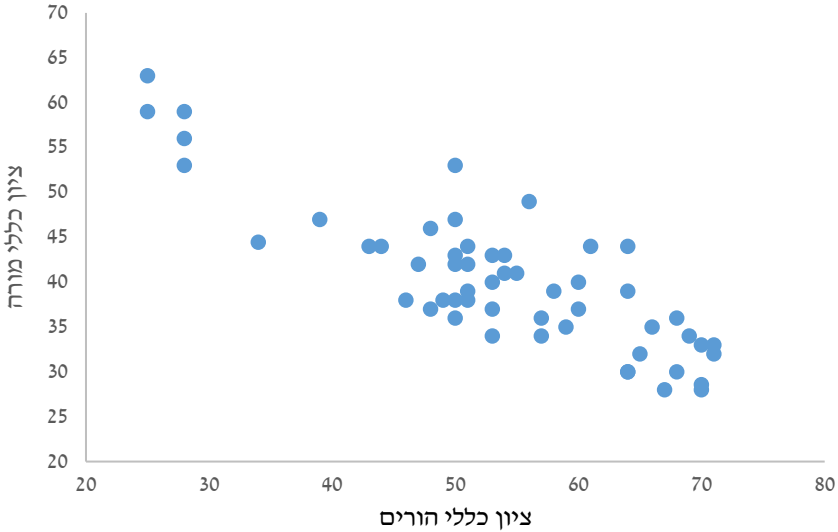
לוח 2. הממוצע וסטיית התקן של ציון ההורים לפי ה-DCDQ וציון המורה לפי ה-MOQ-T

ממוצע	N	סטטיית תקן	
53.52	54	12.19	DCDQ הורים
40.33	54	8.0	MOQ-T המורה

בשלב הבא נערך מתאם פירסון בין ממוצע הציונים שהושג בשאלון ה-DCDQ שמילאו ההורים לבין ממוצע הציונים שהושג בשאלון ה-MOQ-T שמילא המורה. כפי שניתן לראות באיור 1. המתאם בין השאלונים הוא גבוה שלילי ( $r = -0.842$ ). מכאן שמידת ההתאמה בין ההורים לבין המורה הייתה גבוהה מאוד באשר לדירוג הביצוע המוטורי של הילדים.



**איור 1.** תיאור הקשר שבין תוצאות שאלון ה-DCDQ שמילאו ההורים לבין תוצאות שאלון ה-MOQ-T שמילא המורה



יש לציין כי ציונים גבוהים יותר בשאלון DCDQ שמילאו ההורים מצביעים על הישג טוב יותר בתפקוד המוטורי, בעוד שציונים גבוהים יותר בשאלון ה-MOQ-T שמילא המורה מצביעים על הישגים נמוכים יותר בתפקוד המוטורי של הילדים. עובדה זו מסבירה מדוע המתאם נמצא שלילי. לפי פיזור הנתונים, ניתן להבחין בהתאמה הגבוהה בין ההורים למורה כאשר דירגו את הביצוע המוטורי של הילדים. בשלב הבא המטרה הייתה לוודא באיזה פריטים של השאלונים הייתה התאמה בין הדיווח של ההורים לבין זה של המורה. לשם כך, ראשית קובצו פריטי שני השאלונים תוך התאמתם לארבעה תתי-תחומים של הביצוע המוטורי והם: (1) מגושמות וקואורדינציה כללית; (2) תזמון ומהירות תגובה ותנועה; (3) מוטוריקה עדינה; (4) מיומנויות כדור (ראו לוח 3).

## לוח 3. תתי-התחומים של הביצוע המוטורי לפי פריטי שאלון DCDQ בהתאמה לשאלון MOQ-T

תת-התחום שנבדק בשאלון	סעיפי שאלון ההורים DCDQ 1=אינו שולט 5=שולט	סעיפי שאלון המורה - MOQ-T 1=שולט 4=לא שולט
<b>מגושות וקואורדינציה כללית</b>	4	1
	הילד שלי נוהג להשתמש לעיתים קרובות ובקלות במתקנים שנמצאים בגינה או בגן שעשועים.	תנועותיו של הילד דומות לאלה של ילדים צעירים יותר
	5	2
	הילד שלי רץ מהר ובאופן דומה לילדים אחרים בני אותו גיל ומין כמוהו.	ליד יש קושי בביצוע פעולות עם כל הגוף (למשל להתלבש, לתפוס כדור)
	6	4
	כשהילד שלי מתכנן לבצע פעילות תנועתית, כמו לבנות בקוביות או באבני לגו, להתנדנד, לרכוב על אופניים או קורקינט, לגלוש בסקיטבורד, ברולר בליידס וכיו"ב, הוא מצליח לבצע אותן היטב.	תנועותיו של הילד מקוטעות. הן אינן מתבצעות בשטף וכוללות עצירות והתחלות מחדש
	10	5
	הילד שלי מתעניין בפעילות גופנית ובמשחקים המחייבים שליטה בגוף ואוהב להשתתף בהם.	הילד מאבד את שיווי משקלו בנקל
	11	7
	הילד שלי מתעניין בפעילות גופנית ומשחקים המחייבים שליטה בגוף ואוהב להשתתף בהם	כאשר הילד מבצע תנועות ביד ימין או ביד שמאל, בצד השני של הגוף ניתן לראות תנועות דומות (נלוות)
12	10	
הילד שלי לומד מיומנויות תנועתיות חדשות (למשל שחייה, רולר בליידס) בקלות ובמהירות, ואינו זקוק ליותר זמן הדרכה ותרגול מאשר ילדים אחרים כדי להשיג רמת ביצוע כמוהם	תנועותיו של הילד נראות נוקשות ומקובעות (rigid and stiff)	
14	13	
את הילד שלי לעולם לא ניתן לתאר כ"פיל בחנות חרסינה" (כלומר נראה כל כך מגושם שעלול לשבור חפצים עדינים בחדר קטן).	ליד יש צורך לתכנן באופן מודע תנועות שילדים אחרים מבצעים באופן אוטומטי	
15	18	
הילד שלי מצליח לשבת זקוף, ולא מתעייף בקלות או נראה כאילו הוא "נמרח" או נופל מהכיסא כאשר הוא נדרש לשבת לפרקי זמן ממושכים.	הילד מגושם ובדרך כלל מפיל חפצים	

תזמון ומהירות תגובה ותנועה	13 הילד שלי מבצע משימות כגון לסדר את החדר שלו, לשים את נעליו, לקשור שרוכי נעליים, להתלבש ועוד במהירות ובאופן יעיל	8 הילד מבצע מדי פעם תנועות מדויקות אך לא בתזמון הנכון.
		11 לילד יש קושי בביצוע תנועות קצביות
		15 כאשר נמצא בלחץ של זמן, הילד מאבד במהירות את הבקרה על תנועותיו
		17 הילד מציג יכולת נמוכה במשחקים המחייבים זריזות ידיים (טאקי, 5 אבנים, גוגואים וכדומה)
מוטוריקה עדינה	7 הילד שלי כותב, מדפיס או מצייר בכיתה מהר מספיק כדי להיות בקצב של שאר הילדים בכיתתו	3 כאשר מאיית, או נדרש להתרכז הילד כותב פחות טוב מאשר ילדים אחרים בני גילו
	8 כאשר הילד שלי כותב אותיות, מספרים ומילים הביצוע מובן, מדויק וקריא. אם הילד שלי עדיין איננו כותב, הציור מתבצע באופן קואורדינטיבי, ואפשר לזהות את המשמעות של הציורים <td data-bbox="195 760 560 937">6 לילד יש קושי בביצוע פעולות המחייבות מוטוריקה עדינה (כתיבה, ציור, הרכבה)</td>	6 לילד יש קושי בביצוע פעולות המחייבות מוטוריקה עדינה (כתיבה, ציור, הרכבה)
	9 הילד שלי משתמש באופן מתאים בכוח או מאמץ כאשר הוא כותב, מדפיס או מצייר (לא לוחץ באופן מוגזם או מתאמץ בזמן החזקת כלי הכתיבה, והכתב איננו כהה או בהיר מדי) <td data-bbox="195 942 560 1155">12 כתב היד של הילד פחות מסודר משל ילדים אחרים בני גילו</td>	12 כתב היד של הילד פחות מסודר משל ילדים אחרים בני גילו
	10 הילד שלי גוזר תמונות וצורות באופן מדויק ובקלות <td data-bbox="195 1161 560 1246">16 לילד יש קושי ברכיסת כפתורים ובקשירת שרוכים</td>	16 לילד יש קושי ברכיסת כפתורים ובקשירת שרוכים
מיומנויות כדור	1 הילד שלי זורק כדור, בועט בכדור, משחק בקלאס, רוקד ומבצע פעילויות דומות באופן מבוקר ומתאים לגילו ולמינו	9 לילד יש קשיים בביצוע משימות המחייבות קואורדינציה של עין-יד (גסה)
	2 הילד שלי מצליח לתפוס כדור קטן (למשל בגודל של כדור טניס) שנזרק אליו ממרחק 2 מ' עד 2.5 מ'	14 הילד איננו מסוגל להגיב בזמן לכדור שמתקרב לעברו
	3 הילד שלי מצליח לחבוט בכדור באמצעות מחבט (טניס, מטקות) באופן מדויק	

ממוצע הציון שנתנו ההורים בכל אחד מארבעת תתי-התחומים שלעיל מפורטים להלן בלוח 4.

**לוח 4.** ממוצעי הציונים בתתי-התחומים של הביצוע המוטורי לפי דירוג ההורים בשאלון DCDQ ודירוג המורה בשאלון MOQ-T (N=54)

סטיית תקן	ממוצע	תת-התחום של הביצוע המוטורי	
0.59	2.35	מגושמות וקואורדינציה כללית	לפי דירוג המורה בשאלון MOQ-T
0.54	1.97	תזמון ומהירות תגובה ותנועה	
0.60	2.21	מוטוריקה עדינה	
0.75	2.22	מיומנויות כדור	
0.83	3.78	מגושמות וקואורדינציה כללית	לפי דירוג ההורים בשאלון DCDQ
1.15	3.67	תזמון ומהירות תגובה ותנועה	
0.96	3.46	מוטוריקה עדינה	
0.97	3.19	מיומנויות כדור	

בהמשך חושבו המתאמים בין ממוצעי הציונים הכלליים שנתנו ההורים והמורה לחינוך גופני בכל אחד מחמשת תתי-התחומים של הביצוע המוטורי (לוח 5).

**לוח 5.** מטריצת מתאמי פירסון בין הציון הכללי שנתנו ההורים לבין הציון הכללי שנתן המורה בתתי-התחומים של שאלוני האיתור (N=54)

ציון ההורים				ציון המורה
מיומנויות כדור	מוטוריקה עדינה	תזמון ומהירות תגובה ותנועה	מגושמות וקואורדינציה כללית	
-0.536**	-0.699**	-0.735**	-0.761**	מגושמות וקואורדינציה כללית
-0.424**	-0.754**	-0.460**	-0.707**	תזמון ומהירות תגובה ותנועה
-0.614**	-0.520**	-0.707**	-0.656**	מוטוריקה עדינה
-0.148	-0.580**	-0.284*	-0.523**	מיומנויות כדור

$\alpha=0.01^{**}$

$\alpha=0.05^{**}$

הממצאים מצביעים על קשר גבוה – כלומר על התאמה במידה בינונית עד גבוהה מאוד בין דירוג ההורים לבין דירוג המורה לחינוך גופני עם רמת מובהקות גבוהה בציון שניתן לביצוע של הילדים בתת-תחום המגושות הגופנית והקואורדינציה הכללית, בתזמון ומהירות תגובה ותנועה ואף במוטוריקה עדינה. אולם במיומנויות כדור נמצא מתאם נמוך מאוד בין דירוג ההורים לבין דירוג המורה לחינוך גופני. המורה לחינוך גופני דירג את הביצוע של הילדים במיומנויות כדור ברמה נמוכה יותר בהשוואה להורים.

כדי לבדוק את אחוז הילדים שההורים זיהו עם חשד ל-DCD ועם DCD, חולק ציון ההורים לפי הוראות מחברי השאלון לילדים עד גיל 7 שנים ו-11 חוד' וילדים מגיל 8 ומעלה (לילדים בגילאי 5 שנים ו-0 חודשים עד 7 שנים ו-11 חודשים ציון בטווח של 14-46 = מדד ל-DCD או חשד ל-DCD; לילדים בגילים 8 שנים ו-0 חודשים עד 9 שנים ו-11 חודשים ציון בטווח של 15-55 = מדד ל-DCD או חשד ל-DCD). כדי לבדוק אם המורה זיהה את אותו מספר של ילדים עם DCD, נבדק מספר הילדים שהציון הכולל שלהם לפי דיווח המורה הוא באחוזון ה-15. מניתוח הנתונים כפי שהם מופיעים בלוח 6, ניתן לראות כי ב-47 מקרים (87%) יש התאמה בדיווח הורה/ מורה על DCD של הילד, ואילו אי-התאמה בדיווח נצפתה בשבעה מקרים (13%) בלבד. הבדלי התפלגות אלה בדיווח ההורה והמורה נמצאו מובהקים ( $\chi^2=16.59$ ;  $p<.001$ ).

**לוח 6.** מספר הילדים שזוהו עם וללא DCD לפי דיווח ההורים בשאלון DCDQ ולפי דיווח המורה בשאלון MOQ-T (אחוז מסך הכול)

DCD לפי הורה				
סה"כ	לא	כן		
9	3 (5.6%)	6 (11.1%)	כן	DCD
45	41 (75.9%)	4 (7.4%)	לא	לפי מורה
54	44	10		סה"כ

## דיון

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון את מידת ההתאמה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני באשר להתרשמותם מהיכולת המוטורית של אותה קבוצת ילדים. נמצא מתאם גבוה מובהק בין הציון הכללי שנתקבל בשאלון DCDQ שמילאו ההורים לבין הציון הכללי משאלון MOQ-T שמילא המורה.

הממצאים מצביעים על כך שמידת ההתאמה בין ההורים לבין המורה גבוהה מאוד באשר להתרשמותם מהביצועים המוטוריים של הילדים באותו מדגם. במחקר הנוכחי אחוז ההתאמה נמצא בגובה של 80 אחוזים, נתון שהוא גבוה יותר מהשערת המחקר, שלפיה מידת ההתאמה תהיה נמוכה עד בינונית.

ההתאמה הגבוהה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני מצביעה על כך שהורים ומורים יכולים לספק דירוגים מתאימים בשיפוט יכולות מוטוריות של ילדים. מסקנה

זו הוסקה אף במחקר שנערך לאחרונה על ידי קה ואחי' (Ke et al., 2021) על בסיס כך שנמצא מתאם מובהק בין שאלונים שמילאו ההורים (ב-MABC-2-C וב-DCDQ) והמורים (ב-DCDQ) לבין הציון של המבחן המוטורי MABC-2. לעומת זאת, במחקר שערכו אסטאבאן ואחי' (Estevan et al., 2018), דווח על מתאם חלש-בינוני או כלל לא נמצא מתאם (Lalor et al., 2016) בין הדיווח של ההורים והמורים לבין רמת הביצוע המוטורי של הילדים, כפי שנמדדה בהערכה מוטורית אובייקטיבית.

המחקר הנוכחי התמקד בבחינת העקביות של ההורים והמורים באשר לציוני הביצועים המוטוריים שהם נתנו. התוצאות הראו שציוני ההורים והמורה בשני השאלונים היו בקורלציה מובהקת. עם זאת, כאשר נערכה בדיקה מעמיקה ולו כדי לזהות באיזה מתתי-התחומים של השאלונים הייתה התאמה או אי-התאמה, נמצאה התאמה גבוהה בשלושה מתוך ארבעת תתי-התחומים מלבד התאמה אחת נמוכה מאוד. להפתעת החוקר נמצאה התאמה נמוכה מאוד בדירוג רמת הביצוע של הילדים במיומנויות כדור, בעוד שאפשר היה לצפות למידת התאמה נמוכה במוטוריקה עדינה דווקא, מאחר שתת-תחום זה פחות מרכזי בחוגי התנועה. אפשר שמומחיותו של המורה לחינוך גופני בניתוח ובטיפול מיומנויות כדור והיכרותו את הילדים בתחום זה במסגרת קבוצתית הביאו אותו להחמיר יותר מאשר ההורים בדירוג הביצוע של הילדים בתת-תחום זה.

מטרה נוספת של המחקר הנוכחי הייתה לבדוק אם אחוז הילדים שיווהו על ידי ההורים בסיכון ל-DCD ועם DCD תואם לממצאים המדווחים בספרות – בסביבות ה-15 אחוזים (DCD בדרגת חומרה נמוכה עד גבוהה) - כפי שנבדק באבחונים נורמטיביים לזיהוי DCD (יזדי-עוגב וזאב, 2006). ההשערה הייתה כי אחוז הילדים שההורים זיהו עם DCD יהיה נמוך מ-15% מכלל המדגם בעקבות חוסר בידע ו/או מודעות בתחום. מניתוח הנתונים נמצא כי 20% מכלל ילדי המדגם זוהו עם חשד ל-DCD או עם DCD. אפשר שקבוצת ההורים ממדגם הנוחות של מחקר זה החמירה מדי בשיפוט שלה את הביצוע של ילדיהם ו/או שאכן יש להם מודעות טובה באשר לתפקוד המוטורי המצופה מילדים באותה קבוצת גיל של ילדיהם. תמיכה ביכולת ההורים לזהות ילדים עם DCD נתקבלה במחקרם של קה ואחי' (Ke et al., 2021), שמצאו כי בהשוואה למורים, השיפוט של ההורים את היכולת המוטורית של הילדים קשורה יותר לציונים שנמדדו במבחן התנועה ABC-2 בהשוואה לציוני המורה. גם ההשוואה בין ציוני הורה לציוני המורה העלתה זאת: מורים נטו לספק ציון גבוה יותר, המעיד על ביצועים מוטוריים טובים יותר מאשר הורים, במיוחד עם DCDQ. אחד ההסברים יכול להיות שהמורים היו אנשי מקצוע עסוקים ועשויים להיות נוטים פחות לספק מידע מדויק בהשוואה להורים שצריכים להתמקד רק בילדים שלהם. מכל מקום, כפי שהציעו בלאנק ואחי' (Blank et al., 2019), יש לפרש תוצאות משאלונים בזהירות ואפשר שהמידע המופק מהם אינו מספיק כדי להסתמך עליו בלבד לשם זיהוי ילדים עם קשיים מוטוריים מהאוכלוסייה הכללית.

חשוב עוד להדגיש כי קיימת האפשרות שתוקף הממצאים בנוגע לאחוז הילדים במחקר הנוכחי שאובחן עם DCD הוא מעל המצופה. זאת בעקבות השימוש בשאלונים שאינם מתאימים לכל גילי הנבדקים. במדגם השתתפו 55 אחוזים של נבדקים בגילי 4-3 שנים. נבדקים אלה הם צעירים ביחס לשאלון DCDQ שתקף מגיל 5 בלבד וכולל

מיומנויות שאינן מקובלות לגיל הרך. מומלץ במחקרים הבאים לאוכלוסייה בגילי 4-3 שנים להשתמש בשאלון Little DCDQ שהותאם לגילים אלה ותוקף לאוכלוסייה ישראלית (Rihtman et al., 2011).

לסיכום, המוקד של המחקר הנוכחי היה לבחון את מידת ההתאמה בין הדיווחים של ההורים והמורים על יכולותיהם המוטוריות של ילדים. הליך זה יכול להיחשב כצעד ראשון לזיהוי ילדים עם קשיים מוטוריים ועם DCD, ורק ילדים עם קשיים מוטוריים פוטנציאליים שניתן יהיה לאתר בעזרת הוריהם או מוריהם - עשויים לקבל את ההזדמנות להיות מופנים לגורמים מקצועיים להמשך הערכה ואבחון.

### **מגבלות המחקר**

המחקר הנוכחי בנוי על מדגם נוחות. לכן ממצאי המחקר רלוונטיים למדגם של המחקר הנוכחי. מומלץ לקיים מחקרים נוספים שיבחנו את ההתאמה בין הורים ומורים לחינוך גופני עם מדגמים גדולים ומייצגים.

נוסף על כך, כלי המחקר שבהם נעשה שימוש במחקר הנוכחי תוקנו לילדים בגיל גבוה מזה של חלק מהמשתתפים, כפי שצוין בדיון. אף שמגבלה זו צוינה, חשוב להדגיש שהיא פחות רלוונטית לפרשנות הממצאים, מכיוון שהמחקר הוא מתאמי. במחקר הנוכחי נעשה בשימוש בשאלון ה-DCDQ – לאחר שתורגם לעברית, ללא בדיקה מקדימה של תוקף ומהימנות השאלון לאוכלוסייה הישראלית. להבא מומלץ להשתמש בשאלון DCDQ שהותאם לאוכלוסייה ישראלית ונמצא עם תוקף מבנה גבוה ומהימנות פנימית גבוהה (טראוב בר-אילן ואח', 2005).

### **מסקנות המחקר**

מהמחקר הנוכחי ניתן להסיק כי קיימת התאמה גבוהה בין ההורים לבין המורה לחינוך גופני בהערכת היכולת המוטורית של ילדים מאותו מדגם. לממצא זה יש חשיבות מההיבט היישומי והטיפול. מורים לחינוך גופני שיזהו ילדים עם רמת תפקוד נמוכה בתחום המוטורי אמורים לבקש גם מההורים למלא שאלון כדוגמת ה-DCDQ. על בסיס הממצאים ניתן יהיה ביתר קלות לשכנע את ההורים לפנות לאבחון ולטיפול עבור אותם ילדים שיזוהו עם DCD. נוסף על כך, המידע שהתקבל משאלוני ההורים והמורה הוא בר חשיבות וניתן יהיה להיעזר בו לקביעת יעדים אופרטיביים הן לפיתוח המודעות של הורים ו/או של מורים לחינוך גופני ל-DCD, והן לצורך יידוע ההורים על כך שיייתכן שילדם הוא עם DCD.

מסקנה נוספת היא כי למרות ההתאמה הגבוהה בדירוג הכללי של ההורים והמורה לחינוך גופני, נחוץ לברר באיזה תת-תחום של הביצוע המוטורי ישנה התאמה ובאיזה כלל אין התאמה. וזאת כדי לדייק הן בדיווח להורים והן בהמלצות לאבחון ולטיפול.

כך גם ניתן להסיק מהמחקר הנוכחי, כי על פי אחוז הזיהוי של ילדים עם DCD על ידי ההורים, אפשר שהמודעות לקשיים מוטוריים הלכה והתפתחה בשנים האחרונות. מומלץ אפוא שפעילות הסברתית בנושא תוסיף להתפתח הן באמצעות הפצת ידע והן על ידי פיתוח המודעות לקשיים בתחום המוטורי ולהשלכותיהם על חיי הילדים.

## רשימת המקורות

טראוב בר-אילן, ר', ולדמן-לוי, ע' ופרוש, ש' (2005). בדיקת תוקף ומהימנות השאלון Developmental Coordination Disorder (DCDQ) לצורך התאמתו לאוכלוסיית הילדים בישראל. כתב עת ישראלי לריפוי בעיסוק, H175-H191.

יזדי-עוגב א' וזאב, א' (2006). הפרעה התפתחותית בקואורדינציה (DCD) : שכיחות ומאפייני הביצוע בקרב בנים ובנות משני בתי ספר בישראל. סוגיות בחינוך מיוחד ובשיקום, 21(1), 5-20.

Amador-Ruiz, S., Gutierrez, D., Martínez-Vizcaíno, V., Gulías-González, R., Pardo-Guijarro, M. J., & Sánchez-López, M. (2018). Motor competence levels and prevalence of developmental coordination disorder in Spanish children: The MOVI-KIDS study. *Journal of School Health, 88*(7), 538-546.

APA - American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5th ed. Arlington (AV): American Psychiatric Association 2013  
<http://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596.744053>.

Barros, W. M. A., Silva, K. G. D., Silva, R. K. P., Souza, A. P. D. S., Silva, A. B. J. D., Silva, M. R. M., ... & Souza, V. D. O. N. (2022). Effects of overweight/obesity on motor performance in children: A systematic review. *Frontiers in Endocrinology, 12*.

Blank, R., Barnett, A. L., Cairney, J., Green, D., Kirby, A., Polatajko, H., ... & Vinçon, S. (2019). International clinical practice recommendations on the definition, diagnosis, assessment, intervention, and psychosocial aspects of developmental coordination disorder. *Developmental Medicine & Child Neurology, 61*(3), 242- 285.

Bretz, K., Seelig, H., Ferrari, I., Keller, R., Kühnis, J., Storni, S., & Herrmann, C. (2022). Basic motor competencies of (pre) school children: The role of social integration and health-related quality of life. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(21), 14537.



- Cairney, J., Veldhuizen, S., Kurdyak, P., Missiuna, C., Faight, B. E., & Hay, J. A. (2007). Evaluating the SCAPPA sub-scales as potential screening instruments for developmental coordination disorder. *Archives of Disease in Childhood, 92*, 987–991.
- Cancer, A., Minoliti, R., Crepaldi, M., & Antonietti, A. (2020). Identifying developmental motor difficulties: A review of tests to assess motor coordination in children. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology, 5*(1), 16.
- Chen, F. C., Pan, C. Y., Chu, C. H., Tsai, C. L., & Tseng, Y. T. (2020). Joint position sense of lower extremities is impaired and correlated with balance function in children with developmental coordination disorder. *Journal of Rehabilitation Medicine, 52*(8), 1-9.
- Davis, W. E., & Burton, A. W. (1991). Ecological task analysis: Translating movement behavior theory into practice. *Adapted Physical Activity Quarterly, 8*(2), 154-177.
- de Souza, M. S., Nobre, G. C., & Valentini, N. C. (2023). Effect of a motor skill-based intervention in the relationship of individual and contextual factors in children with and without Developmental Coordination Disorder from low-income families. *Psychology of Sport and Exercise, 67*, 102406.
- Dewey, D., & Wilson, B.N. (2001). Developmental coordination disorder: what is it? *Physical and Occupational Therapy in Pediatrics, 20*(2/3), 5-28.
- Draghi, T. T. G., Cavalcante Neto, J. L., Rohr, L. A., Jelsma, L. D., & Tudella, E. (2020). Symptoms of anxiety and depression in children with developmental coordination disorder: A systematic review. *Jornal de pediatria, 96*, 08-19.
- Estevan, I., Bowe, S. J., Menescardi, C., & Barnett, L. M. (2023). Self and proxy (parents and teachers') reports of child motor competence: A three-year longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise, 64*, 102331.
- Estevan, I., Molina-García, J., Bowe, S. J., Álvarez, O., Castillo, I., & Barnett, L. M. (2018). Who can best report on children's motor

- competence: Parents, teachers, or the children themselves? *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 1-9.
- Faught, B. E., Cairney, J., Hay, J., Veldhuizen, S., Missiuna, C., & Spironello, C. A. (2008). Screening for motor coordination challenges in children using teacher ratings of physical ability and activity. *Human movement science*, 27(2), 177-189.
- Hands, B., Rose, E., Chivers, P., McIntyre, F., Timler, A., & Parker, H. (2020). The relationships between motor competence, physical activity, fitness and self-concept in children and adolescents with DCD. *Current Developmental Disorders Reports*, 7, 35-42.
- Hay, J. A., Hawes, R., & Faught, B. E. (2004). Evaluation of a screening instrument for developmental coordination disorder. *Journal of Adolescent Health*, 34(4), 308-313.
- Harris, S., Purcell, C., & Wilmut, K. (2022). Moving with confidence: How does anxiety impede performance in individuals with developmental coordination disorder (DCD)? *Current Developmental Disorders Reports*, 9(4), 98-104.
- Henderson, S. E., & Sugden, D. A. (1992). Movement assessment battery for children. Kent, UK: The Psychological Corporation.
- Joyce, T., & Vanzan, S. (2020). *Executive Function in Children With and Without Developmental Coordination Disorder* (Doctoral dissertation. Oxford Brookes University).
- Karras, H. C., Morin, D. N., Gill, K., Izadi-Najafabadi, S., & Zwicker, J. G. (2019). Health-related quality of life of children with developmental coordination disorder. *Research in developmental disabilities*, 84, 85-95.
- Kwan, C., Gitimoghaddam, M., & Collet, J. P. (2020). Effects of social isolation and loneliness in children with neurodevelopmental disabilities: A scoping review. *Brain sciences*, 10(11), 786.
- Iuzzini-Seigel, J., Moorer, L., & Tamplain, P. (2022). An investigation of developmental coordination disorder characteristics in children with

childhood apraxia of speech. *Language, speech, and hearing services in schools*, 53(4), 1006-1021.

- Ke, L. (2019). *Developmental coordination disorders of urban children in China: Assessment, influencing factors and interventions* (Unpublished doctoral dissertation). Beijing Normal University.
- Ke, L., Barnett, A. L., Wang, Y., Duan, W., Hua, J., & Du, W. (2021). Discrepancies between parent and teacher reports of motor competence in 5–10-year-old children with and without suspected Developmental Coordination Disorder. *Children*, 8(11), 1028.
- Ke, L., Su, X., Yang, S., Du, Z., Huang, S., & Wang, Y. (2023). New trends in developmental coordination disorder: Multivariate, multidimensional and multimodal. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1116369.
- Lalor, A., Brown, T., & Murdolo, Y. (2016). Relationship between children's performance-based motor skills and child, parent, and teacher perceptions of children's motor abilities using self/informant-report questionnaires. *Australian occupational therapy journal*, 63(2), 105-116.
- Lee, K., Kim, Y. H., & Lee, Y. (2020). Correlation between motor coordination skills and emotional and behavioral difficulties in children with and without developmental coordination disorder. *International journal of environmental research and public health*, 17(20), 7362.
- Lingam, R., Hunt, L., Golding, J., Jongmans, M., & Emond, A. (2009). Prevalence of developmental coordination disorder using the DSM-IV at 7 years of age: A UK population-based study. *Pediatrics*, 123(4), e693-e700.
- Livesey, D., Lum Mow, M., Toshack, T., & Zheng, Y. (2011). The relationship between motor performance and peer relations in 9-to 12-year-old children. *Child: care, health and development*, 37(4), 581-588.

- Martins, R., Wamosy, R. M. G., Cardoso, J., Schivinski, C. I. S., & Beltrame, T. S. (2021). Evaluation of cardiopulmonary system outcomes in children with developmental coordination disorder: A systematic review. *Human Movement Science, 80*, 102888.
- Meachon, E. J., Zemp, M., & Alpers, G. W. (2022). Developmental coordination disorder (DCD): relevance for clinical psychologists in Europe. *Clinical psychology in Europe, 4*(2).
- Newell, K. M. (1986). Constraints on the development of coordination. *Motor development on children: Aspects of coordination and control*.
- Missiuna, C., Gaines, R., Mclean, J., DeLaat, D., Egan, M., & Soucie, H. (2008). Description of children identified by physicians as having developmental coordination disorder. *Developmental Medicine & Child Neurology, 50*(11), 839-844.
- Missiuna, C., Moll, S., Law, M., King, S., & King, G. (2006). Mysteries and mazes: Parents' experiences of children with developmental coordination disorder. *Canadian Journal of Occupational Therapy, 73*(1), 7-17.
- Monastiridi, S. G., Katartzi, E. S., Kontou, M. G., Kourtessis, T., & Vlachopoulos, S. P. (2020). Positive relations of physical fitness and exercise intervention programs with motor competence and health-related quality of life in developmental coordination disorder: A systematic review. *European Journal of Physical Education and Sport Science*.
- Noordstar, J. J., & Volman, M. J. M. (2020). Self-perceptions in children with probable developmental coordination disorder with and without overweight. *Research in Developmental Disabilities, 99*, 103601.
- Phillips & Lozoff, (2011). *The science of early childhood development: Closing the gap between what we know and what we do*. Center of the developing child, Harvard University.
- Piek, J. P., Dyck, M. J., Nieman, A., Anderson, M., Hay, D., Smith, L. M., ... & Hallmayer, J. (2004). The relationship between motor

- coordination, executive functioning and attention in school aged children. *Archives of clinical Neuropsychology*, 19(8), 1063-1076.
- Poulsen, A. A., Ziviani, J. M., Cuskelly, M., & Smith, R. (2007). Boys with developmental coordination disorder: Loneliness and team sports participation. *American Journal of Occupational Therapy*, 61(4), 451-462.
- Rihtman, T., Wilson, B. N., & Parush, S. (2011). Development of the Little Developmental Coordination Disorder Questionnaire for preschoolers and preliminary evidence of its psychometric properties in Israel. *Research in developmental disabilities*, 32(4), 1378-1387.
- Salaj, S., & Masnjak, M. (2022). Correlation of Motor Competence and Social-Emotional Wellbeing in Preschool Children. *Frontiers in Psychology*, 13, 846520.
- Schoemaker, M. M., & Kalverboer, A. F. (1994). Social and affective problems of children who are clumsy: How early do they begin?. *Adapted physical activity quarterly*, 11(2), 130-140.
- Schoemaker, M. M., Flapper, B. C., Reinders-Messelink, H. A., & de Kloet, A. (2008). Validity of the motor observation questionnaire for teachers as a screening instrument for children at risk for developmental coordination disorder. *Human Movement Science*, 27(2), 190-199.
- Schoemaker, M. M., Flapper, B., Verheij, N. P., Wilson, B. N., Reinders-Messelink, H. A., & de Kloet, A. (2006). Evaluation of the Developmental Coordination Disorder Questionnaire as a screening instrument. *Developmental medicine and child neurology*, 48(8), 668-673.
- Schoemaker, M. M., Smits-Engelsman, B. C. M., & Jongmans, M. J. (2003). Psychometric properties of the Movement ABC Checklist as a screening instrument for children with Developmental Coordination Disorder. *Br J Educ Psychol*, 73, 425-441.
- Shanks Sellers, J. (1995). Clumsiness: review of causes, treatments, and outlook. *Physical & Occupational Therapy in Pediatrics*, 15(4), 39-55.

- Sit, C. H. P., Yu, J. J., Wong, S. H. S., Capio, C. M., & Masters, R. (2019). A school-based physical activity intervention for children with developmental coordination disorder: A randomized controlled trial. *Research in Developmental Disabilities, 89*, 1-9.
- St. John, L., Dudley, D., & Cairney, J. (2021). A longitudinal examination of enjoyment of physical education in children with developmental coordination disorder through a physical literacy lens. *Prospects, 50*, 127-139.
- Sylvestre, A., Nadeau, L., Charron, L., Larose, N., & Lepage, C. (2013). Social participation by children with developmental coordination disorder compared to their peers. *Disability and Rehabilitation, 35*(21), 1814-1820.
- Tamplain, P., & Miller, H. L. (2021). What can we do to promote mental health among individuals with developmental coordination disorder? *Current developmental disorders reports, 8*, 24-31.
- van Dyck, D., Baijot, S., Aeby, A., De Tiège, X., & Deconinck, N. (2022). Cognitive, perceptual, and motor profiles of school-aged children with developmental coordination disorder. *Frontiers in Psychology, 13*, 860766.
- Wilson, B. N., Crawford, S. G., Green, D., Roberts, G., Aylott, A., & Kaplan, B. J. (2009). Psychometric properties of the revised developmental coordination disorder questionnaire. *Physical & occupational therapy in pediatrics, 29*(2), 182-202.
- Wilson, B. N., Kaplan, B. J., Crawford, S. G., Campbell, A. & Dewey, D. (2000). Reliability and validity of a parent questionnaire on childhood motor skills. *American Journal of Occupational Therapy, 54*(5), 484-493.
- Wilson, P. H., Ruddock, S., Smits-Engelsman, B. O. U. W. I. E. N., Polatajko, H., & Blank, R. (2019). Understanding performance deficits in developmental coordination disorder: A meta-analysis of recent research. *Developmental Medicine & Child Neurology, 55*(3), 217-228.

- Wright, H. C., & Sugden, D. A. (1996). A two-step procedure for the identification of children with developmental co-ordination disorder in Singapore. *Developmental Medicine & Child Neurology*, *38*(12), 1099-1105.
- Zacks, B., Confroy, K., Frino, S., & Skelton, J. A. (2021). Delayed motor skills associated with pediatric obesity. *Obesity Research & Clinical Practice*, *15*(1), 1-9.
- Zaragas, H., Fragkomichelaki, O., Geitona, M., Sofologi, M., Papantoniou, G., Sarris, D., ... & Papadimitropoulou, P. (2023). The effects of physical activity in children and adolescents with developmental coordination disorder. *Neurology International*, *15*(3), 804-820.
- Zwicker, J. G., Missiuna, C., & Boyd, L. A. (2009). Neural correlates of developmental coordination disorder: A review of hypotheses. *Journal of child neurology*, *24*(10), 1273-1281.

---

# גמישות שריר ההמסטרינגס, יכולת תפקודית במשחק

## הכדורסל ופציעות בקרב שחקני כדורסל

דרור ניב,<sup>1</sup> עידו ריינגולד,<sup>1</sup> יובל פייגין,<sup>1</sup> נמרוד פליקס,<sup>1</sup> רן ינוביץ,<sup>1-3</sup>

<sup>1</sup> הקריה האקדמית אונו

<sup>2</sup> מכללת סמינר הקיבוצים

<sup>3</sup> האוניברסיטה העברית בירושלים

### תקציר

בשנים האחרונות מתרחב המחקר בעולם הספורט על אודות ההשלכות הקליניות של פציעות בשריר ההמסטרינגס. על אף המידע המתואר בספרות מועט הוא הדגש על גמישות שריר המסטרינגס והשפעתה על ביצועים או על היותה גורם סיכון לפציעות בפרט בקרב שחקני כדורסל צעירים. מחקר זה נועד לבדוק את הקשר בין גמישות ההמסטרינגס לבין ביצועים ושכיחות הפציעות בקרב שחקני כדורסל צעירים. במחקר שנערך בשנים 2022-2023 בקרב 114 שחקני כדורסל צעירים בני 12-17, נאספו נתונים אנתרופומטריים, תוצאות מבחן גמישות שריר ההמסטרינגס ונתוני ביצועיים גופניים. הממצאים מלמדים על כך ששחקנים עם גמישות גבוהה של שריר ההמסטרינגס מציגים ביצועים גופניים טובים יותר. נמצא גם כי אין הוכחה חדה לקשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לפציעות. יש לציין שבמחקרים נוספים נמצא קשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לפציעות. מחקר זה מצביע על חשיבות הגמישות בספורט ועל תרומתם של תרגילי גמישות לשיפור הביצועים ולמניעת פציעות. נדרשים מחקרים נוספים להעמקת ההבנה בנושא.

---

**תאריכים:** המסטרינגס, פציעות, ביצועים גופניים, כדורסל, גמישות

שחקני כדורסל נדרשים לעמוד במגוון רחב של פעולות פונקציונליות הדורשות ביצועים מרביים לאורך עונה ממושכת. כתוצאה מכך, שחקנים רבים מפתחים נוקשות בשרירים, במיוחד בשרירי הירכיים, המפשעה והגב התחתון (Laver et al., 2020). כיום מאמני קבוצות כדורסל רבות מודעים לעייפות המצטברת ולתהליכים הפיזיולוגיים השונים המתרחשים לאורך העונה, ולכן מתבצעים במהלכה מבדקי שדה לצמצום גורמי הסיכון לפציעות (Gabbett, 2008).



### אנטומיה של קבוצת שריר ההמסטרינגס

קיימים משתנים רבים המשפיעים על ביצועיים גופניים, כאשר אנטומיית הגוף בכלל והשרירים בפרט הם בין החשובים ביותר. בפעילות גופנית הנושאת משקל גוף, חשיבות זאת באה לידי ביטוי ביתר שאת באנטומיית שרירי פלג הגוף התחתון בדגש על שרירי האזור האחורי של הירך. במדור האחורי של הירך נמנים שלושה שרירים: סמיממבנוזוס (SM), סמיטננדווס (ST), השריר הדו-ראשי (BF), אשר לו יש ראש ארוך (BFLH) וראש קצר (BFSH), כאשר הקומפלקס של כל שלושת השרירים הללו נקרא שריר ההמסטרינגס. לקבוצת שריר ההמסטרינגס שתי פונקציות: פשיטת הירך וכפיפת הברך במישור החיצו (Timmins et al., 2020).

מבין שלושת השרירים, שני שרירים והראש הארוך של הדו-ראשי חוצים הן את מפרק הירך והן את מפרק הברך (SM, ST ו-BFLH), ואילו הראש הקצר (BFSH) חוצה רק את מפרק הברך, לכן הפונקציה שלו תשפיע רק על מפרק הברך במהלך כיווץ שרירי ההמסטרינגס כולם (Timmins et al., 2020). אנטומיית כל אחד משרירי המדור האחורי של הירך מפורטת בלוח 1.

לוח 1. שרירי המדור האחורי של הירך (Rolls & George, 2004)

שם השריר	תחל	אחז	תפקיד עיקרי
<b>Semimembranosus (SM)</b>	Lateral aspect of Ischial tuberosity	Medial condyle of tibia	Hip extension Knee flexion Knee medial rotation
<b>Semitendinosus (ST)</b>	Medial aspect of Ischial tuberosity	Pes anserine	Hip extension Knee flexion Knee medial rotation
<b>Biceps femoris long head (BFLH)</b>	Lateral aspect of Ischial tuberosity	Head of fibula	Hip extension Knee flexion Knee lateral rotation
<b>Biceps femoris short head (BFSH)</b>	Linea aspera	Head of fibula	Knee flexion Knee lateral rotation

מלוח 1 נגזר שהאנטומיה של קומפלקס שריר ההמסטרינגס ייחודית ועלולה להיות אחת הסיבות לשכיחות הגבוהה של פציעות בקבוצת שרירים זו. זאת לנוכח העובדה ששריר ארוך ודו-מפרקי חשוף יותר לפציעות (Timmins, et al., 2020). המונחים אי-ספיקה אקטיבית ופסיבית הם מצבים תפקודיים המתרחשים בשרירים מרובי מפרקים. אי-ספיקה אקטיבית היא חוסר יכולתו של השריר לבצע פעולה מלאה מעל שני המפרקים שעליהם הוא פועל בו-זמנית. לדוגמה, אי-ספיקה אקטיבית של שריר ההמסטרינגס היא חוסר יכולתו של השריר לבצע פשיטה מלאה

בירך וכיפוף מלא בברך. אי-ספיקה פסיבית היא חוסר יכולתו של שריר דו-מפרקי או רב-מפרקי להתארך באופן מרבי בשני המפרקים שהוא חוצה. יש לציין שכאשר בוחנים פעילות ספורטיבית כמו ספרינט או בעיטה בכדור, אי-ספיקה פסיבית של שריר ההמסטרינגס עלולה לגרום לפציעה (Neumann, 2002).

### הקשר בין גמישות השרירים לפציעות

פציעות בגפיים התחתונות שכיחות בענפי הספורט השונים כמו כדורגל, כדורסל, כדורעף והוקי שדה. נוסף על ההתמודדות הנפשית של הספורטאי עם הפציעה, קיימות השלכות להשבתתו כגון עלויות טיפול גבוהות הכרוכות בפציעות אלה, ועל כן חשובה מניעתן (Depino et al., 2000). פציעות בשרירי ההמסטרינגס מדווחות כסוג הפציעה הנפוץ ביותר בענפי ספורט רבים. למרות מגוון אסטרטגיות התערבות, השכיחות של פציעה זו בקרב שחקני כדורגל המשחקים בליגת האלופות של איגוד התאחדויות הכדורגל האירופיות עלתה ב-4% בשנה בעשור האחרון. יתר על כן, 27.9% מהשחקנים חוו לפחות פציעה אחת בשריר הירך האחורי ושיעור הפציעות החוזרות היה 23%. שחקנים שנפצעו היו מבוגרים וכבדים יותר באופן מובהק ובעלי מדד מסת גוף גבוהה יותר בהשוואה לשחקנים שלא נפצעו (Shalaj et al., 2020). פציעות מתיחה של שריר ההמסטרינגס, השכיחות ביותר בקרב שחקני כדורגל, גורמות לאובדן ימי אימון וזמן משחק, פוגעות בהצלחת הפרט והקבוצה וגורמות לעלויות כספיות עצומות למועדוני כדורגל. על פי מחקרים פרוספקטיביים שנערכו בקרב שחקני כדורגל עילית באירופה, פציעות מתיחת שריר הירך האחורי היו 12%-16% מכלל הפציעות שנגרמו ו-37%-47% מכלל פציעות השרירים, והן מייצגות את הפציעה ללא מגע הנפוצה ביותר (Shalaj et al., 2020).

שרירי ההמסטרינגס ממלאים תפקיד מכריע במשחק הכדורגל במיומנויות בעיטה ובריצת ספרינט. במהלך בעיטת כדורגל שריר ההמסטרינגס מתכווץ כדי ליצור כוח ומומנטום המאפשרים לשחקן להניע את הכדור במהירות. באופן דומה, בריצת ספרינט השרירים הללו חיוניים ליצירת כוח ולהנעת הגוף קדימה. כאשר כף הרגל דוחפת את הקרקע, שרירי ההמסטרינגס מתכווצים כדי לבצע פשיטה בירך ולהניע את הגוף במהירות קדימה. שרירי הירך האחוריים ממלאים תפקיד חיוני הן בבעיטות והן בריצות במתן כוח, יציבות ושליטה לתנועות פלג הגוף התחתון (Gambetta, 2007). בדומה למשחק הכדורגל, משחק הכדורסל מערב מגע בין השחקנים וכולל מאמצים גופניים רבים, למשל, האצות, קפיצות ושינויי כיוון. אחת הדרכים שבהן הכדורסלנים יכולים לשמור על רמה מרבית של נייחות וגמישות היא הקפדה על ביצוע תרגילי מתיחות להגברת טווחי התנועה במפרקים. ניתן להגדיר מתיחות כפעולה של הפעלת כוח להארכת שרירים ורקמות חיבור. יש לציין כי במחקרים שונים נמצא כי גמישות תורמת לביצועים גופניים ולהפחתת הסיכונים לפציעה (Andersen, 2005; Notarnicola et al., 2017).

גמישות מתוארת כיכולת להניע את המפרק ואת קבוצות השרירים הסובבות אותו באמצעות טווח תנועה (range of motion), והיא נחשבת לאחד מחמשת המרכיבים החיוניים לכושר גופני (American College of Sports Medicine, 1998). כיוון שכך, תרגילי המתיחה חיוניים בתוכניות אימון יום-יומיות כמו גם לפני תחרויות רשמיות, משום שהגמישות מונעת פציעות שרירים וממזערת כאבי שרירים

לאחר פעילות (Andersen, 2005). שיפור הגמישות הוא אפוא מרכיב מחייב בתוכנית האימונים של ספורטאים (Candra, 2018). מחקרים קודמים שבוצעו בקרב שחקני כדורסל, דיווחו על שיפור משמעותי בגמישות לאחר מתיחות. ספורטאים ומאמנים מאמצים את טכניקת המתיחה האקטיבית סטטית, מכיוון שהיא מבוצעת באופן אקטיבי וקל לביצוע. לפי שיטה זו, המתיחה מתבצעת על ידי הגעה לקצה טווח התנועה והחזקת המתיחה במיקום המתוח למשך 15-60 שניות (Rodríguez-Rosell et al., 2017).

### אפידמיולוגיה של פציעות כדורסל

כדורסל הוא ספורט מגע עם תנועות מורכבות הכוללות קפיצות ושינויי כיוון הגורמים לפציעות שלד-שריר תכופות בכל אזור הגוף. בסקירה שכללה 11 מאמרים העוסקים באפידמיולוגיה של פציעות ספורט בכדורסל נצפו 12,960 פציעות, רובן התרחשו בגפיים התחתונות (63.7%), עם 2,832 (21.9%) פציעות בקרסול ו-2,305 (17.8%) פציעות בברך. פציעות בגפיים העליונות היוו 12%-14% מסך הפציעות. הגפיים התחתונות הן אזור הפגיעה המושפע ביותר בקרב שחקני כדורסל, ללא קשר למין וגיל. באזורים האנטומיים פציעות ברכיים וקרסול הן הנפוצות ביותר. ההסתברות לפגיעה בידים, באצבעות ובשרש כף היד זהה עבור ילדים, בני נוער ומבוגרים מקצועיים (Andreoli et al., 2018).

כדורסל הוא אחד מענפי הספורט הפופולריים ביותר בארצות הברית, למעלה ממיליון ספורטאים בגילי תיכון שיחקו במהלך שנת לימודים. נתוני פציעות הקשורים לכדורסל נאספו במהלך השנים האקדמיות 2006-2005 ו-2006-2007 מ-100 בתי ספר תיכוניים. במהלך שנים אלו ספגו שחקני כדורסל 1,518 פציעות. המיקום האנטומי של אזור הפגיעה השכיח ביותר היה הקרסול/כף הרגל (39.7%), הברך (14.7%), ראש/פנים/צוואר (13.6%), זרוע/יד (9.6%) וירך/שוק (8.4%). האבחנות השכיחות ביותר היו נקעים ברצועה (44.0%), מתיחות שרירים/גידים (17.7%), חבלות (8.6%), שברים (8.5%) וזעזוע מוח (7.0%) (Borowski et al., 2008). מספר הביקורים השנתיים במיון ילדים, הקשורים לפציעות בכדורסל, מתקרב ל-300,000 ומדגים את היקף בעיית בריאות הציבור בתחום זה בארצות הברית. בשנים 2006-2000 היו 325,465 ביקורים במחלקות מיון ילדים עקב פציעות הקשורות לכדורסל. חמש הפציעות השכיחות ביותר היו נקעים בקרסול (21.7%), נקעים באצבעות (8.0%), שברים באצבעות (7.8%), נקעים בברך (3.9%) וחתכים בפנים (3.9%) (Owoeye et al., 2020).

### הקשר בין כאבי גב תחתון לחוסר גמישות בשרירי ההמסטרינגס

כאבי גב תחתון (להלן, LBP – Lower Back Pain) הם הגורם המוביל לנכות בעולם המשפיע הן על האוכלוסייה הכללית והן על ספורטאים כאחד. כאבי גב משפיעים על עד 85% מהאוכלוסייה בשלב מסוים בחייהם. LBP מדווחים רק לעיתים רחוקות לפני גיל 10, עם זאת, במהלך גיל ההתבגרות ישנה עלייה מהירה בדיווח על LBP, ובגיל 17 שיעור הדיווח כמעט זהה לזה של מבוגרים (שכיחות של 70%). בעוד שהרוב (70%-80%) משתפרים מאפיזודה חריפה במשך תקופה של שלושה חודשים ללא קשר לטיפול, אצל 50%-80% תהיה לפחות אפיזודה אחת חוזרת.

LBP הוא הגורם השכיח ביותר לנכות בקרב אנשים מתחת לגיל 45, והבעיה הבריאותית היקרה ביותר בגילים שבין 20 עד 50 שנים. LBP הוא גם גורם שכיח לאיבוד זמן בספורט. בהתאם לסוג הספורט ולאדם, חשוב להתייחס לגמישות היחסית של שרירי הירך האחורי. בדרך כלל, שרירים 'מתוחים' או 'מוקצרים' עשויים להשפיע על הביומכניקה ועל השליטה המוטורית של עמוד השדרה המותני (Brokner & Khan, 2017). מספר גורמי סיכון הוערכו ביחס לפגיעה ולכאבי גב תחתון אצל ספורטאים, ביניהם גמישות שריר הירך האחורי (Bono, 2004).

נוסף על פעולות כיפוף הברך, רוטציית הטיביה (עצם השוק) ופשיטת הירך, שרירי ההמסטרינגס מסייעים ליציבה, לייצוב הליבה ולתנועת עמוד השדרה. אם שרירי ההמסטרינגס מכווצים, הם יכולים להגביל את התנועה באגן. אם לאגן יש תנועה מוגבלת, שרירי הגב התחתון עשויים להתכווץ, מה שעלול להוביל להתפתחות כאבי גב תחתון. ממצאי מחקר (Mistry et al., 2014) מראים כי גמישות מוגבלת בשרירי ההמסטרינגס קיימת בנבדקים עם כאבי גב תחתון כרוניים. כלומר, מגבלה זו עשויה להיות אחד הגורמים להתפתחות כאבי גב תחתון, והכאב עלול להיות כרוני אם היא אינה מטופלת (Mistry et al., 2014). הפתולוגיה השכיחה ביותר המובילה לכאבי גב תחתון בספורטאים צעירים היא ספונדילוליזיס. ספונדילוליזיס מהווה 47% מכאבי גב תחתון אצל מתבגרים לעומת 5% במבוגרים. בבדיקה הגופנית ניתן להתרשם מתסמינים ומסימפטומים שונים, אך אחד הממצאים הנפוצים ביותר הוא מגבלה בגמישות של שריר הירך האחורי. מומלץ אפוא לבצע תרגילים המדגישים את ייצוב הגו ואת גמישות הגפיים התחתונות (Baker & Patel, 2005).

### מבחני גמישות לקבוצת שריר ההמסטרינגס

את גמישות שרירי ההמסטרינגס ניתן להעריך באמצעות מספר מבחנים, כמו: SR (Sit & Reach) CSR (Chair Sit & Reach) ו-BSSR (Back Saver Sit & Reach), הנחשבים בדרך כלל מבחני שדה מקובלים לבדיקת גמישות שרירי הירך אחורי (American College of Sports Medicine, 1998). כמו כן, בדיקת SLR (Raise Straight Leg) היא בדיקה הבודקת בעקיפין את יכולת המתיחה של שרירי ההמסטרינגס (Boland & Adams, 2000).

מבחן CSR מתבצע על כיסא מתקפל שגובהו 40 ס"מ. המשתתפים במבחן מתבקשים לשבת בקצה הקדמי של הכיסא וליישר את הרגל הנבדקת, כך שהעקב נוגע ברצפה וכף הרגל מכופפת (ankle sagittal dors flexion). הרגל השנייה מכופפת כך שכף הרגל מונחת על הרצפה כלפי מטה. ההנחיה למשתתפים היא שברגל ישרה ככל האפשר, בזרועות פשוטות קדימה כשכפות הידיים מונחות זו על גבי זו כלפי מטה, יש לכופף את מפרק הירך לאט קדימה ולשמור על גב וצוואר ישרים ככל האפשר. עליהם למתוח את הזרועות בניסיון לגעת באצבעות כף הרגל (Baltaci et al., 2003). מבחן BSSR מתבצע בעזרת קופסת SR (Sit & Reach). המשתתף יושב מול קופסת ה-SR ומיישר רגל אחת במלואה, כך שכף הרגל מונחת כנגד קצה הקופסה. לאחר מכן, הוא מכופף את רגלו השנייה, כך שכף הרגל מונחת על הרצפה ובמרחק של 7-10 ס"מ לצד הברך הישרה. כשהרגל ישרה ככל האפשר והידיים מונחות זו על גבי זו כלפי מטה, המשתתף מושיט את זרועותיו לאט קדימה ככל האפשר לאורך הקופסה (Baltaci et al., 2003). בדיקת ה-SLR מבוצעת כשהמטופל שוכב על הגב ברגליים ישרות. הבודק מרים באופן פסיבי את הרגל הנבדקת על ידי כיפוף מפרק הירך, תוך שמירה על יישור הברך. כמו כן, מנח

הקרסול נמצא בכפיפה קלה לאורך הבדיקה כדי למנוע עומס עצבי נוסף. בסוף טווח תנועת הכיפוף נמדדת זווית מפרק הירך עם גוניומטר אוניברסלי (Andersen, 2005). במחקר הנוכחי ביצענו את מבחן ה-SR בעזרת קופסת SR, ונפרט עליו בהמשך בפרק 'שיטות'. בדקנו אם גמישות שריר ההמסטרינגס של שחקני כדורסל צעירים היא אינדיקציה לשכיחות פציעות גבוהה או נמוכה, היות שמדווח מעט מידע מסוג זה בהקשר של כדורסלנים.

### **גמישות שרירי ההמסטרינגס כגורם מפתח לביצוע מיומנויות ספורט שונות**

ידוע כי מתיחה של השריר משפיעה לטווח קצר או כאפקט חולף. השפעת המתיחה יכולה להיות משמעותית יותר אם יבוצעו מספר חזרות כדי לשפר את הגמישות הבסיסית או את טווח התנועה וליצור כוח שריר. שריר בעל גמישות רבה עשוי להשפיע על היכולת הספורטיביות וליצור כוחות טובים יותר בהשוואה לשריר קצר, ושינויים ברכיב האלסטטי של השריר עלולים להשפיע על ייצור הכוח בתנועות כמו קפיצה או ספרינט (Henderson et al., 2010).

במחקר שבדק את הקשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס אל מול ביצועים פונקציונליים בספורט, מצאו החוקרים ששחקני כדורגל צעירים בעלי גמישות טובה של שריר ההמסטרינגס השיגו ביצועים וציונים טובים יותר במבחני תאוצה וספרינט, קפיצה ובעיטה בכדור מאשר שחקנים עם גמישות טובה פחות של שריר ההמסטרינגס. תוצאות אלו מצביעות על כך שגמישות שריר הירך האחורי היא גורם מפתח בקרב שחקני כדורגל צעירים לא רק למניעת פציעות, כפי שהסיקו מחקרים קודמים, אלא גם לביצוע מיומנויות ספציפיות למשחק, כגון ספרינט, קפיצה, זריזות ובעיטות. התוצאות שהתקבלו במחקר מצביעות על כך שגמישות בסיסית יכולה להשפיע על ביצועים ספורטיביים. ממצאים אלו תומכים ברצינות שלפיו פיתוח גמישות השרירים חייב להיות חלק מההכשרה הספציפית של שחקני כדורגל החל בגילם מוקדמים (Henderson et al., 2010).

במחקר אחר שבדק 111 עשר כדורגלנים בני 9-19 הוערכה גמישות שריר ההמסטרינגס במבחני גמישות שונים. הצוות הרפואי רשם פציעות בשריר הירך האחורי במהלך העונה התחרותית שלאחר מכן. הנתונים מדווחים כי כ-17% מכלל הנבדקים חוו לפחות פציעה אחת בשריר ההמסטרינגס במהלך תקופת המחקר. תוצאות המחקר הצביעו על כך ששכיחות הפציעות בקרב כדורגלנים צעירים אינה קשורה באופן גלוי לירידה משמעותית בגמישות שריר הירך האחורי (Rolls & George, 2004). מחקר נוסף שבחן 36 שחקני כדורגל מליגת העל האנגלית מצא קשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לפציעות. השחקנים הוערכו במהלך השבוע הראשון של קדם העונה לאנתרופומטריה, גמישות, כוח של הגפיים התחתונות, מהירות וזריזות. במהלכה ובסופה של העונה התחרותית, שנמשכת 45 שבועות, אובחנו ותועדו כל פציעות שריר הירך האחורי. תוצאות המחקר הראו כי על כל ירידה של מעלה אחת בהרמת רגל ישרה אקטיבית, הנטייה לפציעה גדלה פי 1.29 (Henderson et al., 2010).

שחקני כדורסל תחרותיים מבצעים בדרך כלל כ-200 קפיצות ו-150-250 פעילויות מתפרצות, כולל האצות, שינויי קצב וכיוון, עצירות והאצות פתאומיות במהלך משחק. המחקר העריך את ההשפעות קצרות הטווח של תרגילי מתיחות וכוח על מהירות הריצה ועל ביצועי הקפיצה אצל 14 שחקני כדורסל תחרותיים במשך שלושה שבועות. תוצאות המחקר מצביעות על כך שתרגילי מתיחות אינטנסיביים

בעלי אופי סטטי שבוצעו לפני הקפיצה האנכית הפחיתו את היכולות לפיתוח כוח מקסימלי, ואילו תרגילי כוח דינמיים עם עומסים תת מקסימלים משפרים את יכולות אלו (Mikolajec et al., 2012).

מחקרים נוספים תומכים בטענה זו, שיש יתרון למתיחות דינמיות על פני מתיחות סטטיות עבור ביצועיים גופניים. מחקרים אלו הדגימו שיפור בביצועי ספרינט, כוח גפה תחתונה וקפיצה אנכית לאחר ביצוע תרגילי מתיחות דינמיות (Yamaguchi et al., 2005; Hough et al., 2009). בסקירה שסיפקה מידע על אודות כלל הפציעות שחוו ספורטאיות איגוד הכדורסל הלאומי לנשים (WNBA) משנים 2015 עד 2019, נמצא כי מתיחה בשריר הירך האחורי מדורגת במקום 5 מתוך 40 הפציעות השכיחות ביותר (Baker et al., 2020).

### **שילוב אימוני גמישות בתוכנית השבועית**

גמישות אופטימלית לביצועים משתנה בענפי הספורט השונים וקשורה קשר הדוק לסוגי התנועות והפעולות שעל הספורטאי לבצע. ישנם טווחי גמישות אופטימליים עבור ענפי ספורט ופעילויות שונות, והסיכון לפציעות עשוי לגבור כאשר ספורטאי אינו מסוגל להגיע לטווח זה (Baechle & Earle, 2008). פיתוח של גמישות גדולה יותר נועד לשפר את הביצועים, ולעיתים קרובות הוא כרוך בצורך להפעיל התנגדות בטווח התנועה הנדרש לספורט. במקרים מסוימים ניתן לראות בגמישות גדולה יותר כחוליה החסרה בתוכנית הכוח של הספורטאי. זאת משום שהיכולת להפעיל כוח בטווח תנועה גדול יותר יכולה להגביר את הדחף, באמצעות הארכת הזמן שבו הספורטאי יכול להפעיל כוח, אשר בתורו תורם לביצועים משופרים במגוון ענפי ספורט (Massis, 2009). ההשפעות המיידיות של מתיחות על טווח תנועה משמעותיות יותר מייד לאחר ביצוע המתיחה. לאחר מכן, עם משך הזמן, הן יורדות וחולפות. השיפורים המשמעותיים בגמישות נעים בין 3 דקות ל-24 שעות. להשפעות ממושכות יותר נדרשת תוכנית גמישות ייעודית (de Pino et al., 2000; de Weijer et al., 2003; Thacker et al., 2004).

המחקר הנוכחי על גמישות שריר ההמסטרינגס והשפעתה על ביצועים ועל סיכון לפציעות בקרב שחקני כדורסל צעירים מציע תובנות מרכזיות שיכולות להשפיע על תוכניות האימונים ועל הטיפול המקצועי בשחקנים. הבנת הקשר בין גמישות לביצועים ולסיכון לפציעות היא חשובה בייחוד בספורט כמו כדורסל שמציע תנועות מגוונות ודרישות פיזיולוגיות מורכבות. הממצאים המדעיים המוצגים במחקר מלמדים כי ניתן לבצע שיפורים בתוכניות האימונים ובטיפול הפיזיותרפי של השחקנים על מנת לקדם את רמת הגמישות שלהם, לשפר את ביצועיהם ולהפחית את הסיכון לפציעות מיותרות. המחקר מציע תרומה משמעותית לספרות המקצועית בתחום הספורטתרפיה על ידי חשיפת הקשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לביצועים גופניים ולסיכון לפציעות בקרב שחקני כדורסל צעירים. המחקר מספק מידע חשוב ומעמיק על אודות התפקוד הפיזי של השחקנים ועל הקשר בין גמישות לביצועים ספורטיביים ולסיכון לפציעות. על רקע הממצאים שנחשפו במחקר, נוכל לראות כי בקרב המטפלים והמאמנים בתחום הספורט עדיין חסר ידע מקצועי בנושא זה, ולכן דרושים מחקר נוסף והרחבת הידע. בעזרת מחקרים נוספים נוכל להבין טוב

יותר את הקשר בין גמישות, ביצועים גופניים וסיכון לפציעות, ולפתח אסטרטגיות טיפול ואימון מותאמות לצרכים הספציפיים של שחקני כדורסל צעירים.

### מטרת המחקר

מטרת המחקר היא לבדוק אם קיים קשר בין גמישות שריר הירך האחורי לבין הביצועים ושכיחות הפציעות בקרב שחקני כדורסל צעירים.

### שאלות המחקר:

1. האם יש קשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לשכיחות הפציעות?
2. האם יש קשר בין גמישות שריר ההמסטרינגס לביצועים גופניים?

### השערות המחקר:

1. שחקנים עם הגבלה בגמישות של שריר ההמסטרינגס יסבלו יותר מפציעות ומהגבלות תפקודיות.
2. שחקנים עם הגבלה בגמישות של שריר ההמסטרינגס ישיגו ביצועים גופניים פחות טובים.

## שיטה

### המשתתפים

במחקר השתתפו 114 שחקני כדורסל גברים בני 12-18 שנים מ-17 קבוצות באגודת "דור העתיד" בקריית אונו המשחקים בעונת 2022/2023, ללא עדות לפציעות עכשוויות בפלג הגוף התחתון. המשתתפים גויסו למחקר לאחר קבלת הסבר מפורט על המחקר ומטרותיו ולאחר חתימה על טופס הסכמה מדעת (או חתימת אפוטרופוס אם נדרשה).

### כלי המחקר

המחקר אושר על ידי ועדת האתיקה המוסדית של המרכז האקדמי אונו (אישור מס' 2023230no). במחקר פרוספקטיבי תצפיתי זה ביצענו מעקב אחר קבוצת השחקנים ותיעדנו את הנתונים האנתרופומטריים ואת היכולות הגופניות הרלוונטיים לשאלות המחקר. חיפשנו במחקר זה יחסים סיבתיים לצורך אישוש השערותינו. בתחילת ובאמצע העונה ביצענו את מבדקי הסקר, צפינו בשחקנים ותיעדנו את שכיחות הפציעות ורמת הביצועים.

מבדקי הסקר כללו:

1. גובה - סרט מדידה המודבק לקיר, הנבדק עומד על רצפה ישרה.
2. משקל גוף - הנבדק עומד על מאזני אדם ללא נעליים.
3. הערכת גמישות שרירי ההמסטרינגס - modified sit & reach test
4. קפיצה אנכית - Vertical Jump - מסוג CMJ (Counter Movement Jump) להערכת הכוח המתפרץ של הגפה התחתונה.
5. הערכת מהירות מקסימלית לאורך חצי מגרש כדורסל שאורכו 14 מטרים - half basketball court sprint

בתחילת המחקר עברו כלל השחקנים בדיקות אנתרופומטריות. הבדיקות הללו כללו בדיקת גובה באמצעות סרט מדידה המודבק לקיר. הבדיקה השנייה הייתה בדיקת משקל, השחקן עמד על משקל אלקטרוני סטנדרטי ללא נעליים. במחקר נעשה שימוש בשלושה מבחנים אשר בדקו יכולות גופניות של שחקני הכדורסל. המבחן הראשון היה modified sit & reach test, מבחן המעריך את גמישות שריר הירך האחורי. בדיקה זו קיימת ברוב מבחני הכושר הקשורים למניעת פציעות מכיוון שההנחה היא ששמירה על גמישות שריר הירך האחורי עשויה למנוע פציעות שרירים כרוניות ואקוטיות (Baltaci et al., 2003).

מבחן ה-SR מתבצע בעזרת קופסת SR. המשתתפים מקבלים תחילה הוראה להסיר את הנעליים ולשבת על הרצפה כשהירכיים, הגב והראש צמודים לקיר. מלבד זאת, הרגליים ישרות במלואן כשהחלק התחתון של כפות הרגליים מונח כנגד קופסת הבדיקה. לאחר מכן הם נדרשים להניח את כפות הידיים זו על גבי זו ולהושיט את זרועותיהם קדימה הכי רחוק שהם יכולים מבלי לאפשר לראש ולגב להתרחק מהקיר. בשלב זה נרשם המרחק בין קצות האצבעות לקצה הקרוב של הקופסה. מאוחר יותר, המשתתפים מונחים להגיע קדימה לאט ובהדרגה, מבלי לכופף את הברכיים, ולהחזיק בעמדה הסופית למשך 2 שניות לפחות (Chung et al., 1999).

מהימנות ותקפות מבחן SR נבדקו במחקר שמטרתו הייתה לקבוע את הקשר של מבחן SR עם מדדי גמישות שריר ההמסטרינגס. המחקר נערך בקרב 100 נערת בנות 13-15 שנים. למדידת הקריטריון ביצעו הנערות מבחן נוסף - SLR, כשלארגליהן הוצמד גוניומטר המשמש כלי מדידה תקף בהערכת טווח תנועה. החוקרים מצאו מתאם של 0.64 בין מבחן SR לבין הממד לקריטריון לגמישות שריר ההמסטרינגס. כמו כן, החוקרים מצביעים על מהימנות 0.96 עבור SR באופן עקבי (Jackson & Baker, 1986).

המבחן השני היה קפיצה אנכית (VJ - Vertical Jump) מסוג CMJ (Counter Movement Jump), המעריך את הכוח המתפרץ של הגפה התחתונה. במהלך CMJ, המשתתף מתחיל ממצב זקוף, יוזם תנועה כלפי מטה על ידי כיפוף הירכיים והברכיים (התנועה הנגדית), ולאחר מכן מאריך במהירות את פלג גופו התחתון לקפיצה אנכית מהקרע. הגובה שהושג במהלך הקפיצה נמדד ומספק תובנה באשר ליכולתו של הפרט ליצור כוח במהירות וביעילות (Baechele & Earle, 2008). הנבדק התבקש לעמוד (בנעליו) עם צד הגוף לקיר בצמוד לסרט המדידה ולהושיט את ידו מעלה. הבודק מודד על גבי סרט המדידה את גובה האצבע האמצעית בכף ידו של הנבדק. הנבדק אווח גיר בידו הצמודה לקיר ובהינתן האות של הבודק, הוא קופץ הכי גבוה שבאפשרותו, פעמיים, ומתבקש לסמן בעזרת הגיר את מיקום הנקודה הכי גבוהה שהגיע אליה. בסיום שתי הקפיצות הבודק בודק את המרחק בין שני הסימונים. תיבחר התוצאה הגבוהה מבין השתיים (Ziv & Lidor, 2010).

המחקר שבוצע בקרב שחקני כדורסל וכדורגל בני 15-18 הצביע על כך שלמבחן זה מהימנות גבוהה ותקפות בינונית באשר להערכת כוח מתפרץ אצל שחקני כדורסל וכדורגל בגילים שונים. תוצאת הגובה המרבית שהשיג נבדק מסוים מהווה אינדיקטור לכוח שרירי הרגליים ויכולה לספק מידע על היכולת התפקודית ועל הביצועים של ספורטאים בענפי ספורט שונים. קפיצה אנכית - VJ - תוארה כתנועה



מורכבת הדורשת רמה גבוהה של סנכרון מוטורי בין מקטעי פלגי הגוף העליון והתחתון. כמו כן, VJ נחשבת למיומנות מוטורית חיונית במגוון ענפי ספורט קבוצתיים כגון כדורסל, כדורגל, כדוריד וכדורעף (Rodríguez-Rosell et al., 2017). המבחן השלישי היה half basketball court sprint, מבחן המעריך את המהירות המקסימלית לאורך חצי מגרש כדורסל. לפני תחילת המבדק יש להסביר לשחקן כי עליו לבלום טרם העצירה על מנת להימנע מפציעה או היתקלות בקיר. ההתחלה היא ממצב סטטי ברגליים מקבילות מאחורי קו הזינוק. אות ההתחלה ניתן במשרוקית. יש להפעיל את שעון העצר בצעד הראשון של השחקן. לשחקן יש שני ניסיונות לביצוע המבדק, כאשר בין הבדיקות יש 3 דקות מנוחה. תיבחר התוצאה הטובה מבין שתי הבדיקות. יש לבצע את המבדק לאחר חימום מספק (Maggioni et al., 2019).

מחקר שמטרתו הייתה לבדוק את ההשפעות של תרגילי כדורסל ואימונים של יכולות ספרינט חוזרות במהלך העונה הסדירה של שחקני כדורסל בוצע בקרב 36 שחקנים בני 18-20, אשר גויסו משתי קבוצות כדורסל ששיחקו בליגת מכללות מקצוענית למחצה. השחקנים ביצעו מבחן 5/10/20 m sprints על מנת להעריך את ההשפעות. ממסקנות המחקר נמצא כי מבחן זה תקף ומהימן (García-Pinillos et al., 2015). נתוני צריכת שירתי רפואה פעילה ופניות לקליניקה נאספו מתוך הקובץ "הרשמה לקליניקה" שהתייחס לעונת 2022/2023 וכלל את כל השחקנים הפצועים שהגיעו לטיפול או לאבחון במהלך תקופה זו. בקובץ צוינו שעות הקבלה, שם המטפל, שם השחקן, שם הקבוצה והמאמן, נושא הפנייה, אבחון או טיפול חוזר ושם המאמן או הסטודנט שקבע את הטיפול. את קליניקת "דור העתיד" מנהלים בוגרי החוג לספורטתרפיה מהפקולטה למקצועות הבריאות של המכללה "הקריה האקדמית אונו", ולכן הנתונים חסויים ומקודדים עם גישה לחוקרי המחקר בלבד.

### הליך המחקר

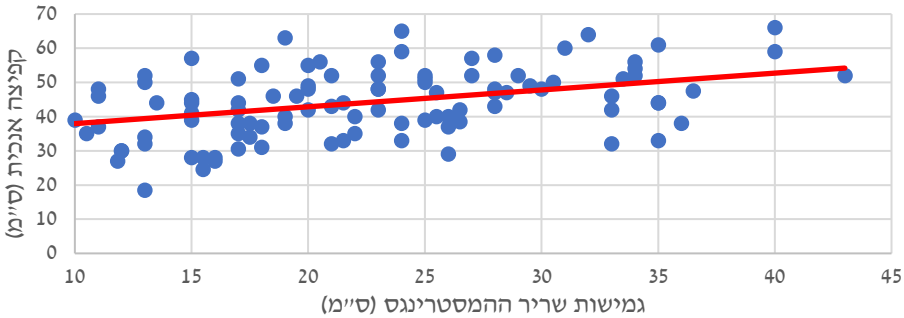
לאחר שחתמו על כתב ההסכמה מדעת ביצעו המשתתפים את בדיקות טרום ואמצע העונה בהתאמה. לאורך העונה ביצענו מעקב על בסיס שבועי בקובץ "הרשמה לקליניקה". נאספו נתונים לגבי פניות השחקנים לקבלת טיפול רפואי. המחקר נערך במהלך חודשי אוקטובר עד מרץ באגודת "דור העתיד" קריית אונו.

### ניתוח הנתונים

ניתוח הנתונים התבסס על השוואה תוך-קבוצתית וכלל מבחן פירסון שהוא מדד סטטיסטי המכמת את חוזק ואת כיוון הקשר הליניארי בין שני משתנים, עם ערכים הנעים בין -1 ל-1+. בחרנו במבחן זה על מנת לבדוק את הקשר בין ההשוואות שנעשו בין בדיקת SRT לבין מבחני VJ, half basketball court sprint test ופניות לקליניקה, גם בתחילת העונה וגם בבדיקות אמצע העונה. נוסף על כך נערכה השוואה של הפרשים בין התוצאות בהתחלת העונה ובאמצע העונה. רמת המובהקות נקבעה ל-0.05 עבור כל ההשוואות הסטטיסטיות.

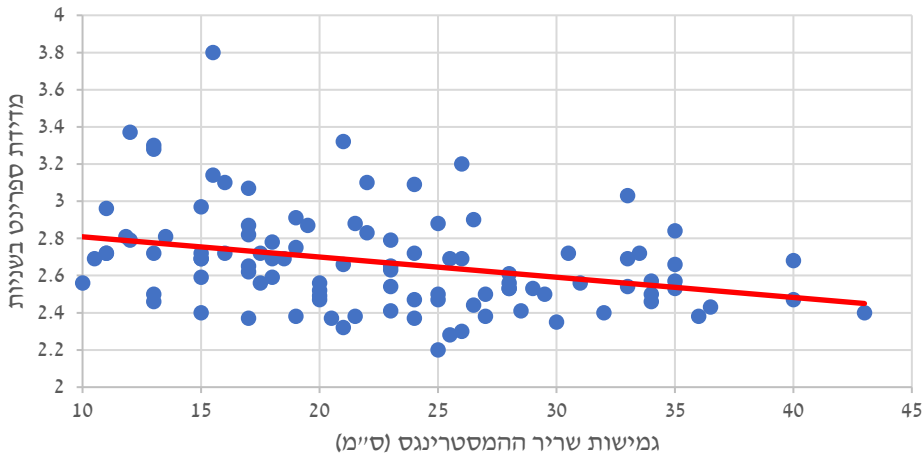
## ממצאים

נמצא קשר חיובי בינוני משמעותי בין מבחן ה-SRT לבין קפיצה אנכית בתחילת העונה ( $R=0.439$ ,  $p<0.001$ ). כאשר ככל ששריר ההמסטרינגס ארוך יותר, כך נמצאו ביצועי הניתור לגובה טובים יותר, כפי שנראה באיור 1.



איור 1: הקשר בין קפיצה אנכית לגמישות שריר ההמסטרינגס בתחילת העונה

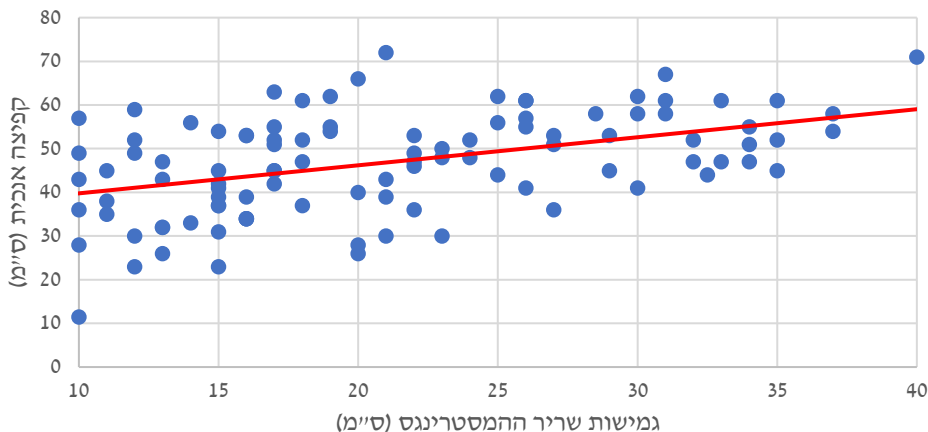
נמצא קשר שלילי בינוני מובהק בין SRT לבין half basketball court sprint test בתחילת העונה ( $R=-0.355$ ,  $p<0.001$ ). ככל שקומפלקס שריר ההמסטרינגס ארוך יותר, כך נמצאו ביצועי הספרינט טובים יותר, כפי שנראה באיור 2.



איור 2: הקשר בין ריצת ספרינט לגמישות שריר ההמסטרינגס בתחילת העונה

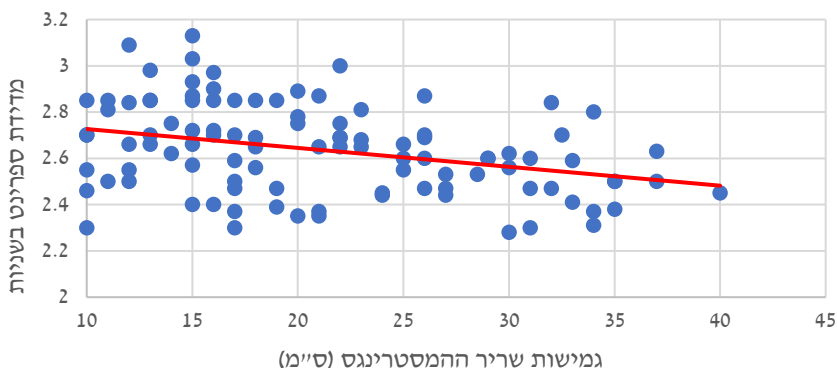
עוד נמצא קשר שלילי חלש מאוד בין SRT לבין מספר הפניות לקליניקה בתחילת העונה ( $R=-0.067$ ,  $p=0.478$ ) וקשר שלילי חלש מאוד בין SRT לבין מספר הפניות לקליניקה באמצע העונה ( $R=-0.027$ ,  $p=0.775$ ), אולם ללא מובהקות

סטטיסטית. לכן לא ניתן לקבוע ששחקנים בעלי שריר המסטרנינגס מוגבל יפנו לטיפול בקליניקה בשכיחות גבוהה יותר מאשר שחקנים בעלי שריר המסטרנינגס ארוך יותר. קשר משמעותי חיובי בינוני נמצא בין ה-SRT לבין הקפיצה האנכית (VJ) באמצע העונה ( $R=0.471, p<0.001$ ), כאשר ככל ששריר ההמסטרנינגס ארוך יותר, כך ביצועי הניתור לגובה טובים יותר, כפי שנראה באיור 3.



איור 3: הקשר בין קפיצה אנכית לגמישות שריר ההמסטרנינגס באמצע העונה

תוצאות מתאם פירסון הצביעו על כך שיש קשר שלילי בינוני בין ה-SRT לבין half basketball court sprint test באמצע העונה. נמצאה מובהקות סטטיסטית ( $R=-0.362, p<0.001$ ), כאשר ככל ששריר ההמסטרנינגס ארוך יותר, כך ביצועי הספרינט טובים יותר, כפי שנראה באיור 4.



איור 4: הקשר בין ריצת ספרינט לגמישות שריר ההמסטרנינגס באמצע העונה

בתוצאות מתאם פירסון בין בדיקות אמצע העונה לתחילתה נמצא קשר חיובי חלש מאוד בין ההפרשים ב-SRT למספר הפניות לקליניקה ( $R=0.096, p=0.309$ ).

וקשר חיובי חלש בין ההפרשים ב-SRT ל- Vertical Jump ( $R=0.109$ ,  $p=0.245$ ).  
 עוד נמצא קשר שלילי חלש מאוד בין ההפרשים ב-SRT לבין ספרינט ( $R=-0.056$ ,  
 $p=0.548$ )

ככל שהשחקנים שיפרו את תוצאות SRT בהשוואה בין בדיקות תחילת העונה  
 לאמצע העונה, כך ביצועי הספרינט והקפיצה האנכית השתפרו וירדה שכיחות הפניות  
 לקליניקה, אך לא באופן מובהק ולכן לא ניתן לקבוע כי שיפור גמישות שריר הירך  
 האחורי לאורך העונה יקבע מגמת שיפור בביצועים גופניים ושכיחות לפציעות.

## דיון

כפי שמדווח בספרות המדעית, פציעות בשרירי ההמסטרינגס מדווחות כסוג  
 הפציעה הנפוץ ביותר בענפי ספורט מקצועיים רבים. למרות מגוון אסטרטגיות  
 התערבות, דווח כי השכיחות של פציעה זו בקרב שחקני כדורגל שמשחקים בליגת  
 האלופות של אופ"א עלתה (Shalaj et al., 2020). מחקרים רבים אחרים נוגעים בעניין  
 זה בענף הכדורגל, אך באשר לענף הכדורסל, ההתייחסות לוקה בחסך מדעי, בדגש  
 על שחקנים צעירים (Rodríguez-Rosell et al., 2017).

מטרת מחקרנו הייתה אפוא לבדוק את הקשר בין גמישות ההמסטרינגס  
 לביצועים גופניים בקרב שחקני כדורסל צעירים ולשכיחות הפניות לקליניקה. שיערנו  
 ששחקנים עם הגבלה בגמישות שריר הירך האחורי יסבלו יותר מפציעות ומביצועים  
 ירודים ויפנו בשכיחות גבוהה יותר לטיפולים בקליניקה בהשוואה לשחקנים ללא  
 הגבלה בגמישות שריר ההמסטרינגס. נמצא קשר משמעותי בין בדיקת SRT בתחילת  
 העונה לבין הביצועים באותה תקופה. ממצא זה תואם את המדווח בספרות, כי  
 לשריר ארוך יותר יש יכולת גבוהה יותר של כיווץ. כתוצאה מכך, קבוצות שרירים  
 אלסטיים יותר, עשויים להקל על הביצועים על ידי שיפור יכולות יצור הכוח של  
 הרכיב המתכווץ ועל ידי שיפור העברת הכוח הראשונית, ולכן זה עשוי להשפיע  
 בתנועות כמו קפיצה או ספרינט (Ziv & Lidor, 2010).

הממצא שלעיל עולה בקנה אחד עם תוצאות המחקר שנערך בספרד בקרב  
 שחקני כדורגל בני 14-18. השחקנים חולקו לשתי קבוצות, לפי תוצאות passive  
 straight leg raise, מבחן שפורט עליו קודם לכן, שבדק את גמישות שריר הירך  
 האחורי. תוצאות הקבוצה הגמישה, בעלת שריר ההמסטרינגס הגמיש יותר, היו  
 טובות ב-10.49% בביצוע קפיצה אנכית ( $p=0.024$ ) ובמבחן ספרינט ב-  
 3.29% ( $p=0.011$ ) בהשוואה לקבוצה הגמישה פחות (Ziv & Lidor, 2010). עוד נמצא  
 קשר מובהק בין בדיקת SRT לבין הביצועים בבדיקות אמצע העונה. מכאן ניתן  
 להסיק שלגמישות שריר ההמסטרינגס יש חשיבות והיא משפיעה על ביצועים  
 גופניים. השערת המחקר ביחס להגבלה בגמישות שריר ההמסטרינגס לבין ביצועים  
 גופניים של קפיצה אנכית וספרינט אוששה על פי תוצאות אלו.

מצאנו כי נערים עם שריר ההמסטרינגס ארוך הציגו ביצועים טובים יותר  
 בהשוואה לנערים עם שריר קצר בספרינט ובקפיצה אנכית. לדוגמה, נער בן 15 עם  
 גמישות שריר ההמסטרינגס 6 ס"מ במבחן SRT, השיג תוצאות נמוכות יותר

בהשוואה לחבר קבוצתו עם גמישות שריר המסטרינגס 31 ס"מ בספרינט (איטי ב-0.4 שני) ו-36 ס"מ בקפיצה ורטיקלית ( $p < 0.001$ ).

השערת המחקר על הקשר בין הגבלה בגמישות ההמסטרינגס לבין פציעות ופניות לקליניקה לא אוששה על פי תוצאות המחקר. לא נמצא קשר משמעותי בין בדיקת SRT לבין פניות לקליניקה הן בתחילת העונה והן באמצעה. אנו ציפינו לראות כי אחוז גבוה מהנערים אשר ייפצעו או יפנו לטיפול בקליניקה יהיו עם הגבלה בגמישות שריר הירך האחורי, שתבטא בתוצאות נמוכות במבחן SRT. לאחר שבדקנו את תיעוד כל השחקנים שנפצעו, הפניות של שחקנים לקליניקה ותוצאותיהם במבחן SRT, לא ניתן היה לראות באופן חד-משמעי, כי הסיבה לפציעות ולפניות לקליניקה היא הגבלה בגמישות ההמסטרינגס.

כפי שניתן לראות מהמחקרים שבוצעו, אין תשובה חד-משמעית לגבי הקשר של גמישות שריר הירך האחורי ולפציעות. אנו משערים שענפי ספורט שונים דורשים יכולות שונות הדורשות מאמץ שונה משרירי ההמסטרינגס.

ממחקר זה ניתן להסיק שיש קשר בין תוצאות מבחן SRT לביצועים גופניים. על אף שלא הוכח חד-משמעית הקשר בין גמישות שריר הירך האחורי לפציעות, ייתכן שתרגילי גמישות כחלק מתוכנית האימונים יוכלו לתרום לביצועים מיטביים ולמניעת פציעות. אנו ממליצים שמחקרי המשך יתמקדו בביצוע בדיקת SRT בהתאם לבדיקה המתוקפת והמהימנה שדווחה בספרות המדעית, כפי שפורטה בסקירת הספרות, תוך התחשבות בכלל המשתתפים האנתרופומטריים. כמו-כן, במחקרים הבאים יש להביא בחשבון במהלך שלב איסוף הנתונים גם את השחקנים שפנו לקליניקה, היו ברשימת ההמתנה, אך לא שובצו לטיפול או לאבחון. את בדיקת אמצע העונה יש לבצע לאחר תקופת חג הפסח שבה אותם שחקנים נמצאים בפגרה ובמנוחה מסוימת לתקופה קצרה.

## סיכום

ממצאי המחקר שבו עסקנו איששו את השערת המחקר שאכן ישנה השפעה לטובה של גמישות שריר הירך האחורי על ביצועים בקרב שחקני כדורסל צעירים. עם זאת, לא נמצא קשר בין גמישות שריר הירך האחורי לפציעות.

## תודות

תודה לאגודת הכדורסל של קריית אונו "דור העתיד" ולשחקניה, אשר נרתמה לגיוס משתתפי המחקר והקצתה לנו מקום לביצוע המבדקים והמעקב לאורך השנה. תודה למאמני הקבוצות שהיו זמינים עבורנו לכל שאלה בכל הנוגע לשחקנים שלקחו חלק במחקר, ושדיווחו על פציעות שחקנים במידת הצורך.

תודה לקריה האקדמית אונו ולראש החוג לספורטתרפיה, פרופ' אלה בין, שיזמה את שיתוף הפעולה עם האגודה. תודה מקרב הלב לכלל הסטודנטים שלקחו חלק בפרויקט "דור העתיד", שעזרו לנו לבצע את בדיקות הסקר בשלבי העונה השונים וכן בשגרה השוטפת בקליניקה.

המאמר הוא תוצר של עבודת מחקר במסגרת סמינר מחקר בחוג לספורטתרפיה בקריה האקדמית אונו.

## רשימת המקורות

- American College of Sports Medicine. (1998). The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Med. Sci. Sports Exerc.*, *30*, 975-991.
- Andreoli, C. V., Chiaramonti, B. C., Biruel, E., de Castro Pochini, A., Ejnisman, B., & Cohen, M. (2018). Epidemiology of sports injuries in basketball: Integrative systematic review. *BMJ Open Sport - Exercise Medicine*, *4*(1).
- Andersen, J. C. (2005). Stretching before and after exercise: Effect on muscle soreness and injury risk. *Journal of Athletic Training*, *40*(3), 218-220.
- Baechle, T. R., & Earle, R. W. (Eds.). (2008). *Essentials of strength training and conditioning*. Human kinetics.
- Baker, R. J., & Patel, D. (2005). Lower back pain in the athlete: Common conditions and treatment. *Primary Care: Clinics in Office Practice*, *32*(1), 201-229.
- Baker, H., Rizzi, A., & Athiviraham, A. (2020). Injury in the Women's National Basketball Association (WNBA) from 2015 to 2019. *Arthroscopy, Sports Medicine, and Rehabilitation*, *2*(3), e213-e217.
- Baltaci, G., Un, N., Tunay, V., Besler, A., & Gerçeker, S. E. L. D. A. (2003). Comparison of three different sit and reach tests for measurement of hamstring flexibility in female university students. *British Journal of Sports Medicine*, *37*(1), 59-61.
- Boland, R. A., & Adams, R. D. (2000). Effects of ankle dorsiflexion on range and reliability of straight leg raising. *Australian Journal of Physiotherapy*, *46*(3), 191-200.
- Bono, C. M. (2004). Low-back pain in athletes. *JBJS*, *86*(2), 382-396.
- Borowski, L. A., Yard, E. E., Fields, S. K., & Comstock, R. D. (2008). The epidemiology of US high school basketball injuries, 2005–2007. *The American Journal of Sports Medicine*, *36*(12), 2328-2335.

- Brukner, P., & Khan, K. (Eds.). (2017). *Clinical sports medicine, volume 1, 5<sup>th</sup> ed* McGraw-Hill Education.
- Candra, O. (2018, December). *Contribution of leg muscle explosive power and flexibility on lay-up shoot in basketball*. In 2nd Yogyakarta International Seminar on Health, Physical Education, and Sport Science (YISHPESS 2018) and 1st Conference on Interdisciplinary Approach in Sports (CoIS 2018) (pp. 479-482).
- Chung, P. K., & Yuen, C. K. (1999). Criterion-related validity of sit-and-reach tests in university men in Hong Kong. *Perceptual and Motor Skills, 88*(1), 304-316.
- Dallinga, J. M., Benjaminse, A., & Lemmink, K. A. (2012). Which screening tools can predict injury to the lower extremities in team sports? *Sports Medicine, 42*(9), 791-815.
- Depino, G. M., Webright, W. G., & Arnold, B. L. (2000). Duration of maintained hamstring flexibility after cessation of an acute static stretching protocol. *Journal of Athletic Training, 35*(1), 56.
- de Weijer, V. C., Gorniak, G. C., & Shamus, E. (2003). The effect of static stretch and warm-up exercise on hamstring length over the course of 24 hours. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy, 33*(12), 727-733.
- Gabbett, T. J. (2008). The development and application of an injury prediction model for noncontact, soft-tissue injuries in elite collision sport athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research, 22*(2), 459-465.
- Gambetta, V. (2007). *Athletic development: The art & science of functional sports conditioning*. Human Kinetics.
- García-Pinillos, F., Ruiz-Ariza, A., Moreno del Castillo, R., & Latorre-Román, P. Á. (2015). Impact of limited hamstring flexibility on vertical jump, kicking speed, sprint, and agility in young football players. *Journal of Sports Sciences, 33*(12), 1293-1297.

- Henderson, G., Barnes, A. W., & Portas, M. D. (2010). Factors associated with increased propensity for hamstring injury in English Premier League soccer players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *13*(4), 397–402.
- Hough, P. A., Ross, E. Z., & Howatson, G. (2009). Effects of dynamic and static stretching on vertical jump performance and electromyographic activity. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *23*(2), 507–512.
- Jackson, A. W., & Baker, A. A. (1986). The relationship of the sit and reach test to criterion measures of hamstring and back flexibility in young females. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *57*(3), 183–186.
- Laver, L., Kocaoglu, B., Cole, B., Arundale, A. J., Bytomski, J., & Amendola, A. (Eds.). (2020). *Basketball sports medicine and science* (No. 181281). Berlin/Heidelberg, Springer.
- Maggioni, M. A., Bonato, M., Stahn, A., La Torre, A., Agnello, L., Vernillo, G., Castagna, C., & Merati, G. (2019). Effects of ball drills and repeated-sprint-ability training in basketball players. *International journal of Sports Physiology and Performance*, *14*(6), 757–764.
- Massis, M. (2009). Flexibility—the missing link in the power jigsaw. *Professional Strength and Conditioning*, *14*, 16–19.  
From: [link](#)
- Mikolajec, K., Waskiewicz, Z., Maszczyk, A., Bacik, B., & Kurek, P. (2012). Effects of stretching and strength exercises on speed and power abilities in male basketball players. *Isokinetics and Exercise Science*, *20*(1), 61–69.
- Mistry, G. S., Vyas, N. J., & Sheth, M. S. (2014). Comparison of hamstrings flexibility in subjects with chronic low back pain versus normal individuals. *J Clin Exp Res*, *2*(1), 85.
- Neumann, D. A. (2002). *Kinesiology of the musculoskeletal system*. Mosby.
- Notarnicola, A., Perroni, F., Campese, A., Maccagnano, G., Monno, A., Moretti, B., & Tafuri, S. (2017). Flexibility responses to different



stretching methods in young elite basketball players. *Muscles, Ligaments, and Tendons Journal*, 7(4), 582.

Owoeye, O. B., Ghali, B., Befus, K., Stilling, C., Hogg, A., Choi, J., ... & Emery, C. A. (2020). Epidemiology of all-complaint injuries in youth basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30(12), 2466-2476.

Rodríguez-Rosell, D. Mora-Custodio, R., Franco-Márquez, F., Yáñez-García, J., M., & González-Badillo, J. J. (2017). Traditional vs. Sport-Specific Vertical Jump Tests: Reliability, validity, and relationship with the legs strength and sprint performance in adult and teen soccer and basketball players. *Journal of Strength and Conditioning Research* 31(1), 196-206.

Rolls, A., & George, K. (2004). The relationship between hamstring muscle injuries and hamstring muscle length in young elite footballers. *Physical Therapy in Sport*, 5(4), 179–187.

Shalaj, I., Gjaka, M., Bachl, N., Wessner, B., Tschan, H., & Tishukaj, F. (2020). Potential prognostic factors for hamstring muscle injury in elite male soccer players: A prospective study. *PloS one*, 15(11), e0241127.

Thacker, S. B., Gilchrist, J., Stroup, D. F., & Kimsey Jr., C. D. (2004). The impact of stretching on sports injury risk: A systematic review of the literature. *Medicine & Science in Sports Exercise*, 36(3), 371-378.

Timmins, R., Woodley, S., Shield, A., & Opar, D. (2020). Anatomy of the hamstrings. In K. Thorborg, D. Kristian, & A. Shield (Eds.), *Prevention and rehabilitation of hamstring injuries* (pp. 1-30). Springer, Cham.

Yamaguchi, T., & Ishii, K. (2005). Effects of static stretching for 30 seconds and dynamic stretching on leg extension power. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 19(3), 677-683.

Ziv, G., & Lidor, R. (2010). Vertical jump in female and male basketball players - A review of observational and experimental studies. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(3), 332–339.

---

# ארגוני הספורט ומעורבותם בקרב בני הנוער

## ביפו של שנות החמישים<sup>1</sup>

ברוך פורמן

חוקר עצמאי

### תקציר

רבות העולים שעלו ארצה בשנים הראשונות להקמתה של מדינת ישראל, לא התקבלו תמיד בזרועות פתוחות על ידי אנשי היישוב הוותיקים. אלה חששו מהנטל הכלכלי שיוטל על כתפי המדינה הצעירה שסבלה עדיין מבעיות ביטחון קשות ומההתמודדות עם ציבור שעבר את מוראות השואה והושפע מהם פיזית ונפשית. רשויות המדינה ניסו להתמודד בדרכים שונות עם הבעיות שנוצרו, לא תמיד בהצלחה. נוסף על חששות ממצבם הבריאותי והנפשי של העולים ומחסכים תרבותיים התעוררו בעיות נוספות שנבעו מממדי האבטלה ומהזמן הפנוי שעמד לרשותם בשפע. המוסדות הקולטים חששו שמא ינוצל הזמן הפנוי לפעילות אנטי סוציאלית כגון פשע, שתיית אלכוהול, זנות, הימורים ועוד. הממסד ניסה להתמודד עם כל אותן תופעות שליליות בדרכים שונות, אחת מהן הייתה הפעילות הספורטיבית. ארבעת ארגוני הספורט: הפועל, מכבי, בית"ר ואליצור, שייצגו זרמים פוליטיים, גילו עניין רב בקיום הפעילות הספורטיבית במקומות מושבם של העולים. מטבע הדברים יועדה פעילות זו לבני הדור הצעיר. ראשי הארגונים האמינו באמת ובתמים כי בעזרת הפעילות הספורטיבית ניתן יהיה להתמודד עם כל אותן תופעות שליליות, אך מעל לכל השיקולים דומה כי שיקול אחד היה דומיננטי, השיקול הפוליטי. ארגוני הספורט ראו בקהל העולים, בעיקר הצעירים, קהל יעד אלקטורלי שיצטרף לשורותיהם בבוא היום ולכן בחרו בדרך של הפעילות הספורטיבית, ששפתה היא בין-לאומית ואין בה מחיצות או הפרדה. גם המדדים להצלחה בה אינם קשורים בהשכלה, בשפה או בתרבות. במאבקים בין הארגונים הללו הייתה בדרך כלל ידה של התאגדות הפועל על העליונה להוציא מקום אחד, העיר יפו שיושבה בתקופה הנדונה בעיקר על ידי עולים חדשים שעלו מבולגריה. שם הייתה ידה של הסתדרות המכבי על העליונה. מטרת מאמר זה היא לתאר בפעם הראשונה את פעילותם של ארגוני הספורט בקרב בני הנוער

---

<sup>1</sup> מאמר זה מוקדש בהוקרה רבה ומקרב לב לשני חבריי, בני העדה הבולגרית: שמואל (צ'וצ'יקו) לוי, שחקן, מנהל, מאמן ובעיקר מחנך שגידל במשך עשרות שנים את כל שחקני יפו, ומוטי כנרי, חוקר והיסטוריון של יהדות בולגריה.

והצעירים ביפו ולהבהיר את הגורמים להצלחתו של ארגון המכבי בעיר זו. עיקר המאמר נסמך על חומרים ארכיוניים, עיתונות בת התקופה וראיונות אישיים עם אותם ספורטאים מבוגרים שהיו בני נוער פעילים באותה עת.

תאריכים: גביע קרנר, העלייה מבולגריה, מכבי יפו, "הרכוש הנטוש"

חקר הפעילות הספורטיבית בכלל וענף הכדורגל בפרט בעשורים הראשונים לקיומה של מדינת ישראל עבר שינוי משמעותי בדור האחרון. מתחום המהווה "ארץ בלתי נודעת" הוא הפך לחלק אינטגרלי מהמחקר ההיסטורי, הסוציולוגי והכלכלי. פורצי הדרך בתחום זה הם אמיר בן פורת ואודי כרמי. שני אלה האירו והבליטו בפעם הראשונה את מפת הפעילות הספורטיבית בראשית שנותיה של המדינה. אביא כאן בקצרה מקצת מפרסומיהם של השניים (בן פורת: ממשחק לסחורה, 2006, ישראל שפה קשה, 2010, כדורגל ולאומיות, 2016; כרמי: ספורט בהגירה, 2013, משחק מכור, 2015, מעורבותם של קציני צה"ל, 2018, חינוך על קצה החרב, 2019). ספר נוסף שעוסק בארגוני הספורט ומעורבותם בקרב העולים לארץ ישראל בשנות הארבעים עד השישים הוא ספרו של ברוך פורמן (2021). על אף העובדה שחקר הפעילות הספורטיבית בקרב העולים לארץ זכה לעדנה כאמור רק בדור האחרון, הרי תחום אחד המהווה חלק בלתי נפרד ממנו לא זכה עדיין להתייחסות מחקרית הולמת. תחום זה הוא הפעילות הספורטיבית המאורגנת בקרב בני הנוער (גילים 14-18). אני מבקש להקדיש את הדיון במאמר הנוכחי לנושא חשוב זה - לפעילותם הספורטיבית המאורגנת של ארגוני הספורט ביפו בכלל ולזו של מכבי בפרט. בחרתי בעיר יפו משום שהתקיימה בה פעילות ספורטיבית מגוונת בשיתוף כל ארגוני הספורט.

## העלייה הגדולה

הכרזת העצמאות בה' באייר תש"ח עוררה כאמור עלייה נרחבת ללא תקדים בהיקפה בתולדות התנועה הציונית. למן הכרזת העצמאות ועד סוף שנת 1951 הגיעו למדינת ישראל קרוב ל-700 אלף עולים אשר הכפילו את האוכלוסייה היהודית בארץ. העלייה בתקופה זו זרמה משני מקורות מרכזיים: מזרח אירופה והבלקנים ומארצות אפריקה ואסיה. היא הפכה את אוכלוסיית ישראל לאוכלוסיית עולים בעיקרה. שיעור העולים באוכלוסייה בסוף שנת 1951 עמד על 75%. גל עלייה גדול זה הציב בפני היישוב היהודי אתגרים חדשים שהוא לא ידע כמותם. ההיקף הרחב של העלייה בשנות החמישים ומיעוט משאביה הכלכליים של המדינה לצד היותה במצב מלחמה כמעט שלא אפשרו קליטה בדרכים שהיו מקובלות בתקופת המנדט: באמצעות הון עצמי שהביאו עימם העולים או בעזרתן של המפלגות שאליהן השתייכו העולים (ליסק, תשנ"ט).

מרבית העולים היו חסרי זיקה פוליטית, ולא היו בידם משאבים כלכליים כדי לאפשר קליטה עצמאית. כתוצאה מכך הם נקלטו באמצעים מאולתרים, חלקם הועברו ליישובים שתושביהם הערבים עזבו אותם במהלך מלחמת השחרור ושזכו

לכינוי "הרכוש הנטוש". אלה שבאו אחריהם נשלחו למחנות עולים בניהולה של הסוכנות היהודית אשר ריכזה כל פעולות הקליטה. רוב העולים הגיעו לארץ חסרי כול, במצב בריאותי ירוד ביותר, עם שיעורי תחלואה גבוהים של שחפת, גזזת, גרענת ותת-תזונה, בעיקר בקרב הילדים והקשישים. הם לא יכלו לעזור לעצמם בתהליך הקליטה בארץ החדשה. בעוד שביישוב הוותיק הייתה תמותת התינוקות 16.2 לאלף תינוקות, הגיעה תמותת התינוקות בקרב העולים במחנות המעבר ל-157.8 לאלף תינוקות. המדינה הצעירה נדרשה אפוא להיערך לא רק להליך קליטה כלכלי אלא לטפל בגוף ובנפש ולספק שירותי רפואה חיוניים כדי לשמור על חייהם של עולים אלה בארץ ולמנוע אסון בריאותי או מגפה שהיו עלולים לפרוץ בקלות בתנאים הקיימים (רוזין, 2008). הגורמים הקולטים התייחסו בדיווחיהם למוסדות הקליטה ולעיתונות (רוזין, 2008) לשורה של תופעות שליליות שהקיפו תחומי חיים רבים במקומות מושבם של העולים כגון תנאי היגיינה ירודים, דימוי עצמי נמוך, מחלות שונות, אימהות שאינן דואגות לילדיהן, גברים שאינם מכבדים את בנות זוגם, חוסר תרבות, עבריינות, אלכוהוליזם ועוד. לעומת זאת, הקולטים הוותיקים הציבו בפני העולים החדשים מודל לחיקוי כמעט בכל תחום: חינוך, משפחה, בריאות, צריכה תרבותית, תעסוקה, דיור ועוד (ליס ואח', תשע"ו). בתוך גלי העלייה הגדולים האלה הגיעו גם יהודי בולגריה.

### העלייה מבולגריה

בין חוקרי העלייה ההמונית לארץ ישראל בשנות החמישים קיימת תמימות דעים שלפיה הגיעו העולים לארץ בשנים אלה בשישה גלי עלייה גדולים. את העלייה מבולגריה שבה התגוררו בשנת 1944 כ-50 אלף יהודים, משייכים החוקרים לגל העלייה השלישי שהחל ב-16 במאי 1948 עד 31 בדצמבר 1949. בתקופה זו עלו לארץ כ-35,089 נפש (ליסק, תשנ"ט; שאלתיאל, 2004). העלייה מבולגריה הייתה שונה משמעותית באפיוניה מהעליות האחרות.

### מאפייני העלייה מבולגריה

לעליית יהודי בולגריה היו מאפיינים אחדים שהבדילו בינה לבין חמשת גלי העליות האחרים. האחד היה רצונם של רוב יהודי בולגריה לעלות לארץ. לגל הזה ולרצון העז לעלות ארצה היו מספר גורמים: הראשון היה כלכלי. ממשלת בולגריה הקשיחה את המגבלות על החזקת רכוש פרטי, הטילה מיסים והעלתה מדי פעם את המיסוי על מוצרים (ברוך, 2003; קשלוס, 1969). הגורם השני היה הרגש הציוני העז שפעם בליבם של יהודי בולגריה. התנועה הציונית הייתה הדומיננטית בקרב יהודי בולגריה לעומת תנועות אחרות דוגמת "השומר הצעיר" בעיקר. גם ביקורו של דוד בן-גוריון בבולגריה ב-23 בנובמבר 1944 עד 7 בדצמבר 1944 הוסיף לתנועה הציונית נופך כמעט משיחי. בן-גוריון נפגש במהלך ביקורו שם עם נציגי שלטון, עם נציגי בנות הברית ועם משפחות יהודיות. רושם עז ביותר עשה עליו מצבם הקשה של הילדים. הוא פעל להוצאתם המהירה מבולגריה והבאתם לארץ ישראל והשיג, עוד בהיותו שם, 900 רישיונות להעלאת ילדים לארץ ישראל (פרלינג, 1991; שאלתיאל, 2004), וכך כתב ביומנו: "המרכז הציוני ומרכז החלוץ ישימו לב באופן מיוחד לילדי העוני בסופיה ובערים האחרות, יטפלו בהם ידאגו לבריאותם, לחינוכם העברי ועל הכל לעלייתם לארץ. בהעברת הנוער היהודי מהגיל הרך ביותר עד גיל הצבא, בזמן הקרוב

ביותר, יש לראות את התפקיד הגדול והדחוף של יהודי בולגריה והתנועה העולמית הציונית" (יומן בן-גוריון, 1944).

התנועה הציונית החזיקה בבולגריה מנגנון "בריחה" מאורגן ומסודר שנבע בחלקו מקשרים אישיים שפיתחו אלה שעמדו בראש המנגנון עם שרים ועם בעלי תפקידים בכירים בממשלת בולגריה. בראש המנגנון עמד שייקה טרכטנברג (-1994 1909) שעברת את שמו מטרטנברג לדן, היה מראשוני ה"מוסד" ואחד הפעילים הבולטים במנגנון עלייה ב'. שייקה דן ריכז יחד עם סגנו אפרים שילה (1916-2007), שהיה אף הוא מראשוני ה"מוסד", את העלייה מבולגריה, בעיקר בשנת 1947 ובתחילת שנת 1948. הוא דיווח ישירות על פעילותו בתחום זה לבן-גוריון בארץ (ארכיון המדינה, 5557/2-1). מסיבות פוליטיות ממשלת בולגריה חפצה בהידוק קשריה עם המערב ועם ארצות הברית. היא הבינה שאת זאת תוכל להשיג בין היתר באמצעות הלובי היהודי והשפעתו שם ולכן נקטה מדיניות נוקשה פחות כלפי היהודים שרצו לעזוב את בולגריה ולעלות לארץ.

המאפיין השני שהבדיל את עליית יהודי בולגריה משאר העליות היה העובדה שהעולים מבולגריה היו כמעט כולם דוברי עברית או מבינים עברית. היה זה פרי החינוך שקיבלו בבתי הספר הציוניים בבולגריה. בכך למעשה נופץ אחד ההבדלים המשמעותיים ביותר בין העולים לבין הקולטים בארץ (קשלס, 1969; שאלתיאל, 2004).

המאפיין השלישי של העלייה מבולגריה היה לא פחות משמעותי עבור העולים. הם הגיעו לארץ שבה הייתה קיימת תשתית בולגרית משמעותית שהקלה את קליטתם, לדוגמה, בנק קופת עלייה שהוקם בשנת 1937 על ידי 19 חברים בני העדה הבולגרית במטרה לעזור כלכלית לבני העדה. בשיאו מנה הבנק 40 אלף לקוחות שהתפרשו על פני 23 סניפים בכל רחבי הארץ. עולי בולגריה שעלו ארצה הקימו במשך עשרות שנים תשתית יישובית ברחבי הארץ. כבר בשנות העשרים של המאה ה-20 ניסו יהודי בולגריה לרכוש קרקעות ולהקים מושבים בארץ ישראל המנדטורית (רכישת קרקע, 1923; מושב חקלאי, 1925). במהלך השנים הקימו יהודים שעלו מבולגריה מושבים והתיישבו בהם, למשל, כפר חיטים בשנת 1936, בית עובד בשנת 1933 ועוד (קשלס, 1969). ניסיונות אלה נמשכו גם בסמוך לעלייתם לארץ בשנים 1948-1949. המושבים הראשונים של עולי בולגריה כללו את כפר הנגיד, גאליה, גנתון, ספסופה ותלמי יחיאל. עוד הקימו עולי בולגריה 23 אגודות שיתופיות לייצור תרופות, מברשות, אריזות קרטון, עיבוד עורות ועוד (מוסק, 2001).

המאפיין הרביעי היה הקשר הטוב והעזרה שקיבלו עולים מבולגריה מחבריהם שכבר נקלטו בארץ. הם ידעו בדיוק לאן לפנות ולכן להגיע, לכן משך הזמן שבו ישבו במחנות העולים היה קצר מאוד. הם התגוררו תקופה קצרה במחנה העולים בפרדס חנה ומשם נעו בעיקר לכיוון יפו, לערים ולשכונות שפינו הערבים ("הרכוש הנתוש"). כ-7,400 נערים ונערות, יוצאי בולגריה, יצאו ממחנות העולים לחברות נוער בקיבוצים ובקבוצות. הם היוו למעשה את רוב רובם של בני 12-18 שנים. אלא שבינואר 1951 נשארו בקיבוצים רק כ-1,700 בני נוער, שכן כל השאר עזבו את המקומות שבהם הם שהו וחזרו להוריהם שבינתיים הצליחו להסתדר. הסיבות לכך היו רצונם של ההורים שילדיהם יעזרו בפרנסת הבית וכן בשמירה על כבודם.

עולי בולגריה חששו שמא דווקא בקיבוצים, הרחק מהבית, ידרדרו ילדיהם לפשע (שאלתיאל, 2004). הם לא התביישו ולא בחלו בשום עבודה קשה ובלבד שתכבד את בעליה. הם גם לא התביישו בתנאי מגוריהם הקשים, משום שהאמינו כי הם זמניים בלבד ובכוחם לשנותם ולהיטיבם (שאלתיאל, 2004).

### **יפו העיר שחונרה לה יחדיו מכל העולים**

מספר העולים שהגיעו ליפו היה גדול יותר ממספרם בכל אחת מהערים הגדולות או המעורבות שבהן התיישבו העולים. ב-8 בנובמבר 1948 מנתה אוכלוסיית תל-אביב-יפו 261,248 תושבים. במספר זה נכללו גם תושביה הערביים של יפו שלא נמלטו ממנה לאחר שנכבשה על-ידי ארגוני האצ"ל וההגנה ב-13 במאי 1948. בתקופה שבין 1 באפריל ל-1 בספטמבר 1949 הגיעו ליפו כ-30 אלף עולים, רובם יוצאי בולגריה (מוריס, 1991).

תקופה קצרה מיוני 1948 עד יולי 1949 נוהלה יפו בידי מושל צבאי. בשנת 1949 בוטל הממשל הצבאי והעיר עברה לניהול אזרחי. בחודש אוקטובר 1949 אוחדה יפו עם תל-אביב (ארכיון עיריית תל-אביב, דצמבר 1949), והטעם לסיפוח היה מספרם הרב של העולים ביפו, כפי שציין בספרו האנתרופולוג העירוני מונטרסקו, "יפו היא היום עיר מקלט של רבבות עולים חדשים" (מונטרסקו 2020, עמ' 210). באיחור של שנה בערך החליטה הממשלה על איחודן של יפו ותל-אביב לעיר אחת, איחוד שהיה לצורך מדיני, מנהלתי וחברתי דחוף. גם מבחינה סוציאלית היה ברור כי אוכלוסיית יפו כיחידה נפרדת לא תוכל לשאת בעצמה ולבדה בעול השירותים הציבוריים. ההכרזה הרשמית על כך פורסמה ב-24 באפריל 1950. ב-31 בדצמבר 1952 מנתה אוכלוסיית תל-אביב-יפו 350 אלף תושבים. בבתי הספר העל יסודיים בתל-אביב-יפו בשנת 1950 למדו 773 תלמידים, בשנת 1953 הגיע מספרם ל-950 תלמידים. ביפו היו בשנת 1953 12 בתי ספר יסודיים ושני בתי ספר על יסודיים. בכל המסגרות למדו ביפו 6,000 תלמידים. יפו היוותה מרקם רב-תרבותי של יהודים שעלו מארצות הבלקן, מזרח אירופה וארצות הים התיכון. הקבוצה הגדולה והמבוססת ביותר הייתה זו של הקהילה הבולגרית. כה גדולה הייתה קהילה זו עד שיפו נודעה בכינוי "בולגריה הקטנה" ואילו החלק ממגדל השעון דרומה עד מתחם דג'אני קיבל את הכינוי "סופיה הקטנה".

כן התקיימו בעיר שיעורים להקניית השפה הבולגרית לבני הדור הצעיר שנולדו בארץ, מי שהיה אחראי לאותם שיעורים היה שחקנה של קבוצת הכדורגל של מכבי יפו מרדכי דיקו הרה. ביפו פעל גם ארגון שנקרא "חיים טובים". הארגון פעל במסגרת העדה הבולגרית ותפקידו היה לתמוך בחסרי יכולת מבני העדה. גם ארגון ויצ"ו פעל בקרב נשות העדה הבולגרית במסגרות שונות של הכשרה מקצועית. אך אין ספק שהמאפיין הברור ביותר של בני העדה הבולגרית ביפו בשנות החמישים והשישים היה קבוצת הכדורגל שלה, מכבי יפו, שרוב שחקניה היו בולגרים. הקשר בין הקבוצה לבני העדה היה כה הדוק, עד כי לעיתים נכחו באימוני הקבוצה (לא במשחקים) אלפי צופים (ראו ריאיון עם צ'וצ'קו לוי).

ביפו התקיימה גם פעילות ספורטיבית מטעם "ההתאגדות לתרבות גופנית הפועל" ובית"ר. כל ארגוני הספורט שפעלו בארץ גילו ענין רב בעולים החדשים ובעיקר בבני הנוער.

## המניעים לרצונם של ארגוני הספורט לקיים פעילות ספורטיבית בקרב העולים ובהם בני נוער

### המניע הפוליטי

המאפיין הבולט של החברה הישראלית בשנות החמישים היה "שהכול פוליטי", כולל הספורט. ארגוני הספורט היו קשורים בעבר וגם בימינו למפלגות פוליטיות. מחד גיסא ראו המפלגות בפעילות הספורטיבית כלי נוח להפצת האידיאולוגיה שלהן בקרב השחקנים והאוהדים, ומאידך גיסא סייע הקשר לאגודות ולארגוני הספורט ליהנות מתמיכתם של גופים פוליטיים, רבי-השפעה וכוח, שחלשו גם על כספים רבים (בן פורת, 2002). הקשר בין המפלגות לארגוני הספורט היה קשר דו-סטרי: המפלגה תתמוך באגודה מבחינה כלכלית בעיקר, והאגודה תתמוך באידיאולוגיה הפוליטית של המפלגה כולל ציבור אוהדיה. כך למשל התקבל בטבעיות הקשר בין התאגדות הפועל לתנועת הפועלים וממשיכה הפוליטיים, בין תנועת בית"ר למפלגה הרוויזיוניסטית וממשיכה הפוליטיים, בין מכבי לציונים הכלליים בין אליצור למפלגות הדתיות-לאומיות. במערכת היחסים בין מועדוני הספורט למפלגות בלטה במיוחד ההתאגדות לתרבות גופנית הפועל, שהייתה הגדולה כמותית מסך המועדונים של מכבי ובית"ר יחד ונהנתה מקשרים עם מוסדות השלטון. אומנם את הנהלות המועדונים המקומיים בחרו חברי האגודה במקום, אבל המפלגות הפוליטיות, שלמרכז המסוים הייתה זיקה אליהן, התערבו בתהליך הבחירות באמצעות הצגת אנשים שלהן כמועמדים להנהלת המועדון המקומי ולהנהלת המרכז הארצי (כרמי, תשע"ו). שנות החמישים היו קשות מבחינה כלכלית, הכדורגל היה אז חובבני, ומי שזכה אז לסיוע היו האגודות והאצטדיונים ששכנו במושבות ובערים הוותיקות, משום שלמרכזי הספורט היה חשוב לקיים אותם בשל משמעותם הפוליטית (בן פורת, 2002). על קבוצה חדשה שרצתה להקים אצטדיון משלה הוערמו קשיים רבים, בחלקם אדמיניסטרטיביים ובחלקם כלכליים. הקהל שהגיע לצפות בה, ברובו אם לא כולו, צפה במשחקה בעמידה. כמעט שלא היו חדרי שירותים והשחקנים הלכו בדרך כלל ברגל מביתם כדי להגיע למשחקים. חרף קשיים אלה הפך הכדורגל בשנים הראשונות לקיומה של המדינה לענף הספורט מספר אחת מבחינת הפופולריות שלו. אנשים רבים שהתקשו לדבר בעברית, להבין את התרבות, לקרוא עיתונים וספרים - דיברו כדורגל (בן פורת, 2010).

**מצבם הפיזי והנפשי של העולים.** ארגוני הספורט היו מוטרדים גם מכושרם הגופני הלקוי ומבריאותם הרעועה של העולים החדשים ובעיקר בני הנוער (שטרנברג, 1954). כיוון שכך הם נקטו שורה של פעולות נוספות כגון הקמתן של קבוצות ספורט ביישובי העולים שעסקו בספורט תחרותי במגוון מקצועות, ימי ספורט ותחרויות ספורט שהיו מיועדים לעולים בלבד (פורמן, 2021). כמו כן גובשה במחלקה להכשרה גופנית תוכנית שנועדה לטפל בבעיות שנוצרו בקרב העולים, שנקראה **רהביליטציה** (ארכיון מכון לבון, עמנואל סימון). ב-11 במאי 1945, שלושה ימים בלבד לאחר סיומה של מלחמת העולם השנייה וכניעתה של גרמניה התקיים דיון חירום בוועד הפועל של ההסתדרות. בדיון הובע חשש כי ההסתדרות וקופת-חולים לא תוכלנה לשאת לבדן בנטל הכספי הכרוך בטיפול בעקורים העולים ארצה. חברי הוועד הפועל התלוננו כי

מוסדות שונים כגון אונרר"א והדסה מסרבים להשתתף במימון עלויות הטיפול הכרוכות במילוי תפקידים ציוניים-יישוביים, וקיים חשש כי מצב זה ילך ויחריף כשיגיעו גלי העלייה הגדולים, עד כדי סכנה מוחשית לעצם קיומן של קופת-חולים וההסתדרות. במטרה להתמודד עם הבעיה הכלכלית פותחה כאמור במחלקה להכשרה גופנית בוועד הלאומי תוכנית הרהביליטציה, שנועדה לשקם את בריאות העולים, ולשפר את כושר העבודה והעצמאות הסוציאלית שלהם במידת האפשר. במילים אחרות – לשקם את גופם ונפשם. בתוכנית זו תפסו פעילות הספורט והחינוך הגופני מקום חשוב ביותר.

מטרת התוכנית הייתה לשקם את העולים במהירות האפשרית ולהוריד את הנטל הכלכלי הכבד הכרוך בטיפול מעל ההסתדרות ומוסדותיה. התוכנית כללה שלושה נושאים עיקריים: (א) שירות רפואי – ריפוי רפואי וניתוחי, טיפולי שיניים, הזנה, שיכון, הלבשה, יצירת תנאים היגייניים כלליים ואבחון הבעיות השונות שמהן סבלו העולים; (ב) אימון גופני – פעילות מחזורית ומשחקי תנועה, פעם ביום לפחות, במגבלות הפיזיות והנפשיות של העולים; (ג) נופש ועיסוק בשעות הפנאי – משחקים קטנים וגדולים ובילוי על שפת הים, בחורשה ובמחנה (ארכיון מכון לבון, עמנואל סימון).

**מאבק בהשפעותיו השליליות של הרחוב.** הפעילות הספורטיבית נתפסה כאמצעי יעיל שבעזרתו ניתן להתמודד עם התופעות השליליות שרווחו ביישובי העולים, כגון אלימות, פשע, בטלה, שכרות ועוד (ארכיון המדינה, סקירה). כמו כן נתפסה הפעילות הספורטיבית גם כאמצעי יעיל שבעזרתו ניתן להרחיק את בני הנוער מהרחוב. הטיפול והדאגה לבני הנוער שבים ומוזכרים כאמצעי חשוב מאין כמותו לפיתוח ולהצדקת הפעילות הספורטיבית בעיר יפו מראשיתה. ראשי מכבי ישראל פנו כבר במהלך חודש ספטמבר 1948, כלומר ארבעה חודשים בלבד לאחר כיבושה, למושל הצבאי של יפו וביקשו ממנו בניין קטן ובו מספר חדרים או אולם גדול לעריכת משחקים בקרב העולים החדשים ביפו וילדיהם (ארכיון עיריית תל-אביב, מכתב). אותו רעיון חזר על עצמו מספר חודשים לאחר מכן: "...פיתוח מחלקת נוער פעילה כדי שמועדון האגודה ישמש כבית וכמרכז לנוער של יפו למען ידעו להינצל מהתרבות הרעה של הרחוב ויהיו אזרחים וספורטאים למופת של בוני האגודה עת היו חניכים ומדריכים, חינוכו והתחנכו על ברכי הספורט, כיצד למצוא את הדרך לציונות ולהגיע להגשמתה" (ארכיון מכבי, מטרות האגודה).

**הכנה גופנית לתפקידים ציבוריים.** רבים מהעולים החדשים גויסו לצה"ל מייד עם רדתם מהאונייה. עבור אלה שלא גויסו שימשה הפעילות הספורטיבית על כל צורותיה, הספורט השימושי, ספורט המגן והספורט הימי, כאמצעי יעיל מאין כמותו כדי להכשירם, בעיקר את הצעירים שבהם, לקראת גיוסם לצבא - חינוך פרה צבאי (פורמן, 2015). אחד מענפי הספורט החשובים בתחום זה היה האגרוף. העיסוק בו היה בעל חשיבות רבה מבחינתם של מנהיגי הפועל דווקא בקרב בני הנוער הצעירים. הם סברו שהעיסוק באגרוף הוא למעשה הכשרה פרה צבאית ויפתח אצלם תכונות אופי חשובות דווקא לצעירים מבין העולים כגון משמעת עצמית, חינוך לכיבוש הפחד, פיתוח אומץ, בוז לכאב והרצון לקרב. כאשר תגיע שעתם להתגייס הם יהיו מוכנים בצורה טובה יותר לקראת המאבקים שנכוננו להם (עוזנו, 1948-תש"ח).



**הניסיונות ליישב את הארץ.** מניע זה היה אופייני בעיקר להסתדרות המכבי שניסתה להשיג מטרות לאומיות-ציוניות, בין השאר באמצעות הכשרתם הפיזית של חברי מכבי לעלייה על הקרקע ולהתיישבות. נקודה זו עלתה לדין בקונגרס העשירי העולמי של מכבי שהתכנס ב-25 בדצמבר 1948 בתל-אביב. הדוברים בקונגרס ציינו את הירידה שחלה בפעולות ההתיישבות שיזמה הסתדרות המכבי כתוצאה ממיעוט משתתפים. חברי ההנהלה ראו בעולים החדשים, בעיקר בני הנוער שביניהם, את אלה שימלאו את השורות שהידלדלו במטרה להמשיך את מפעלי ההתיישבות של הסתדרות המכבי. אותם חברי מכבי שהמשיכו בפעולות ההתיישבות נקראו בשם "הסוללים" (ארכיון מכבי, ועידת מכבי הראשונה).

## **מעורבותם של ארגוני הספורט בקרב בני הנוער של יפו בשנות החמישים**

כאמור גילו כל ארגוני הספורט התעניינות רבה בקירובם של בני הנוער אליהם. עובדה זו בלטה במיוחד ביפו שבה התרכזו עולים רבים, רבים מהם צעירים. כל ארגוני הספורט קיימו פעילות ספורטיבית בקרב בני הנוער ביפו של שנות החמישים.

### **בית"ר "אוהב ציון" יפו**

בעיר פעלה קבוצת כדורגל מטעמה של המפלגה הרוויזיוניסטית-חרות. הקבוצה נוסדה בשנת 1949. בעונתה הראשונה שיחקה הקבוצה ב"ליגה המיוחדת" אותה סיימה במקום השמיני מבין תשע קבוצות, כשלזכותה ארבע נקודות בלבד. הקבוצה נשרה בתום העונה לליגה נמוכה יותר, ממנה שבה לליגה ב', מחוז דרום בעונת המשחקים 1954-1955. את העונה הזאת סיימה הקבוצה במקום ה-11 (מקום אחד לפני האחרון) כשלזכותה 14 נקודות. את העונה הבאה, 1955-1956 סיימה הקבוצה במקום החמישי מבין 12 קבוצות. את עונת 1956-1957 סיימה הקבוצה במקום התשיעי מבין 13 קבוצות כשלזכותה 20 נקודות. החל מעונת המשחקים 1961-1962 שיחקה קבוצת בית"ר יפו ציון בליגה ג'.

בסניף בית"ר ביפו התקיימה גם פעילות נוספת במטרה לקרב את העולים מבולגריה לתנועה. במסגרת הפעילות ניתנו שיעורי ערב בעברית לעולים ולבני הנוער מבולגריה (שיעורי ערב, 1949). בסניף פעלו גם שתי קבוצות נוער בכדורגל. שתי הקבוצות הוקמו במלאות שנה לכיבוש יפו, באפריל 1949, ונקראו על שם של שני לוחמי האצ"ל שנפלו בקרב לכיבוש העיר: בית"ר עוזי על שם המפקד עוזי יוסף לוי ובית"ר מאיר על שם מאיר רויטמן (בית"ר עוזי ובית"ר מאיר, 1949). בקבוצת בית"ר יפו התקיימה פעילות ספורטיבית מצומצמת ביותר, משום שרוב בני הנוער העדיפו לשחק במכבי ובהפועל.

### **הפועל יפו**

הפועל יפו פנתה כבר במהלך קרבות מלחמת העצמאות למחלקת העלייה בוועד הפועל וביקשה תקציב מיוחד להכשרתם של מגרש ספורט בגיבליה (גבעת עליה) ואולם רחב ידיים במנשייה, שיכול לשמש כאולם התעמלות ומשחקי טניס. הוועד הפועל נעתר לבקשת מרכז הפועל והקציב סכום כסף להכשרתם של מרכזי

ספורט ביפו (מהנעשה בסניפים/סניף הפועל תל-אביב, 1949). בסניף החדש התקיימה פעילות רבה בעיקר בקרב בני הנוער (ארכיון מכון לבון, פרטיקול, ינואר 1949). הפעילות הרשמית ביפו החלה ב-1 בפברואר 1949, ואילו הפעילות הספורטיבית בסניף החלה רשמית במשחק כדורגל בין קבוצות הפועל יפו להפועל נמל חיפה ב-26 במרץ 1949 (הפועל יפו, 1949). בסניף הפועל ביפו התקיימה פעילות ספורטיבית המיועדת לבוגרים ולבני נוער בהתעמלות, ריקודי עם, אגרוף (אלוף הפועל, תואר קבוצתי לשנת 1950) וכדורגל. כמו כן, פעלו בסניף קבוצות נוער בכדורסל, כדורעף, טניס שולחן ושחייה (ארכיון מכון לבון, בילוטין לעיתונות, מרס 1950).

סניף הפועל ביפו פעל כעשרה חודשים כסניף משנה של הפועל תל-אביב, אך לאחר שנתגלעו חיכוכים בין חברי הסניף ביפו לחברי הסניף בתל-אביב הן בנושאים כספיים והן בנושאים מקצועיים-מהותיים, ולאחר שבמרכז הפועל הבחינו בפוטנציאל הכמותי והאיכותי בקרב ספורטאי הפועל ביפו ולפיכך באפשרויות הפוליטיות הטמונות בעולים שישבו שם, הוחלט להקים ועדה מיוחדת וזו המליצה על הפרדת הסניף ביפו מסניף הפועל בתל-אביב ועל הפעלתו כסניף עצמאי (ארכיון מכון לבון, מכתב ממרכז הפועל לוועד הפועל, אוגוסט 1949). בישיבת מזכירות מרכז הפועל מ-25 בדצמבר 1949 הובאה דרישתם של העולים מבולגריה שנמנו עם חברי ההסתדרות ביפו ורצו להתארגן בהפועל כחטיבה עדתית-עצמאית. בישיבה הודגש כי הסניף מונה למעלה מ-200 ספורטאים פעילים הדורשים גישה וטיפול מיוחד. בתום ויכוח וחילוקי דעות סוכם לאפשר לעלייה הבולגרית להתלכד כסניף הפועל עצמאי ופתוח לכל חברי ההסתדרות (בדיונים לא הייתה התייחסות ספציפית לבני הנוער) (שטיין-קופרשטיין, 1957). לסניף מונה ועד זמני בידי ועד פועלי יפו שהיה למעשה מועצת פועלי יפו. הוועד הורכב מחמישה חברים שייצגו את כלל הזרמים הפוליטיים ואת כלל העולים בעיר: עסקן עולי בולגריה, מזכיר מפא"י, מזכיר מפ"ם, מזכיר מועצת פועלי יפו ורכז הלשכה הכללית. כמו כן נבחרה ועדה מקצועית של תשעה חברים בראשותו של הרכז המקצועי בועז רסנר.<sup>2</sup> מרכז הפועל הכיר בחשיבותו הרבה של הסניף ביפו גם בשל העובדה כי דרכו ניתן יהיה להגיע לעולים הרבים יוצאי בולגריה שהשתקעו בעיר, ולכן הביע את נכונותו לשאת באופן חריג בשכרו של הרכז בעיר. כמו כן, הוחלט להרחיב את הפעילות בסניף ולהקים בו גם פלוגה ימית וקבוצת אופניים שבמסגרתה יתקיימו סיורים להכרת הארץ ונופיה. בפעילותן של שתי הקבוצות השתלבו גם בני נוער רבים (ארכיון מכון לבון, אינפורמציה לחברי המרכז, אוגוסט 1948).

הפעילות במגוון התחומים התקיימה במהלך השנה באולם בבית ההסתדרות ובמגרש הכדורגל "באסה" (אצטדיון בלומפילד היום). בפעילויות השונות השתתפו כ-250 ספורטאים עולים. סניף נוסף נפתח בגבעת עליה (גי'בליה) (ארכיון מכון לבון, דיווח ממרכז הפועל למחלקה להכשרה גופנית, ינואר 1951; סניף הפועל בגבעת עליה,

<sup>2</sup> 1914-2004, נולד בוורשה, היה ספורטאי מצטיין. בשנות השלושים היה היהודי היחיד שנבחרת פולין בכדור מים. היה אלוף ורשה באגרוף ומטיל כידון מצטיין. במלחמת העולם השנייה לחם בשורות הצבא האדום כקצין תותחנים והגיע עם פלוגתו לשערי ברלין. בתום מלחמת העולם השנייה עסק עם אחיו צבי בארגון פעילויות הספורט מטעם הפועל במחנות 'שארית הפליטה'. עלה ארצה בשנת 1948. מילא שורה של תפקידים במרכז הפועל עד שיצא לגמלאות.

1950). הסניף נפתח רשמית ב-12 ביוני. באספת הייסוד השתתפו פעילי הסניף, רובם מהעלייה הבולגרית. סניף הפועל בגבעת עליה מנה בשנת 1951 כ-200 ספורטאים פעילים מקרב העולים.

ענף הכדורגל משך כמובן את עיקר תשומת הלב. גם בתחום זה השיגה הסתדרות המכבי יתרון על ארגון הפועל. כמובן שהישגים אלה משכו בני נוער רבים לשורותיה. לקבוצת הפועל יפו הייתה קבוצת כדורגל אבל זו לא הופיעה במסגרת רשמית.



הפועל יפו

## מכבי יפו

כאמור כל ארגוני הספורט, ללא יוצא מן הכלל, גילו עניין רב ומעורבות בפעילות הספורטיבית שהתקיימה בקרב הצעירים, רובם בני העדה הבולגרית ביפו של שנות החמישים. את הפעילות המאורגנת ביותר ועטורת ההישגים ערכה הסתדרות המכבי. את ההוכחה לכך ניתן לראות בפעילותו של הארגון בקרב קבוצות הנוער, הנערים והבוגרים של מכבי יפו ובהישגים שהשיגו (פורמן, 2020).

קבוצת הכדורגל של מכבי יפו נוסדה רשמית ב-15 באוקטובר 1949. בהחלטה על הקמתה הדגישו מייסדיה כי האגודה שהוקמה תפעל כסניף של מכבי תל-אביב וכי היא תהיה בלתי מפלגתית (ארכיון מכבי, סעיף 1 בהחלטה, 1949). לדעתם של מקימי האגודה הייתה הסתדרות המכבי הגוף המתאים ביותר לקדם את פעילותם משום שבמכבי הדגישו תמיד כי הפעילות הציונית קודמת לפעילות הספורטיבית. היה זה גם הקו המנחה שייחד את פעילותה של הסתדרות המכבי בבולגריה, אם כי במציאות הושם שם דגש רב על פעילות ספורטיבית בסניפי מכבי בבולגריה. החל מתחילת המאה ה-20, במציאות שנוצרה במדינת ישראל הצעירה התנהלו הדברים באופן שונה לגמרי. הסתדרות המכבי "איבדה" את האוריינטציה הציונית לטובת האוריינטציה הפוליטית. קו פרשת המים מהבחינה הזאת היה ההסכם שנחתם ב-1 באפריל 1948 בין הסתדרות מכבי למפלגת הציונים הכלליים. מאז הפכו שיקולי הפעילות של הסתדרות המכבי להיות רובם ככולם פוליטיים באופן גלוי (פורמן,

2020; קדרון וכרמי, 2021). העימותים הפוליטיים בין ארגוני הספורט החלו מייד לאחר הקמתה של ההתאגדות לתרבות גופנית הפועל בשנת 1926.<sup>3</sup> מנהלי הקבוצה ומייסדיה נתנו את דעתם גם על הקניית יסודות הספורט לבני הדור הצעיר. באגודות מכבי יפו פעלו גם קבוצות נערים ונוער שהוקמו במטרה כפולה: האחת, לשמש כחממה לאיתור כישרונות צעירים אשר בבוא היום יוכלו להשתלב בקבוצות הבוגרים. המטרה השנייה הייתה להקנות לבני הדור הצעיר הרגלי משמעת, נכונות לעבודה קשה וללימודים. כתב העיתון *חדשות הספורט* התלווה לקבוצת הנוער של מכבי יפו בתחילת חודש דצמבר 1954. קבוצת הנוער ניצחה את קבוצת הנוער של הפועל איילה תל-אביב. בשיחה שקיים הכתב עם ניסים מנחם שריכוז את פעולת הסניף ביפו באותה עת ומתוקף תפקידו היה אחראי גם לפעילותן של קבוצות הנערים והנוער, הוא שמע מפיו את הדברים האלה:

המשמעת בין שחקני הנוער חייבת להוות את הבסיס לקיומה של הקבוצה, לכן אין להתפלא שנערים המרגישים אהדה ועידוד שונים גם ביחסם למשחק. הם שקטים, מנומסים, מקשיבים לכל מילה היוצאת מפי מאמנם ומנהל קבוצתם ומעל הכול הם ממושמעים. אנו דורשים מכל שחקן לומד שיביא פתק ממורה שיעיד כי הנער מתקדם בלימודיו. אנחנו שואפים להגיע למצב שבו לא יתעלו הנערים לרמת משחק גבוהה בלבד, אלא גם יתמידו בלימודיהם. אם נער לא יקדיש את תשומת ליבו המלאה ללימודים לא נאפשר לו לשחק. מנהג זה היה קיים גם במכבי בולגריה. כמעט ולא קורה שאחד הנערים לא מופיע לאימונים. נוסף לקבוצת הנערים הכוללת 17 צעירים בעלי כרטיס ליגה יש במכבי יפו עוד שתי קבוצות נוער צעירים בני 10-12. כמה משחקני הקבוצה מדברים רומנית אבל הפעילות מתנהלת בעברית. מאמן הקבוצה מדבר בולגרית עם חניכיו רק כשהוא כועס עליהם. (טרסי, 1954)

נוסף על כך הקדישו מנהלי הקבוצה זמן רב ומאמצים גם לטיפוח התחום החברתי-ציוני כמו גם להצלחה בלימודים. מדי פעם קיימה האגודה במהלכה של שנת פעילות אירועים חברתיים שכללו פגישות של השחקנים, טקסים בימי זיכרון, חגים ומועדים. מנהלי הקבוצה אף הקפידו על קשר שוטף עם משפחות השחקנים ומוריהם כדי להבטיח את הצלחתם בלימודים (ראו ריאיון עם שמואל [ציוצ'קו] לוי).

<sup>3</sup> ישנם חוקרים המטילים ספק בקביעה זו. הם סבורים כי באירועי ספורט גדולים, דוגמת המכביות, התעלו ארגוני הספורט מעל שיקולים פוליטיים. ראו למשל, ע' הלמן, אור וים הקיפוח, עמ' 78-81. יש לציין כי במכבייה השנייה ביטלה מכבי את השתתפותה של בית"ר מספר ימים טרם פתיחת המכבייה. בתגובה קיימה אגודת בית"ר מצעד מחאה גדול ברחובות תל-אביב שכלל פרשים ואופנוענים. גם ספורטאי הפועל לא השתתפו במכבייה. נציג הפועל נכח בטקס הפתיחה. ניסיונו של צ' צמרת לתאר את המכביות כאולימפיאדות של העם היהודי אינו מדויק. ראו קאופמן וחרוף, *תרבות הגוף והספורט בישראל במאה ה-20*, עמ' 113-129.



1958, שחקני קבוצת הנערים והנוער של מכבי יפו מחזיקים בידיהם גביעים שבהם זכו על הישגיהם בתחרויות השונות. מימין רמי, המאמן, משולם (מישור) אלבס, יוסף ורסנו, כורע ציון דגמי, שוער קבוצת הנוער. צילום מקורי וזיהוי השחקנים: ציון דגמי, אני מודה לו על כך.



קבוצת הנוער הראשונה של מכבי יפו. עומדים מימין לשמאל: ניסים, מרכז פעילות מכבי הצעיר ביפו, עובדה זו מעידה על הקשר בין הסתדרות המכבי - למכבי הצעיר ומכבי יפו; סידי; דוידיקו; יצחקי; אברמיקו; משולם (מישור) אלבס המאמן; רוני. כורעים מימין לשמאל: אשכנזי; סידי; שמואל (צ'וצ'יקו) לוי; יצחק אריה; עמוס. צילום מקורי: שבתאי בן-בסט ז"ל. זיהוי השחקנים: שמואל (צ'וצ'יקו) לוי. אני מודה להם מקרב לב.



קבוצת הנערים של מכבי יפו, נובמבר 1954, עומדים: ראשון מימין יושב הראש יצחק בן-בסט, שישי מימין שמואל (צ'וצ'קו) לוי, תשיעי מימין מאמן הקבוצה רוקו. צילום מקורי: שבתאי בן-בסט ז"ל. זיהוי השחקנים: שמואל (צ'וצ'קו) לוי. אני מודה להם מקרב לב.

הנהלת קבוצת הכדורגל של מכבי יפו מינתה ועדה מיוחדת שכללה חמישה חברים שכל תפקידם היה העיסוק והטיפול בילדים ובבני הנוער של מכבי יפו. חברי הוועדה יחד עם אנשי הסגל המקצועי היו קשובים לצורכיהם של בני הנוער, טיפלו בבעיות אישיות, לימודיות, חינוכיות ואחרות שהתעוררו במסגרות המשפחתיות, החברתיות, והלימודיות. הצוות המקצועי מנה ארבעה אנשים ובראשו עמד משולם (מישו) אלבס, שסיים בהצטיינות את קורס המאמנים הראשון בארץ שהנחה המאמן האנגלי גיבונס (Albert Henry Gibbons). גיבונס אימן בארץ את נבחרת ישראל ואת הפועל פתח תקווה בשנים 1955-1960. אלבס נשלח גם להשתלמויות בחו"ל מטעמה של מכבי יפו. אחת ההשתלמויות הייתה בקבוצת ריאל מדריד הספרדית משם הוא הביא את תלבושת המשי הלבנה שבה שיחקו שחקני מכבי יפו. לאלבס היו שלושה עוזרים: יוחנן, פרימו ובן ציון יולזרי. רבים מחניכיו עלו לשורות הבוגרים של מכבי יפו ונבחרת ישראל. אזכיר כאן בקצרה כמה מהם: שמואל (צ'וצ'קו) לוי, ציון דגמי, ישראל אשכנזי, בובי קלמי, משולם זילברשטיין, יוסי סדרינה, הרצל קביליו, משה אוננה ואחרים.



קבוצת הנוער של מכבי יפו, מחזיקת גביע קרנר 1958. עומדים מימין: שי; אלעזר; חיים לוי; ציון דגמי; אריה לוי; יוסף ורסנו; המאמן משולם מישו אלבס.

יושבים מימין: מוני; רומי; סנדר; רוני ספיר; יעקבי. רומי מחזיק את גביע קרנר. חסרים: בובי קלמי; צ'וצ'קו לוי ויהודה נקסון. צילום מקורי: יהודה נקסון. זיהוי השחקנים: שמואל (צ'וצ'קו) לוי. אני מודה להם על כך.

קבוצת הנוער של האגודה זכתה בעונת 1957-1958 בגביע המדינה לנוער, או כפי שנקרא אז גביע קרנר על שמו של ד"ר איגנץ הרמן קרנר שייסד בשנת 1909 עם אחרים את קבוצת הכדורגל היהודית המפורסמת הכוח וינה. במשחק הגמר שהתקיים באצטדיון רמת-גן לעיניהם של 6,000 צופים ב-28 בספטמבר 1958 ניצחה קבוצת מכבי יפו את קבוצת גדני"ע יהודה בתוצאה 3:2 (נערי מכבי יפו זכו בגביע קרנר, 1958). עד למשחק הגמר לא ספגה קבוצת הנוער של מכבי יפו שער חובה אחד בכל ארבעת המשחקים שקיימה (ליסבסקי, 1958). קבוצת הנערים זכתה עד עונת 1957-1958 ארבע פעמים באליפות המחוז ביניהן שיחקה פעמיים באליפות הארצית: בעונת 1954-1955 ובעונת 1956-1957 (ליסבסקי, 1958). גם קבוצת הבוגרים זכתה להצלחות בשדה הכדורגל.

בשנת 1955 העפילה הקבוצה לליגה הראשונה שבה הופיעה כמעט ברציפות עד שנת 1999. הקבוצה אף העפילה לגמר גביע המדינה בכדורגל לשנת 1957, שבו נוצחה על ידי הפועל פתח-תקווה בתוצאה 1:2. מכבי יפו הייתה הקבוצה הראשונה שייצגה עדת עולים ועיר שיושבה רובה ככולה על ידי עולים. עד אז הופיעו בליגה א', הליגה הבכירה, רק קבוצות שייצגו את היישוב הוותיק בארץ ישראל, דוגמת הפועל ומכבי פתח-תקווה, הפועל ומכבי תל-אביב, הפועל ומכבי חיפה, נס ציונה ורחובות. הצלחה זו של הקבוצה בענף כמו הכדורגל שיוצר עניין רב ומתח, משכה צעירים רבים ובני נוער למועדון. דוגמה בולטת לכך היא סיפורו האישי של מרקו ונטורה, שהיה שוער עבר במכבי יפו. מרקו הגיע לשחק בשורות הקבוצה רק משום שרצה להידמות לציון דגמי, השוער המצטיין של קבוצת הבוגרים (ראו ריאיון אישי עם מרקו ונטורה). בשנת 1959 חגגה קבוצת הכדורגל של מכבי יפו עשר שנים להיווסדה. האירוע נחוג בשיתוף עם מכבי ישראל בשורה של פעילויות ספורט, הופעות ואומנותיות ומצעד חגיגי גדול ברחובות יפו. אחד מהאירועים שהתקיימו היה מסיבת עיתונאים גדולה



שארגנה מכבי יפו בשיתוף עם מכבי ישראל ב-5 בספטמבר 1959 בבית סוקולוב בתל-אביב (מכבי יפו חוגג יובל, 1959). הדוברים באותה מסיבת עיתונאים: אלברט קיוסו, נשיא הכבוד של מכבי יפו, ויצחק כספי, נציג מכבי ישראל, סקרו בהרחבה את הפעילות הספורטיבית של מכבי בולגריה ושל מכבי יפו. הדובר השלישי אברהם לוי, שהיה יושב ראש האגודה באותה תקופה, הדגיש בדבריו את החשיבות הרבה שבה מתייחסים באגודת מכבי יפו לבני הנוער. הפעילות הספורטיבית בקרב בני הנוער נועדה לדבריו להרחיקם מהשפעות הרחוב והסביבה הקלוקלת. עוד ציין אברהם לוי כי מדי שנה בחופש הגדול מתקיימות ברחבי יפו קייטנות שמפעילה אגודת מכבי יפו במטרה להרחיק את בני הנוער מהרחוב. לוי הזכיר בדבריו גם את ההצלחות הספורטיביות של קבוצות הנוער, ביניהן את הזכייה בגביע המדינה לשנת 1958. יצחק כספי ציין בנאומו כי הטיפול בבני הנוער ביפו נועד להרחיקם מהשפעות חינוכיות ופוליטיות זרות. כמובן שבדבריו הסתתר רמז עבה שכוון לארגוני הספורט של הפועל ובית"ר (ארכיון מכבי ישראל, 1-0094).



קבוצת הנוער של מכבי יפו. מסיבת סיום העונה 1956-1957. קפה בוסתן, תל-אביב. יושבים מימין לשמאל: סידני; שמואל (ציוצ'קו) לוי; יצחק אריה; שלמה ורון; אליאס, מנהל מחלקת הנוער; משולם (מישו) אלבס המאמן; פרימו, עוזר המאמן; איתן קופמן; אהרן ניניו; בובי קלמי; אשכנזי; ניסים. עומדים מימין לשמאל: יוסי; יהודה ורסנו; אבי; לא מזוהה; קאליש איינשטיין; בן-ציון יולזרי עוזר המאמן. צילום מקורי: משולם יולזרי. זיהוי השחקנים: שמואל (ציוצ'קו) לוי. אני מודה להם מקרב לב. המאמן, עוזריו ואנשי ההנהלה היו כולם בולגרים.

### הסיבות להצלחת פעילותה של הסתדרות המכבי ביפו

אין ספק כי הפעילות של הסתדרות המכבי ביפו הייתה המאורגנת ביותר, הן מבחינה כמותית והן מבחינה איכותית, לעומת פעילותם של ארגוני הספורט הפועל ובית"ר. היו לכך כמה סיבות (נוסף על הצלחות בתחום הכדורגל). הסיבה הראשונה הייתה התשתית הספורטיבית שהקימה הסתדרות המכבי בבולגריה במהלך השנים. אין בידינו ידיעות על קיומם של סניפי הפועל בבולגריה, וידיעות מועטות מלמדות אותנו על קיומם של סניפי בית"ר והכח. לעומת זה קיים מידע רב על פעילות ספורטיבית נרחבת בסניפי מכבי בולגריה החל מתחילת המאה ה-20. בוועידה הארצית השמינית של סניפי מכבי בבולגריה שהתקיימה ב-4 במאי



1926 נמסר דיווח על פעילות ב-18 אגודות. בוועידה העשירית של מכבי בולגריה, שהתקיימה ב-27 בינואר 1931, דווח על פעילות ב-20 אגודות ועל כ-3,000 חברים פעילים (רומנו, 1967). מנתונים אחרים אנו למדים כי כל צעיר שני השתייך לאגודת הספורט של מכבי. גם המלך הבולגרי נהג לכבד בנוכחותו את הטכסים שקדמו לפתיחת אירועי הספורט של מכבי. חברי מכבי נהגו לצעוד באירועים חגיגיים ברחובות סופיה וערים גדולות אחרות כשהם נושאים את הדגל הכחול-לבן ועל בגדיהם מגן דוד (ארכיון מכבי ישראל, י בן-נו).

הסיבה השנייה נבעה כמובן מהראשונה: מי שניהלו את האגודה היו כולם יוצאי בולגריה. כולם היו בבולגריה ספורטאים מצטיינים או מנהלים שניהלו שם את אגודות ספורט של מכבי. יו"ר האגודה היה יצחק בן-בסט שעלה בשנת 1948 מבולגריה. יחד איתו היו עוד חמישה חברי הנהלה: הרצל הגובר, סימיצו, מנהל מחלקת הנוער רודי ויינשטיין, דניאל אמריליו שהיה גם עורך העיתון שיצא בשפה הבולגרית ביפו, ומשה מירנדה שעלה לארץ בשנת 1939 מבולגריה שם שיחק בקבוצת הכח סופיה. בארץ הצטרף מירנדה לשורות הלח"י ואף נכלא על ידי הבריטים למשך שנים אחדות במחנות המעצר באפריקה. נשיא המועדון היה אלברט קיוסו (1898 - 1963), נשיא מכבי בולגריה, שהיה דמות נערצת על יהודי בולגריה. בחודש ינואר 1943 סיפרו לו חברים בולגרים שהיו מקורבים לשלטון הנאצי, כי הגרמנים מתכוונים לאוסרו מייד בתום חג המולד. קיוסו נטל את משפחתו ואת דגל מכבי בולגריה שהחביא מתחת לבגדיו וברח מבולגריה. לאחר כשישה שבועות הגיע לארץ והשתקע עם משפחתו ביפו (ראו ריאיון אישי עם יוסי קיוסו בנו של אלברט קיוסו). נוסף על אלברט קיוסו קיבלה האגודה "גושפנקה" דתית באמצעות הרב אברהם בכר שנחשב לרבה של העדה הבולגרית ביפו אף שלא הוכר על ידי הממסד הרבני. הרב בכר נהג להגיע על אופנועו למשחקי החוף של מכבי יפו בכל רחבי הארץ וטען כי משחק של יפו הוא עבורו "פיקוח נפש" ולכן דוחה שבת. מי שהרבה לכתוב על האווירה ועל אורח החיים של האוהדים סביב הקבוצה היה עיתונאי *דיעות אחרונות* אהרן בכר, שהיה אחד מאוהדיה המושבעים של הקבוצה:

חיים בעיר חדשה, בארץ חדשה. בבתים של יפו עדיין לא היה חשמל, אבל לבני הנוער היה לאן ללכת. מי שהקים את מכבי יפו, הקים מועדון, שסביבו התרכזו החיים הקהילתיים במקום להסתובב ברחוב. האנשים טרם מצאו לעצמם מקומות עבודה מסודרים, אבל בשבת אחרי הצהריים הם הביאו איתם מהבית שרפרף ובאו למגרש לראות את הקבוצה, לפגוש חברים לפטפט על הא ועל דא. האימונים של מכבי יפו וגם המשחקים היו מעין מפגש חברתי. זה כל מה שהיה לעשות. ועל כן המפגש עם קבוצות אחרות על כר הדשא, היה המפגש הראשון האמיתי עם המציאות הישראלית, היא נראתה קשה ומאיימת ועל כן הם נלחמו בה על המגרש. כי זה מה שהיה, לא היה מגרש אחר. אחרי הצהריים עם שקית גרעינים ביד, הייתה סובלימציה של המאבק עם המציאות החדשה. (בכר, 1989)

חיי העדה הבולגרית התרכזו סביב קבוצת הכדורגל שלה, וכך נשמר חלק מההיסטוריה שלה. הנהלת הקבוצה ואלברט קיוסו בעיקר שימשו דמויות להערכה ולחיקוי הן בשל פעילותם הציונית והן בשל תרומתם לקבוצות הספורט ושיפור מעמדה של העדה הבולגרית באמצעות הפעילות הספורטיבית בכלל והכדורגל בפרט.

הסיבה השלישית להצלחת פעילותה של הסתדרות המכבי היה שיתוף הפעולה שנוצר בין הסניפים ביפו לבין הסניפים המרכזיים בתל-אביב. בתחילת דרכם פעלו סניפי הפועל ומכבי יפו כסניפי משנה, כקבוצות בת של הפועל ומכבי תל-אביב. שיתוף הפעולה שנוצר בין סניף מכבי תל-אביב לסניף מכבי יפו היה הדוק יותר וטוב יותר מזה שנוצר בין סניף הפועל תל-אביב לסניף הפועל יפו. סניף הפועל ביפו ניסה מלכתחילה לנתק את עצמו מסניף הפועל בתל-אביב, ובעקבות זאת נוצר נתק של כמעט שנה בין שני הסניפים. לאחר מכן, בסיום משא ומתן ממושך חזרו הסניפים לשתף פעולה, אבל אירועי הסכסוך העיבו על מערכת היחסים ביניהם. לעומת זה שיתוף הפעולה בין סניף מכבי תל-אביב לסניף מכבי יפו היה מוצלח בהרבה. שחקני מכבי תל-אביב עזרו לאנשי מכבי יפו בהכשרת השטח שעליו נבנה בסופו של דבר "מגרש הפחים". כמו כן דאגה קבוצת מכבי תל-אביב להעביר שחקנים ממנה לקבוצת מכבי יפו על מנת שאלה יעזרו לה להעפיל לליגה א'. דוגמה בולטת לכך היא החלוץ ברוך כהן שהועבר ממכבי תל-אביב למכבי יפו והיה אחד מטובי החלוצים בשנות החמישים. מכבי תל-אביב חיזקה גם את מכבי יפו במאמנים בעלי שיעור קומה דוגמת ג'רי בית הלוי ויצחק שניאור. שני המאמנים האלה דאגו מאוד לשלב צעירים בהרכב הקבוצה הבוגרת, לעיתים בני 15 כבר. לצד גלי ההערצה שעוררו שחקני הקבוצה הבוגרים, גרמה עובדה זו לכך שצעירים רבים מיפו נהרו דווקא לשורות מכבי יפו ולא אל הפועל יפו.

הסיבה הרביעית להצלחתה של הסתדרות המכבי ביפו הייתה שיתוף הפעולה שנוצר בין הנהלתה למועצת העיר תל-אביב ולראש העיר, ישראל רוקח (1896-1959), חבר כנסת, שר הפנים וראש עיריית תל-אביב-יפו בשנים (1936-1952). מייסדי הקבוצה נתקלו בקשיים לא מעטים שהבולטים ביניהם היו: דרישת האפוסטרופוס על נכסי נפקדים לפנות את המגרש, ההתנגדות לפעולות שהתבצעו בשטח במטרה להעביר מים למגרש והתנגדותה של האופוזיציה העירונית (מפלגות הפועלים וההסתדרות) להפיכת המגרש לאזור משחקים (ארכיון מכבי, 80030 מכבים 1966). כאמור אוחדה העיר תל-אביב עם יפו באוקטובר 1949. ב-14 בנובמבר 1950 התקיימו הבחירות למועצת העיר השביעית של תל-אביב. שלוש הסיעות הגדולות שהתמודדו בבחירות היו: הציונים הכלליים, חרות וסיעת ההסתדרות שבראשה עמד לוי אשכול. בבחירות שהתקיימו זכתה רשימת הציונים הכלליים<sup>4</sup> שבראשה עמד ישראל רוקח בעשרה מנדטים. סיעת ההסתדרות זכתה בשבעה מנדטים וחרות זכתה בארבעה מנדטים. רבים מתושבי שכונות דרום תל-אביב והעולים החדשים שישבו ביפו הצביעו עבור יריבותיה של מפא"י וכתוצאה מכך ומהקואליציה שנוצרה בין חרות לבין הציונים הכלליים נבחר ישראל רוקח לראש העיר של תל-אביב (גולן, 2010). הוא נכנס לעובי הקורה ובהתערבותו האישית טופלו וסודרו שתי הבעיות הראשונות (ארכיון עיריית תל-אביב, אישור העירייה). את הבעיה השלישית, התנגדותה של האופוזיציה העירונית ורצונה לעשות שינוי בשטח שעליו נבנה המגרש, הצליחו ראשי הקבוצה לדחות מדי פעם, כך שהפעילות הספורטיבית לא פסקה. על שיתוף הפעולה בין

<sup>4</sup> הציונים הכלליים, מפלגה ציונית, נוסדה בפולין בשנת 1922, תומכיה נמנו עם אנשי המעמד הבינוני והיא דגלה בציונות ראשית לכול, בכלכלה חופשית, ביוזמה פרטית ובהסרת המעורבות הפוליטית-מפלגתית בכל תחומי החיים.

מייסדי האגודה לישראל רוקח ניתן ללמוד ממכתב שנשלח ב-18 בינואר 1950 מחברי ועד מכבי יפו לרוקח, שממנו ניתן ללמוד כי הפעילות המסודרת באגודה החלה כשלושה חודשים לפני כתיבת המכתב, דהיינו אוקטובר-נובמבר 1949. עוד כותבים חברי הוועד כך:

במיוחד עלינו לציין כי נעשים מאמצים רבים מצד מפלגות מסוימות לצוד את חברינו על ידי הבטחות שונות ולהעביר את כל אגודותינו למסגרת מפלגתית, אולם חברינו עומדים עוד בניסיון נגד מאמצים אלה מתוך נאמנות למכבי ולרעיונות הציוניים כאחד. דבר זה מותנה ביצירת אפשרויות להמשך סדיר של פעולותינו והסידורים לכך מגרש, מועדון וכו'. באגודה פועלים כ-300 ספורטאים והצפי שלהם הוא כי תוך זמן קצר יוכלו להגיע לפעילות שתקיף כ-1000 ספורטאים. נוסף על כך נמצאים ביפו כעת קרוב ל-10,000 ציונים ותיקים, עולי בולגריה אשר טרם אורגנו ובוודאי יצטרפו לשורותינו או לפחות יהוו את הציבור האוהד והתומך בנו. (ארכיון עיריית תל-אביב, 4/3832)

לאחר שהוסרו המכשולים הברוקרטיים מפעילותה של האגודה תודות לעזרתו של ראש העיר ישראל רוקח החלה פעילות ספורטיבית ענפה בסניף מכבי יפו. בחודש יוני 1951 מנה הסניף קרוב ל-700 חברים שהיו פעילים בענפי ספורט שונים בעיקר כדורגל וכדורסל, בוגרים ונוער אבל גם בענפי ספורט אחרים כגון אתלטיקה קלה, כדור עף ואופניים (ארכיון עיריית תל-אביב, בילוטין 112).

## סיכום

בשנות החמישים של המאה הקודמת התקיימה בעיר יפו פעילות ספורטיבית ענפה, שהיו שותפים לה כל ארגוני הספורט. דגש מיוחד הושם בפעילות זו על הצעירים ובני הנוער. חברו לכך מספר סיבות: העיקרית שבהן, רצונם של ארגוני הספורט והמפלגות הפוליטיות שניצבו מאחוריהם להשפיע על אותם צעירים במטרה להפכם בבוא העת לציבור אלקטורלי התומך בהן. בכל מקום שהתקיימה בו פעילות ספורטיבית, היא לוותה במתחים פוליטיים שנגרמו בשל מעורבותן של המפלגות בפעילותן של הקבוצות. בדרך כלל הסתיימו עימותים אלה בכל רחבי הארץ בניצחונה הברור והבולט של התאגדות הפועל הן מבחינה כמותית והן מבחינה איכותית. העיר יפו הייתה העיר היחידה שבה התמודדו קבוצות הפועל ומכבי על ההגמוניה. בהתמודדות זו הייתה ידה של הסתדרות המכבי על העליונה. הסיבות לכך היו שונות ומגוונות. רוב העולים שהתיישבו ביפו ב"רכוש הנטוש" בסוף שנות הארבעים ובתחילתן של שנות החמישים 50 במאה הקודמת היו בני העדה הבולגרית. בבולגריה עצמה התקיימה פעילות ספורטיבית מאורגנת בקרב היהודים החל מתחילת המאה ה-20. פעילות זו נוהלה רובה ככולה על ידי הסתדרות המכבי, משום כך היה קל יותר לעולים שהגיעו מבולגריה להתחבר להסתדרות המכבי ולא להתאגדות הפועל. נוסף על כך, התשתית הפוליטית בעיר תל-אביב בתקופה המדוברת האירה את פניה להסתדרות המכבי ולא להתאגדות הפועל. בשנות החמישים של המאה הקודמת היה הכוח הפוליטי המשמעותי בעיר מורכב מחברי

מפלגת הציונים הכלליים, אותה מפלגה שניצבה מאחורי הסתדרות המכבי. "השילוש הקדוש" שנוצר בין עיריית תל-אביב, קבוצת מכבי תל-אביב וקבוצת מכבי יפו שהיוותה בשנים הראשונות לקיומה קבוצת בת של מכבי תל-אביב, תרם מאוד להצלחתה של קבוצת מכבי יפו שנהנתה באותה תקופה מתמיכת העירייה ומהעברתם של שחקנים ומאמנים ממכבי תל-אביב למכבי יפו. הצלחתה של קבוצת הכדורגל של מכבי יפו, שהייתה הקבוצה הראשונה שייצגה עיר עולים ועדה שהעפילה לליגה הלאומית (אז ליגה א'), עודדה ומשכה צעירים רבים להצטרף לשורותיה. צעירים אלה ראו בשחקני הקבוצה הבוגרת מודלים לחיקוי והערצה ולכן שאפו להצטרף אליה. עובדה נוספת שתרמה להצלחת פעילותה של הסתדרות המכבי ביפו בקרב בני הנוער הייתה העובדה שהצוות המקצועי שפעל באותה תקופה ביפו: המאמן יצחק שניאור ומאמן הנוער משולם אלבס וגם אלה שבאו אחריהם, האמין באמת ובתמים כי יש לשלב צעירים מבטיחים בשורות הקבוצה הבוגרת. דוגמאות לכך הן שמואל (צ'וצ'קו) לוי ששולב בשורות הקבוצה הבוגרת כבר בגיל 15, וציון דגמי ששולב בהרכב הראשון בגיל 16. במהלך המחצית השנייה של שנות החמישים היה שניאור אחראי לשני גלים של הצערת הסגל של מכבי יפו: הראשון היה בשנת 1955 והשני בשנת 1958. כתוצאה מכך שינתה קבוצת מכבי יפו את הרכבה כמעט מן הקצה לקצה. הוותיקים פינו את מקומם לצעירים. גם עובדה זו תרמה להצלחתה של הקבוצה ושל הסתדרות המכבי שתמכה בה, משום שהצעירים ביפו האמינו שניתן יהיה להשתלב בבוא היום ברמות הגבוהות של הכדורגל בארץ.

## רשימת המקורות

### ספרים, מאמרים, דוחות, ראיונות אישיים

- בכר, א' (1989). *יריות באוויר*. ידיעות אחרונות.
- בן-גוריון, ד' (1944). *יומן*. הוצאת משרד הביטחון.
- בן פורת, א' (2002). *ממשחק לסחורה, הכדורגל הישראלי 1948-1999*. הוצאת הספרים של מכון בן-גוריון.
- בן פורת, א' (2010). *ישראל שפה קשה, אך כדורגל דיברו כולם. עיונים בתקומת ישראל, 20, 144-168*.
- ברוך, נ' (עורך). (2003). *השמדה והישרדות בבולגריה המאוחדת 1943*. העמותה לחקר הקהילות היהודיות בבלקן ולהנצחתן.
- גולן, א' (2010). *בחירות עירוניות בתל-אביב בשנות ה-50, תהליכים, תוצאות והשלכות. עיונים בתקומת ישראל, 20, 80-100*.
- הלמן, ע' (2007). *אור וים הקיפה: תרבות תל אביבית בתקופת המנדט*. הוצאת הספרים של אוניברסיטת חיפה.
- כרמי, א' (2013). *ספורט בהגירה*. רסלינג.
- כרמי, א' (2015). *משחק מכור, ועדת עציוני והשפעתה על מעמדם של עסקני הספורט. זמנים, 132, 90-101*.
- כרמי, א' (תשע"ו). *עלייתה ושקיעתה של "העסקונה" הפוליטית בספורט הישראלי. קתדרה, 159, 155-160*.
- כרמי, א' (2018). *מעורבותם של קציני צה"ל בספורט בישראל. ישראל, 25, 171-195*.
- כרמי, א' (2019). *חינוך על קצה החרב. זמן חינוך, 5, 163-182*.
- ליס, ש', שוורץ, ש' ושני, מ' (תשע"ו). *להיות עם בריא בארצו, בריאות הציבור בעלייה הגדולה 1948-1960*. הוצאת הספרים של אוניברסיטת בן-גוריון בנגב.
- ליסק, מ' (תשנ"ט). *העלייה הגדולה בשנות החמישים כישלוננו של כור ההיתוך*. מוסד ביאליק.
- מונטרסקו, ד' (2020). *עיר שסועה לה יחדיו: דו-לאומיות בחיי היומיום ביפו*. בבל.

מוסק, מ' (2001). קליטת יהודי בולגריה בישראל. בתוך א' מזרחי וא' בן-דוד (עורכים), *עדות לישראל* (עמ' 301). אגודה לטיפוח חברה ותרבות, תיעוד ומחקר.

מוריס, ב' (1991). *לידתה של בעיית הפליטים הפלסטינים*. עם עובד.

צמרת, צ' (2002). המכביות המשחקים האולימפיים של העם היהודי. בתוך ח' קאופמן וחי' חריף (עורכים), *תרבות הגוף והספורט בישראל במאה העשרים* (עמ' 113-129). יד יצחק בן צבי, המחלקה לחינוך והדרכה.

פורמן, ב' (2008). ההתאגדות לתרבות גופנית הפועל והקורסים להכשרת מדריכי ספורט מקרב העולים בשנים הראשונות לקום המדינה'. *מורשת ישראל*, 5, 177-159.

פורמן, ב' (2015). בדם וביזע יוקם לנו גזע, ספורט וחינוך גופני בית"רי בקרב העולים בשנותיה הראשונות של המדינה. *בתנועה*, יא (1), 144-121.

פורמן, ב' (2021). *ארגוני הספורט ופעילותם בקרב העולים לארץ בשנים 1960-1945*. המכללה האקדמית בווינגייט.

פרלינג, ט' (1991). בן-גוריון בבולגריה, מפגשו הראשון עם "שארית הפליטה". *עיונים בתקומת ישראל*, 1, 317-312 (כל המאמר עמ' 308-342).

צמרת, צ' (2002). המכביות המשחקים האולימפיים של העם היהודי. בתוך ח' קאופמן וחי' חריף (עורכים), *תרבות הגוף והספורט בישראל במאה העשרים* (עמ' 113-129). יד בן צבי ומכון וינגייט.

קדרון, ע' וקרמי, א' (2021). הפוליטיזציה של הספורט הא-פוליטי בישראל. *מגמות*, 11(ניו), 111-93.

קשלס, ח' (1969). *קורות יהודי בולגריה*. דבר.

רוזין, א' (2008). *חובת האהבה הקשה*. עם עובד.

רומנו, א' (1967). *אנצקלופדיה של גלויות*. כרך 10, 402-395.

שאלתיאל, ש' (2004). *מחפשים בית מוצאים מולדת, העליות וההעפלה מבולגריה ודרכה, 1949-1939*. העמותה לחקר מערכות ההעפלה ע"ש שאול אביגור, אוניברסיטת תל-אביב.

שטיין, א' וקופרשטיין, ל' (עורכים). (1957). *מערכות פועלי תל-אביב יפו*. ההסתדרות הכללית של העובדים העברים בא"י/מועצת פועלי תל-אביב יפו.

נתון סטטיסטי לישראל (תשי"ז). חוברת 8, לוח 7-8, עמ' 10.

### עיתונות וכתבי עת

בית"ר עוזי ובית"ר מאיר ביפו (1949, 24 באפריל). חרות, עמ' 4.

גמר גביע קרנר (1958, 1 באוקטובר). חדשות הספורט, עמ' 4.

הפועל יפו (1949). גורן כידון, 4, עמ' 7.

ועידת מכבי הראשונה במדינת ישראל (1948, דצמבר). המכבי, עמ' 7.

טרסי, מ' (1954, 12 בדצמבר). הולך ל.. חדשות הספורט, עמ' 4.

ידיעות לחבר בית"ר (1949, 15 במרץ). חרות, עמ' 3.

ידיעות מיפו (1949, יוני). גורן כידון, 6, עמ' 22.

ידיעות מיפו (1950, יוני). גורן כידון, 6, עמ' 22.

ליסבסקי, א' (1958, 18 בנובמבר). מצעד הכבוד של כדורגלני הנוער. חדשות הספורט, עמ' 4.

מה מספרות הטבלות (1955, 17 ביולי). חדשות הספורט, עמ' 7.

מהנעשה בסניפים/סניף הפועל תל-אביב (1949, אוקטובר). גורן כידון, 10, עמ' 6.

מושב חקלאי ליהודי בולגריה ליד נס-ציונה (1925, 25 בפברואר). דבר, עמ' 3.

מכבי יפו חוגג יובל (1959, 6 בספטמבר). חדשות הספורט, עמ' 4.

נערי מכבי יפו זכו בגביע קרנר (1958, 1 באוקטובר). חדשות הספורט, עמ' 4.

סניף הפועל בגבעת עליה (1950, יוני). גורן כידון, 6, עמ' 22.

עוזנו (1948-תשי"ח). שנתון הפועל לתשי"ח לזכר דב הוז. הוצאת מרכז "הפועל" תל-אביב, ההסתדרות הכללית של העובדים העברים בארץ ישראל, התאגדות לתרבות גופנית "הפועל" - ינואר 1948.

רכישת קרקע להקמת מושבה ליהודי בולגריה (1923, 17 ביוני). הארץ, עמ' 4.

שטרנברג, ש' (1954, 20 בינואר). הכושר הגופני של ילדי עולים. ספורט לעם, עמ' 2.

שיעורי ערב לעברית לעולים החדשים (1949, 14 במרץ). חרות, עמ' 4.

### ראיונות אישיים

שמואל (צ'וצ'יקו) לוי, 5 באפריל 2023, 7 באפריל 2023, 9 באפריל 2023.

ציון דגמי, 9 ביולי 2023, 16 ביולי 2023, 17 ביולי 2023.

יוסף קיוסו, על שמו של אלברט קיוסו רחוב ביפו ליד גלי צה"ל. 4 ביוני 2017.

מרקו ונטורה, שחקן עבר בקבוצת מכבי יפו, 20 באפריל 2023.

## ארכיונים

ארכיון מכבי על שם יוסף יקותיאל, להלן ארכיון מכבי ישראל.

ארכיון מכבי ישראל, 1-0094, סעיף 1 בהחלטה, מ15 באוקטובר 1949.

ארכיון מכבי ישראל, מטרות האגודה, ללא תאריך, 5-977-07, כנראה אוקטובר 1949

ארכיון מכבי ישראל, ועידת מכבי הראשונה בארץ ישראל, 8-0400.

ארכיון מכבי ישראל, מכבי בולגריה, בן נון, י, יובל ה-90

ארכיון מכבי ישראל, 8-0030, מכבים 4, 1 בספטמבר 1966, עמ'11.

הארכיון לחקר תנועת העבודה והחלוץ על שם פנחס לבון, להלן ארכיון מכון לבון.

ארכיון מכון לבון, ישיבת הועדה המצומצמת של המחלקה להכשרה גופנית, 6 ביולי

1948, סעיף 2, ד"ר סימון מרצה על תוכנית הרהיביליטציה, iv.244.647.

ראו גם: Simon, *Hahinuch Hagufani*, 12, (Dec 1946), pp. 22-23.

iv.244.538, 164/4550.

ארכיון מכון לבון, מכתב ממרכז הפועל למרכז קופת חולים, 16 בפברואר 1951,

iv.244.581.

ארכיון מכון לבון, "בילוטיין לעיתונות", 14 במרץ 1950, iv.244.715.

<sup>1</sup>ארכיון מכון לבון, "מכתב ממרכז הפועל לוועד הפועל של ההסתדרות", 19 באוגוסט

1949, iv.244.588.

ארכיון מכון לבון, "פרוטוקול ישיבת ההנהלה המקצועית, מס' 326", 7 בינואר 1949,

iv.244.483. 'בהקמת סניף יפו הושקעו כספים ניכרים וכוחות רבים, התגברנו

על מכשולים קשים וגדולים והצלחנו לרכז נוער מהעולים החדשים'.

ארכיון מכון לבון, "אינפורמציה לחברי המרכז", 21 באוגוסט 1948, iv.244.588.



ארכיון מכון לבון, "דיווח ממרכז הפועל למחלקה להכשרה גופנית", 3 בינואר 1951, iv.244.706. 'במקום בני נוער רבים-עולים ומבוגרים שניתן היה לקיים בקרבם פעילות ספורטיבית'.

ארכיון עיריית תל-אביב יפו, ראו גם ידיעות תל-אביב ובילוטין.

ידיעות עיריית תל-אביב 1949

ארכיון עיריית תל-אביב, מכתב, 48/112, 7 בספטמבר 1948.

ארכיון עיריית תל-אביב, אישור העירייה, 20 בדצמבר 1951, 51/2038.

ארכיון עיריית תל-אביב, א 4-3832

ארכיון עיריית תל-אביב, 4-3832/ב, בילוטין 112.

ארכיון המדינה

ראו מכתבו של שייקה טרכטנברג (דן) מסופיה לירושלים ישירות לדוד בן גוריון. גנזך המדינה, חטיבת העולים מבולגריה בפברואר 1949. במכתב זה מדווח שייקה דן לדוד בן גוריון על עלייתם ארצה של 27 אלף עולים מבולגריה, ארכיון המדינה, ג- 5557/2.

על חשיבותה של הפעילות הגופנית בקרב בני הנוער ביישובי העולים כסכר מפני תופעות שליליות ראו למשל: ארכיון המדינה, חטיבה 71, 'סקירה על פעילותה של המחלקה להכשרה גופנית בשנת התקציב הנוכחית, 1957, 10/1303, בשיתוף פעולה עם ארגוני הספורט'.

# כדורגל ישראלי : ממעמד מדומיין לסטטוס

אמיר בן פורת

אוניברסיטת בן גוריון (אמריטוס)

## תקציר

בעשור הראשון והשני למדינת ישראל שחקן כדורגל לא היה 'סטטוס'. שיחקו אז כדורגל בהנחיית עקרון החובבנות ובניהול פוליטי. מי שרצה להיות שחקן כדורגל, יכול היה לרכוש 'סטטוס מדומיין' בלבד. את פרנסתו הוא מצא באחד ממשלחי-היד, בדרך כלל מן הנמוכים יותר בכלכלה הישראלית. בראשית שנות השמונים פרסמו אפרים יער ומשה סמיונוב מאמר שבחן את משמעותו של הגורם העדתי ביחס לציפייה של צעירים ממוצא אשכנזי וממוצא מזרחי להיות שחקני כדורגל (1982). החוקרים מצאו הטיה לטובת צעירים אשכנזים. מאמר זה בוחן שני תהליכים: את תהליך היצירה והעיצוב של מעמדו של שחקן כדורגל בישראל ואת תהליך כיליונו של האפקט האתני ברכישת הסטטוס של שחקן כדורגל בישראל. הטענה המובילה היא שבדומה למקומות אחרים הכדורגל הישראלי מתנהל בתחומי האוטונומיה היחסית שהסביבה הפוליטית-כלכלית-תרבותית מעניקה לו. בעקבות שינויים שחלו בסביבה הזו והוקרנו לכדורגל, הלך האפקט העדתי והתכלה. באשר לרכישת סטטוס' של שחקן כדורגל (שיש עימה תגמולים רוויים) היה הכדורגל הישראלי לעיוור צבעים.

תאריכים: כדורגל, אתניות, סטטוס, פוליטיקה, התמסחרות

## דבר דבור על אופניו

בשנת 1982 פרסמו אפרים יער ומשה סמיונוב מאמר פורץ דרך בשם: 'פער עדתי בביה"ס ובספורט לאור תיאוריית מצבי הציפייה'. שני החוקרים בדקו איך קטגוריות חברתיות ללא 'הון השכלתי' (סך שנות לימוד בבית ספר) מבקשות מסלולי קריירה עוקפי השכלה. מדובר ביוצאי אסיה ואפריקה וביוצאי אירופה ואמריקה (על פי מוצא ההורים), והמסלול העוקף התגלם בציפייה להיות שחקן כדורגל בליגת הכדורגל הישראלי. בסיכום קובעים יער וסמיונוב, כי "למוצא העדתי נודעת השפעה משמעותית על סיכויי הקריירה של שחקני הכדורגל בארץ. בראשית דרכם נמשכים צעירים מזרחיים רבים יותר להזדמנויות שמציע להם הכדורגל [...] אולם אחרי השלב הראשון הם מצליחים פחות מן האשכנזים להיעשות שחקנים מקצוענים, ועוד פחות מכך - להעפיל לדרגות העליונות של הכדורגל' (עמ' 420). כלומר, 'רכישת סטטוס' של שחקן כדורגל מקפחת את הצעירים ממוצא מזרחי.

בתקופה הנידונה של המחקר המדובר נמצא הכדורגל הישראלי בראשיתו של תהליך מעבר ממעמד של תחום חובבני למעמד של מקצוע - עדיין לא ממוסחר (בן פורת, 2002). שחקני כדורגל השילו מעצמם את מעמד החובבנים שנכפה עליהם,

והייתה זו למעשה ראשית כינונו של עיסוקם כמשלח-יד לגייטימי (כרמי ובן פורת, 2022). במשך הזמן התגוון הרכב שחקני הכדורגל באופן שבו הציפיות התקרבו למציאות: שחקן כדורגל היה לסטטוס (משלח-יד) מוכר, והמוצא העדתי חדל מלהיות גורם בסיכויים של היחיד להיות לשחקן כדורגל בליגות שהפכו למקצועניות, כלומר, אלה המספקות תגמולים כלכליים וחברתיים משמעותיים.<sup>1</sup>

המאמר הנוכחי בוחן שני תהליכים שהאחד נגזר מן האחר: השינויים הדמוגרפיים בהרכב שחקני הליגה הראשונה, שחלו בשלושת העשורים הראשונים לקיומה של הליגה - עליית שיעור השחקנים ממוצא מזרחי בליגה הזו - והאבולוציה של הכדורגל הישראלי ממשחק (חובבנות) לסחורה - ראשית תהליך ההתמקצעות שלו.

תהליך האבולוציה של משחק הכדורגל התגלם בכך שמעמדו של השחקן עבר תמורה קרדינלית: ממעמד של חובבן, שאין עימו תגמולים חומריים וגם התגמולים האחרים הם בצמצום, כלומר, ממצב שבו שחקן הכדורגל לא היה סטטוס במובן הסוציולוגי, למצב שבו שחקן כדורגל הוא סטטוס מלא: תגמולים כלכליים, חברתיים ופסיכולוגיים, והכול באופן מסודר. לשון אחר, ממצב שבו בגלל עיסוקו-פרנסתו בשוק הכלכלי נמנה שחקן הכדורגל עם העשירונים הנמוכים בחברה המסוימת, למצב שבו - בעיקר בזכות הכנסתו - הוא נמנה עם העשירונים הגבוהים. בשורה התחתונה, התמורה במעמד משחק הכדורגל כמשלח-יד נבעה מן ההתמסחרות שלו.

### רכישת סטטוס

'סטטוס' הוא מושג המציין את מיקומו (ערכו) היחסי של פרט מסוים במבנה החברתי. נגזרים ממנו הם התגמולים הנובעים מהמיקום הזה. מעצם הסטטוס עצמו ומשמעויות התגמולים הנלווים אליו נקבע המיקום בריבוד החברתי של מבנה המסוים (ובר, 1985; Wright, 1985; Gursky, 2011). כלומר, הסטטוס הוא המיקום המסוים במערכת הריבוד שאילו 'נכנסים' פרטים בעלי יכולות מסוימות בתנאים מסוימים (Wright, 1997). ההנחה המקדימה היא אם כן שכדי לזהות את מערך הריבוד ואת מערך הסטטוסים הנובעים ממנו יש לזהות תחילה את הערכאה (האינסטנציה) הדומיננטית בתקופה ההיסטורית המסוימת. כך, למשל, בחברות המודרניות-הקפיטליסטיות, במקום שבו הכלכלה היא הדומיננטית במבנה, היא זו שתשפיע ואף תכתוב את האוטונומיה היחסית של הערכאות האחרות המרכזיות (הפוליטיקה והתרבות), והיא זו שתסדר את הריבוד החברתי וממילא את מערך הסטטוסים המסוים.

מוכרים שני מודלים שעל פיהם ממשיגים וחוקרים ריבוד וסטטוס ואת הדרך שבה רוכשים אותנו. מודל אחד יוצא מן ההנחה שריבוד חברתי נקבע על ידי מושג 'המעמד' נוסח מרקס, כלומר על ידי מיקום באשר לעבודה ולחלוקת ההון בחברה מודרנית-קפיטליסטית: מצד אחד מעמד בעלי הון (בורגנים) וכנגדם חסרי הון, שכל מה שיש להם למכור בשוק העבודה הוא 'כוח העבודה שלהם' (פרולטריום). בין אלה

<sup>1</sup> מדובר בגברים בלבד. בשנים ההן לא הייתה מסגרת ארצית מסודרת של כדורגל נשים. מסגרת כזו הוקמה על ידי ההתאחדות לכדורגל בשנות התשעים של המאה הקודמת.

לבין אלה קיימים מעמדות ביניים (בורגנים זעירים, פרופסיונליים). ככלל, מיקומו של פרט בערכאה הכלכלית הוא הקובע את רכיב הסטטוס הקרדינלי שלו. אי לכך המחקר צריך להתמקד בזיהוי המיקומים במבנה, אשר מייצרים את ריבודו (Poulantzas, 1975; Przeworski, 1977; Wright, 1985).

מודל שני, הנגזר מאצל מקס ובר, יוצא מן ההנחה שבחברות מודרניות אין גורם אחד שניתן לייחס לו דומיננטיות קבועה באשר ליצירת מבנה הריבוד ואחזקתו. המחקר הרלוונטי מעיד על כך שהריבוד החברתי עשוי להיות פועל יוצא של אחד או יותר מהגורמים האלה: מוצא אתני, מגדר, דת, מעמד כלכלי ועוד. אחד מהם או שילוב בין אחדים יקבע או יקבעו את דמותו של הריבוד החברתי, את מערך הסטטוסים ואת האופן שבו ניתן לרכוש סטטוס במבנה חברתי בתקופה מסוימת (Gursky, 2014, Sanders, 1990, Ben Porat, 1989, Erikson & Goldthorpe, 1992). (Wright, 1985).

מבחינתם של שני המודלים הללו רכישת סטטוס היא פועל יוצא של רמת והיקף הניעות (מוביליות) החברתית. הניעות הזו מותנית בהזדמנות ההיסטורית המסוימת, כלומר, במבנה החברתי המסוים. המודל הראשון קובע כי הניעות הזו מוגבלת, כי מטבע הדברים, מעבר ממעמד של פרולטר לקפיטליסט הוא נדיר, אבל קיומם של מעמדות ביניים בחברות בנות זמננו מעיד על כך כי לניעות יש פוטנציאל. המודל השני מניח כי כיוון שישנו יותר מגורם אחד אימננטי, יש אופציות רבות יחסית לניעות. מכל מקום, משתי גישות אלה עולה כי הן המיקום המעמדי והן הניעות תלויים בראש ובראשונה באופציות שהמבנה מאפשר ליחידים המאכלסים אותו. שני המודלים מניחים כי הסטטוס של היחיד (או 'המעמד' שלו) מספק תגמולים מסוימים משלוש קטגוריות: חומריים, חברתיים ופסיכולוגיים. שניהם מניחים - מנקודות מוצא שונות - כי חשיבות הסטטוס ואופי התגמולים הנלווים לו נקבעים בידי המצב ההיסטורי של חברה מסוימת.

המחקר העכשווי של ריבוד ושל ניעות חברתית נוטה להסתמך על המודל השני הגזור מוובר.<sup>2</sup> המיקוד המחקרי הוא על משלח-היד, על אופן רכישתו ועל התגמולים הנובעים ממנו (להלן). ניעות חברתית היא מושג סוציולוגי המתאר את ההזדמנות של יחידים (ברבים) לשפר את מעמדם החברתי. להלכה, הניעות יכולה להיות אופקית או אנכית. ניתן לשער כי ניעות אופקית אינה משנה בהרבה את מעמדו של היחיד, אלא אם כן אם היא נעשית תוך כדי מעבר בין ארגונים דומים: למשל, רופא העובר מבית חולים בפריפריה לבית חולים במרכז, או שחקן כדורגל העובר לשחק במועדון בליגה גבוהה יותר. בדרך כלל, כשמדובר בניעות בהקשר של המודל הוובריאני, ההתייחסות היא לטיפוס בסולם, שבכל שלב שלו משתפר ממד אחד או יותר של המעמד.

ניעות לובשת צורה במושג (ובפרקטיקה) של רכישת סטטוס (status attainment באופן שבו יחיד רוכש לעצמו סטטוס) (Duncan et al., 1972; Goldthorpe, 1980; Goldthorpe & Payne, 1986; Hausr, 1978; (Kerckhoff, 1975; Strauss, 1971; Treiman et al., 1976). מן הספרות ומן המחקר שעסקו

<sup>2</sup> גם המודל הראשון מתייחס ליותר מגורם אחד (המעמד) שיש לו משמעות ביחס לניעות חברתית (Wright, 1985).

ברכישת סטטוס, עולה כי כרוכים בה שני שלבים בסדר עוקב: רכישת הסטטוס עצמו, כלומר, כניסה למצב סטטוס מסוים וטיפוח הסטטוס, שמשמעותם שמירה על רמת התגמולים הנובעת מהאחזקה בסטטוס זה והבטחת המיקום בסולם הסטטוסים. כאמור, המבנה החברתי הוא זה המספק את האופציות והיחיד זקוק לאמצעים הרלוונטיים להשגת סטטוס מסוים, כמו למשל, רכישת השכלה שהיא בדרך כלל אמצעי אפקטיבי באשר לרכישת סטטוס גבוה יחסית בדירוג, או חיפוש אחר מסלול עוקף שבאמצעותו ירכוש סטטוס גבוה יחסית, אף שהוא חסר כישורים נחוצים מסוימים כדוגמת השכלה. בתנאי מצב מסוימים שילובם של מרכיבי הסטטוס, כאשר משקלו של כל אחד מהם שונה, ייאלץ את היחיד החסר אחד או יותר מהם, לרכוש 'סטטוס בלתי מאוזן' (Merton, 1968).

המחקר האמפירי הנובע מתפיסתו של ובר נשען על ציוני יוקרה מקצועית (Blau & Duncan, 1967; Duncan & Featherman, 1972; Erikson & Goldthorpe, 1991; Featherman et al., 1975). על בסיס מדדים כגון השכלה, הכנסה וכדומה נבנה סולם של משלחי-יד המסודרים באופן היררכי על פי ציוני 'סטטוס סוציו-כלכלי' שנותן להם החוקר. כלומר, המיון של אוכלוסייה השייכת לכוח העבודה בחברה המסוימת נעשה באמצעות זיהוי משלחי-היד שלה והתאמתם ללוח ציונים שהותקן במחקרים קודמים. היות שמדובר בעשרות או אף מאות משלחי-יד, החוקר המסוים יכול לקבץ סדרה עוקבת של משלחי-יד בחברה המסוימת, לסמן את הציונים ולסדר אותם בסדר היררכי של סטטוסים. הבעיה שעליו לפתור היא איך לחלק ולקבץ סדרה של ציונים, היינו, לסדר את משלחי-היד בצורת שכבות היררכיות, למשל, במעמדות גבוהים, בינוניים ונמוכים.

באשר לסטטוס המיוחד של שחקן כדורגל, יש לציין כי במשך הזמן הסטטוס שלו עבר כמה תמורות ששורשיהן בסביבה שבה הוא עגן. בראשית המאה ה-19, כאשר הכדורגל באנגליה הפך למשחק של ההמונים מן המעמדות הנמוכים, מעמדו היה של חובבנות. לשחקן כדורגל לא היה 'סטטוס' במובן הסוציולוגי המקובל. הסטטוס שלו נקבע מחוץ למשחק על פי משלח-היד שממנו התפרנס. הוא זכה אומנם ליוקרה מסוימת ככדורגלן, אך לא ליותר מזה (Winner, 2013; Birley, 1993). בדרך כלל שחקני הכדורגל בליגה האנגלית בזמן ההוא נמנו עם בני המעמדות הנמוכים כאשר משלח-ידם ושכרם היו בהתאם. כאשר החלה ההתמקצעות של הכדורגל באנגליה (1885), היא התגלמה בעיקר בכך ששחקן כדורגל היה למשלח-יד רשום המפרנס את בעליו: נקבע לו סטטוס. בתקופה הראשונה של ההתמקצעות שכרו של שחקן כדורגל לא היה גבוה (מקביל לזה של פועל מקצועי), אבל במהלך הזמן, לנוכח התגברותו של הקפיטליזם באנגליה, שכרו הלך והתעצם והוא נע לכיוון זה של המעמדות הגבוהים.

עוד בהקשר של רכישת סטטוס. הייחוד של שחקן כדורגל נובע מכך שהוא בחזקת 'רנטה' (Bryson et al., 2012). פירושו של דבר הוא, כי מדובר באיכות מסוימת שההיצע שלה בזמן נתון מוגבל. כך למשל אומנים, מדענים ועוד משלחי-יד ספורים שבעליהם ניחנים בתכונות מסוימות שאינן נרכשות ואינן נפוצות - כישרונותיהם ממוקמים בקצה הימני של עקומת הכישרונות: כמותם מוגבלת, וכשגובר הביקוש להם, עולה ערכם במונחים של ממון ושל יוקרה. התכונות הללו,

המצויות בצמצום, מקנות לשחקן כדורגל השפעה על הביקוש: על תגמוליו החומרניים ומהם בדרך כלל גם על התגמולים האחרים.

ברם, אפריורי, הסטטוס של שחקן כדורגל מלווה בתג תוקף: משך הקריירה של שחקן כדורגל מקצועני נמשכת בערך כ-15 שנים. כשהוא מתבגר הוא מאבד חלק נכבד מיכולתו הפיזית ובמידה מסוימת גם מיכולתו הקוגניטיבית הרלוונטית למשחק הזה. אפשר גם שבשנים האחרונות לפעילותו כשחקן הוא 'ירד' ליגה: יעבור לשחק במועדון מליגה נמוכה יותר וממילא יפחתו הכנסתו ויוקרתו. כשהוא 'תולה את הנעליים' (בסביבות גיל 30 פלוס), הוא יאלץ למצוא משלח-יד אחר, כלומר, לרכוש סטטוס אחר. שחקן כדורגל מקצועני ער לתג התוקף שלו, וכל עוד הוא פעיל הוא יתאמץ לשפר את תגמוליו. מפגש מוצלח בין כישרונותיו הספציפיים למצב הכדורגל באותה עת יקבעו את תהליך רכישת הסטטוס ואת הגבול העליון של תגמוליו.

### סטטוס נולד

הביוגרפיה של הכדורגל נעה על ציר האבולוציה ההיסטורית של החברה שבה הוא עוגן. על פי המחקר הנוגע בעניין, משחק הכדורגל המודרני נולד במחצית השנייה של המאה ה-19 בחצרות בתי הספר 'הציבוריים', כלומר, הפנימיות של בני האצולה והבורגנות הגבוהה באנגליה, ושיחקו בו תלמידי הכיתות הגבוהות (Goldblatt, 2006; Harvey, 1999; Wigglesworth, 1996). בעידוד המורים וההנהלה נקבעה לו פונקציה 'חוץ-משחקית' משלימה: להפנים בקרב המשחקים והצופים את עקרון המשחק ההוגן (fair play) הכל-כך אנגלי-בורגני (Mangan, 1988). ניתן להניח כי השחקנים נהנו כבר אז מיוקרה מסוימת בקרב התלמידים וההנהלה של בית הספר. בסיום הלימודים הלכו הבורגרים לדרכם, אך כמה מהם ייסדו קבוצות כדורגל משלהם והמשיכו בזמנם הפנוי לשחק בינם לבין עצמם או כנגד קבוצות של מקומיים – מועדונים שהקימו בני המעמדות הנמוכים שפעלו באזור. בתוך זמן לא רב החלו לצוץ ברחבי אנגליה מועדוני כדורגל. בשנת 1863 הוקמה ההתאחדות האנגלית לכדורגל ששימשה ארגון גג של מועדוני הכדורגל, והמועדונים השונים שכבר היו קיימים התכנסו תחת כנפיה. זה היה השלב שבו החל המיסוד של המשחק ושל משתתפיו.

משחק הכדורגל באנגליה התנהל אז בהנחיית עקרון החובבנות. על שחקנים נאסר לקבל תגמול בכסף או שלא בכסף עבור השתתפותם במשחקים. ניתן להניח כי הם זכו ליוקרה מצד הקהל שהעריך את 'ההצגה'. חלוקת העבודה הייתה פשוטה יחסית: בני המעמדות הנמוכים - מיעוטם שיחקו, רובם צפו. שחקן כדורגל לא הוכר כמשלח-יד, היינו, לא סומן כסטטוס. בזכות היוקרה-הערכה שרחשו בני הקהילה לשחקני הכדורגל המקומיים, ניתן לשער כי היה להם 'סטטוס מדומיין', אך לא יותר מזה.

ההיעשות המואצת של אנגליה לחברה קפיטליסטית הקרינה גם על המשחק הזה. כמה מן הדירקטורים של המועדונים המקומיים – רובם אנשי עסקים - 'מצאו כי טוב' והחלו למסחר את המשחק: הם רכשו שחקנים, שילמו להם שכר עבור השתתפותם, הקיפו את מגרש הכדורגל בגדרות, כוננו יציעים, קבעו שערים וגבו דמי כניסה מן הצופים. בשנת 1885 נקבעה ליגה מקצוענית באנגליה תחת כנפי

ההתאחדות האנגלית. בנפרד ממנה המשיכו להתקיים הליגות החובבניות גם הן תחת כנפי ההתאחדות הכדורגל האנגלית.

כך הפך 'שחקן כדורגל' למשלח-יד המספק פרנסה לבעליו. בהסדר שבין מנהלי המועדונים המקצועיים נקבע לוח שכר: בשנת 1890 קיבלו שחקנים מקצוענים שכר של שלוש לירות אנגליות לשבוע במשך עונת הכדורגל, ושתי לירות לשבוע כאשר העונה שבתה במשך הקיץ. היה זה אומנם שכר נמוך, אך גבוה יותר מהממוצע של השכבה הענייה של מעמד העובדים האנגלי. הניעות של שחקני הכדורגל בזמן ההוא (מעבר בין מועדונים) התאפשרה רק כאשר מנהלי המועדונים הגיעו להסכמה ביניהם, עד שבשנת 1963 פסק בית המשפט העליון כי שיטת ההחזקה וההעברה של שחקנים באנגליה אינה חוקית (Goldblatt, 2006). הסכר נפרץ: שכר שחקני הכדורגל באנגליה (ובמקומות רבים אחרים באירופה ומחוצה לה) הלך וגבה ונדמה היה כי 'השמיים הם הגבול' (Conn, 1998; Kuper & Szymanski, 2009). למעשה שחקני כדורגל היו לסחורה שערכה נקבע בידי השוק המקומי והשוק העולמי (Goldblatt, 2006). בעצם אין להם ברירה: מי שחפץ ויכול להיות שחקן כדורגל מקצועני צריך להתנהג על פי כללי החליפין. הסטטוס של שחקן כדורגל היה ל'מיקום' רב-ערך בהקשר של תגמולים כלכליים וחברתיים.

על סמך הספרות העוסקת בסטטוס של שחקני כדורגל, ניתן להבחין בתהליך שיש בו שלושה שלבים ברצף: השלב האחד, 'המצאת' המשחק והשחקנים; השלב השני, מיסוד המשחק עצמו ולצד זאת של מעמד השחקנים באמצעות הפיכת 'שחקן הכדורגל' למשלח-יד (התמקצעות); השלב השלישי, קביעת מסלולי ניעות פנימית.<sup>3</sup> בשורה התחתונה, תהליך עיצוב הסטטוס, ובהקשר זה אופני רכישת הסטטוס של שחקן כדורגל, מותנים במידה רבה בסביבה החברתית המקנה למשחק הזה מעין אוטונומיה יחסית.

המאמר הנוכחי עוסק בראש ובראשונה באבולוציה של הסטטוס של שחקן כדורגל בישראל החל מקום המדינה ואילך עד לזמן הזה. קורות הכדורגל בכלל ושחקן הכדורגל בפרט נבחנו בהקשר של קורות החברה הישראלית. כמו כן, בהתייחס למאמרם של יער וסמיונוב (1982), המצביעים על אי-שוויון אתני ועל מקורותיו, נבדק אמפירית שיעורם של שחקנים ממוצא 'אשכנזי' וממוצא 'מזרחי' בכדורגל הישראלי בתקופות הנידונות (ראו לעיל).

הספרות העוסקת בספורט כאירוע תרבותי נוטה לציין את הזיקה בינו לבין החלוקה האתנית בחברה מסוימת. במבט היסטורי ניתן להבחין כי קבוצות אתניות מסוימות (שחורים, בארצות הברית, ילידים בחברות קולוניאליסטיות ועוד) הודרו מהשתתפות בתחרויות הספורט בענפים שונים. הם יכלו אומנם להתחרות בינם לבין עצמם, אך לא התקבלו למועדונים של הקטגוריה ההגמונית (בדרך כלל 'הלבנים') ולא נמנו עם הנבחרות הלאומיות השונות (Jarvie, 1991; Nauright & Wiggins, 2017).

<sup>3</sup> כמעט באופן מוחלט, כאשר ספורטאי רוכש לעצמו סטטוס, הוא עושה זאת באמצעות התמחות הספורטיבית (אצן, קופץ לרוחק, מתעמל, שחקן כדור-יד, כדורסלן וכו'). את הניעות שלו ניתן לכנות כפנימית במסגרת תחום ההתמחות שלו. נדיר מאוד הוא שספורטאי בתחום מסוים ישנה את התמחותו.

הדבר נכון היה גם ביחס למשחק הכדורגל. מלכתחילה היה הכדורגל משחקם של 'הלבנים'. באנגליה למשל, רק בשנות השבעים של המאה הקודמת החלו שחקנים שחורים להתקבל למועדוני הכדורגל בליגות הבכירות ולסגל של הנבחרת הלאומית. בברזיל, בתחילת המאה ה-20, לא התקבלו שחקנים שחורים למועדוני הכדורגל של 'הלבנים'. גם קהלים בעלי מוצא אתני מסוים הודרו מאצטדיוני הכדורגל. המומנט האתני, קרי, מיעוטים ממוצאים שונים מאלה של האתניות ההגמונית (לבנה בדרך כלל), החל להתפוגג עם ההתמסחרות של הכדורגל במדינות שונות בעולם (Correia, 2023).

### הערה מתודית

מאמר זה מסתמך על מעקב אחר האבולוציה של הכדורגל בישראל החל מחידוש משחקי הליגה עם הקמת המדינה ועד (כולל) העשור השלישי למדינה, שבו חלה תמורה במעמד-סטטוס של שחקן כדורגל ישראלי: הוא הפך למשלח-יד פורמלי. בעשורים הללו שחקני כדורגל נטלו יוזמה באשר לשיפור מעמדם. היו כאלה שארזו ונסעו למדינות הים כדי לשחק כמקצוענים. אחרים איימו בהשבתת הליגה באם לא ייענו דרישותיהם החומריות. שחקני הכדורגל התאגדו והקימו 'איגוד מקצועי' בניגוד לרצונם של המוסדות הפוליטיים, למשל ההסתדרות (בן פורת, 2002; פורת ולרר, 1998). אולם כפי שיתואר בהמשך, מה שקרה לכדורגל הישראלי הוכרע על ידי סביבתו: שינויים בספירה הפוליטית והכלכלית הם שעודדו ואפשרו את התמורות שחלו בניהול המשחק הזה.

המעקב אחר השינויים בהרכב העדתי של הליגה הבכירה מסתמך על רשימות מסודרות של שחקני כדורגל החל מעונת המשחקים של 1950/1949 ועד לעונת 1975/1974 (זו עונת הכדורגל שאליה מתייחסים יער וסמיונוב), שנמסרו למחבר בידי ירון משעל.<sup>4</sup> הרשימות כוללות שמות שחקנים (שם פרטי ושם משפחה) ושמות המועדונים שבהם שיחקו בעונות הנדונות. נתונים נוספים נשאבו מחיבורו של אלישע שוחט (2006) ששקד ואסף נתונים על משחקי ליגת הכדורגל החל מעונות 1950/1949/1948 ועד לעשור הראשון של שנות האלפיים. מידע נוסף על אפיונים מסוימים של שחקני הכדורגל בעשורים הרלוונטיים נשלף ממסמכים שונים בארכיון של מכון וינגייט, בארכיון של מכב"י ע"ש יוסף יקותיאל וברארכיון במכון לבון. ניתן להניח כי הרשימות של שחקני הכדורגל מן השנים הללו מכסות (כמעט) את כל מי ששיחקו בעשורים הנדונים כאן.

הבעיה הקרדינלית שהמחקר הנדון כאן התמודד עימה, הייתה דרך המיון הדיכוטומי לקטגוריות עדתיות: 'מזרחיים' (או ספרדים) ו'אשכנזים'. כצפוי, רשימות השחקנים אינן כוללות מוצא עדתי. הבוחן היה אפוא שם המשפחה של השחקנים. לצורך זיהוי המוצא העדתי של שחקני הכדורגל בעשורים הנדונים בהמשך, נעשה שימוש בכמה מקורות הנוגעים בעניין של זיהוי שמות ומוצא עדתי (אבינרי, 1964; אשל, 1967; רוזנטל, 2018). סיוע נוסף התקבל מראיונות עם שחקנים בעיתונות הספורט וממידע אישי שאסף המחבר לאורך השנים.

<sup>4</sup> ירון משעל הוא היסטוריון ספורט.



בעשור הראשון למדינה לא נערכו מחקרים מסודרים של משלחי-היד. על יוקרתם ניתן היה ללמוד בעקיפין ממחקרים סוציולוגיים מסוימים (ליסק, 1996), וגם מן הספרות הישראלית היפה וגיבוריה באותם ימים. מאוחר יותר החל מחקר מסודר ביחס למשלחי-היד בישראל ונקבע ציונם על סולם סטטוס (להלן).

נדמה כי אין קושי רב במיון המוצא של שחקני כדורגל, בעיקר בעשור הראשון והשני למדינה, שכן מעטים בלבד עברתו את שם. על כמה קשיים בזיהוי היה צריך להתגבר בדרכים אחרות. למשל, שם המשפחה 'אשכנזי' נמצא בקרב מזרחים ובקרב אשכנזים, ולכן ההחלטה לגביו נעשתה (גם) בהקשר למועדון שאליו היה שייך השחקן (למשל, מכבי יפו נוסדה על ידי יוצאי בולגריה). קושי נוסף היה בכך שבשנים שנסקרו נמצאו שחקנים שבאותה עונה עברו מקבוצה לקבוצה ועל כן שם - זהותם העדתית - מופיע יותר מפעם אחת. מכל מקום ניתן להניח כי הטעויות בזיהוי היו זניחות, וכי בסך הכול זיהוי המוצא העדתי של שחקני הכדורגל מייצג נאמנה את שיעורם בליגה הבכירה של הכדורגל הישראלי במשך השנים, כפי שמתואר בלוחות המופיעים בהמשך.

במידה מסוימת, בדומה למתרחש במקומות אחרים, הייתה לאתניות השפעה גם על הכדורגל הישראלי. בהקשר ההיסטורי הכדורגל הישראלי נוסד על ידי 'האשכנזים', כיוון שבתקופת היישוב וראשית המדינה האתניות האשכנזית הייתה דומיננטית מבחינה כמותית ומוסדית. ברם, בכדורגל הישראלי (ובספורט הישראלי בכלל) כמעט שלא הייתה הפליה-הדרה של קבוצות אתניות מסוימות למשל, ספרדים, או בלשון הזמן הזה, מזרחים.<sup>5</sup> המומנט האתני היה קשור אמין בתהליך הקליטה של העולים ממקומות מוצא שונים בישראל ובמתרחש בכדורגל עצמו בעשורים הראשונים למדינה (בן פורת, 2002; יציב ונהון, 1969; יער וסמיונוב, 1982). כפי שיתואר להלן, במקביל לתהליך האבולוציה של הכדורגל הישראלי (תהליך ההתמקצעות שלו) עלה שיעורם של יוצאי עדות המזרח בקרב שחקני הכדורגל בליגה הבכירה: הסטטוס (הפורמלי) של שחקן כדורגל נרכש גם על ידי שחקנים מזרחים. מן המבט האתני, הרכב שחקני הכדורגל נעשה דומה עד מאוד להרכב החלוקה האתנית בחברה הישראלית.<sup>6</sup>

### עשור ראשון: תנאי מצב רזים

את תנאי המצב בעשור הראשון ובמידה רבה יחסית גם בעשור השני ניתן להגדיר כרזים, בעיקר כשמדובר בכלכלת המדינה בשנים ההן (ברקאי, 1990; הורביץ, 1975; הורביץ וליסק, 1989; הלוי וקלינוב-מלול, Gross, 1968; Levy, 1955; 1990). רזונם התבלט מאוד אל מול כמה תהליכים שהציפו את החברה הישראלית, במיוחד גלי העלייה שבתוך זמן קצר הכפילו את האוכלוסייה היהודית והעמיסו על המדינה שאלות-תביעות כבדות משקל שנדרשו להן פתרונות מידיים, כגון מגורים, תעסוקה, חינוך ובריאות (בקי, 1955; ליסק, 1999; הורביץ וליסק, 1989; סיקרון, 1957). העלייה הזו, שבחלקה לפחות הייתה למעשה הגירה, נכפתה על

<sup>5</sup> על מקרי הפליה על רקע אתני ראו פורמן, 2008.

<sup>6</sup> על פי הידוע לכותב מאמר זה, היה קשר רפה בין מה שקרה בכדורגל הישראלי לבין הקונפליקט העדתי בישראל (Smoocha & Peres, 1971), כמתואר במאמר זה, הפער נעלם בתוך זמן לא רב (בן פורת, 2002).

המדינה על ידי המדינה, אולם היא הייתה הדבר הנכון ביותר מבחינת האידאולוגיה והפוליטיקה הציונית שהנחו את הקמתה. למרות ניסיון לסנן אותה הייתה זו עלייה לא סלקטיבית (פיקר, 1999), שכללה גברים ונשים שלא ניתן היה לשתפם בשוק העבודה ובכל זאת היה צורך לקלוט אותם. קליטת העלייה הציבה בעיה כלכלית, חברתית ותרבותית.

ביחס לכל המאפיינים האחרים של החברה הישראלית דאז, המאפיין המשמעותי ביותר היה היותה של הפוליטיקה 'דומיננטית במבנה'. הפוליטיקה (כלומר, המוסדות הפוליטיים) הגדירה את דרגות החופש של הכלכלה ושל התרבות (בן פורת, 2011). בהקשר של נושא מאמר זה, הפוליטיקה קבעה כמעט לחלוטין את התנהלותם של ארגוני הספורט הארציים (הפועל, מכבי, בית"ר). הדומיננטיות של הפוליטיקה ביחס לספורט נבעה מכך שהספורט היה כפוף לאחד משלושת המרכזים הללו. מועדון כדורגל במקום מסוים, אף שלכאורה היה אוטונומי (בדרך כלל חבריו הם שבחרו את הנהלתו), התקיים בזיקה לאחד מן המרכזים הללו שבין השאר סיפק לו משאבים כלכליים (למשל, מגרש כדורגל). המרכזים הללו היו סמוכים-מחוברים לאחד מן המחנות הפוליטיים של הזמן ההוא: 'הפועל' להסתדרות (למפלגות הפועלים), 'מכבי' למפלגת הציונים הכלליים, ו'בית"ר' למפלגת חרות.

מה שקבע באופן כמעט חד-משמעי את מעמדו של שחקן הכדורגל ובמיוחד את 'התגמולים' הנובעים ממנו, היה 'עקרון החובבנות' שהוחל על כל ענפי הספורט בישראל ונתמך במרבית הסיעות בכנסת (בן פורת, 2002). מעיקרון זה גזרה ההתאחדות לכדורגל, כי אסור לשחקן לקבל תמורה כלשהי עבור השתתפותו במשחק. כמו כן אסור להעביר שחקן ממועדון למועדון בתמורה לתגמול חומרי (קלאוס, 1975). המועדון עצמו לא הוגדר כמעסיק אלא כאגודה ללא מטרות רווח. להלכה ולמעשה לשחקן כדורגל לא היה סטטוס. את פרנסתו (אם לא שירת כחייל בצה"ל) הוא הפיק מעבודה באחד מן המפעלים-ארגונים בשוק הציבורי או הפרטי. עבודה זו הגדירה את הסטטוס שלו בחברה הישראלית דאז (בן פורת, 2002).

כיוון ששחקן כדורגל לא היה מוכר כמשלח-יד אי-אפשר לקטלג אותו כסטטוס במבנה הרבוד בעשור הראשון וגם לא בעשור השני להקמת המדינה. מעט המחקרים שעסקו בריבוד או במוביליות ביחס לתקופה זו לא התייחסו לכדורגלן (טיירי, 1981; Lissak, 1969). כלומר, מי שעלה בידו להיות שחקן כדורגל בליגה הישראלית בעשור הראשון, לא היה מעורב ברכישת סטטוס במשמעות הסוציולוגית שלו. כאמור, את 'הסטטוס המסמני' שלו הוא רכש באמצעות משלח-יד שבו עסק לפרנסתו. כך למשל, מתוך ריאיון עם שייע גלזר, חלוצה הפורה של מכבי תל-אביב: "מצאנו אותו יורד מ'טייגר' גדול אחר נסיעה מעייפת מעפולה [...] הבוקר קמתי ב-4, עשיתי סיבוב לעפולה ועוד יש לי אימון היום" ('כדורגל', יוני, 1957).

בכל זאת אפשר להניח כי שחקן כדורגל היה 'סטטוס מדומיין'. שחקני כדורגל נהנו מיוקרה מסוימת — אחדים נחשבו ל'כוכבים' כמו למשל, שייע גלזר, שזכה להערצה מצד האוהדים של המועדון המסוים שבו שיחק. במקרים כאלה היה פער של ממש בין מעמדו של השחקן בשוק העבודה (הסטטוס הסוציולוגי שלו) לבין תגמולים חברתיים כגון יוקרה, שנבעו מהיותו כדורגלן במועדון שאוהדיו מחבבים אותו. במקרים מסוימים, לא רבים, 'הסטטוס המדומיין' סייע לשחקן כדורגל להשיג

עבודה נוחה : מקום עבודה שיאפשר לו למשל, לצאת לאימונים במשך השבוע או לנסוע עם קבוצתו לחו"ל לתחרות. אולם כל אלו היו אפקטים משניים. כאשר התמקצע הכדורגל, כלומר, שחקנים החלו לקבל תמורה כספית עבור השתתפותם, שחקן כדורגל היה לסטטוס של ממש.

מבחינת מעמדם בשוק העבודה מרבית שחקני הכדורגל היו שכירים עם משלחי-יד שהשכר המשולם בהם היה ממוצע ביחס לשכר של שכירים בישראל דאז. כמה מהם היו חיילים בשירות סדיר. מעטים היו עצמאים. ברשימת המקצועות של שחקני הליגה הלאומית שפורסמה ב'כיסן הכדורגל' 1958 (פז וגבאי, 1958), מופיעים משלחי-היד האלה : בעל חנות ספורט, חייל, מכונאי, נהג, טכנאי קירור, טכנאי גז, מסגר, עובד דואר, פקיד, חרט, חקלאי, עובד בתנובה, חשמלאי, סטודנט, תלמיד, כורך, יהלומן, מורה להתעמלות, מדפיס, רתך, זבן, סוחר, משתלם במשפטים, מכשירן, סוכן ביטוח, מנהל עבודה, עובד בחברת חשמל. המקצועות השכיחים בקרב שחקני הכדורגל היו : פקידות, מסגרות ומכונאות.

משלחי-היד של שחקני הכדורגל העניקו להם סטטוס נמוך : בהתאמה למודל הרבוד של רייט (Wright, 1985) מדובר במשלחי-יד שמקטלגים את מרבית השחקנים בשני מעמדות נמוכים : עובדים מיומנים ועובדים בלתי מיומנים (פרולטרים). בהתאמה לסולם של טיירי "ציוני הסטטוס הסוציו-כלכלי", המדורג החל ב-00 הגבוה ביותר, ל-99 הנמוך ביותר : הציונים של משלחי-היד של מרבית שחקני הכדורגל הם למטה מ-50 (טיירי, 1981). כך גם בהתאמה לסולם ציוני הסטטוס של משלחי-היד במחקרם של ורד והרטמן (1994), בסולם הציונים לשנת 1974 ממוקמים בעלי משלחי-היד שלעיל בחלק הנמוך יחסית של הסולם.

על סמך הדברים שהוצגו למעלה ניתן להניח כי מבחינת תגמולי ההכנסה של משלח היד שלהם שחקני הכדורגל נמנו עם המעמדות הסוציו-אקונומיים הנמוכים. בדומה למקומות אחרים בעולם גם בישראל השכלה לא הייתה תנאי מוקדם כדי להיות לשחקן כדורגל. יכולת מוכרת כשחקן הייתה חשובה יותר מכול. כך או אחרת, כדורגל בעשור הראשון למדינה היה 'שלי' אשכנזים. הפרופיל הדמוגרפי של שחקן כדורגל בליגה הבכירה היה זה : אשכנזי צעיר, יליד הארץ, או מי שעלה לפלשתינה לפני מאי 1948. אחדים מהשחקנים בליגה הבכירה היו ממוצא תימני – ילידי הארץ שהוריהם עלו לפלשתינה בדרך כלל הרבה קודם למאי 1948. הנה למשל, רשימת שחקני הנבחרת הלאומית שנסעה לשחק כנגד קבוצות כדורגל בארצות הברית באוקטובר 1948 : בנדורי, שלומזון, פרלמן, וייס, רוזנבאום, צימרמן, בוגדנוב, בן דרוך, שוולב, שפיגל, מרימוביץ, ויינברגר, ישראל, פוקס.

שנה אחת מאוחר יותר, כאשר הנבחרת הלאומית השתתפה במוקדמות 'גביע העולם' אל מול הנבחרת הלאומית של יוגוסלביה (אוגוסט, 1949), נמנו עם הנבחרת הלאומית של ישראל השחקנים האלה : חודורוב, שניאור, וייס, פוקס, שוויצר, גמבש, מרימוביץ, צ'צ'יק, ליטבק, וורמש, ווארון. גם אלה מסגל הנבחרת שלא השתתפו ממש במשחק זה - היו אשכנזים.

לא עבר זמן רב והמונופול של האשכנזים בליגה הבכירה ובליגת המשנה התכרסם : טיפין טיפין החלו צעירים מזרחים להיות לשחקני כדורגל בליגה הבכירה (שוחר, 2006, בן פורת, 2002). כמעט במקביל הולך ומתגוון ההרכב הדמוגרפי של

שחקני הכדורגל היהודים גם בליגות הנמוכות. מועדוני הכדורגל בקהילה הערבית - כולם בליגות הנמוכות - היו עדיין מבודדים: חיי הקהילה הערבית בישראל התנהלו תחת 'ממשל צבאי' שפיקח מקרוב גם על מועדוני הכדורגל שלה שנמנו עימם רק שחקנים ערבים (בן פורת, 2015). בעוד כשני עשורים תחל ניעות חוצת גבולות קהילתיים: ערבים ישחקו במועדונים יהודים ויהודים ישחקו במועדונים ערבים. יהודים וערבים ימלאו גם את סגלי הנבחרות הלאומיות של ישראל: האפקט האתני וגם הלאומי לא יהוו יותר מכשול להשגת סטטוס של שחקן כדורגל.

### עשור ראשון: הופעתו של האפקט האתני

לגורם האתני, שכאמור נמצא כבעל משמעות ברכישת סטטוס של שחקן, כלומר, להימנות עם סגל שחקני מועדון כדורגל, היה בשנים ראשונות של העשור אפקט עם שונות מצומצמת: כמעט כל שחקני הכדורגל בליגה הבכירה היו ממוצא אשכנזי, ולזה יש להוסיף כי הם היו וותיקים בישראל (ראו לעיל). תמורה בשיעור ההשתתפות של שחקנים ממוצא מזרחי בליגה בכירה החלה בערך במחצית העשור הראשון. היו כבר אז כמה מועדוני כדורגל 'אתניים': בני יהודה תל-אביב (1936), שמשון תל-אביב (1949), הפועל מחנה יהודה (1939), הפועל מרמורק (1949), מכבי שעריים (1950) ומכבי יפו (1957).<sup>7</sup> במחצית הראשונה של העשור הראשון אף אחת מהן לא נמנתה עם הליגה הלאומית (הבכירה). בשנים מאוחרות יותר המועדונים הללו הצליחו ליעלות' לליגה הלאומית ולשהות בה זמן רב יחסית עד שהכדורגל התמסחר ואילץ אותן (מחוסר משאבים) לפרוש ממנה לליגה נמוכה יותר ואף עד לכיליון.

בעקבות סמיונוב ויער יש להניח כי המשחק הזה משך את ליבם של צעירים מבני עדות המזרח כיוון שהוא אפשר 'רכישת סטטוס' בתנאים שהיו בהישג ידם: יכולות ומוטיבציה מחד גיסא, ביקוש מצד המועדונים מאידך גיסא. בעשור הראשון למדינת ישראל היה בכך משום 'רכישת סטטוס' מחוץ לדירוג 'הנורמטיבי': כאמור שחקן כדורגל לא היה ולא נמנה עם משלחי-היד הרשומים (קלאוס והרטמן, 1975; טיירי, 1981). אך כפי שצוין לעיל פעמים מספר, כדורגלן נהנה מיוקרה חברתית וכפי הנראה (למעשה, מן השמועות) אחדים נהנו גם מתגמולים כלכליים מסוימים. לצעיר ישראלי, בעיקר מן המעמדות הנמוכים, היה כדאי להיות שחקן כדורגל: בשכונה שלו ומחוצה לה העריכו אותו, מדי פעם כתבו עליו במדור הספורט בעיתון. עסקנים של המפלגות המקומיות התעניינו בו - במונחים של היום הוא מעין ידוען.

יער וסמיונוב מסכמים: "הממצאים מראים כי למוצא העדתי נודעת השפעה משמעותית על סיכויי הקריירה של שחקני הכדורגל בארץ. בראשית הדרך נמשכים צעירים מזרחים רבים יותר להזדמנות שמציע להם הכדורגל [...] אולם אחרי השלב הראשון הם מצליחים פחות מן האשכנזים להיעשות שחקנים מקצוענים ועוד פחות מכך - להעפיל לדרגות העליונות של הכדורגל" (1982, עמ' 420).

<sup>7</sup> המועדונים מכונים אתניים כיוון שהם התמקדו בקטגוריות חברתיות מסוימות: שחקנים וקהל אוהדים מבני אותו מוצא. בעצם גם מועדוני הכדורגל דאז היו 'אתניים' במובן זה שהשחקנים והקהל היו ברובם המכריע ממוצא אשכנזי. בכל זאת 'שמשון', 'בני יהודה' ואחרים בלטו באופן שבו קשרו בין מוצא למועדון (בן פורת, 2002).

מה שמתברר ממסקנתם של החוקרים הוא שהסטטוס של כדורגלנים צעירים ממוצא מזרחי היה נמוך משמעותית מציפיותיהם ובניגוד להם, צעירים ממוצא אשכנזי זכו בקלות בסטטוס המבוקש. יש לציין כי מדובר בשחקנים שכפי הנראה החלו את הקריירה שלהם בשלהי שנות השישים: מן הסתם במחלקת הנוער של המועדון המסוים ולאחר זמן מה, כשהרשימו את הנהלת המועדון והמאמנים, העפילו למחלקת הבוגרים של המועדון.

בעשור שכפי הנראה נולדו בו מרואייניהם של יער וסמיונוב, היה לרכיב האתני השפעה במובן זה (ראו לעיל) שלשחקנים ממוצא אשכנזי הייתה דומיננטיות כמעט מוחלטת בליגה הבכירה (ובמידה רבה גם בליגות הנמוכות). במשכו של העשור עולה בליגה הזו שיעורם של שחקנים ממוצא מזרחי, אך הוא עדיין נמוך ביחס לשיעורם באוכלוסייה בכלל, ראו לוח 1.

לוח 1. עשור ראשון\*: 1960-1949. שחקנים מזרחים בליגה הבכירה לפי עונה (%)

מס' שחקנים מזרחים	עונה	מס' שחקנים כללי	מס' מועדונים
14 (5%)	50/49	276	13
20 (6%)	52/51	320	12
26 (9%)	**54/53	285	12
63 (19%)	55/54	327	14
51 (19%)	56/55	257	12
50 (26%)	57/56	190	10
76 (30%)	58/57	256	12
78 (30%)	59/58	245	12
93 (36%)	60/59	261	12

\* עד לשנת 1955 נקראה הליגה - ליגה א'. החל משנת 1960 היא נקראה הליגה הלאומית.  
\*\* עונת 53/52 אינה נכללת כיוון שלא התקיימה עד לסיומה.

ההסבר הפשוט לשיעור הנמוך של שחקנים ממוצא מזרחי בליגה הבכירה מונח ב'ותק בארץ'. השחקנים שמילאו את הליגה בעשור זה היו ברובם ותיקים בישראל (עלו לפני קום המדינה). גם מעט השחקנים ממוצא מזרחי נמנו עם קטגוריית הוותיקים: כמעט כולם היו אלה שהוריהם עלו לפלשתינה מתימן כבר בשנות השמונים של המאה ה-19 ואילך (דרויאן, 1982). עם קום המדינה הייתה לקטגוריה של האשכנזים רוב מוחלט ביישוב, אך לקראת סופו של העשור הראשון, בעקבות העלייה הגדולה מאפריקה ומאסיה, שיעור האשכנזים באוכלוסייה ירד דרמטית.

בעקבות זה למועדוני הכדורגל מצטרפים יותר ויותר שחקנים ממוצא מזרחי שעלו ארצה לאחר מאי 1948.<sup>8</sup>

ההסבר המוגש כאן לעניין האפקט העדתי במשחק הכדורגל הישראלי נסמך על המצב המבני – 'ההזדמנות ההיסטורית' – בעשור הראשון. המונופול של 'האשכנזים' בעשור הראשון נבע כאמור מכך שמועדוני הכדורגל של ליגה א' שהפכה בשנת 1960 לליגה הלאומית, שכנו כולם בערים ובמושבות הוותיקות.<sup>9</sup> גם הליגה המיוחדת, הליגה הנמוכה שפולגה לארבעה אזורים (מעין ליגות ב'), כללה בעיקר מועדונים מן היישוב הוותיק, אבל גם אחדים מן היישוב היהודי החדש (בית דגן, לוד, רמלה). בעונת 1955/1956 מצטרפת (עולה) לליגה הלאומית מכבי יפו שנוסדה לא מכבר על ידי קהילת העולים מבולגריה, ובעונת 1959/1960 מצטרף לליגה הלאומית מועדון בני יהודה תל-אביב, שהקימו בעבר יוצאי תימן בשכונת בני יהודה בתל-אביב. הצטרפותם של מועדונים אלה מסבירה בחלקה את העלייה בשיעורם של שחקנים מזרחים בליגה הבכירה של הכדורגל הישראלי במחצית השנייה של עשור זה.

סימנים מובהקים נוספים להתגוונות של הכדורגל הישראלי ניתן היה לזהות בסגלים של הנבחרת הלאומית. בשנת 1948 נמנו עימה אשכנזים בלבד. כבר בשלהי העשור הראשון – כמעט במקביל למתרחש בליגת הכדורגל – החל להתגוון הרכב הסגלים של הנבחרת הלאומית, וכמה שחקנים ממוצא מזרחי מצטרפים לסגל הנבחרת הלאומית – עדיין שחקנים מן 'השבט היהודי' בלבד. המונופול של השבט הזה בכדורגל הישראלי בכלל ובסגל של הנבחרת הלאומית יסתיים בערך בעוד כעשור ומחצה.

תנאי המצב של העשור ההוא הם אלה שקבעו את האפשרויות, ובהתאם לכך, שחקנים ממוצא אשכנזי מילאו את שורות מועדוני הכדורגל. אפשר להניח כי היה פער בין הציפיות למימושן, אך ככל שהתבגר העשור נפתחו האופציות, והלכה וגברה נוכחותם של שחקנים מזרחים בליגת הכדורגל. לפוליטיזציה של הכדורגל הייתה יד בפתחת האופציות: מרכזי הספורט הארציים, שזיקתם לפוליטיקה הייתה ודאית, עשו מאמץ לכוון מועדונים נוספים, לגייס שחקנים וקהל בהנחה שתהיה לה תמיכה אמפירית, כי בכך הם מחזקים את עצמם וממילא גם את המחנה הפוליטי שהם מזוהים עימו. להלכה, לפחות, דבר לא היה צריך להפריע למנהלי המועדונים המקומיים לגייס צעירים עם פוטנציאל של שחקנים לסגל המועדון. מוצא עדתי – אשכנזי, מזרחי ומאוחר יותר ערבי – כמעט שלא שיחק תפקיד באשר לגיוס שחקנים. אגב, איש לא שאל אותם ביחס לזהותם הפוליטית – בעצם היותו שחקן של הפועל, של מכבי או של בית"ר הופגנה לפחות כלפי חוץ זהותו הפוליטית.

<sup>8</sup> לפי נתוני הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה במאי 1948 היוו האשכנזים כ-80% מסך האוכלוסייה היהודית בישראל. בסופו של העשור היוו האשכנזים 58% מהאוכלוסייה היהודית והמזרחים היוו 42%. מבחינה מתודית ההשוואה צריכה להיעשות ביחס לגברים בגילים הרלוונטיים: 18 עד 30 שנים. כפי הנראה הפער גדול יותר, מכיוון שלמשפחות של יוצאי אסיה-אפריקה היו יותר ילדים מאשר ליוצאי אירופה ואמריקה.

<sup>9</sup> בעונת 1949/1950 נמנו עם ליגה א הקבוצות האלה: מכבי תל-אביב, הפועל תל-אביב, הפועל פתח-תקווה, מכבי פתח-תקווה, בית"ר תל-אביב, מכבי חיפה, מכבי רחובות, מכבי נתניה, הפועל רמת גן, הפועל ראשון לציון, מכבי ראשון לציון, מכבי נס-ציונה.

לקראת סיומו של העשור הזה שחקני הכדורגל נוטלים את הנושא של תגמולי הסטטוס לידיים (רגליים) ובמאבק עקיף וישיר מכוונים את המסד להיותו של שחקן כדורגל משלח-יד.<sup>10</sup> תהליך זה, המכונה בספרות 'רכישת סטטוס' על שום התגמולים המסוימים הנובעים ממנו, יבשיל במלואו בעשורים הבאים בזיקה אמיצה לשינויים שחלו בסביבה הקרובה והרחוקה יחסית של הכדורגל הישראלי. דווקא בזמן שבו מתחדד המתח העדתי בישראל (סבירסקי, 1981; סמוחה, 1993) הולכת ונחלשת השפעתו של הגורם האתני בכדורגל הישראלי.<sup>11</sup>

### לוקחים את האופציות לידיים

"בשלהי חודש אוקטובר בשנת 1963 נפל דבר בכדורגל הישראלי: שמועות-הלחש שהפכו לסיפור סנסציוני באחד מעיתוני הערב באו לאשר אמת עובדתית: יהושוע גלזר, הכדורגלן המצטיין של מכבי"ל-תל-אביב ונבחרת ישראל חתם באופן סופי על העברתו לשורות הכדורגל המקצועני, תוך הסכמה ללבוש את חולצת הקבוצה התורכית פנרבחצ'ה מאיסטנבול" (בן פורת, 2002, עמ' 138). גלזר שוכנע וויתר. יש האומרים כי לשכנוע הצטרף גם תגמול חומרי, אך אין לכך עדויות של ממש. ככל הידוע, גלזר המשיך לשמש נהג בחברת אגד.

שחקני הכדורגל בליגה הבכירה (עדיין ללא הכרה כמשלח-יד) החלו להרגיש כי מעמדם - או למעשה חוסר מעמדם - מקפח אותם. בשנות השישים החלה התאוששות בכלכלה הישראלית (אהרוני, 1991; לוי-פאור, 2001). חבריהם - בני דורם - החלו לשפר את מעמדם באמצעות משלחי-יד ששכרם בצידם בעוד שהם, המחויבים לכדורגל, אינם יכולים לעשות זאת. מצבם של שחקני כדורגל בישראל בשנות השישים היה פשוט למדי: כמעט ובלתי אפשרי היה ששחקן כדורגל העובד למחייתו שישה ימים בשבוע (או משרת בצבא), ירכוש כלים כגון השכלה, שישפרו את מעמדו בשוק העבודה, בשעה שהוא נדרש להתאמן ולשחק מדי שבוע בשבוע. כמה שחקנים בחרו לעשות מעשה: לנטוש את מועדונם, לצאת ולשחק במועדון בחו"ל במעמד של שחקן מקצועני - לעשות לביתם (כרמי ובן פורת, 2022).

רפי לוי, שחקנה של מכבי תל-אביב ושל נבחרת ישראל, נסע לשחק בדרום אפריקה תמורת תשלום. למקורביו אמר כי משכורתו כעובד במוסד דן אינה נאותה (פורת ולרר, 1998). שחקני כדורגל ישראלים בחרו "להגר" זמנית כדי לשחק בחו"ל במעמד של שחקן מקצועני. משה חלדי, שחקנה של הפועל פתח-תקווה, יהושוע גאייר גם הוא שחקן של הפועל פתח-תקווה, מישל פורטל, שחקנה של הפועל חיפה ואחרים, ארזו את חפציהם ונסעו לשחק בחו"ל כדי לשפר את מצבם הכלכלי. שחקנים אחדים התעמתו עם מועדונם בדרישה לקבל תגמול חומרי עבור השתתפותם במשחקים. האגינדה הסמויה לכאורה הייתה להפוך את שחקן הכדורגל למשלח-יד המפרנס את בעליו.

<sup>10</sup> בראשית העשור הראשון היו שמועות כי שחקני כדורגל מקבלים הטבות חומריות: מקום עבודה נוח, תשלומים 'מתחת לשולחן'. למעשה, רק מעטים נהנו מתגמולים אלה, כיוון שלמועדונים לא היו משאבים עצמאיים. לקראת העשור השני חלו שינויים ביחס לתגמולים החומריים לשחקנים עד כדי כך שרבים מהם התפרנסו מן הכדורגל (בן פורת, 2002; Carmi & Levy, 2023).

<sup>11</sup> כולל שיתופם של שחקני כדורגל ערבים במועדוני כדורגל יהודיים ובסגלי הנבחרת הלאומית.

המשבר היה מבני, ובדיעבד ניתן לבאר זאת כך: שחקני הכדורגל (בעיקר מהליגה הבכירה) הבינו כי כדי לשפר את מצבם עליהם לטפל במבנה, כלומר, בתנאי המצב המגבילים את התנהגותם. על הפרק עלה המעמד החובבני של משחק הכדורגל. ההתאחדות לכדורגל הבינה כי 'יש בעיה' - מחוצה לה (לעיתים ממש למטה, בחצר של משרדה) החל להתרקם 'שוק שחקנים': נציגי מועדונים ניהלו משא ומתן על מכירת ורכישת שחקנים (פורת ולרר, 1998). זו הייתה ראשיתו של מהלך שלימים יגדיר את שחקן הכדורגל כסחורה בת חליפין (בן פורת, 2002). במקביל להיווצרותו של שוק שחקנים מקומי נמשך הטפטוף החוצה: שחקנים פורשים ונוסעים לשחק בחו"ל כמקצוענים, כלומר, כדי להתפרנס. לעדתיות לא היה אפקט מבדיל כאשר לפער הציפיות נמצא פתרון 'מחוץ לקווים': שחקנים ממוצא אשכנזי ושחקנים ממוצא מזרחי נטשו את מועדוניהם ונסעו לשחק בחו"ל במעמד של מקצוענים ואין מי שיבלום את "ההגירה".

אחד מתנאי המצב המגביל, קריטי מבחינת עיצוב הסטטוס של שחקני הכדורגל, היה (ועדיין) עקרון החובבנות. תנאי שני חמור במיוחד בתקופה ההיא היה הזיקה הפוליטית של המועדון המסוים שבין השאר הגבילה את המוביליות המקצועית של השחקנים. שני תנאים מגבילים אלה היו קשורים זה בזה – הפוליטיזציה של הכדורגל אימצה את עקרון החובבנות מנימוקים אידאולוגיים וכלכליים. שחקני הכדורגל התאגדו והתמקדו בחוליה המטרידה, עקרון החובבנות. בעצם, שחקני הכדורגל החלו לערער על 'מצב הסטטוס' שלא היה קיים פורמלית באמצעות מאבק על התגמולים. המאבק על התגמולים היה השלב הראשון של מיסוד הסטטוס של שחקן - הפיכתו למשלח-יד בליווי התגמולים הפורמליים (למשל, ביטוח לאומי) הנובעים ממעמד זה.

בעשור השני החלו היחסים בין השחקנים למועדונים לקבל דפוס של יחסי עובד-מעביד, עדיין ללא גושפנקה פורמלית. שחקנים בליגה הבכירה בישראל הצליחו לשפר את מעמדם הכלכלי עד כדי כך שעבור רבים מהם היה הכדורגל למקור פרנסתם. בינואר 1972 דווח בעיתונות כי חקירת מס הכנסה העלתה ששכרו של כדורגלן בישראל נע בין 800 ל"י ל-2000 ל"י ברוטו לחודש. בשנים ההן היה זה שכר מכוּבד יחסית (פורת ולרר, 1998). התגמולים הללו חרגו ממה שהותר אז לשלם על פי תקנון של ההתאחדות לכדורגל שכבר נכנעה לפחות חלקית לדרישות השחקנים ובעצם הכירה דה-פקטו בשחקן כדורגל כמשלח-יד. מהיכן בא הכסף? כפי הנראה ממרכזי הספורט הארציים ומתורמים אנונימיים. למועדונים לא הייתה ברירה: אם לא ירכשו שחקנים בעלי יכולת מוכחת, קהל האוהדים יבוא עימם חשבון. אל נוכח הביקוש לשחקנים חל שינוי בניעותם: אם עד כה מוסגרה הניעות של שחקני כדורגל במועדונים השייכים לאותו מרכז ארצי, עכשיו היא החלה לחצות גבולות. היה לזה גם אפקט 'מוחק' של מוצא-עדתי: כישוריו של שחקן הכדורגל ומחירו בשוק השחקנים היו לגורם אולטימטיבי ביחס לרכישת הסטטוס ולניעותו.<sup>12</sup>

<sup>12</sup> שני חוקרים גדי יציב ויעקב נהון (1969) מוסרים כי בשנת 1969 דיווחו למעלה ממחצית השחקנים שנחקרו על הכנסה של יותר מ-500 ל"י לחודש. 70% מהם התרכזו בקטגוריות השכר בין 350 ל"י ל-700 ל"י לחודש, בהשוואה ל-45% מכלל האוכלוסייה הרלוונטית. למוצא האתני של השחקן לא היה אפקט של ממש.



באשר לאפקט האתני, בשלהי העשור הראשון (ראו לעיל) ניתן היה להבחין בגידול מרשים של שחקנים ממוצא מזרחי בליגה הבכירה בישראל, אך עדיין היה הפער ברור. בעשור השני נסגרו הפערים : שיעור השחקנים המזרחיים התאזן ביחס לזה של האשכנזים, ראו לוח 2.

לוח 2. עשור שני : מספר שחקנים מזרחים בליגה הבכירה לפי עונה (%)

מס' שחקנים מזרחים	עונה	מס' שחקנים כללי	מס' מועדונים
110 (42%)	1961/1960	260	12
114 (36%)	1962/1961	315	13
123 (48%)	1963/1962	255	12
192 (56%)	1964/1963	342	15
176 (51%)	1965/1964	346	16
186 (57%)	1966/1965	329	16
242 (48%)	*1968/1966	506	16
182 (50%)	1969/1968	365	16
175 (48%)	1970/1969	367	16

\*עונת 1967 לא התקיימה בשלמותה עקב מלחמת ששת הימים.

הנתונים בלוח 2 מדווחים כי בעשור השני הסתיימה ההגמוניה של האשכנזים על כר הדשא. אין בידינו נתונים מסודרים באשר להרכב הדמוגרפי בניהול המועדונים ומוסדות ההתאחדות, אך ניתן להניח כי גם שם עלה שיעורם של המזרחים. בשנים הללו, יש לציין, החלה גם 'נזילה' של שחקנים ערבים למועדוני כדורגל יהודיים ולנבחרת הלאומית. בעשורים הבאים יגבר הזרם לשני הכיוונים : שחקנים ערבים במועדוני כדורגל יהודיים, ושחקנים יהודים במועדוני הכדורגל הערביים.

בעשור הזה נדחק עקרון החובבנות (אך לא בוטל) אל מחוץ לניהול הכדורגל הישראלי. למעשה, אם כי באורח בלתי רשמי, שחקן כדורגל נחשב כבר כמשלח-יד, היינו, הכדורגל היה לשדה פעילותו העיקרי שממנו פרנסתו. שום גורם לא החליט באופן פורמלי ששחקן הוא משלח-יד. הביטוח הלאומי שבין השאר מטפל (גם) ברווחתם של שכירים, קרי, מי שמוכרים כבעלי משלח-יד, ועל כן צריכים לשלם דמי ביטוח ולהפריש כספים עבור קופת תגמולים, התעלם. לאמיתו של דבר, הכול הכירו דה-פקטו במשלח-יד של שחקן כדורגל. אפילו במדורי הספורט של העיתונות היומית הפסיקו להוסיף ליד שמו של שחקן את מקצועו 'האזרחי' (בן פורת, 2002).

כבר בשלהי העשור הקודם, ובמלואו בעשור זה, רכשו גם בני עדות המזרח סטטוס של שחקני כדורגל. לא סטטוס מדומיין אלא מלא. כזה המעניק לבעליו תגמולים חומריים חברתיים ופסיכולוגיים מסוימים. למעשה, ההרכב הדמוגרפי של שחקני הכדורגל השתווה להרכב הדמוגרפי שאפיין אז את כלל החברה הישראלית.

בעשור הזה נקבע ועוצב הסטטוס של שחקן כדורגל. נקבעו בו התגמולים הנובעים מן הסטטוס הזה, בעיקר התגמול החומרי 'שיקפיץ' בעתיד הקרוב את השחקן בסולם המעמדות בחברה הישראלית.<sup>13</sup> בעשור הזה, בעיקר בשל כינונו (עדיין לא פורמלי) של שוק שחקנים ובשל התרחבות ליגות הכדורגל (עליית הביקוש), האפקט של המוצא האתני – גם ביחס לשחקנים ערבים - התאפס.

### סטטוס תלוי הזדמנות היסטורית

לקראת שלהי שנות השמונים ואילך מתעצם תהליך הקפיטליזציה של החברה הישראלית (אלכסנדר, 1991; ביכלר וניצן, 2002; בן בסט, 2001; בן פורת, 2011; לוי-פאור, 2001). בקצרה, הכלכלה היא כעת הערכאה הכלכלית הדומיננטית במבנה, והשוק הוא המחונן המרכזי של החליפין בין סחורות ושירותים. הערכאה הפוליטית לא נעלמה אך נסוגה: השפעתה עדיין משמעותית אך בסדר החברתי הנוכחי דרגות החופש שלה מונחות על ידי הערכאה הכלכלית. להלכה ולמעשה, ישראל הייתה לחברה קפיטליסטית על כמעט כל מה שנגזר ממצב זה ביחס להתנהגות של מוסדותיה, ארגוניה ואוכלוסייתה. מוסד הספורט היסס, אך אל נוכח התרוששותם של מרכזי הספורט הארציים, שבעבר סיפקו משאבים למועדונים, נאלצו המועדונים להשיג משאבים כדי לשרוד. הכדורגל, ענף הספורט הפופולרי ביותר ויהבזבזן ביותר, נאלץ, כך ממש, לשנות את פניו, להתארגן מחדש כדי להתאים את עצמו למצב החדש. ההשפעה של השינויים במבנה החברתי בכלל ובזה של מועדוני הכדורגל בהתאם על מעמדו של שחקן כדורגל בישראל הייתה דרמטית, במיוחד באשר לאופן רכישת הסטטוס שלו ולתגמולים הנובעים ממנו.

'עולם הכדורגל', כפי שנהוג לכנות את המרחב של המשחק הזה, כבר היה בעיצומו של מהפך בכל אחד מאיבריו, הכול (כמעט) היו לסחורה בת חליפין: מועדונים נמכרים ונרכשים על ידי בעלי הון מקומיים וזרים (Conn, 1998; Kuper, 2009; Millward, 2012; Szymanski, 2009). התשלומים בשוק השחקנים המקומי והבין-לאומי מרקיעים לשחקים. מועדון כדורגל הפך לתאגיד שהישגי קבוצתו על הדשא הירוק נמצאים בקורלציה אמיצה עם המשאבים הכלכליים שלו. לאמיתו של דבר קיומו של מועדון כדורגל, בין שמדובר בהישארותו בליגה המסוימת ובין שממש בכיליונו, תלוי במה שיש בקופתו או בזו של בעליו. כך בעולם, כך בישראל בזמן הזה. בשורה התחתונה, הכדורגל – על כל רכיביו – היה לסחורה גלובלית (Ben Porat & Ben Porat, 2004).

בראשית שנות התשעים החל מהפך עמוק בכדורגל הישראלי - הוא נהיה למסחרי. מועדוני כדורגל שעד כה היו בבעלות של אגודה ציבורית ובחסות של מרכזים ארציים בזיקה פוליטית, עברו לבעלות של אנשים בעלי הון פרטי (בן פורת, 2016). ההתמסחרות של הכדורגל הישראלי שינתה והעצימה את הסטטוס של שחקן כדורגל. היא העניקה לו 'תחום הזדמנויות' שבתנאים מסוימים אבל נוחים אפשר לו לנהל את הקריירה שלו בעצמו (בסיוע סוכן ועורך דין), כשהוא זה שמארגן את מכירת

<sup>13</sup> קודם שהיה שחקן הכדורגל משלח-יד מוכר, ניתן היה להגדיר את הסטטוס של שחקן הכדורגל 'כלא מאוזן': נובעת ממנו יוקרה ציבורית גבוהה יחסית וגם תגמולים פסיכולוגיים מסוימים, ברם, התגמול החומרי אם ישנו, עלוב. ההכרה הפורמלית במשלח-היד איזנה את הסטטוס. מאוחר יותר, בשנות התשעים ואילך, הרכיב החומרי הנובע ממשלח-יד זה מאפיל ממש על הכול.

כישורו הספציפי ב'מחיר השוק'. כיוון שכאמור לעיל המאפיין המיוחד של שחקן כדורגל הוא שהוא בחזקת רנטה, התחרות על מקום בסטטוס כמעט סגורה. ההתמסחרות של הכדורגל בישראל ממגנת ומבטיחה את קיומו ואת המשכיותו של הסטטוס הזה ואת תגמוליו.

השינוי הדרמטי, כך ממש, בתגמולי הסטטוס של שחקן כדורגל חל בזה הכספי. מועדוני כדורגל בישראל אינם חייבים להציג בפירוט את שכרם של שחקניהם (הם חייבים למסור זאת לידי 'הרשות לבקרה תקציבית'), אבל מידע שזולג לתקשורת מאפשר לציבור לקבל נתונים קרובים למציאות. כך למשל התפרסם בבלכליסט ב-8 באפריל 2013, כי 36% משחקני ליגת העל משתכרים (ברוטו) עד 50,000 שקל בשנה. 53 שחקנים משתכרים בין 50,001 לבין 100,000 (ברוטו) לשנה. 63 שחקנים בין 100,001 ל-200,000 שקלים (ברוטו) לשנה. 61 שחקנים משתכרים בין 200,001 ל-300,000 שקלים (ברוטו) לשנה. 36 שחקנים מרוויחים בין 300,001 ל-400,000 שקלים (ברוטו) לשנה.<sup>14</sup> באותו מקום נמסר כי על סמך נתונים שפרסמה הבקרה התקציבית 30 (5%) שחקנים משתכרים יותר ממיליון שקלים ברוטו לשנה, ו-14 (2%) שחקנים משתכרים למעלה משני מיליון שקלים (ברוטו) לשנה. כמה מהם משתכרים בין שלושה לחמישה מיליון שקלים (ברוטו) לשנה.<sup>15</sup> לזה יש להוסיף, כי בהתאם לחוזה המסוים, שחקן כדורגל נהנה בדרך כלל גם מ'מענק חתימה', פרמיות אישיות, מענקי אליפות ועוד (דהן, 2003).

התגמול הזה של סטטוס השחקן אינו נרגע: בעונת 2015-2016, 63 שחקנים השתכרו מעל מיליון שקל (ברוטו) בשנה. שנה קודם לכן נמנו 54 שחקנים מיליונרים, ובשנה שקדמה לה 44 מיליונרים. בשנים האחרונות שכר השחקנים הבכירים – ישראלים וזרים – נקבע במטבע זר: היורו. הפערים בין הבכירים לזוטרים גדלים.<sup>16</sup> לא הכול גלוי בפני הציבור ואפשר שמה שנמסר הוא חלקי בלבד, וכי ישנן עוד הטבות הרשומות באותיות הקטנות של החוזה המסוים. אומנם רק שיעור מסוים של שחקני כדורגל ישראלים המשחקים בליגה המקומית, נהנים מ'מעמד' של מיליונרים. שחקנים רבים אינם זוכים למעמד כזה, אך בכל זאת שכרם (הממוצע) עולה על שכרו של שכיר שהשכלתו גבוהה משלהם.<sup>17</sup>

מה שניתן להסיק מתגמולי הסטטוס של שחקן כדורגל ישראלי בזמן הזה הוא שבפועל הוא חווה מוביליות משמעותית כלפי מעלה. במונחים של המודל של אריק רייט (ראו לעיל), מהעשור הראשון ועד לעשור השביעי שחקן כדורגל פלוני נע ממעמד העובדים (הפרולטריון) למעמד של פועלים מיומנים-מקצוענים. מאז, הפיכתו לשחקן מקצועני 'הקפיצה' אותו למעמדות הגבוהים. במונחים של אסכולת ובר, בלוח ציוני סטטוס סוציו-כלכלי (טיירי, 1981), שחקן כדורגל טיפס מסימול של סטטוס

<sup>14</sup> בליגת העל משתתפים בערך כ-300 פלוס שחקנים בעונה.

<sup>15</sup> על פי נתונים של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה שכרו הממוצע של שכיר בשנת 2013 היה 9,204 ברוטו לחודש.

<sup>16</sup> בן משה וזוסמן (2005) מציינים כי הפער בשכר בקרב שחקני הכדורגל המקצוענים בעשור ראשון של המאה הזו, היה 0.596 (מדד גיני), בה בשעה שהפער בקרב שכירים ישראלים בגילים שבין 18-35 (מקביל לגילם של שחקני כדורגל) היה 0.34.

<sup>17</sup> על פי נתוני הלמ"ס, בזמן ההוא שכרם הממוצע של בעלי תואר ראשון היה 10,000 שקלים ברוטו לחודש. מנהל בעל תואר אקדמי השתכר (בממוצע) 16,000 שקלים ברוטו לחודש.

סוציו-כלכלי 50 ומטה לסימול של סטטוס סוציו-כלכלי של בערך 20 ומעלה: מעבר ממעמד נמוך לבינוני ואף לגבוה מזה. סולם ניעות של שחקן כדורגל רגליו על הארץ וראשו בשמיים: מי שהמצליח להגיע למעלה, נהנה היטב משני תגמולי סטטוס - שכר ויוקרה. במקביל, גורמים אחרים שנחשבים בספרות ובמחקר הסוציולוגי כבעלי השפעה על 'רכישת סטטוס' כמו למשל, מוצא אתני, מוצא לאומי ועוד, נעשו במשך הזמן ללא רלוונטיים כאשר מדובר ברכישת סטטוס של שחקן כדורגל.

### לסטטוס יש קביעות

בין מצב הסטטוס של שחקן כדורגל בעשור הראשון והשני למדינת ישראל לבין 'מצב הסטטוס' שהתקבע בשלהי שנות השמונים ואילך המרחק רב. למעשה, כבר בעשור הראשון הייתה לשחקן כדורגל 'הילה': קהל האוהדים של המועדון המסוים ביטא את הערכתו בזמן המשחק עצמו וגם מחוצה לו. גם מדורי הספורט בעיתונות היומית 'דיברו' עליו: כתבו על תרומתו למשחק המסוים והציגו את תמונתו במסגרת הכתבה. היו אז שחקנים שההערכה אליהם חצתה גבולות: חלוץ מסוים ממכבי זכה להערכה מאוהדי הפועל (למשל, שיע גלזר). שוער מסוים מן הפועל זכה להערכה מאוהדי מכבי (למשל, יעקב חודורוב). האהדה הסלקטיבית של קהל האוהדים נעצרה ביחס למשחקי הנבחרת הלאומית: כאשר זו שיחקה 'כל העם עמד מאחוריה'. נדמה כי לשחקן כדורגל היה 'סטטוס מדומיין' - הוא זכה להערכה מצד אוהדי הכדורגל וכפי הנראה גם לסיפוקים מסוימים שנבעו מעצם השתתפותו במשחק. אבל סטטוס במובן הסוציולוגי נמנע ממנו. משלח-היד שעליו פרנסתו היה שונה ומתגמל בקמצנות. בשורה התחתונה, בגלל 'תחום ההזדמנות ההיסטורי' של תקופת העשור הראשון, הציפייה לרכוש סטטוס של שחקן הייתה נקייה מתגמולים חומריים. בשלהי שנות השישים חלים כמה שינויים בכדורגל הישראלי שתהיה להם השפעה קריטית על מצב הסטטוס של שחקן כדורגל. שחקנים נוטלים יוזמה (נוטשים לחו"ל, מקימים איגוד שחקנים ועוד) כדי לשנות את המגבלות המבניות המצרות את כינונו של סטטוס פורמלי: להפוך את מצב השחקן למצב של משלח-יד המפרנס את בעליו.

כרסום החובבנות עד כדי ביטולה ייצב את הסטטוס של שחקן הכדורגל וממילא את התגמול החומרי הנובע ממנו. בעקבות השינויים במבנה החברתי השובב של משחק הכדורגל ששינו גם את פניו, תהליך 'רכישת הסטטוס' קיבל גם הוא פנים חדשות. ההתמסחרות של הסטטוס הסירה מהתהליך הזה את המגבלות שהקשו על תהליך רכישת הסטטוס. כלל ועיקר, מוצא אתני ולאומי כבר אינו ממלא תפקיד של ממש בתהליך זה. הסרת המגבלות הללו צמצמה עד כמעט לאפס את הפער בין הציפיות להיות שחקן כדורגל לבין מימושן. אומנם תנאי מוקדם הוא הרנטה המגדירה את השחקן, אך כאשר זו מוכחת, אופציות רבות נפתחות לפניו.

כבר לפני כמה עשורים שחקני הכדורגל 'נבעטו למעלה'. מי שרכש סטטוס 'עלה' על מעין סרט נע: מוביליות פנימית בתוך הסטטוס, כשבכל שלב של התגמולים והמצב המעמדי מתעצמים. בחברה הישראלית בת זמנו, הקפיטליסטית, אך עמוסת רגולציות והטיות, רכישת סטטוס של שחקן כדורגל היא 'עיוורת זהויות': אם יש לך את זה, שוק השחקנים יפתח בפניך את תהליך רכישת הסטטוס, ומכאן ואילך, רבים הסיכויים כי תיבעט למעלה.

## מקורות

- אבינרי, יי (1964). *יד הלשון*. יזרעאל.
- אהרוני, יי (1991). *הכלכלה הפוליטית בישראל*. עם עובד.
- איזנשטאדט, ש״י (1993). *החברה הישראלית : רקע, התפתחות ובעיות*. מאגנס.
- אלכסנדר, אי (1991). *כוח ושוויון בכלכלה*. הקיבוץ המאוחד.
- אשל, מ״י (1967). *שמות משפחה בישראל*. פנינת הספר.
- בהרל, אי (1965). *השפעת ההגירה ההמונית על השכר בישראל*. מכון פאלק למחקר כלכלי בישראל.
- ביכלר, שי וניצן, יי (2000). *מרווחי מלחמה לדיבידנדים של שלום*. כרמל.
- בן משה, אי וזוסמן, ני (2005). *שוק העבודה של כדורגלנים בליגת העל בישראל*. *הרבעון הישראלי למיסים, ל״א, 124, 19-86*.
- בן בסט, אי (2001). *ממעורבות ממשלתית לכלכלת שוק*. עם עובד.
- בן פורת, אי (2002). *ממשחק לסחורה הכדורגל הישראלי, 1948-1999*. המרכז למורשת בן-גוריון.
- בן פורת, אי (2011). *כיצד נעשתה ישראל קפיטליסטית*. פרדס.
- בן פורת, אי (2015). *קווי בונו : ערבים, כדורגל, מדינה*. *גימעה, כ״ב, 55-92*.
- בן פורת, אי (2016). *מדוע זה ככה : הכדורגל הישראלי אז והיום*. בתנועה ודעת – המכללה האקדמית בוינגייט.
- בקי, ר׳ (1955). *ההתפתחות הדמוגרפית של ישראל*. *רבעון לכלכלה, 8, 379-392*.
- ברקאי, חי (1990). *ימי בראשית של המשק הישראלי*. מוסד ביאליק.
- דהן, מ׳ (2003). *ראש לשועלים או זנב לאריות : אי השוויון בליגת העל בכדורגל*. האוניברסיטה העברית, בית הספר למדיניות ציבורית.
- דרוואן, ני (1982). *חלוצי העלייה מתימן : פרקים בהתיישבותם, 1914-1918*. מכון בן צבי.
- הורביץ, די (1975). *חיים במוקד*. מסדה.
- הורביץ, די וליסק, מ׳ (1989). *מצוקות באוטופיה*. עם עובד.

- הלוי, נ' וקלינוב-מלול, ר' (1968). *ההתפתחות הכלכלית של ישראל*. בנק ישראל.
- ובר, מ' (1985). מעמד, סטטוס, מפלגה. בתוך נ' רוט-הלר ונווה, נ' (עורכים), *היחיד והסדר החברתי* (עמ' 322-345). עם עובד.
- טיירי, א' (1981). סטטוס תעסוקתי סוציו-כלכלי בחברה הישראלית. *מגמות*, כ"ז (1), 21-7.
- יער, א' וסמיונוב, מ' (1982). פער עדתי בביה"ס ובספורט לאור תיאוריית מצבי הציפייה. *מגמות*, כ"ז (4), 412-424.
- יציב, ג' ונהון, י' (1969). *מחקר חברתי על הכדורגל בישראל*. משרד החינוך והתרבות.
- כרמי, א' ובן פורת, א' (2022). יורדים מן המגרש הביתי: על כדורגלנים יורדים בשני העשורים הראשונים לקיומה של המדינה. *קתדרה*, 180, 115-144.
- לוי-פאור, ד' (2001). *היד הלא נעלמה. הפוליטיקה של התינועש בישראל*. יד בן צבי.
- ליסק, מ. (1996). צפיות למוביליות חברתית ובחירת מקצוע בקרב נוער עירוני בישראל. *הסתדרות*, 4, 2-40.
- ליסק, מ' (1999). *העלייה הגדולה בשנות החמישים כשלונן של כור ההיתוך*. מוסד ביאליק.
- מטלון, ר' (2011). *קרוא וכתוב*. הקיבוץ המאוחד.
- סבירסקי, ש' (1981). *לא נחשלים אלא מנוחשלים*. ברירות.
- סיקרון, מ' (1957). *העלייה לישראל 1948 עד 1953*. מרכז פאלק למחקר כלכלי בישראל והלשכה המרכזית לסטטיסטיקה.
- סמוחה, ס' (1993). שסעים מעמדיים, עדתיים ולאומיים ודמוקרטיה בישראל. בתוך א' רם (עורך), *החברה הישראלית: היבטים ביקורתיים* (עמ' 172-202). ברירות.
- פורת, י' ולרר, מ' (1998). *ספורט 50*. מעריב.
- פורמן, ב' (2008). "א"י הראשונה מול א"י השנייה" – המקרה הפומבי הראשון של קיפוח אתני ועדתי בכדורגל הישראלי במדינת ישראל. *בתנועה*, ט (1), 98-111.
- פז, י' וגבאי, י' (1958). *כיסן כדורגל: 1958*. אפלויג יעקב.
- פיקר, א' (1999). ראשיתה ששל העלייה הסלקטיבית בשנות החמישים. *עינים בתקומת ישראל*, 9, 338 – 394.

- פרס, יי (1976). *יחסי עדות בישראל*. ספרית פועלים.
- קלאוס, עי (1975). שחיתות ואלימות בספורט והמציאות הישראלית. *עבריינות וסטייה חברתית*, ג(2), 22-31.
- קראוס, וי והרטמן, מי (1994). שינוי ביוקרת המקצועות בישראל, 1974-1989. *מגמות, ליו(1)*, 78-87.
- רוזנטל, רי (2018). *כל מה שרצית לדעת על שמות המשפחה ולא העזת לשאול*  
Rubick.co.il/2018/149918
- רון, יי (2002). העיסוק המקצועני בכדורגל בקרב גברים יהודים בישראל כמסלול למוביליות חברתית. חיבור לקבלת התואר "מוסמך" בפקולטה למדעי הרוח והחברה. באר שבע: אוניברסיטת בן גוריון.
- ריצר, גי (2006). *תאוריות סוציולוגיות מודרניות*. האוניברסיטה הפתוחה.
- שוחט, אי (2006). *100 שנות כדורגל (1906-2006)*. הוצאה עצמית.
- Ben Porat, A. (1989). *Divided we stand*. Greenwood Press.
- Ben Porat, G., & Ben Porat, A. (2004). (un)bounded soccer: Globalization and localization of the game in Israel. *International Review of the Sociology of Sport*, 39, 421-436.
- Birley, D. (1993). *Sport and the making of Britain*. Manchester University Press.
- Blau, P. M., & Duncan, O. D. (1967). *The American occupational structure*. Willy.
- Bryson, A., Frick, B., & Simmons, R. (2012). The returns to scarce talent: Footedness and player remuneration in European soccer. *Journal of Sport Economics*, 14(6), 606-628.
- Carmi, U., & Levy, M. (2023). Class, capital and social mobility: Israel football in Egged Transport Cooperation. *Soccer & Society*, 24, 1141-1153.
- Correia, M. (2023). *A people's history of soccer*. Pluto Press.
- Duncan, O. D., Featherman, D. L., & Duncan, B. (1972). *Socioeconomic background and achievement*. Seminar Press.

- Erikson, R., & Goldthorpe, J. H. (1992). *The constant flux: A study of class mobility in industrial societies*. Clarendon Press.
- Featherman, D. L., Jones, F. L., & Hauser, R.M. (1975). Assumptions of social mobility research in the US: The case of occupational status. *Social Science Research*, 4, 329 -360.
- Goldblatt, D. (2006). *The ball is round*. Greenfield.
- Goldthorpe, J. H., Lewellyn, C., & Payne, C. (1980). *Social mobility and class in modern Britain*. Clarendon Press.
- Goldthorpe J. H., & Payne, C. (1986). Trends in intergeneration mobility in England and Wales, 1972-1983. *Sociology*, 20, 1, 1-24.
- Gross, N. (1990). Israeli economic policies, 1948-1951: Problems of evaluation. *Journal of Economic History*, 50(1), 67-83.
- Gursky, D. L. (2011). Theories of stratification and inequality. In G. Ritzer & J. M. Ryan (Eds.), *The concise encyclopedia of sociology* (pp. 622-624). Blackwell,.
- Gursky, D. L. (2014). *Social stratification, class, race and gender in sociological perspectives*. Westview.
- Harvey, A. (1999). Football missing link: The real story of the evaluation of modern football. In A. Mangan (Ed.), *Sport in Europe* (pp. 91-116). Frank Cass.
- Hauser, R. M. (1978). A structural model for the mobility table. *Social Forces*, 56, 919-953.
- Hodges, H. M. (1964). *Social stratification class in America*. Schenkman.
- Jarvie, G. (Ed.). (1991). *Sport, racism and ethnicity*. Routledge.
- Kerckhoff, C. A. (1976). The status attainment process: Socialization or allocation? *Social Forces*, 55(2), 338-368.
- Kuper, S., & Szymanski, S. (2009). *Soccernomics: Why England loses, why Germany and Brazil win, and why the US, Japan, Australia, Turkey - and even Iraq - are destined to become the kings of the world's most popular sport?* Nation Books.



- Levy, E. (1955). *Israel economic survey, 1953-1954*. Jewish Agency for Palestine.
- Lissak, M. (1969). *Social mobility in Israeli society*. Hebrew University Press.
- Mangan, A. (1988). *The games ethic and imperialism*. Frank Cass.
- Merton, R. K. (1968). *Social theory and social structure*. Free Press.
- Millward, D. (2012). New football directors in the twenty-first century: Profit and revenue in English premier league's transnational age. *Leisure Studies, 1*, 1-16.
- Nauright, J., & Wiggins, D., K (2017). *Routledge handbook of sport, race and ethnicity*. Routledge.
- Poulantzas, N. (1975). *Classes in contemporary capitalism*. New Left Books.
- Przeworski, A. (1977). From proletariat into class: The process of class formation from Karl Kautsky's the class struggle to recent debates. *Politics and Society, 7*(4), 343-401.
- Robinson, J., & Clegg, J. (2018). *The club*. Mariner Books.
- Samuel, J. (2008). *The beautiful game is over*. UK book Guild Publishers.
- Semyonov, M. (1986). Occupational mobility through sport: The case of Israeli soccer. *International Review for the Sociology of Sport, 12*(1), 12-33.
- Semyonov, M., & Yaar, E. (1981). Professional sports as an alternative channel of social mobility. *Sociological Inquiry, 51*(1), 47-53.
- Smoocha, S., & Peres, Y. (1971). The dynamics of ethnic inequalities: The case of Israel. *Social Dynamics, 1*, 63-79
- Sorokin, P. (1959). *Social and cultural mobility*. Free Press.
- Struss, A. L. (1971). *The contexts of social mobility: Ideology and theory*. Aldine.
- Sunders, P. (1990). *Class and stratification*. Routledge.

- 
- Szymnanki, S., & Kuypers, T. (2000). *Winners and losers*. Penguin.
- Swell, W. H., & Hauser, R. M. (1972). Causes and consequences of higher education model of status attainment. *American Journal of Agricultural Economics*, 54, 851- 861.
- Treiman, D. J., & Terrel, K. (1975). Sex and the process of status Attainment: A Comparison of working women and men. *American Sociological Review*, 40(2), 174-200.
- Wesoff, C., Bressler, M., & Sagi, P. (1960). The concept of social mobility: An empirical inquiry. *American Sociological Review*, 25, 373-385.
- Wigglesworth, N. (1996). *The evolution of the English sport*. Frank Cass.
- Winner, D. (2013). *Those feet*. The Overlook Press.
- Wright, E. O. (1977). *Classes counts*. Cambridge University Press.
- Wright, E. O. (1985). *Classes*. Verso.

# הרגלי פעילות גופנית, התנהגויות סיכון, רווחה נפשית וגורמי

## חוסן: ניתוח משווה בקרב בני נוער עם וללא מוגבלויות

### הלומדים בבתי ספר בחינוך הכללי\*

הדס (קזולה) הראל פיש,<sup>1</sup> ריקי טסלר,<sup>2</sup> יוסי הראל-פיש<sup>3</sup>

<sup>1</sup> המרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט

<sup>2</sup> אוניברסיטת אריאל

<sup>3</sup> אוניברסיטת בר אילן

## תקציר

בישראל, כיום, רק 11% מבני הנוער מקיימים את המלצות ארגון הבריאות העולמי הנוגעות לשיעור ההשתתפות בפעילות גופנית. ממצא מדאיג זה אף חמור יותר בקרב בני נוער עם מוגבלויות, אשר נתקלים בפחות הזדמנויות להיות פעילים. לנוכח החסך בפעילות גופנית, ייתכן שבני נוער עם מוגבלויות נמצאים בסיכון גבוה יותר לתחלואה פיזית ולהשפעות חברתיות שליליות, העוללות להוביל לפגיעה ברווחתם הנפשית והתפקודית (well-being) ולדפוסים של התנהגויות סיכון לבריאות, כגון עישון סיגריות, אלכוהול ושימוש בסמים. מטרת המחקר היא לבחון את דפוסי הפעילות הגופנית, התנהגויות הסיכון והרווחה הנפשית והתפקודית (well-being) של בני נוער עם וללא מוגבלויות (סנסוריות, פיזיות, קוגניטיביות והתנהגויות), הלומדים בבתי ספר בחינוך הכללי. המחקר בוצע באמצעות ניתוח משנה של נתוני הסקר הרב-לאומי של ארגון הבריאות העולמי (HBSC - Health Behaviors in School-aged Children), שנערך בישראל בשנים 2018-2019 וכולל כ-13,845 נבדקים בני 11 עד 17, הלומדים במערכת החינוך הממלכתית, הממלכתית דתית ובבתי הספר בחברה הערבית. במחקר הנוכחי נכללו 4,407 בהם 1,265 בני נוער עם מוגבלויות והשאר ללא מוגבלויות. המוגבלויות שדווחו (אחת או יותר) הן: מוגבלות התנהגויות (19.6%), מוגבלות סנסוריות (16.8%), מוגבלות קוגניטיבית (16.3%) ומוגבלות פיזית (12.2%). הממצאים מצביעים על כך שלצד זאת שכלל האוכלוסייה מאופיינת בשיעור נמוך מאוד של פעילות גופנית המומלצת לפי

\* מאמר זה מתבסס על עבודת תזה של המחברת הראשונה בהדרכתם של המחברים השני והשלישי ובהנחייתו של פרופ' ישעיהו הוצלר במרכז האקדמי לוינסקי-וינגייט.

ארגון הבריאות העולמי, הרי בני נוער עם מוגבלויות מאופיינים בחסר גדול עוד יותר של פעילות גופנית לעומת בני גילם ללא מוגבלויות. הפער מגיע לכדי פי 1.64 בקרב אלו עם מוגבלות קוגניטיבית. בנות עם וללא מוגבלויות עוסקות בפעילות גופנית פחות מבנים. ככל שהגיל עולה, כך ההסתברות לעמוד בהמלצות יורדת. בני נוער עם מוגבלויות ממעמד סוציו-אקונומי נמוך נמצאים בסיכון כפול להימנעות מפעילות גופנית, בייחוד נוער עם מוגבלויות פיזיות (מעל פי שניים וחצי) בהשוואה לאותה אוכלוסייה ממעמד סוציו-אקונומי גבוה. נוסף לכך, בני נוער עם מוגבלויות מכל הסוגים נמצאו בסיכון גבוה יותר מאשר בני גילם ללא מוגבלויות להיות מעורבים בכלל התנהגויות הסיכון: עישון סיגריות, שכרות, שתייה מופרזת ושימוש בקנאביס. באשר לרווחה נפשית, הרי בכל הקטגוריות של סוגי המוגבלויות השונים, בני נוער עם מוגבלויות מדווחים על שביעות רצון בינונית מהחיים (7.5 בסולם 0-10), שהיא נמוכה יותר באופן מובהק בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות (8.5 בסולם 0-10). זאת ועוד, בני נוער עם מוגבלויות מכל הסוגים מדווחים על קבלת תמיכה פחותה באופן מובהק בהשוואה לחבריהם ללא מוגבלות. גם רמת התמיכה מהמורים נמוכה יותר בקרב נוער עם מוגבלויות למעט מוגבלות גופנית בהשוואה לנוער ללא מוגבלות, ובפרט במצבי מוגבלות קוגניטיבית והתנהגותית. לעומת זאת, רמת התמיכה ההורית לא הייתה שונה בקרב בני נוער עם וללא מוגבלויות. כמו כן בשתי האוכלוסיות נמצא קשר בין העדר פעילות גופנית לבין התנהגויות סיכון בדגש על עישון סיגריות. לנוכח הממצאים יש לעודד ביצוע פעילות גופנית מתוך הכרה בצרכים הייחודיים של בני נוער עם מוגבלויות ולקיים התאמות רלוונטיות בסביבת הפעילות ובדרכי ההפעלה. יתר על כן, על צוותי החינוך להיות מודעים להיקף ההתנהגויות הסיכוניות בקרב אוכלוסייה זו ולהגביר את תמיכתם בה. כמו כן יש להפעיל תוכניות חינוכיות לכלל בני הנוער שישנו את עמדותיהם כלפי בני נוער עם מוגבלויות ויעודדו את תמיכתם החברתית בהם.

**תאריכים:** שילוב, הכלה, סקר, איכות חיים, לקות

קיימת הסכמה גורפת כי פעילות גופנית מונעת ומפחיתה את שיעורי התמותה והתחלואה, מגינה מפני תחלואה גופנית ונפשית, מחזקת עצמות ושרירים, משפרת את איכות החיים, את הכושר הגופני וכן את היכולות הלימודיות (Bull et al., 2020; WHO, 2020). ארגון הבריאות העולמי ממליץ לבני נוער לבצע פעילות גופנית במאמץ מתון או נמרץ לפחות 60 דקות ביום (WHO, 2019). על אף המלצות אלו ולמרות המודעות לתועלות הרבות של הפעילות הגופנית, שיעור ניכר מבני הנוער אינם עוסקים בה באופן יום-יומי (הראל-פיש ואח', 2020; טסלר ואח', 2017; WHO, 2019). בישראל, לפי סקר ה-HBSC לשנת 2018-2019, רק 9% מבני הנוער קיימו את

המלצות ארגון הבריאות העולמי באשר לשעת פעילות ביום (הראל-פיש ואח', 2020). הדירוג של ישראל בהשוואה בין-לאומית מצביע על כך ששיעור הנוער בישראל שפעיל גופנית הוא מהנמוכים באירופה.

אפשר לקשור את מיעוט הפעילות הגופנית בקרב ילדים ונוער למספר גורמי רקע, כגון גיל, מגדר ואף מעמד סוציו-אקונומי. מחקרי ה-HBSC במספר רב של מדינות באירופה, ובמיוחד בישראל, הראו כי רמת המעורבות בפעילות גופנית בקרב בני נוער יורדת עם הגיל. התלמידים בכיתות ו' פעילים יותר בהשוואה לתלמידי כיתות ח', ואילו תלמידי כיתות ח' פעילים יותר מתלמידי כיתות ו' (הראל-פיש ואח', 2020). במחקר אחר נמצאה מגמה דומה – מידת הפעילות הגופנית ירדה משכבת גיל אחת לשנייה בכ-2% בשנה אצל בנים, ואילו אצל בנות בכ-7% בשנה (Mckenzie & Lounsbery, 2009). הירידה בפעילות הגופנית עם העלייה בגיל מהווה, לפי החוקרים, גורם סיכון – ועל כן נודעת חשיבות מכרעת בהתערבויות לקידום ולחינוך לבריאות בתקופה זו, במיוחד במהלך שנות בית הספר היסודי המאוחרות ובבתי הספר העל יסודיים (הראל-פיש ואח', 2014; טסלר ואח', 2017).

מבחינת מגדר, הרי יש הסכמה על כך שבנות פעילות פחות מבנים בעקבות (Aubert et al., 2021). ביטוי מובהק לכך במחקר נמצא באמצעי מדידה מדויקים. למשל, במחקר עוקבה, שבדק 5,595 ילדים בני 11 באנגליה באמצעות מדידת צעדים על ידי אקסלרומטר, נמצא שבנים מבצעים יותר פעילות גופנית מאשר בנות, אם כי רק 5% מהבנים ו-0.4% מהבנות מהאוכלוסייה הכללית עמדו בהיקף הפעילות הגופנית שעליו ממליץ ארגון הבריאות העולמי (Riddoch et al., 2007).

מידת הפעילות הגופנית של בני נוער, ובפרט אלו עם מוגבלויות, קשורה ברקע הסוציו-אקונומי. למשל, לאו ואחרים (Law et al., 2006) דיווחו כי בני נוער עם מוגבלויות מורכבות ממשפחות עם הכנסה נמוכה, השכלה נמוכה וממשפחות חד-הוריות משתתפים פחות בפעילות גופנית בפנאי לעומת אלו שמשפחותיהם בעלות הכנסה העולה על \$30,000 בשנה. ההסבר להשתתפות הנמוכה נעוץ, ככל הנראה, במספר גורמים, כגון: נשירה מהשתתפות בפעילות חינוך גופני בית-ספרי שבה מרבית המורים אינם מוכשרים לספק את המענה המותאם למוגבלות הספציפית (הוצלר, 2018; 2019; Coleman et al.); העדר נגישות למתקנים ולמגרשי ספורט חינוכיים בשכונת המגורים; העדרם של חוגי ספורט מותאמים בקהילה, וכתוצאה מכך צורך בהפעלה פרטנית יקרה של ספורט טיפולי; או תרבות חברתית שאינה מייחסת עדיפות גבוהה לפעילות גופנית כערך (לדוגמה, אוכלוסיות חרדיות).

### **הרגלי פעילות גופנית ורווחה נפשית בקרב ילדים ובני נוער עם מוגבלויות**

ילדים ובני נוער עם מוגבלויות, המוגדרים במערכת החינוך כ"תלמידים עם צרכים מיוחדים", הם ילדים ובני נוער עם לקויות גופניות, נפשיות, שכליות או חושיות ארוכות טווח, אשר כתוצאה מיחסי גומלין עם חסמים שונים עלולה להימנע השתתפותם המלאה והמועילה בחברה בשוויון עם אחרים (חוק שוויון זכויות לאנשים עם מוגבלויות, התשנ"ח-1998). לפי סקר בקרב מדגם ארצי מייצג של 17,000 מקבלי קצבת ילדים לצד נתונים מנהליים וראיונות עם אנשי מפתח בשירותים החברתיים מעריכים כי כ-326,000 ילדים ובני נוער בישראל (10.9%) הם עם לפחות בעיה בריאותית תפקודית (מוגבלות) אחת אשר מפריעה או מפריעה מאוד לחייהם

(ברלב ואח', 2021). ילדים ובני נוער עם מוגבלויות מדווחים יותר על מצוקה נפשית ועל בדידות בהשוואה לנוער ללא מוגבלויות (Cooper & Quatrano, 1999; Hutzler et al., 2021; Margalit & Alyagon, 2002), ולכן קיים חשש לפגיעה בעצמאותם האישית ובפעילותם החברתית (הוצלר וברק, 2012).

### **התנהגויות סיכון ופעילות גופנית בקרב בני נוער עם מוגבלויות**

גיל ההתבגרות הוא תקופת מעבר מובהקת מילדות לבגרות, בעלת מאפיינים והתנהגויות ייחודיות הכוללות בין היתר התאמות קוגניטיביות ושינויים ביולוגיים וחברתיים (Maxey & Beckert, 2017). תקופה זו מאופיינת הן בבניית עוגנים מספקים בחייו של הבוגר והן בפגיעות הנובעת מההשלכות השליליות של התנהגויות המאופיינות באימפולסיביות (Ernst & Hardin, 2009; Dahl, 2004; Arnett, 1999; Ernst et al., 2006). מאפיינים אלו של אימפולסיביות, עוצמה רגשית ושינויי מצב רוח מוכרים ביותר לעוסקים בחקר התנהגויות סיכון של בני נוער, והם נחשבים כגורמי סיכון מוגבר למתבגרים לפתח התנהגויות שהשלכותיהן מזיקות ומסוכנות כמו שימוש בטבק, צריכת אלכוהול וסמים, התנהגויות מיניות לא בטוחות, הסתכנות בדרכים (Dahl, 2004; Eaton et al., 2006; Hingson et al., 2005; Spear, 2000; Steinberg, 2004, 2005). מספר מחקרים בדקו גורמי ניבוי של התנהגויות סיכון בקרב מתבגרים עם מוגבלויות (Blum et al., 2001; Dean et al., 1985; Kepper et al., 2011; Maag et al., 1994), והצביעו על כך שהם נוטים להתנהגויות סיכון יותר מאשר בני גילם ללא מוגבלויות. נוסף לכך, המתבגרים עם המוגבלויות דיווחו על פחות נוכחות הורית בחייהם ועל דימוי עצמי נמוך (Blum et al., 2001).

בשלהי המאה ה-20 החלו החוקרים להתעניין במושג גורמי מגן (protective factors) וחוסי (resilience). אלו הם גורמים מקדמי בריאות ורווחה נפשית המקדמים את היכולת להתמודד עם מצוקה עקב חשיפה לאיומים משמעותיים תוך כדי הצגת גמישות חשיבתית והתנהגותית המאפשרת הסתגלות חיובית בפעילות חינוך ובאימון גופני דווחה כגורם חוסן מפני התנהגויות סיכון שונות, כגון עישון ושימוש בסמים, וכי בני נוער העוסקים בפעילות גופנית נוטים פחות לעסוק בהתנהגויות סיכון לעומת בני נוער שאינם פעילים גופנית (טסלר ואח', Hutzler et al., 2021; Resnick, 2000; Antonovsky, 1987, 1996; Hostinar & Miller, 2019). בסקירת ספרות מקיפה דווח גם על המנגנונים הביולוגיים המעורבים בהשפעת הפעילות הגופנית על פיתוח החוסן החברתי (Belcher et al., 2021).

### **מטרות והשערות המחקר**

מטרת העל של המחקר היא לבחון את דפוסי הפעילות הגופנית, התנהגויות הסיכון והרווחה הנפשית (well-being) של בני נוער עם מוגבלויות (סנסוריות, פיזיות, קוגניטיביות והתנהגותיות), המשולבים בבתי ספר בחינוך הכללי, בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות. מטרה נוספת הייתה לבחון את הקשר בין גורמי חוסן לבין דפוסי הפעילות הגופנית והתנהגויות הסיכון בקרב המשתתפים משתי האוכלוסיות. נוסחו ההשערות האלה:

1. בני נוער עם מוגבלויות יעסקו פחות בפעילות גופנית.

2. בני נוער עם מוגבלות ידווחו על דפוסים של התנהגויות סיכון רבות יותר (עישון סיגריות, אלכוהול ושימוש בסמים).
3. בני נוער עם מוגבלות ידווחו על רמה נמוכה יותר של רווחה נפשית ועל רמה נמוכה יותר של גורמי חוסן (חברים, הורים ומורים) מאשר נוער ללא מוגבלויות.
4. ככלל, בני נוער משתי האוכלוסיות הנבחנו, אשר עוסקים בפעילות גופנית, ידווחו על רווחה נפשית סובייקטיבית גבוהה יותר, וכמו כן ידווחו על פחות התנהגויות סיכון מאשר בני נוער שאינם עוסקים בפעילות גופנית.
5. מגדר – ימצאו הבדלים בין בנים ובנות עם מוגבלות בהקשר של הרגלי הפעילות הגופנית, כך שבנים עם מוגבלות יעסקו יותר בפעילות גופנית, ידווחו על יותר התנהגויות סיכון וכן ידווחו על רווחה סובייקטיבית גבוהה יותר מבנות עם מוגבלות.
6. שכבת גיל – בקרב בני נוער עם מוגבלות, ככל שהגיל מבוגר יותר, תימצא שכיחות נמוכה יותר של פעילות גופנית, רמה גבוהה יותר של דפוסי התנהגויות בסיכון וירידה בתחושת הרווחה הנפשית הסובייקטיבית.
7. רקע סוציו-אקונומי – ימצא כי בני נוער עם מוגבלות מרקע סוציו-אקונומי נמוך יהיו פעילים גופנית פחות, ידווחו על רווחה נפשית סובייקטיבית נמוכה יותר וייטו ליותר התנהגויות סיכון בהשוואה לבני נוער עם מוגבלות ממשפחות עם רקע סוציו-אקונומי גבוה.

## שיטה

מחקר זה כלל ניתוח משני של נתוני הסקר הרב-לאומי של ארגון הבריאות העולמי (School-aged Children HBSC) (Health Behaviors in) שנערך בישראל על מדגם מייצג ארצי בשנת 2018-2019 (הראל-פיש ואח', 2020). מחקר ה-HBSC הוא המחקר הרב-לאומי של ארגון הבריאות העולמי, שמטרתו לספק מערכת ניטור ומחקר מדעיים עם נתונים תקפים ועדכניים על חיי היום-יום של ילדים ובני נוער וכן להעמיק את הידע וההבנה בתחומי הבריאות, הרווחה הנפשית והתפקודית ודפוסי התנהגויות הבריאות והתנהגויות הסיכון. המידע הנאסף במחקר ה-HBSC משמש להתוויית מדיניות ואסטרטגיות יעילות יותר להתערבות ולמניעה. הסקר מתבצע אחת לארבע שנים במקביל ב-45 מדינות באירופה ובצפון אמריקה השותפות למחקר, תוך שימוש בפרוטוקול מדעי מתודולוגי משותף המחייב את כל שותפיו.

### אוכלוסיית המחקר והמדגם

אוכלוסיית היעד של המחקר היא תלמידים בכיתות ו-י"ב (גילים 11-17), אשר לומדים בבתי ספר שבפיקוח משרד החינוך במערכת החינוך הממלכתית, הממלכתית דתית ובבתי הספר הערביים. לצורך המחקר נדגמו 155 בתי ספר יהודיים, ומתוכם 502 כיתות (100 כיתות ו', 105 כיתות ח', 114 כיתות י' ו-183 כיתות י"א-י"ב) וכן 72 בתי ספר במגזר הערבי, מתוכם נדגמו 219 כיתות (47 כיתות ו', 45 כיתות ח', 46 כיתות י' ו-81 כיתות י"א-י"ב). המדגם המלא כלל 13,845 נבדקים. במחקר הנוכחי נכללו 4,407 מהם 1,265 בני נוער עם מוגבלויות והשאר ללא מוגבלויות. המוגבלויות

שדווחו (אחת או יותר) הן: מוגבלות התנהגותית (19.6%) מוגבלות סנסורית (16.8%), מוגבלות קוגניטיבית (16.3%) ומוגבלות פיזית (12.2%).

### הליך המחקר

רשימת כלל הכיתות שהשתתפו במחקר נלקחה מאתר האינטרנט של משרד החינוך – "כמעט הכול אודות מוסדות החינוך".\* הקובץ כלל מידע מפורט על בתי הספר, מספר הכיתות בשכבה, מספר התלמידים בכל כיתה וזרם המסגרת החינוכית: ממלכתי, ממלכתי-דתי או ערבי. הסקר ב-2019-2108 נערך בקרב מדגם ארצי מייצג של תלמידים בזרמי החינוך הממלכתי, הממלכתי-דתי והערבי (שלוש שכבות דגימה נפרדות), הלומדים בכיתות ו', ח', י' ו-י"א-י"ב (כיתות ו', ח' ו-י' מקבילות בקירוב לגילים 11.5, 13.5 ו-15.5 – קבוצות הגיל הנכללות בסקר הבין-לאומי). יחידת הדגימה של המחקר בישראל הייתה כיתה האם (מתוך 227 בתי ספר במדגם). לאחר שנדגמה כיתה אחת בבית ספר, נדגמו כיתה נוספת או שתיים בדגימה שיטתית (לא יותר משלוש כיתות באותו בית ספר). לאחר בחירת הכיתות שהוכללו במדגם, כל התלמידים השייכים לכיתות שנדגמו והיו נוכחים בבית הספר ביום העברת הסקר נכללו כנבדקים במחקר (הראל-פיש ואח', 2020). קובצי הנתונים הועברו בשנת 2019 לצוות המחקר הישראלי. התבצעה בדיקה לוגית של התאמת תשובות לשאלות שונות וכן הוסרו שאלונים שבהם היה חסר מין הנבדק או מספר רב של שאלות אשר נותרו ללא מענה. הנתונים של המחקר הישראלי מנותחים ומוצגים על פי סוג בית הספר והמגזר.

### כלי המחקר

שאלון HBSC הוא שאלון בין-לאומי אשר פותח במהלך עבודה בת עשרות שנים על ידי קבוצת החוקרים של הפרויקט שהיא הליבה של החוקרים העוסקים בתחום זה בעולם. השאלון מקיף מדדים במגוון רחב של תחומים בחיי היום-יום של ילדים ובני נוער, החל ברקע סוציו-דמוגרפי, המבנה והתרבות של המשפחה, תפיסות וחוויות בחיי היום-יום בבית הספר, מעורבות קהילתית, דפוסי בילוי, מצוקות נפשיות, קורבנות היפגעות מפציעות ותאונות; וכלה בדפוסיים של התנהגויות סיכון, כגון עישון, שתיית אלכוהול, שימוש בסמים, פעילות מינית ופעילות גופנית.

השאלון הסטנדרטי הבין-לאומי כולל שלושה חלקים:

1. שאלון הליבה שהוא חובה (core questionnaire).
2. תחומי הרחבה של שאלונים לבחירה (optional packages).
3. תחומי עניין ומדדים ייחודיים של כל מדינה ומדינה (country-specific items).

שאלון הליבה בנוי מהמדדים החשובים ביותר ברוב תחומי התוכן המוזכרים לעיל, ובכך הוא מאפשר מעקב אחר מגמות וניתוחן לאורך זמן. שאלוני הבחירה מהווים הרחבה והעמקה של תחומים אלו. פיתחו אותם קבוצות מומחים בהתאם לתחומי העניין המרכזיים של חוקרים השותפים במחקר.



## תיקוף השאלונים

השאלון הבין-לאומי פותח בשפה האנגלית. כל מדינה אחראית לתרגמו לשפה המקומית בשיטת התרגום-תרגום-חוזר, לפי פרוטוקול המחקר הבין-לאומי המחייב את כל המדינות השותפות. קרי, הצוות המקומי של כל מדינה שותפה תרגם את השאלון לשפה המקומית ולאחר מכן תרגם את השאלון בחזרה לאנגלית בעזרת מתרגמים אחרים. ההשוואה בין התרגום החוזר לבין המקור מהווה תיקוף של השאלון המתורגם. תהליך זה נועד לוודא יכולת השוואה בין-לאומית של הנתונים ברמת תקפות גבוהה.

### משתני המחקר

#### המשתנה הבלתי תלוי - מוגבלות

לכל מדדי המוגבלות היו ארבע קטגוריות של תשובה (ראו נספח 1) שקודדו לשתי קבוצות: מוגבלות לא קיימת לעומת מוגבלות קיימת. בעזרת חלוקה זו קודדו המדדים למשתנים דיכוטומיים:  $0 =$  אין מוגבלות,  $1 =$  עם מוגבלות. מדד המוגבלות הורכב מדיווח התלמידים על ידי מתן תשובה חיובית לפריטים האלה:

מוגבלות בראייה – "מתקשה לראות גם בעת הרכבת משקפיים או עדשות מגע?"  
מוגבלות בשמיעה – "מתקשה לשמוע צלילים כגון קולותיהם של אנשים גם בעת שימוש במכשיר שמיעה?"

מוגבלות של ניידות (עם כיסא גלגלים/ללא כיסא גלגלים) – "מתקשה ללכת 100 מ' על קרקע שטוחה, גם בעזרת מכשיר או עם סיוע? זה שווה בערך לאורכו של מגרש כדורגל."

קשיי טיפול עצמי – "מתקשה לטפל בעצמך, כמו לאכול או להתלבש?"  
קשיי דיבור – "מתקשה לדבר באופן שבו אנשים מחוץ למשפחתך יבינו אותך?"  
קשיי למידה – "מתקשה ללמוד דברים, בהשוואה לתלמידים אחרים בגילך?"  
קשיי זכירה – "מתקשה לזכור דברים, בהשוואה לתלמידים אחרים בני גילך?"  
קשיי התרכזות – "מתקשה להתרכז בפעילות שאתה נהנה בה?"  
קשיי התמודדות עם שינוי – "מתקשה להתמודד עם שינוי של השגרה שלך?"  
קשיים בשליטה בהתנהגויות – "מתקשה לשלוט על ההתנהגות שלך, בהשוואה לתלמידים אחרים בגילך?"

קשיים חברתיים – "מתקשה למצוא חברים?"

המוגבלויות חולקו לארבע הקטגוריות העיקריות המאגדות יחד מוגבלויות דומות בצורה קוהרנטית, לפי הפריטים שתוארו לעיל:

1. מוגבלות סנסורית – ראייה, שמיעה ודיבור.
2. מוגבלות פיזית – הליכה, טיפול עצמי.
3. מוגבלות קוגניטיבית – למידה, זכירה וריכוז.
4. מוגבלות התנהגוית – קשיי התמודדות עם שינוי, קשיים בשליטה בהתנהגויות וקשיים ביצירת חברויות חדשות.

## גורמי חוסן

**תמיכת חברים.** משתנה זה מתייחס לשאלה: "ציין עד כמה אתה מסכים עם ההיגדים הבאים":

1. החברים שלי באמת מנסים לעזור לי.
  2. אני יכול לסמוך על חברים שלי כשדברים משתבשים.
  3. יש לי חברים שאיתם אני יכול לחלוק את רגעי השמחה והעצב שלי.
  4. קל לי לשוחח עם החברים שלי על דברים שמטרידים אותי.
- התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של שבע דרגות (1-לא מסכים בהחלט, 2-לא מסכים במידה רבה, 3-לא מסכים, 4-לא מתנגד ולא מסכים, 5-מסכים, 6-מסכים במידה רבה, 7-מסכים בהחלט).

המשתנה נמדד על ידי הפיכת כל אחת מהתשובות לארבע השאלות למשתנה דיכוטומי, כאשר רק תלמידים שסימנו בכל שאלה "מסכים", "מסכים במידה רבה" ו-"מסכים בהחלט" קודדו בספרה 1. לאחר מכן חושב סכום לכל השאלות לכל תלמיד וסקלת התשובות נעה בין 0 (תלמידים שלא הסכימו עם אף לא היגד אחד) ל-4 (תלמידים שהסכימו עם כל ההיגדים).

**קלות התקשורת עם ההורים.** התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של חמש דרגות (1-קל מאוד, 2-קל, 3-קשה, 4-קשה מאוד, 5-אין לי או אני לא פוגש אותם). במדד זה נכלל אחוז התלמידים שדיווחו כי "קל"- "קל מאוד" לדבר עם אחד מהוריהם לפחות. ההיגדים הם אלה:

1. עד כמה קל לתלמידים לשוחח עם אביהם על נושאים שמאוד מטרידים אותם  
(1-קל מאוד; 2-קל; 3-קשה; 4-קשה מאוד; 5-אין לי או אני לא פוגש אותם).
2. עד כמה קל לתלמידים לשוחח עם אימם על נושאים שמאוד מטרידים אותם  
(1-קל מאוד; 2-קל; 3-קשה; 4-קשה מאוד; 5-אין לי או אני לא פוגש אותם).

**תמיכת מורים.** התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של חמש דרגות (1-מסכים בהחלט, 2-מסכים, 3-אין לי דעה, 4-לא מסכים, 5-לא מסכים בהחלט). ההיגדים הם אלה:

1. אני מרגיש שהמורים מקבלים אותי כפי שאני.
2. אני מרגיש שלמורים שלי אכפת ממני כאדם.
3. אני מרגיש אמון רב מהמורים שלי.

התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של חמש דרגות (1-מסכים בהחלט, 2-מסכים, 3-אין לי דעה, 4-לא מסכים, 5-לא מסכים בהחלט). המשתנה נמדד על ידי הפיכת כל שאלה למשתנה דיכוטומי, כאשר רק תלמידים שסימנו בכל אחת משלוש השאלות "מסכים", "מסכים במידה רבה" ו-"מסכים בהחלט" קודדו 1. לאחר מכן חושב סכום לכל השאלות לכל תלמיד וסקלת התשובות נעה בין 0 (תלמידים שלא הסכימו עם אף אחד מההיגדים) ל-3 (תלמידים שהסכימו עם כל ההיגדים).

## משתני רקע

**מגדר.** המשתנה הוגדר באמצעות פריט דיכוטומי: "האם את/ה בן או בת?".  
(0=בן, 1=בת).

**שכבת גיל.** המשתנה נמדד על ידי ציון שכבת הגיל לפי חודש: "באיזה חודש נולדת?". התלמידים התבקשו לציין אחד מבין 12 חודשים (מ-1=ינואר עד 12=דצמבר), ולפי שנה: "באיזו שנה נולדת?". התלמידים התבקשו לציין אחת מבין עשר השנים (מ-1=1995 עד 10=2004).

**רווחה כלכלית חברתית (FAS) (Inchley et al., 2022).** מדד זה הורכב מסכום המשתנים האלה: האם ברשות המשפחה יש מכונית, האם חדרו של המשיב שייך לו בלבד, כמה חופשות משפחתיות היו בשנה האחרונה, מהו מספר המחשבים בבית. עבור כל תלמיד חושב ציון על ידי סיכום תשובותיו בטווח 0-13 והוא חולק לשתי דרגות: 0=רווחה נמוכה (0-6) ו-1=רווחה גבוהה (10-13).

### משתנים תלויים

**פעילות גופנית.** הרגלי פעילות גופנית נבחנו על ידי הפריטים האלה: "במהלך שבעת הימים האחרונים, בכמה ימים עשית פעילות גופנית שנמשכה, בסיכום כולל, לפחות 60 דקות ביום?". התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של שמונה דרגות (מ-0=אפס ימים, ועד 7=כל שבעת הימים); במחקר זה נמדד המשתנה על ידי הפיכת השאלה למשתנה דיכוטומי, כאשר רק תלמידים שסימנו "אפס ימים" קודדו 0 וכל השאר קודדו 1.

### התנהגויות סיכון.

**עישון.** משתנה זה נבחן לפי הפריט: "אם אתה מעשן, באיזו תדירות אתה מעשן כיום סיגריות?". התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של ארבע דרגות (מ-1=כל יום, ועד 4=אני לא מעשן). המשתנה נמדד על ידי הפיכת השאלה למשתנה דיכוטומי, כאשר רק תלמידים שסימנו "אני לא מעשן" קודדו 0 וכל השאר קודדו 1.

**אלכוהול.** משתנה זה נבחן לפי הפריטים: "ב-30 הימים האחרונים, אם שתית אלכוהול, בכמה ימים שתית חמש מנות משקה אלכוהולי או יותר תוך מספר שעות?". התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם דירוגי מ-1=מעולם לא שתית חמישה משקאות אלכוהוליים או יותר תוך מספר שעות, ועד 7=4 פעמים או יותר). המשתנה הוגדר כמשתנה דיכוטומי המייצג את מדד "התנהגויות שתייה מופרזת", כאשר רק תלמידים שסימנו "מעולם לא שתיתי" קודדו 0 וכל השאר קודדו 1. "האם קרה לך אי פעם/ב-30 הימים האחרונים ששתית כל כך הרבה אלכוהול שהיית ממש שיכור?" התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של חמש דרגות (מ-1=אף פעם, ועד 5=יותר מעשר פעמים); המשתנה נמדד על ידי הפיכת השאלה למשתנה דיכוטומי למדד "שכרות", כאשר רק תלמידים שסימנו "אף פעם" קודדו 0 בספרה 0 וכל השאר קודדו 1.

**סמים.** משתנה זה נבחן לפי הפריט: "האם אי פעם/במהלך 30 הימים האחרונים השתמשת בחשיש/מריחואנה (גראס/קנאביס)?" התלמידים התבקשו לדרג את תשובתם בסולם של שבע דרגות (מ-1=אף פעם, ועד 7=30 ימים או יותר). המשתנה נמדד על ידי הפיכת השאלה למשתנה דיכוטומי, כאשר רק תלמידים שסימנו "30 ימים או יותר" קודדו 1 ותלמידים אשר סימנו "אף פעם" קודדו 0.

**רווחה נפשית (Inchley et al., 2022) (well-being).** המשתנה נמדד כממוצע של תחושת אושר עצמי ושביעות רצון מהחיים, שדורגו בסולם של עשר דרגות (מ-0=הנמוך ביותר עד 10=הגבוה ביותר).

### הניתוח הסטטיסטי

לניתוח הנתונים נעשה שימוש במספר מודלים סטטיסטיים בהתאם למיקוד של כל אחת מהשערות המחקר ולמודל הכולל. באמצעות סטטיסטיקה תיאורית תוארה ההתפלגות של משתני המחקר. לבדיקת השערות המחקר נערכו מבחני  $t$  למדגמים בלתי תלויים וניתוחי רגרסיה לוגיסטית וליניארית. לבחינה של עוצמת ההבדלים (גודל האפקט, ES) חושב Cohen's  $d$  (Cohen, 1977). \* מקדם ה-OR (Odds Ratio) משמש במחקרים אפידמיולוגיים לבטא את רמת הסיכון של קבוצה בעלת גורם הסיכון להיפגע מה"מחלה" (המשתנה התלוי) בהשוואה לקבוצה שלא נחשפה לגורם הסיכון. לדוגמה, מהי ההסתברות של בני נוער עם מוגבלויות להשתכר בהשוואה לנוער ללא מוגבלויות? הערך המספרי של ה-OR מבטא "פי כמה" ההסתברות גבוהה יותר. לדוגמה, OR של 2.0 מבטא הסתברות של פי שניים להיפגע בהשוואה לאילו שאינם מוגבלים (על פי מדד ה-OR, שערכו 2 לפחות). במרכז לבקרת מחלות של ממשלת ארצות הברית באטלנטה ובכלל במחקרים האפידמיולוגיים הקלסיים, נהוג להתייחס ל-OR של 1.5 ומעלה כאל קשר בחוזק בינוני המצביע על גורם החשיפה (המשתנה הבלתי תלוי) כגורם סיכון לתופעה הנחקרת (המשתנה התלוי). ברם, כאשר ה-OR מגיע לנקודת חיתוך של 2.0 או יותר, נהוג להגדיר את הגורם המנבא כגורם סיכון והקשר מוגדר כקשר חזק המצביע על המשתנה הבלתי תלוי כגורם סיכון לתחלואה הנחקרת. גם במחקרים בתחום האפידמיולוגיה החברתית נהוג להשתמש באמת המידה הזו כדי לתאר קשר מנבא בינוני ( $OR=1.5$ ) וקשר מנבא חזק ( $OR > 2.0$ ) (Chen et al., 2010; Martinez et al, 2017; ).

## ממצאים

### מדגם המחקר

במחקר הנוכחי נכללו 4,407 מהם 1,265 בני נוער עם מוגבלויות והשאר ללא מוגבלויות. המוגבלויות שדווחו (אחת או יותר) הן: מוגבלות התנהגותית (19.6%), מוגבלות סנסורית (16.8%), מוגבלות קוגניטיבית (16.3%) ומוגבלות פיזית (12.2%). לוחות 1 ו-2 מציגים את התפלגות המדגם לפי קיום מוגבלות וסוגיה.

\* גודל האפקט (Effect Size) מצביע על עוצמת הפערים בין הקבוצות (כמדד לעוצמת הקשר שבין המדדים שנבדקו), מעבר למובהקותם הסטטיסטית ולגודל המדגם. על פי האומדן לגודל האפקט של כהן, עד 0.20 מצביע על אפקט חלש (קשר חלש הנובע מפער קטן ולא משמעותי בין הממוצעים); 0.50 ויותר – אפקט הפער בין הממוצעים מתון (קשר מתון הנובע מפער בינוני – משמעותי אם מובהק); 0.80 ויותר – גודל אפקט חזק ומשמעותי בין הממוצעים (קשר חזק הנובע מפער גדול ומשמעותי – ולא רק מובהק סטטיסטית).

**לוח 1:** התפלגות מדגם המשתתפים עם וללא מוגבלות, לפי מגדר, שכבת גיל ומצב סוציו-אקונומי (אחוזים).

מצב סוציו-אקונומי		שכבת גיל				מגדר		%	N	מוגבלות
גבוה	נמוך	י"א-י"ב	י'	ח'	ו'	בנות	בנים			
%	%	%	%	%	%	%	%	%		
54.7	45.3	41.0	20.9	20.2	17.8	46.9	53.1	28.7	1,265	עם
68.9	31.1	38.9	20.0	20.3	20.9	50.2	49.8	71.3	3,142	ללא

**לוח 2:** התפלגות מדגם המשתתפים עם וללא מוגבלות, לפי סוג המוגבלות, מגדר, שכבת גיל ומצב סוציו-אקונומי (אחוזים).

מצב סוציו-אקונומי		שכבת גיל				מגדר		%	N	סוג המוגבלות
גבוה	נמוך	י"א-י"ב	י'	ח'	ו'	בנות	בנים			
%	%	%	%	%	%	%	%	%		
67.9	32.1	38.9	20.0	20.3	20.9	50.6	49.4	83.2	3,668	אין
50	50	39.7	23.1	20.3	16.8	42.2	57.8	16.8	739	יש
67.1	32.9	38.9	20.0	20.3	20.9	50.6	49.4	87.8	3,871	אין
48.9	51.1	38.0	22.8	19.6	19.7	39.5	60.5	12.2	536	יש
67.0	33.0	38.9	18.2	20.9	22.0	50.4	49.6	83.7	3,688	אין
53.3	46.7	42.6	21.8	18.8	16.8	43.3	56.7	16.3	719	יש
66.9	33.1	38.9	18.2	20.7	22.2	50.1	49.9	80.4	3,545	אין
56.2	43.8	41.7	21.2	20.2	16.9	45.9	54.1	19.6	862	יש

**הקשר בין קיומה של מוגבלות להתנהגויות סיכון ולפעילות גופנית (השערות 1, 2)**

על מנת לבחון את השערות 1 ו-2, שלפיהן בני נוער עם מוגבלות יעסקו פחות בפעילות גופנית וידווחו על התנהגויות סיכון במידה רבה יותר מאשר בני נוער ללא מוגבלות, נערכה סדרה של ניתוחי רגרסיה לוגיסטית, שבהם נבחן הקשר בין כל סוג מוגבלות לכל אחת מהתנהגויות הסיכון בנפרד (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית). ניתוח הממצאים מוצג בלוח 3 על פי הסיכון היחסי (OR) של כל קטגוריית קבוצת נוער עם מוגבלות ולפי סדר סיכון יורד של התנהגויות הסיכון השונות בכל קבוצה, בהשוואה לסיכון בקרב בני נוער ללא

מוגבלות (1.0). סיכון גבוה נקבע כמדד OR שערכו 2 ומעלה ואילו סיכון משמעותי נקבע כמדד OR בין 1.5–1.99.

**לוח 3:** הסיכון היחסי (OR) להתנהגויות סיכון (שכרות, עישון, שתייה מופרזת, שימוש בקנאביס), אי-פעילות גופנית בקרב ילדים ובני נוער עם מוגבלויות שונות.

		התנהגויות סיכון					N		סוג המוגבלות
אי-פעילות גופנית	שימוש בקנאביס	עישון	שתייה מופרזת	שכרות	%				
1.0 (20.4%)	1.0 (11.7%)	1.0 (8.8%)	1.0 (10.9%)	1.0 (13.4%)	83.2	3,668	אין	סנסורית	
1.49 (27.7%)	1.84 (19.6%)	2.84 (21.4%)	1.65 (16.8%)	1.74 (21.2%)	16.8	739	יש		
1.0 (20.9%)	1.0 (11.5%)	1.0 (8.7%)	1.0 (11.1%)	1.0 (13.3%)	87.8	3,871	אין	פיזית	
1.38 (26.7%)	2.40 (23.9%)	3.82 (26.7%)	1.75 (17.8%)	2.07 (24.4%)	12.2	536	יש		
1.0 (20.1%)	1.0 (11.2%)	1.0 (8.9%)	1.0 (10.5%)	1.0 (12.6%)	83.7	3,688	אין	קוגניטיבית	
1.64 (29.2%)	2.24 (22.0%)	2.68 (20.9%)	2.01 (19.1%)	2.35 (25.3%)	16.3	719	יש		
1.0 (20.1%)	1.0 (11.0%)	1.00 (9.1%)	1.0 (10.9%)	1.0 (13.0%)	80.4	3,545	אין	התנהגויות	
1.55 (28.0%)	2.17 (21.0%)	2.24 (18.2%)	1.58 (16.2%)	1.85 (21.6%)	19.6	862	יש		
1.0 (19.4%)	1.0 (10.7%)	1.0 (8.6%)	1.0 (10.5%)	1.0 (12.6%)	71.3	3,142	אין	כלל המדגם	
1.55 (27.2%)	1.90 (18.5%)	2.14 (16.7%)	1.55 (15.4%)	1.70 (19.7%)	.782	1,265	יש		

כל התוצאות מובהקות ברמה של  $p \leq .001$   
סיכון משמעותי נקבע כערך OR גבוה או שווה ל-2 (הצללה)

מלוח 3 עלה, כי בהתאם להשערות המחקר הראשונה והשנייה, בני נוער עם מוגבלות מכל הסוגים נמצאים באופן מובהק בסיכון רב יותר לאי-עשיית פעילות גופנית ולהתנהגויות סיכון מאשר בני נוער ללא מוגבלות. ההבדלים באי-פעילות גופנית נמצאו מובהקים, בהתאם להשערה הראשונה, אך בהשוואה להתנהגויות הסיכון – הפערים נמוכים יותר (OR פחות מ-2 או שווה ל-2). כמו כן, בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלות, בני נוער עם מוגבלות קוגניטיבית נמצאים בסיכון הרב ביותר (ארבע התנהגויות סיכון) להתנהגויות סיכון: עישון, שכרות, שימוש בקנאביס ושתייה מופרזת. בני נוער עם מוגבלות פיזית נמצאים בסיכון רב לשלוש התנהגויות סיכון: עישון, שימוש בקנאביס ושכרות. בני נוער עם מוגבלות התנהגויות נמצאים בסיכון רב לשתי התנהגויות סיכון: עישון ושימוש בקנאביס. יחסית לשאר

התלמידים עם מוגבלויות – בני נוער עם מוגבלות סנסורית נוטים לסיכון רב יותר בעיקר לעישון. לפיכך, ההשערה השנייה אוששה.

**הקשר בין קיומה של מוגבלות לגורמי חוסן (השערה 3)**

על מנת לבחון את השערת המחקר השלישית, שלפיה בני נוער עם מוגבלות ידווחו על רמה נמוכה יותר של גורמי חוסן (רווחה נפשית סובייקטיבית, תמיכת חברים, תמיכת מורים ותקשורת עם ההורים) מזו שידווחו בני נוער ללא מוגבלות, נערכו מבחני t למדגמים בלתי תלויים (לבדיקת ההבדלים בין הקבוצות ברווחה נפשית – לוח 4, תמיכת חברים – לוח 5 ותמיכת מורים – לוח 6) ומבחן חי בריבוע (לבדיקת ההבדלים בין הקבוצות בתקשורת עם ההורים – לוח 7), לכל אחד מסוגי המוגבלות.

**קיומה של מוגבלות ורווחה נפשית**

הקשר בין קיומה של מוגבלות לרווחה נפשית מוצג בלוח 4. ממנו עלה, כי בהתאם להשערת המחקר, בקרב כלל המדגם ובקרב בני נוער עם כל המוגבלויות השונות שנבדקו נמצאה רווחה נפשית נמוכה יותר ברמה סטטיסטית מובהקת מאשר בקרב בני נוער ללא מוגבלות. פער משמעותי נמצא בעיקר במוגבלות התנהגותית ( $ES=0.48$ ) ומוגבלות קוגניטיבית ( $ES=0.40$ ), ופער בינוני אם כי מובהק סטטיסטית נמצא עבור מוגבלות סנסורית ומוגבלות פיזית ( $ES=0.30$ ). עם זאת, הפערים ברווחה נפשית קטנים יחסית (ציון-ציון וחצי בטווח של 0-10, וכולם מעל ציון 7.4). ממצאים אלה עולים בקנה אחד עם ההשערה השלישית.

**לוח 4: הבדלים ברווחה נפשית לפי קיומה של מוגבלות (מבחן t למדגמים בלתי תלויים וגודל אפקט ES)**

ES (Cohen's d)	t (df=4,405)	M (SD)	%	N	סוג המוגבלות	
0.30	6.78***	8.61 (2.41)	83.2	3,668	אין	סנסורית
		7.79 (3.07)	16.8	739	יש	
0.30	6.52***	8.59 (2.42)	87.8	3,871	אין	פיזית
		7.63 (3.27)	12.2	536	יש	
0.40	8.98***	8.65 (2.41)	83.7	3,688	אין	קוגניטיבית
		7.56 (3.05)	16.3	719	יש	
0.48	11.84***	8.72 (2.38)	80.4	3,545	אין	התנהגותית
		7.44 (2.97)	19.6	862	יש	
0.45	13.02***	8.81 (2.30)	71.3	3,142	אין	כלל המדגם
		7.62 (2.93)	28.7	1,265	יש	

טווח רווחה נפשית: 0-10

\*\*\*  $p \leq .001$

**קיומה של מוגבלות ותמיכת חברים**

לוח 5 הציג את הקשר בין קיומה של מוגבלות ותמיכת הסביבה החברתית. הממצאים מצביעים על כך, כי בהתאם להשערת המחקר השלישית, בני נוער עם מוגבלות מכל סוג שנבדק, דיווחו על תמיכת חברים בינונית, אך מועטה יותר ברמה סטטיסטית מובהקת, מאשר בני נוער ללא מוגבלות. הפער הגדול ביותר נמצא במוגבלות התנהגותית ( $ES = 0.30$ ). עם זאת, פערי הדירוג בסולם קטנים יחסית (ציון-ציון וחצי בטווח של 0-4).

**לוח 5:** הבדלים בתמיכת חברים לפי קיומה של מוגבלות (מבחן t למדגמים בלתי תלויים וגודל אפקט ES)

ES (Cohen's d)	t (df=4,405)	M (SD)	N		
0.27	6.56***	3.03 (1.38) 2.63 (1.55)	3,668 739	אין יש	מוגבלות סנסורית
0.27	5.58***	3.01 (1.39) 2.61 (1.57)	3,871 536	אין יש	מוגבלות פיזית
0.20	4.84***	3.01 (1.39) 2.72 (1.51)	3,688 719	אין יש	מוגבלות קוגניטיבית
0.30	8.63***	3.05 (1.36) 2.56 (1.55)	3,545 862	אין יש	מוגבלות התנהגותית
0.87	9.14***	3.09 (1.35) 2.64 (1.53)	3,142 1,265	אין יש	כלל המדגם

טווח תמיכת חברים: 0-4;  $p < .001$  \*\*\*

**קיומה של מוגבלות ותמיכת מורים**

הקשר בין קיומה של מוגבלות ותמיכת המורים מוצג בלוח 6. ממנו עולה, כי בהתאם להשערה השלישית, בני נוער עם מוגבלויות מכל הסוגים שנבחנו דיווחו על תמיכת מורים בינונית, אך מועטה יותר מאשר בני נוער ללא מוגבלות ברמה סטטיסטית מובהקת, למעט מוגבלות פיזית, שבה הפער אינו מובהק. הקשר בין תמיכת מורים לרווחה נפשית של בני הנוער עם וללא מוגבלות הוא חלש יחסית (טווח גודלי האפקט 0.04-0.28).



**לוח 6:** הבדלים בתמיכת מורים לפי קיומה של מוגבלות (מבחן t למדגמים בלתי תלויים וגודל אפקט ES)

ES (Cohen's d)	t (df=4,405)	M (SD)	N		
0.10	2.48***	2.16 (1.09)	3,668	אין	מוגבלות
		2.05 (1.16)	739	יש	סנסורית
0.04	0.88	2.14 (1.10)	3,871	אין	מוגבלות פיזית
		2.10 (1.14)	536	יש	
0.28	6.49***	2.19 (1.08)	3,688	אין	מוגבלות קוגניטיבית
		1.87 (1.20)	719	יש	
0.28	7.29***	2.20 (1.07)	3,545	אין	מוגבלות התנהגותית
		1.88 (1.19)	862	יש	
0.26	7.60***	2.22 (1.06)	3,142	אין	כלל המדגם
		1.93 (1.17)	1,265	יש	

טווח תמיכת מורים: 0-3

\*\*\*  $p \leq .001$

### קיומה של מוגבלות ותקשורת טובה עם ההורים

**לוח 7:** הקשר בין קיומה של מוגבלות לבין דיווח על תקשורת טובה עם ההורים (אחוזים ומבחן  $\chi^2$ )

$\chi^2$ (df=1)	%	N		
3.11	92.5	3,668	אין	מוגבלות סנסורית
	94.3	739	יש	
1.02	92.6	3,871	אין	מוגבלות פיזית
	93.8	536	יש	
2.42	92.5	3,688	אין	מוגבלות קוגניטיבית
	94.2	719	יש	
3.29	92.4	3,545	אין	מוגבלות התנהגותית
	94.2	862	יש	
1.51	92.5	3,142	אין	כלל המדגם
	93.5	1,265	יש	

טווח תמיכת הורים: אחוז התלמידים שדיווחו כי "קל" ו"קל מאוד"

מלוח 7 עלה, כי מעל 90% מבני הנוער, נוער עם וללא מוגבלות, דיווחו על תקשורת טובה עם הוריהם (יכולים לדבר בקלות לפחות עם אחד מהוריהם). עם זאת, באופן עקבי, בכל סוגי המוגבלויות השיעור מעט גבוה יותר בקרב נבדקים עם מוגבלות בהשוואה לנבדקים ללא מוגבלות, אך לא באופן מובהק, בניגוד להשערה השלישית. לסיכום, השערת המחקר השלישית אוששה עבור רווחה נפשית, תמיכת חברים ותמיכת מורים, אך לא עבור תמיכת הורים.

### פעילות גופנית והתנהגויות סיכון בקרב כלל בני הנוער (השערה 4)

על פי השערת המחקר הרביעית, בני נוער משתי האוכלוסיות הנבחנות (עם מוגבלות וללא מוגבלות), אשר עוסקים בפעילות גופנית ידווחו על רווחה נפשית סובייקטיבית גבוהה יותר, ולכן ידווחו על פחות התנהגויות סיכון מאשר בני נוער שאינם עוסקים בפעילות גופנית. על מנת לבחון את ההשערה בוצעה רגרסיה ליניארית לבחינת הקשר בין פעילות גופנית לרווחה נפשית סובייקטיבית. הקשר בין רמת הרווחה הנפשית של בני נוער לעיסוק בפעילות גופנית לפחות 60 דקות ביום נמצא שלילי, חלש מאוד אך מובהק (עקב גודל המדגם  $t_{(113,843)} = -0.09, p < .001$ ), וזאת בניגוד להשערה הרביעית. נוסף לכך נערך ניתוח רגרסיה לוגיסטית לכל אחת מהתנהגויות הסיכון בנפרד (שכרות, שתייה מופרזת, עישון ושימוש בקנאביס). תוצאות ניתוח הרגרסיה הלוגיסטית מופיעות בלוח 8. ניתוח הממצאים מוצג עבור כלל המדגם.

**לוח 8:** רגרסיה לוגיסטית (OR) לבדיקת הקשר בין פעילות גופנית לבין התנהגויות סיכון (שכרות, שתייה מופרזת, עישון ושימוש בקנאביס)

פעילות גופנית	N	התנהגויות סיכון		
		שכרות	שתייה מופרזת	עישון
כן	11,169	1.0 (14.9%)	1.0 (11.3%)	1.0 (7.0%)
לא	2,676	1.16 (16.9%)	1.13 (12.6%)	1.66 (11.1%)
		1.0 (11.5%)	1.0 (11.3%)	1.0 (7.0%)
		1.22 (13.6%)	1.13 (12.6%)	1.66 (11.1%)

כל התוצאות מובהקות ברמה של  $p \leq .001$

מלוח 8 עלה, כי בהתאם להשערה הרביעית, בני נוער משתי האוכלוסיות (עם מוגבלות וללא מוגבלות), אשר עוסקים בפעילות גופנית לפחות 60 דקות ביום ולפחות פעם אחת בשבוע, דיווחו על שיעור נמוך יותר באופן מובהק של כל ארבע התנהגויות הסיכון, כאשר הסיכון הרב ביותר נמצא ביחס לעישון. כלומר, בני נוער שאינם מבצעים פעילות גופנית כלל הם בסיכון רב יותר במידה בינונית לעישון כהתנהגות סיכון, שכן OR נמצא גדול מ-1.5.

### הבדלים בהרגלי הפעילות הגופנית, בהתנהגויות הסיכון וברווחה הנפשית בקרב משתתפים עם מוגבלות לפי: מגדר, גיל ומצב סוציו-אקונומי (השערות 5, 6 ו-7)

על פי השערות המחקר יימצאו הבדלים על פי משתני הרקע: מגדר, גיל ומצב סוציו-אקונומי בהרגלי הפעילות הגופנית, בהתנהגויות הסיכון וברווחה הנפשית בקרב משתתפים עם מוגבלות. להלן יוצגו הניתוחים לכל משתנה רקע בנפרד.

#### מגדר (השערה 5)

על פי השערת המחקר, בנים עם מוגבלות יעסקו יותר בפעילות גופנית, ידווחו על יותר התנהגויות סיכון ועל רווחה נפשית סובייקטיבית גבוהה יותר מאשר בנות עם מוגבלות. על מנת לבחון את ההשערה נערך ניתוח רגרסיה לוגיסטית לכל אחת מהתנהגויות הסיכון בנפרד (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-

פעילות גופנית) ורגרסיה ליניארית לבחינת הקשר בין המגדר לרווחה נפשית סובייקטיבית. תוצאות הניתוח מופיעות בלוח 9. מלוח 9 עלה, כי בהתאם להשערת המחקר החמישית, הסיכון לאי-פעילות גופנית גבוה בקרב בנות לעומת בנים, עם וללא מוגבלות כאחת. כמו כן, בנים עם מוגבלות מכל סוג שנבחנו נמצאו באופן מובהק בסיכון רב יותר לכלל התנהגויות הסיכון.

בהשוואה בין בנים עם מוגבלויות לבין בנות עם מוגבלויות, בנים עם מוגבלות סנסורית נמצאים בסיכון הרב ביותר (ארבע התנהגויות סיכון) להתנהגויות סיכון: עישון, שכרות, שימוש בקנאביס ושתיה מופרזת. בנים עם מוגבלות קוגניטיבית נמצאים בסיכון רב לשלוש התנהגויות סיכון: עישון, שכרות ושימוש בקנאביס. בנים עם מוגבלות התנהגותית נמצאים בסיכון רב לשלוש התנהגויות סיכון: עישון, שכרות ושימוש בקנאביס. בנים עם מוגבלות פיזית נמצאים בסיכון רב לשתי התנהגויות סיכון: עישון ושכרות. לפיכך, ההשערה הרביעית אוששה. מגמות דומות נמצאו גם בקרב בני נוער ללא מוגבלות. דהיינו, בנים משתי הקבוצות נמצאים בסיכון הרב ביותר לכל ארבע התנהגויות סיכון (לפי סדר יורד, מהסיכון הרב ביותר לסיכון הנמוך): עישון, שימוש בקנאביס, שכרות ושתיה מופרזת. כמו כן, הסיכון לאי-פעילות גופנית נמוך בקרב בנים בהשוואה לבנות (על פי המשוער). עם זאת, לא נמצא קשר בין מגדר לבין רווחה נפשית סובייקטיבית, בניגוד להשערה החמישית.

**לוח 9:** רגרסיה לוגיסטית (OR) לבדיקת הקשר בין מגדר לבין התנהגויות סיכון (שכרות, שתיה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית) ורגרסיה ליניארית לרווחה נפשית סובייקטיבית

		התנהגויות סיכון						
	רווחה נפשית	אי פעילות גופנית	שימוש בקנאביס	עישון	שתיה מופרזת	שכרות	N	
-01		1.52 (32.7%)	1.0 (10.9%)	1.0 (10.2%)	1.0 (10.3%)	1.0 (11.6%)	301	בנות מוגבלות
		1.0 (24.1%)	2.86 (25.8%)	3.76 (29.7%)	2.37 (21.6%)	2.95 (28.3%)	403	בנים סנסורית
.00		1.31 (24.7%)	1.0 (17.3%)	1.0 (14.2%)	1.0 (13.5%)	1.0 (15.0%)	211	בנות מוגבלות
		1.0 (29.9%)	1.86 (28.0%)	3.20 (34.9%)	1.65 (20.7%)	2.47 (30.5%)	324	בנים פיזית
.04		1.27 (32.1%)	1.0 (12.2%)	1.0 (11.5%)	1.0 (13.4%)	1.0 (15.7%)	312	בנות מוגבלות
		1.0 (27.0%)	2.94 (29.1%)	3.01 (28.0%)	1.95 (23.5%)	2.62 (32.7%)	407	בנים קוגניטיבית
-01		1.50 (32.4%)	1.0 (13.0%)	1.0 (9.4%)	1.0 (12.0%)	1.0 (14.4%)	395	בנות מוגבלות
		1.0 (24.2%)	2.55 (27.7%)	3.32 (25.8%)	1.77 (19.7%)	2.33 (21.8%)	466	בנים התנהגותית

		התנהגויות סיכון						
רווחה נפשית	אי פעילות גופנית	שימוש בקנאביס	עישון	שתייה מופרזת	שכרות	N		
-.01	1.62 (32.3%)	1.0 (11.3%)	1.0 (8.2%)	1.0 (10.1%)	1.0 (12.1%)	577	בנות	כל המוגבלויות שנבדקו
	1.0 (22.8%)	2.66 (25.2%)	3.54 (24.1%)	2.25 (20.1%)	2.61 (26.5%)	641	בנים	
.00	1.52 (22.6%)	1.0 (4.7%)	1.0 (3.7%)	1.0 (6.5%)	1.0 (8.1%)	1,57	בנות	לא מוגבלויות
	1.0 (16.6%)	4.06 (16.6%)	4.09 (13.5%)	2.48 (14.6%)	2.99 (17.3%)	1,56	בנים	

כל התוצאות מובהקות ברמה של  $p \leq .001$  סיכון משמעותי נקבע כערך OR גבוה או שווה ל-2 (הצללה)

### גיל (השערה 6)

על פי השערת המחקר השישית, עלייה בגיל קשורה לירידה בהרגלי הפעילות הגופנית, עלייה בדפוסים של התנהגויות הסיכון וירידה בתחושת הרווחה הנפשית הסובייקטיבית של בני נוער עם מוגבלות. על מנת לבחון את ההשערה נערך ניתוח רגרסיה לוגיסטית לכל אחת מהתנהגויות הסיכון בנפרד (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית), כאשר שכבת הגיל הנמוכה ביותר שימשה בסיס להשוואה. כמו כן בוצעה רגרסיה ליניארית לבחינת הקשר בין הגיל לרווחה נפשית סובייקטיבית. תוצאות הניתוח מופיעות בלוח 10.

**לוח 10:** רגרסיה לוגיסטית (OR) לבדיקת הקשר בין שכבת גיל לבין התנהגויות סיכון (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית) ורגרסיה ליניארית לרווחה נפשית סובייקטיבית

		התנהגויות סיכון						
רווחה נפשית	אי פעילות גופנית	שימוש בקנאביס	עישון	שתייה מופרזת	שכרות	N		
-0.10	1.0 (17.7%)	-	1.0 (16.1%)	1.0 (15.4%)	1.0 (15.3%)	124	ו'	מוגבלות סנסורית
	1.23 (21.3%)	-	1.09 (17.3%)	0.95 (14.7%)	1.20 (17.5%)	150	ח'	
	1.59 (25.7%)	1.0 (18.1%)	1.65 (24.1%)	1.23 (18.4%)	1.70 (23.3%)	171	י'	
	2.55 (36.1%)	1.16 (20.4%)	1.62 (23.9%)	1.17 (17.7%)	1.82 (24.5%)	294	י"א- י"ב	
-0.02	1.0 (16.2%)	-	1.0 (20.0%)	1.0 (16.8%)	1.0 (16.0%)	105	ו'	מוגבלות פיזית
	0.96 (15.2%)	-	1.06 (21.0%)	0.81 (14.0%)	1.68 (24.2%)	105	ח'	
	1.97 (27.6%)	1.0 (27.0%)	2.07 (34.4%)	1.61 (23.9%)	2.42 (31.9%)	122	י'	
	3.14 (37.4%)	0.74 (21.7%)	1.54 (28.1%)	1.03 (17.2%)	1.62 (24.0%)	204	י"א- י"ב	

רווחה נפשית	התנהגויות סיכון					N		
	אי-פעילות גופנית	שימוש בקנאביס	עישון	שתייה מופרזת	שכרות			
-0.06	1.0 (19.0%)	-	1.0 (16.5%)	1.0 (16.9%)	1.0 (18.8%)	121	ו'	מוגבלות קוגניטיבית
	0.98 (15.5%)	-	1.24 (20.0%)	0.84 (14.7%)	1.13 (20.9%)	135	ח'	
	1.92 (30.6%)	1.0 (22.3%)	1.78 (21.6%)	0.99 (16.8%)	1.42 (24.8%)	157	י'	
	2.59 (37.3%)	0.95 (21.6%)	1.26 (20.3%)	1.53 (23.4%)	1.86 (30.1%)	306	י"א-י"ב	
-0.03	1.0 (17.8%)	-	1.0 (12.3%)	1.0 (10.7%)	1.0 (11.4%)	146	ו'	מוגבלות התנהגויות
	0.89 (16.1%)	-	1.26 (15.0%)	1.21 (12.1%)	1.56 (17.0%)	174	ח'	
	1.59 (25.8%)	1.0 (19.7%)	2.38 (25.3%)	1.67 (16.4%)	2.29 (23.4%)	182	י'	
	2.93 (39.0%)	1.15 (21.7%)	1.62 (18.7%)	2.19 (20.1%)	2.82 (27.0%)	359	י"א-י"ב	
-0.05	1.0 (17.8%)	-	1.0 (12.4%)	1.0 (11.9%)	1.0 (11.4%)	225	ו'	כל המוגבלויות שנבדקו
	1.13 (19.5%)	-	1.13 (13.7%)	1.0 (11.8%)	1.34 (14.6%)	256	ח'	
	1.61 (25.7%)	1.0 (19.6%)	1.83 (20.8%)	1.47 (16.3%)	2.28 (22.6%)	265	י'	
	2.60 (35.8%)	0.90 (17.9%)	1.53 (17.9%)	1.66 (18.1%)	2.56 (24.5%)	519	י"א-י"ב	
-0.10***	1.0 (12.1%)	-	1.0 (6.6%)	1.0 (4.0%)	1.0 (2.9%)	708	ו'	ללא מוגבלויות
	1.12 (13.5%)	-	0.88 (5.8%)	0.89 (3.6%)	1.41 (3.9%)	650	ח'	
	1.72 (19.2%)	1.0 (11.0%)	2.25 (13.7%)	3.93 (14.3%)	6.45 (15.7%)	563	י'	
	2.64 (26.8%)	0.96 (10.7%)	1.36 (8.8%)	4.54 (16.1%)	9.45 (21.5%)	1,221	י"א-י"ב	

כל התוצאות מובהקות ברמה של  $p \leq .001$   
 סיכון משמעותי נקבע כערך OR גבוה או שווה ל-2 (הצללה)  
 $*** p < .001$

מלוח 10 עלה, כי בהתאם להשערת המחקר השישית, בקרב תלמידים עם מוגבלות נמצא שברוב התנהגויות הסיכון ישנה עלייה בסיכון עם הגיל: שכרות, שתייה מופרזת, עישון ואי-פעילות גופנית. נוסף לכך, הסיכון לעישון ולשימוש בקנאביס יורד בין כיתה י' לכיתות י"א-י"ב. יש לציין, שבקרב תלמידים ללא

מוגבלות רמת הסיכון לשכרות ולשתייה מופרזת גבוהה בערך פי שלושה לעומת תלמידים עם מוגבלות.

זאת ועוד, בני נוער עם מוגבלות התנהגותית נמצאים בסיכון הרב ביותר לעישון ולשכרות בכיתה י' ולשכרות ולשתייה מופרזת בגילים בוגרים יותר, כיתות י"א-י"ב. בני נוער עם מוגבלות פיזית נמצאים בסיכון הרב ביותר לשכרות ולעישון בכיתה י'. במוגבלות סנסורית וקוגניטיבית קיימת מגמה דומה של עלייה בסיכון לשכרות, לעישון ולאי-פעילות גופנית (אולם הפערים נמוכים יותר – OR פחות מ-2 או שווה ל-2).

כמו כן, בהתאם להשערה השישית, עם העלייה בגיל נמצאה עלייה בסיכון לאי-פעילות גופנית בקרב כלל המוגבלויות שנבדקו ובקרב כל מוגבלות בנפרד. בניגוד למשוער, לא נמצא קשר בין גיל התלמידים לבין רווחה נפשית סובייקטיבית בקרב תלמידים עם מוגבלויות. לעומתם, בקרב בני נוער ללא מוגבלות נמצא קשר שלילי, נמוך מאוד אך מובהק ( $r = -.10, p \leq .001$ ).

#### **מצב סוציו-אקונומי (השערה 7)**

על פי השערת המחקר השביעית, בני נוער ממעמד סוציו-אקונומי נמוך יהיו פחות פעילים גופנית, ידווחו על רווחה נפשית סובייקטיבית נמוכה יותר וייטו ליותר התנהגויות סיכון בהשוואה לבני נוער ממעמד סוציו-אקונומי גבוה. על מנת לבחון את ההשערה נערך ניתוח רגרסיה לוגיסטית לכל אחת מהתנהגויות הסיכון בנפרד (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית) ורגרסיה ליניארית לבחינת הקשר בין המצב הסוציו-אקונומי לרווחה נפשית סובייקטיבית. תוצאות הניתוח מופיעות בלוח 11, שממנו עלה, כי בהתאם להשערת המחקר השביעית, בני נוער מכל סוגי המוגבלות שנבחנו ממעמד סוציו-אקונומי נמוך נמצאו באופן מובהק בסיכון גבוה יותר לאי-פעילות גופנית מאשר בני נוער ממעמד סוציו-אקונומי גבוה.

לעומת זאת, בניגוד להשערה השביעית עלה, כי בני נוער עם מוגבלות מרקע סוציו-אקונומי גבוה – נמצאו באופן מובהק בסיכון רב יותר לעישון קנאביס בהשוואה לבני נוער עם מוגבלויות מרקע סוציו-אקונומי נמוך. עם זאת, בכלל האוכלוסייה, בהתאם להשערת המחקר, נמצא כי בקרב בני נוער עם מגבלה מכל סוג שהוא קיים קשר חיובי, נמוך מאוד אך מובהק ( $r = .09, p \leq .05$ ), בין המעמד הסוציו-אקונומי לבין רווחה נפשית סובייקטיבית, ובקרב בני נוער ללא מוגבלויות גבוה קיים קשר דומה – חיובי, נמוך אך מובהק ( $r = .18, p \leq .001$ ).

**לוח 11:** רגרסיה לוגיסטית (OR) לבדיקת הקשר בין המצב הסוציו-אקונומי לבין התנהגויות סיכון (שכרות, שתייה מופרזת, עישון, שימוש בקנאביס, אי-פעילות גופנית) ורגרסיה ליניארית לרווחה נפשית סובייקטיבית

רווחה נפשית	אי-פעילות גופנית	התנהגויות סיכון				N	שכרות	שתייה מופרזת	עישון	שימוש בקנאביס
		אי-פעילות גופנית	שכרות	שתייה מופרזת	עישון					
.08	2.43 (33.3%)	1.0 (14.6%)	1.0 (22.4%)	1.0 (15.6%)	1.0 (20.5%)	237	נמוך	מוגבלות סנסורית		
	1.0 (16.9%)	2.10 (26.7%)	0.87 (20.4%)	1.17 (17.7%)	1.16 (23.0%)	237	גבוה			
.08	2.63 (35.6%)	1.0 (17.3%)	1.0 (26.7%)	1.0 (13.5%)	1.0 (23.6%)	177	נמוך	מוגבלות פיזיות		
	1.0 (17.2%)	1.42 (25.8%)	0.98 (26.6%)	1.11 (16.5%)	1.08 (25.3%)	169	גבוה			
.06	2.04 (37.1%)	1.0 (20.2%)	1.0 (21.5%)	1.0 (18.1%)	1.0 (22.6%)	205	נמוך	מוגבלות קוגניטיביות		
	1.0 (22.2%)	2.08 (28.2%)	0.82 (18.4%)	1.28 (19.5%)	1.07 (24.0%)	234	גבוה			
.03	2.46 (37.1%)	1.0 (15.2%)	1.0 (21.2%)	1.0 (13.5%)	1.0 (20.5%)	231	נמוך	מוגבלות התנהגותיות		
	1.0 (19.3%)	2.38 (29.7%)	0.67 (15.2%)	1.29 (16.9%)	1.05 (21.1%)	296	גבוה			
.09*	2.02 (36.8%)	1.0 (14.6%)	1.0 (18.4%)	1.0 (12.5%)	1.0 (18.4%)	354	נמוך	כל המוגבלויות שנבדקו		
	1.0 (19.4%)	2.07 (25.8%)	0.82 (15.4%)	1.45 (17.2%)	1.19 (21.1%)	428	גבוה			
.18***	2.19 (27.4%)	1.41 (12.3%)	2.15 (12.5%)	1.0 (8.5%)	1.0 (10.5%)	602	נמוך	ללא מוגבלויות		
	1.0 (14.6%)	1.0 (9.0%)	1.0 (6.2%)	1.37 (11.2%)	1.27 (13.0%)	1,333	גבוה			

\* $p < .05$   
\*\* $p < .001$

## דיון

המחקר הנוכחי התמקד באוכלוסיית בני נוער המתמודדים עם מוגבלויות (תחושתיות, פיזיות, קוגניטיביות, התנהגותיות) ולומדים עם אוכלוסיית התלמידים הכללית. בפרק זה יוצג דיון אינטגרטיבי בממצאי המחקר ובו ישולבו הממצאים וניתוחי ההשערות על פי שלושה נושאים מרכזיים: אי-פעילות גופנית בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות; התנהגויות סיכון בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות; רווחה נפשית בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות. בהמשך יידונו מגבלות המחקר

ותוצענה המלצות למחקרי המשך וכן הצעות להמשך המחקר העולות בעקבות הדיון. לבסוף יוצגו תרומות המחקר, ההשלכות התאורטיות וההשלכות היישומיות. הספרות המדעית בתחום קידום וחינוך לבריאות, כמו גם מדיניות ואסטרטגיות התערבות המומלצות על ידי ארגון הבריאות העולמי, מצביעות על הצורך בהכנסת פעילות גופנית וספורט לאורח החיים הקבוע של בני נוער במטרה לשמר את בריאותם הפיזית ולהעצים את רווחתם הנפשית והתפקודית. המלצה זו כוונה בעשורים האחרונים בעיקר לבני נוער ולצעירים, כיוון שבתקופת הנעורים נרכשים דפוסי התנהגויות שהופכות עם הזמן לחלק בלתי נפרד מאורח חייו של האדם הבוגר. כך שהזמן היעיל ביותר לעידוד פעילות גופנית וספורט הוא תקופת הנעורים, כאשר ההתנהגויות הללו עדיין מתפתחות ( Rimmer & Haegele & Porretta, 2015; Rowland, 2008). המחקר הנוכחי הסתמך על ממצא ממחקרים קודמים, שלפיו שיעור הילדים ובני הנוער המתמודדים עם מוגבלויות ועוסקים דרך קבע בפעילות גופנית או בספורט – נמוך משמעותית משיעור בני גילם ללא מוגבלות. זאת ועוד, על פי מודל "חוסן נעורים" (הראל-פיש ואח', 2014) ולפי עקרונות בסיסיים של הפסיכולוגיה החיובית (Antonovsky, 1987, 1996) – העיסוק בפעילות גופנית ובספורט תורם להעצמה של תחושת הערך העצמי, משפר את החוויה החיובית במרחבים החברתיים (בית הספר, קהילה ועוד), מעודד חיבור חברתי ותחושת שייכות ומעורבות בקהילה. כל אלו נמצאו כמנופים להעצמת הרווחה הנפשית והתפקודית של ילדים ונוער (הראל-פיש ואח', 2014; טסלר ואח', Belcher et al., 2017; 2021). מכאן שיש צורך משמעותי למצוא דרכים להעלות את מעורבות בני נוער עם מוגבלויות בפעילות גופנית כדי להעצים את רווחתם הנפשית והתפקודית.

### **אי-פעילות גופנית בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא**

#### **מוגבלויות**

השערה המחקר הראשונה אוששה באשר לסיכון לאי-פעילות גופנית של לפחות 60 דקות ביום לפחות פעם בשבוע (לוח 3) בקרב בני נוער עם מוגבלויות (מכל סוגי המוגבלויות), שנמצא אצלם גבוה פי 1.5 מאשר בקרב בני נוער ללא מוגבלויות. ממצא זה תואם את תוצאות מחקרם של ריאן ואח' (Ryan et al., 2014), שמצאו שבני נוער עם מוגבלויות לרוב רק צופים בפעילות גופנית של אחרים, אך אינם משתתפים בה בעצמם. סיבה אפשרית לממצאים אלה יכולה לנבוע, בין היתר, מסוג המוגבלות השונה מאדם לאדם, אשר משפיעה על רמת אי-היכולת הגופנית להשתתפות בפעילויות מאורגנות (ספורט, פנאי או אחרת). נוסף על כך, לנוער עם מוגבלויות יש פחות אפשרויות והזדמנויות להשתתף בסוגים של פעילויות ספורט המותאמות לצורכיהם – כך שהסבירות לאיכות חיים נמוכה (גם ברמה הפיזית וגם ברמה המנטלית) גבוהה יותר בהשוואה לנוער ללא מוגבלויות ( Rimmer et al., 2004). עוד נמצא כי נוער עם מוגבלויות קוגניטיביות (יותר מכל סוג מוגבלות אחר שנבדק) הוא בסיכון גבוה פי 1.64 משל בני נוער ללא מוגבלות לא לעסוק בפעילות גופנית של 60 דקות או יותר ביום לפחות פעם בשבוע. ישנם הרבה נתונים ממחקרים אחרים שמתקפים את הממצא, לרבות כאלה המסבירים את הבעיה כחוסר יכולת לבנות מוטיבציה פנימית על בסיס תובנה של תועלת עתידית, שמבוססת על יכולות קוגניטיביות של סיבה ותוצאה (Hutzler & Korsensky, 2010) וממצאים המצביעים



על שיעור השמנה של בערך פי שניים בקרב אוכלוסייה זו לעומת בני גילם ללא מוגבלות (Rimmer et al., 2007). הממצאים מצביעים על כך שהחסר בפעילות גופנית כרוך באופן הדוק לעצם קיומה של מוגבלות. כלומר, כתנאי לאפשרות לגרום לבני נוער עם מוגבלויות להיות פעילים יותר, יש למצוא דרכים להתגבר על החסמים שמונעים מהם להתאמן ולפעול למציאת דרכים להנגשת הפעילויות הספורטיביות עבורם (הוצלר וברק, 2012; Carroll et al., 2014). בניגוד להשערת המחקר הרביעית, הקשר בין אי-פעילות גופנית ורווחה נפשית נמצא נמוך בכלל המדגם. ואולם מן הראוי לציין, כי קיומה של פעילות גופנית נקבע שרירותית כפעם בשבוע או יותר לעומת אף פעם בשבוע. ייתכן שאם המדד היה שלוש או ארבע פעמים בשבוע, או מדי יום כפי שמצפה ארגון הבריאות העולמי (Bull et al., 2020), היה הממצא אחר. לפיכך מוצע במחקרים נוספים לבחון מדדים נוספים של הרגלי פעילות גופנית המותאמים לבני נוער עם מוגבלויות וקשרים אפשריים בין השתתפות בה לבין רווחה נפשית והימנעות מהתנהגויות סיכון. כמו כן ייתכן שתוספת משתנה המעריך את חומרת המוגבלות יאפשר לבחון לעומק את הקשרים בין הרגלי פעילות גופנית לרווחה נפשית והימנעות מהתנהגויות סיכון.

ההשערה החמישית לגבי מגדר אוששה; נמצא כי בנות פחות פעילות גופנית מבנים בקרב בני נוער עם וללא מוגבלויות (לוח 9). גם באוכלוסייה הכללית, בנות פחות פעילות גופנית מבנים מסיבות שונות הקשורות לגורמי ההנעה להימנע מפעילות גופנית. הסבר אפשרי לכך מוצע במחקר קודם אשר העלה, כי בעוד שבנות מתאמנות כדי להיראות טוב, בנים מתאמנים כיוון שהם תחרותיים יותר ורואים בספורט פעילות המאפשרת בילוי זמן עם חברים (Craft et al., 2014). כמו כן ייתכן כי בהקשר של בני נוער עם מוגבלות, העיסוק בפעילות גופנית מושפע יותר מסוג המוגבלות וחומרתה ופחות מגורמים אישיים כגון מגדר.

באופן דומה, גם השערת המחקר השישית אוששה; ככל שגיל בני הנוער (מכל סוגי המוגבלויות) היה גבוה יותר, כך נמצאה שכוחות נמוכה יותר של פעילות גופנית בקרב נוער עם וללא מוגבלויות. בקרב בני נוער ללא מוגבלויות, בקרב בני נוער בכיתות י"א-י"ב – הסיכון לאי-פעילות גופנית גדול פי שניים וחצי בהשוואה לחבריהם בכיתות הצעירות יותר (לוח 10). כלומר, ככל שבני נוער עם מוגבלות או ללא מוגבלות מתבגרים, כך הם נוטים להיות פחות פעילים גופנית. ממצא זה תומך בספרות המקצועית שמדווחת כי בקרב נוער עם וללא מוגבלויות ישנה נסיגה בשיעור הפעילות הגופנית במעבר מגיל הילדות לגיל הבגרות (Jung et al., 2018; McKenzie & Lounsbery, 2009; Telama & Yang, 2000). ממצא נוסף היה כי בני נוער ממשפחות מרקע סוציו-אקונומי נמוך פחות פעילים גופנית. בהתאם להשערה השביעית נמצא כי בני נוער עם מוגבלויות ממעמד סוציו-אקונומי נמוך נמצאים בסיכון כפול להימנעות מפעילות גופנית, ובייחוד נוער עם מוגבלויות פיזיות (מעל פי שניים וחצי) בהשוואה לאותה אוכלוסייה ממעמד סוציו-אקונומי גבוה (לוח 11). פער דומה בין המעמדות הסוציו-אקונומיים באי-פעילות גופנית נמצא גם בקרב נוער ללא מוגבלויות (יותר מפי שניים). דפוס דומה של קשר נמצא גם במחקרה של לאו ואח' (Law et al., 2006), שמצאו שבני נוער עם מוגבלות ממשפחות עם הכנסה והשכלה נמוכות וממשפחות חד-הוריות פעילים גופנית פחות מבני נוער ממשפחות ממעמד

גבוה. ייתכן שההסבר לכך נובע מהעובדה שלמשפחות מרקע סוציו-אקונומי נמוך יש פחות גישה לשירותי בריאות, ותנאי חייהן ירודים בהשוואה למשפחות מרקע סוציו-אקונומי גבוה. כמו כן יש להן פחות ידע על ההשלכות האפשריות של אי-פעילות גופנית ושמירה על אורח חיים בריא, והן נתונות ללחץ פסיכולוגי מתמיד (Hanson & Chen, 2007).

### **התנהגויות סיכון בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות**

השערת המחקר השנייה אוששה באשר לבני נוער עם מוגבלויות מכל הסוגים, שנמצאו בסיכון גבוה יותר מאשר עמיתיהם ללא מוגבלויות, להיות מעורבים בכלל התנהגויות הסיכון: עישון סיגריות, שכרות, שתייה מופרזת ושימוש בקנאביס. זאת בהתאמה לממצאיהם של חוקרים אחרים שדיווחו כי הסיכוי של בני נוער עם מוגבלויות גבוה יותר להיות מעורבים בהתנהגויות סיכון מסוג התנהגות בריונית (Blum et al., 2001; Hutzler et al., 2021). יתר על כן, באופן ספציפי, בני נוער עם מוגבלויות קוגניטיביות נמצאו בסיכון כפול או יותר לעשן סיגריות, להשתכר, לשתות שתייה מופרזת ולהשתמש בקנאביס בהשוואה לנוער ללא מוגבלויות (Robertson et al., 2020). בני נוער עם מוגבלות סנסורית ומוגבלות התנהגותית נמצאו בסיכון יותר מכפול לעישון סיגריות ושימוש בקנאביס. הסיכון הגבוה ביותר שזוהה במחקר הנוכחי נמצא בקרב בני נוער עם מוגבלויות פיזיות – כמעט פי ארבעה לעישון סיגריות ומעל כפול לעישון קנאביס. הסבר אפשרי לממצאים שלפיהם נוער עם מוגבלויות נוטה ליותר התנהגויות סיכון, הוא רצונם החזק לזכות באהדה, להיטמע ולהשתלב בחברת בני גילם. כמו כן, המעורבות בהתנהגויות סיכון יכולה גם להעניק למתבגרים הרגשת עצמאות בקבלת החלטות – בנפרד מהמעורבות של הוריהם – וכן תחושה סובייקטיבית של בגרות ואשליית התמודדות עם לחץ (Jones & Lollar, 2008). הסבר אפשרי נוסף להבדלים בשתייה מופרזת בין קבוצת הנוער עם המוגבלויות לנוער ללא מוגבלויות טמון בעובדה ששתייה מופרזת קשורה לדפוסי בילוי בערבים ובשעות הפנאי, משמע, בשעות שמחוץ לבית הספר - וכפי שצוין לעיל, בני נוער עם מוגבלויות מרגישים לעיתים קרובות מנוכרים וחווים יותר בדידות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות (Al-Yagon, 2012) ולכן זו יכולה להיות הסיבה שבגינה נוער עם מוגבלויות נוטה ליותר התנהגויות סיכון. הערכה עצמית נמוכה ותחושת ניכור מעלות את הסבירות לשימוש בחומרים פסיכו אקטיביים (Bond et al., 2007; Chapman et al., 1994).

עם זאת, מספר מחקרים מסייגים ממצאים אלו; הם מצביעים על כך, שמעורבות בהתנהגויות סיכון בקרב נוער עם מוגבלויות הוא בשיעור דומה או נמוך בהשוואה לנוער ללא מוגבלויות. ממצאים מעורבים אלו עלולים לנבוע ממיעוט סוגי המוגבלויות שנחקרו, מהעובדה שרוב המחקרים מכלילים רק שימוש בחומר ממכר אחד או שניים, מהשימוש במתודולוגיות מחקר שונות ומגורמים נוספים המגבילים את יכולת ההכללה מממצאי מחקרים אלו (Yu et al., 2008).

גם השערת המחקר החמישית בהקשר של מגדר אוששה. כמו בקרב בני נוער ללא מוגבלויות, נמצא כי בנים עם מוגבלויות מעורבים בהתנהגויות סיכון בהסתברות גבוהה יותר, לפעמים של פי שניים בהשוואה לבנות באותה אוכלוסייה (לוח 9). ממצא זה תומך בתוצאות מחקרי סקירה שבדקו הרגלי עישון סיגריות בקרב

נוער עם מוגבלויות פיזיות (Nagarajan & Okoli, 2016; Swerts et al., 2017; Taggart et al., 2006). התנהגות הסיכון שבה הפער בין בנים לבנות בכל המוגבלויות היה הגדול ביותר היא עישון סיגריות – פער של פי שלושה (בנים יותר מבנות). ממצאים דומים עלו גם בנוגע לשתייה מופרזת ושימוש בקנאביס.

באופן כללי אפשר לומר, כי בעישון סיגריות ושימוש בקנאביס הפער הוא המשמעותי ביותר, בין פי שלושה וחצי (בקרב בנים עם מוגבלויות) לבין פי ארבעה (בקרב בנים ללא מוגבלויות), בעוד שבמדדים של אלכוהול בסביבות פי שניים וחצי בקרב שתי האוכלוסיות. מחקרים שבדקו את ההבדלים בין המינים בשיעור התנהגויות סיכון ולקיחת סיכונים מצאו שבממוצע נשים סולדות מסיכון יותר מגברים, באופן כללי ובכל תחומי החיים. הסיבות לכך יכולות לנבוע מתכונות תורשתיות או מגישות ההורים, המעצבות את עמדות הסיכון הללו (Eckel & Grossman, 2002). מעבר לכך, בנות מתבגרות, אפילו אלו שניחנו בנטייה מהותית לעשות בחירות מסוכנות יותר, עשויות להיות מנועות מלעשות זאת, כיוון שהן מעוכבות על ידי נורמות וציפיות של התרבות באשר להתנהגות הנשית הראויה, קרי – הימנעות מסיכון (Booth & Nolen, 2012).

נוסף על כך, גם בהיבט של גיל, השערת המחקר השישית אוששה חלקית. ככל שבני נוער עם וללא מוגבלויות מתבגרים, ישנה מגמת עלייה בהתנהגויות סיכון (לוח 10). במחקר הנוכחי נמצא כי בקרב בני נוער עם מוגבלויות (מכל הסוגים שנבחנו במחקר הנוכחי) התנהגויות הסיכון עם הפער הגדול יותר הן: שכרות (2.5) ושתייה מופרזת (מעל 1.5). תוצאות דומות נצפו גם בקרב בני הנוער ללא מוגבלויות ואף בשיעורי סיכון גבוהים יותר, והן תואמות מחקרים קודמים שהצביעו על כך כי התנסויות בהתנהגויות סיכון גוברות משמעותית במהלך גיל ההתבגרות (Mounteney et al., 2010; Torsheim et al., 2001). לעומת זאת (ובניגוד לכיוון של השערת המחקר השישית), בעישון סיגריות ושימוש בקנאביס מעניין לראות כי במעבר הגילים מכיתה י' לכיתות י"א-י"ב ישנה מגמת ירידה במעורבות התנהגויות סיכון אלו בקרב שתי האוכלוסיות. הסבר אפשרי לממצאים אלו הוא שנוער בכיתות הגבוהות יותר מצוי לקראת סיום או שהוא כבר בסיום התהליך והשינויים הנלווים לגיל ההתבגרות. בשלב הזה, הערכתו העצמית של המתבגר מתייצבת ויש יותר מקום להפעלת שיקול דעת אישית ופחות מקום לקונפורמיות (זיו, 1984; מוס, 1988; Steinberg & Morris, 2001). יתר על כן, מהספרות המקצועית עולה שמעמד סוציו-אקונומי נמוך מנבא שיעור גבוה יותר של התנהגויות סיכון בכלל ושל שימוש בחומרים ממכרים בפרט (Adler et al., 1994; Williams, 1990). בדומה לכך, גם המחקר הנוכחי מראה כי עישון סיגריות נפוץ יותר בקרב משפחות מרקע סוציו-אקונומי נמוך יותר (Goodman & Huang, 2002). עם זאת, הן בהשוואה למחקרים קודמים והן בניגוד להשערת המחקר השביעית, ממצאי המחקר הנוכחי (ראה לוח 11) מציגים מגמה הפוכה בכל הנוגע להתנהגויות הסיכון שנבחנו כגון שתייה מופרזת, צריכת אלכוהול ושימוש בקנאביס. לפי הממצאים, בני נוער עם כל סוגי המוגבלויות, החיים במשפחות מרקע סוציו-אקונומי גבוה, נמצאו כמעורבים יותר בהתנהגויות סיכון (מלבד עישון) בשיעור פי 1.5 בערך בהשוואה לבני נוער עם מוגבלות מרקע סוציו-אקונומי נמוך (Patrick et al., 2012). אפשר להסביר ממצאים אלה על בסיס

התאוריה, שלפיה בני הנוער המגיעים ממשפחות אמידות, שהן בעלות משאבים כלכליים, בדרך כלל מקבלים דמי כיס גבוהים יותר (Hanson & Chen, 2007; Patrick et al., 2012), נתונים לעיתים בעומס יתר של פעילויות העשרה וחוגים אחרי שעות הלימודים (השתתפות בקבוצות ספורט, שיעורי מוזיקה, חונכות אקדמית ועוד). מופעל עליהם לחץ להישגיות ולהצלחה בלימודים כדי להתקבל לאוניברסיטאות יוקרתיות, ולעיתים הם גם חווים חסך בנוכחות מבוגרים משמעותיים בחיי היום-יום עקב עבודתם התובענית של הוריהם, המגבילה את נוכחותם ואת מעורבותם. לפי תאוריה זו, בני הנוער עוסקים בהתנהגויות בריאות שליליות (אי-פעילות גופנית, עישון, שתיית אלכוהול, שימוש בקנאביס) כדרך התמודדות הרסנית עם המתח, החרדה ואף הדיכאון שהם חווים בעקבות הלחצים להישגיות, ובמחקר הנוכחי, גם עקב ההתמודדות המורכבת עם המוגבלות (Luthar & Latendresse, 2005).

מעניין לציין כי בכל הנוגע לעישון סיגריות, דווקא בקרב בני נוער עם מוגבלות ממעמד סוציו-אקונומי נמוך שיעורי העישון גבוהים יותר בהשוואה לעמיתיהם ממעמד גבוה – בדומה למגמה הרווחת באוכלוסייה הכללית. לעומת זאת, בעישון קנאביס שיעור השימוש בקרב בני הנוער עם המוגבלויות ממעמד גבוה כפול בהשוואה לעמיתיהם ממעמד נמוך. זאת בניגוד למגמה בקרב בני הנוער ללא המוגבלויות – שם המגיעים מהמעמד הסוציו-אקונומי הנמוך משתמשים בקנאביס פי 1.5 בהשוואה לאלו מהמעמד הסוציו-אקונומי הגבוה. משמע, בקרב נוער עם מוגבלויות, שימוש בקנאביס נפוץ יותר במעמד גבוה של אוכלוסייה זו לעומת נוער ללא מוגבלויות, שם שימוש בקנאביס נפוץ יותר בקרב המעמד הנמוך. נשאלת אפוא השאלה, מדוע דווקא בקרב בני נוער עם מוגבלויות, המעורבות בשימוש בחומרים ממכרים רבה יותר בקרב אלו מרקע סוציו-אקונומי גבוה? ייתכן שממצא זה קשור לכך שבמעמד סוציו-אקונומי גבוה יש בידי בני הנוער אמצעים כספיים לרכוש חומרים ממכרים בהשוואה לבני נוער ממעמד סוציו-אקונומי נמוך יותר (זמינות). יהיה מעניין לבחון את התופעה במחקר המשך, אולי תוך שימוש במתודולוגיות איכותניות של קבוצות מיקוד וכדומה כדי להבין מדוע המגמה כאן הפוכה.

### **רווחה נפשית בקרב בני נוער עם מוגבלויות בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות**

כפי שעלה מהממצאים, בהתאמה להשערת המחקר השלישית (לוח 4), בכל הקטגוריות של סוגי המוגבלויות השונים, בני נוער עם מוגבלויות מדווחים על שביעות רצון בינונית מהחיים (7.5 בסולם 0-10), אך נמוכה יותר בהשוואה לבני נוער ללא מוגבלויות (8.5 בסולם 0-10). ממצא זה עשוי להוות אינדיקציה לכך שנסיונות חיי היום-יום של בני הנוער, כפי שהם חווים סובייקטיבית, הן פחות טובות בהשוואה לאלה של עמיתיהם ללא מוגבלות. ממצאים אלה עולים בקנה אחד עם ממצאי ספרות המחקר (לדוגמה, Abubakar et al., 2013). במחקר זה נמצא, כי צעירים עם מוגבלות נמצאו בסיכון גבוה יותר לרווחה נפשית נמוכה, המאופיינת בשיעורי דיכאון גבוהים יותר, דימוי עצמי נמוך וחרדה מוגברת. החוקר הסביר כי ייתכן שהמוגבלות עצמה היא זו שגורמת לרווחה הנפשית הנמוכה בקרב אוכלוסייה זו ומאלצת אותם להתמודד עם אתגרים מגוונים בחיי היום-יום, כגון סטיגמה חברתית, השכלה

נמוכה, בידוד חברתי, התמודדויות פיזיות ובריאותיות (Boström & Broberg, 2018; Cramm et al., 2013; Maxey & Beckert, 2016).

גם ברמת התמיכה שבני נוער עם מוגבלויות זוכים לה מצד חבריהם, המצב דומה (לוח 5). דהיינו, בני נוער עם מוגבלויות מדווחים על קבלת פחות תמיכה מחברים (דירוג בטווח 2.56–2.72) בהשוואה לדירוג מעל שלוש בקרב עמיתיהם ללא מוגבלות (השערה שלישית). ייתכן שעקב המוגבלות של בני נוער אלה, הכרוכה בחוסר יכולת של הסביבה להכילם, לנערים עם מוגבלויות יש פחות חברים ובהלימה – רק לעיתים רחוקות הם משתתפים בפעילויות עם מתבגרים בני גילם. כתוצאה מחוסר התנסות או יצירת קשרים חדשים בני נוער עם מוגבלויות מפתחים פחות כישורים חברתיים (Pham & Murray, 2016). הממצאים הנוגעים לקשר בין סוגי המוגבלויות השונים לבין רמת התמיכה שזוכים לה התלמידים מהמורים בבית הספר (לוח 6) מראים, כי בכל סוגי המוגבלויות גם רמת התמיכה מהמורים נמוכה יותר בקרב בני נוער עם מוגבלות בהשוואה לעמיתיהם ללא מוגבלות, כאשר הפער הגדול יותר קיים אצל בני נוער עם מוגבלות קוגניטיבית (2.1 לעומת 1.87) והתנהגותית (2.2 לעומת 1.88). ממצא זה מדגיש את הצורך החיוני להתערבות המבוגרים המשמעותיים בחיי המתבגרים (הורים ומורים) לפעול לעידוד ולחיזוק קשרים חברתיים עם בני הגיל – על אף שבאשר להתערבות ההורית, היא מסתיימת לרוב בהגיע הילד לגיל ההתבגרות. בנוגע לתמיכה הורית, מעניין לציין את הממצא הנוגע לשיח עם ההורים על עניינים שמציקים לבני הנוער (לוח 7). בניגוד להשערה השלישית נמצא במחקר הנוכחי כי בני נוער עם מוגבלויות מקבלים מהוריהם תמיכה זהה ואפילו מעט גבוהה יותר משזוכים לה בני נוער ללא מוגבלות. ממצאים אלה של תמיכת מורים, הורים וחברים מצביעים על כך שהימצאותם של גורמי חוסן והגנה, כמו תמיכה של מבוגרים משמעותיים בבית ובבית הספר, חוויות ותפיסות חיוביות בבית הספר וחיבור חברתי טוב, קשורים ברווחה נפשית ותפקודית גבוהה יותר בקרב אוכלוסיית בני נוער (הראל-פיש, 2014). הוזכר לעיל, כי תלמידים עם מוגבלות דיווחו על תמיכת מורים מועטה יותר מאשר תלמידים ללא מוגבלות (לוח 6). לפיכך ישנה חשיבות רבה ביצירת סביבה בית-ספרית תומכת ומכילה לאותם בני נוער עם מוגבלויות וביצירת תוכניות לפיתוח המודעות בקרב המורים למידת חשיבותם ויכולתם להשפיע בהפחתת התנהגויות הסיכון בקרב נוער עם מוגבלויות.

יש להדגיש כי בניגוד להשערת המחקר החמישית, לא נמצא קשר בין מגדר לרווחה נפשית. מספרות המחקר עלתה מגמה מעורבת של ממצאים לגבי הקשר בין מגדר לרווחה נפשית. מחקרים שבדקו הבדלים מגדריים בין בנים ובנות הראו כי ישנו הבדל בין המינים ברווחה כאשר בנים מדווחים על הערכה עצמית חיובית גבוהה יותר, הערכה עצמית שלילית נמוכה יותר, מסוגלות עצמית ועל פחות אומללות בהשוואה לבנות. כך בגיל ההתבגרות, רווחת הבנות היא נמוכה משמעותית מרווחתם של בנים (Bergman & Scott, 2001; Quatman & Watson, 2001). בדומה לממצאי מחקר זה, לא נמצאו הבדלים מובהקים בין בנים ובנות ביחס למידת האושר המדווחת שלהם (Natvig et al., 2003). כמו כן, בניגוד להשערת המחקר השישית ולמחקרים נוספים שדיווחו על ירידה ברמות הרווחה הנפשית מגיל צעיר ועד לגיל ההתבגרות המאוחר (Chui & Wong, 2016; Goldbeck et al., 2007; Tomyn & )

(Cummins, 2011), לא נמצא קשר בין גיל בני הנוער לרווחה הנפשית בקרב בני נוער עם מוגבלויות. מן הראוי לבחון במחקרי המשך גורמים הקשורים לממצא זה והעשויים להסבירו. ככלל, בהתאם להשערת המחקר השביעית, ניכר כי הרווחה הנפשית בקרב שתי האוכלוסיות גבוהה יותר אצל בני נוער מרקע סוציו-אקונומי גבוה. בנייתוח ברמת המדינה, אנשים החיים במדינות עשירות מאושרים יותר מאנשים החיים במדינות עניות (Diener et al., 1995).

### מגבלות המחקר

בפני המחקר הנוכחי ניצבות מגבלות מתודולוגיות אחדות: מגבלה ראשונה מתייחסת לאיסוף הנתונים באמצעות שאלון HBSC, אשר מבוסס על דיווח עצמי. כיוון שכך, תיתכן הטיה בתשובות המשתתפים הנובעת מסיבות שונות כדוגמת רצייה חברתית. מגבלה שנייה מתייחסת לעובדה שמחקר זה הוא מחקר חתך המספק תמונת מצב של התוצאה ואת המאפיינים הקשורים אליה בנקודה מסוימת בזמן. לכן אי אפשר להסיק את כיווני הקשרים ולקבוע סיבתיות (מה קדם למה ומה הוביל למה). יתרה מכך, שיעור בני הנוער עם מוגבלויות במחקר זה (28.7%) עולה באופן ניכר על השיעור המחושב על סמך נתוני הסקר החברתי, נתונים מנהליים וראיונות עם אנשי מקצוע (10.9% (ברלב ואח', 2021). לפיכך עולה צורך בכימות הנתונים באמצעות כלי מדידה רגישים, ובמהלך מחקרי אורך המעריכים את תפקוד התלמידים בתקופות שונות ואשר עשויים להצביע על קשר של סיבתיות והסקת מסקנות תוך כדי בידוד משתני רקע וערפלנים. מגבלה שלישית מתייחסת לאוכלוסיית התלמידים שנדגמו. נתוני המחקר הנוכחי מתבססים רק על תלמידים עם מוגבלויות המשולבים בבתי ספר רגילים בלבד ואינו כולל תלמידים עם מוגבלויות אשר לומדים במוסדות חינוך מיוחד. נוסף על כך, כיוון שהשאלון מתבסס על דיווח עצמי, ייתכן מאוד שבקרב בני נוער עם מוגבלויות אשר לומדים במוסדות של חינוך מיוחד, שקבוצת השווים שלהם הם נערים כמוהם עם מוגבלויות אלו ואחרות, היו מתקבלות תוצאות שונות בהשוואה למדגם שנאסף כאן. למשל, ממצאי המחקר הנוכחי הצביעו על כך שלנוער עם מוגבלויות אשר משולב בבתי ספר רגילים קשה לייצר קשרים חברתיים; ייתכן שיצירת חברויות חדשות בקרב נוער עם מוגבלויות הלומד בבתי ספר של חינוך מיוחד היא קלה יותר. כמו כן, גם מדדי רווחה נפשית והתנהגויות סיכון עשויים להיות שונים. לפיכך, רצוי במחקרים עתידיים לבחון את משתני המחקר הנוכחי בהתפלגות אוכלוסיית התלמידים עם מוגבלויות, שכוללת כ-40% מאוכלוסייה זו, גם בקרב בתי הספר לחינוך מיוחד. גם העובדה שבמחקר זה נכללו בני נוער עם מוגבלויות המסוגלים למלא בכוחות עצמם שאלונים לדיווח עצמי מהווה הטיה אפשרית, כיוון שיתכן שלבני נוער שנזקקים לסיוע צמוד (הקראת השאלון, כתיבה במקומם, פרשנות המשמעויות טרם יגיבו וכדומה) יהיו תשובות שונות משל בני הנוער שהשתתפו במחקר זה.

### סיכום והמלצות

המחקר הנוכחי מראה שעצם קיומה של מוגבלות כרוך בחוסר פעילות גופנית, ברווחה נפשית נמוכה יותר ובהתנהגויות סיכון במידה גבוהה יותר. ייתכן שעקב החסמים הסביבתיים והחברתיים, המוגבלות מייצגת סוג של מצוקה נפשית ודימוי

עצמי נמוך, וכאשר המצב הנפשי ירוד או מעורער כתוצאה מממנה, בני הנוער נגררים לעיתים להתנהגויות סיכון. על מנת לתת מענה לאתגר זה במחקר עתידי, מומלץ להוסיף למדד "קיומה של מוגבלות" ממד נוסף הנוגע למצב הנפשי של הנער או הנערה, שיהווה בבואה כוללת של עצם קיומה של המוגבלות ואשר יפוצל לשני משתנים שונים: (א) מוגבלות אובייקטיבית; (ב) תחושה של הנער או הנערה כתוצאה מהמוגבלות. כמו כן, מוצע לבחון את הגורמים (מעבר ליכולות הכספיות ולזמינות) לכך שבני נוער עם מוגבלויות מרקע סוציו-אקונומי גבוה נוטים לשימוש בחומרים ממכרים בהשוואה לבני נוער מרקע סוציו-אקונומי נמוך. יש לבחון את הסוגיה גם באמצעות מודלים סטטיסטיים של ניבוי התנהגות ובהמשך בשילוב מתודולוגיות איכותניות (כגון ראיונות עם בני נוער, קבוצות מיקוד במסגרות שונות ועוד). ממצאים ממחקרי המשך אלו עשויים לתרום לתוכניות התערבות מניעתיות שתשרשנה התנהגויות סיכון אלו.

## מקורות

- ברלב, ל', נמר-פורסטנברג, ר' וגדג', נ' (2021). ילדים עם מוגבלות בישראל: מחקר ארצי. דמ. 21-885-21. מכון מאירס-ג'וינט-ברוקדייל. [https://brookdale-web.s3.amazonaws.com/uploads/2022/02/Heb\\_Report\\_RR-885-21.pdf](https://brookdale-web.s3.amazonaws.com/uploads/2022/02/Heb_Report_RR-885-21.pdf)
- הוצלר, י' (2019). הכלה, עיצוב אוניברסלי והתאמה בחינוך הגופני. בתנועה: כתב-עת למדעי החינוך הגופני והספורט, 1, 70-94.
- הוצלר, י' וברק, ש' (2012). פעילות גופנית מותאמת וספורט לאנשים עם מוגבלויות – סקירת ספרות ותיאור מצב לקראת הכנת קול-קורא. המוסד לביטוח לאומי – האגף לפיתוח שירותים, הקרן למפעלים מיוחדים. <https://www.btl.gov.il/Funds/Documents/peilutGufanit.pdf>
- הראל-פיש, י' (2014). חוסן נעורים: הטמעת אסטרטגיה יעילה למניעת התנהגויות סיכון ולקידום רווחתם של ילדים ובני נוער. בתוך ר' צימר וח' בוני-נח (עורכות), מניעת השימוש בסמים ובאלכוהול (עמ' 67-83). מוסד ביאליק.
- הראל-פיש, י', שטיינמץ, נ', שניאצקי, מ', טסלר, ר', בוניאל-ניסים, מ' ו-וולש, ס' (2020). נוער בישראל: בריאות, רווחה נפשית וחברתית ודפוסיים של התנהגויות סיכון בקרב בני נוער בישראל. דו"ח HBSC ישראל. אוניברסיטת בר-אילן, תכנית המחקר הבינלאומי על רווחתם ובריאותם של בני נוער.
- זיו, א' (1984). התבגרות. מסדה.
- טסלר, ר', בראון-אפל, א', הראל-פיש, י' ואדר, ש' (2017). מדיניות מקדמת בריאות (הרגלי תזונה ופעילות גופנית) בקרב מנהלי בתי הספר בישראל. רוח הספורט: כתב עת שפיט לחקר החינוך הגופני והספורט, 3, 53-76.
- טסלר, ר', מאור, ר' והראל-פיש, י' (2020). החינוך הגופני בבית הספר: עוגן לחיים. אוניברסיטת אריאל ואוניברסיטת בר-אילן. <https://meyda.education.gov.il/files/Pop/0files/sport/Chativa-Elyona/anchor-life.pdf>
- מדינת ישראל (2011). התנהגויות בריאות. מניעה וטיפול בהשמנה. צוות היוזמה "ילעתיד בריא 2020". <https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/Obesity-prof.pdf>
- מוס, ר"א (1988). תיאוריות על גיל ההתבגרות. ספרית פועלים.
- משרד הבריאות (2011). עידוד פעילות גופנית מקדמת בריאות. <https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/2020-sport-final-public.pdf>



משרד המשפטים (2018). האמנה הבינלאומית בדבר זכויות אנשים עם מוגבלויות.

<https://www.gov.il/he/Departments/legalInfo/crpd>

משרד החינוך. (תש"פ). חוזר מנכ"ל תש"פ-חינוך גופני.

[http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Mazkirut\\_Pedagogit/HinuchGufani/Pedagogia/TochnitLimudim/%D7%94%D7%92%D7%91%D7%A8%D7%AA+%D7%94%D7%A4%D7%A2%D7%99%D7%9C%D7%95%D7%AA+%D7%94%D7%92%D7%95%D7%A4%D7%A0%D7%99%D7%AA.htm](http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Units/Mazkirut_Pedagogit/HinuchGufani/Pedagogia/TochnitLimudim/%D7%94%D7%92%D7%91%D7%A8%D7%AA+%D7%94%D7%A4%D7%A2%D7%99%D7%9C%D7%95%D7%AA+%D7%94%D7%92%D7%95%D7%A4%D7%A0%D7%99%D7%AA.htm)

- Abubakar, A., Alonso-Arbiol, I., Van de Vijver, F. J., Murugami, M., Mazrui, L., & Arasa, J. (2013). Attachment and psychological well-being among adolescents with and without disabilities in Kenya: The mediating role of identity formation. *Journal of Adolescence*, 36(5), 849-857.
- Adler, N. E., Boyce, T., Chesney, M. A., Cohen, S., Folkman, S., & Kahn, R. L., et al. (1994). Socioeconomic status and health: the challenge of the gradient. *American Psychologist*, 49, 15-24.
- Al-Yagon, M. (2012). Subtypes of attachment security in school-age children with learning disabilities. *Learning Disability Quarterly*, 35(3), 170-183.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the mystery of health*. Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1996). The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*, 11(1), 11-18.
- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317.
- Aubert, S., Brazo-Sayavera, J., González, S. A., Janssen, I., Manyanga, T., Oyeyemi, A. L., ... & Tremblay, M. S. (2021). Global prevalence of physical activity for children and adolescents; Inconsistencies, research gaps, and recommendations: A narrative review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 18, 1-11.
- Belcher, B. R., Zink, J., Azad, A., Campbell, C. E., Chakravarti, S. P., & Herting, M. M. (2021). The roles of physical activity, exercise, and fitness in promoting resilience during adolescence: Effects on mental well-being and brain development. *Biological Psychiatry: Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 6(2), 225-237.

- Bergman, M. M., & Scott, J. (2001). Young adolescents' wellbeing and health-risk behaviours: Gender and socio-economic differences. *Journal of Adolescence*, 24(2), 183-197.
- Blum, R. W., Kelly, A., & Ireland, M. (2001). Health-risk behaviors and protective factors among adolescents with mobility impairments and learning and emotional disabilities. *Journal of Adolescent Health*, 28(6), 481-490.
- Bond, L., Butler, H., Thomas, L., Carlin, J., Glover, S., Bowes, G., & Patton, G. (2007). Social and school connectedness in early secondary school as predictors of late teenage substance use, mental health, and academic outcomes. *Journal of Adolescent Health*, 40(4), 357-e9.
- Booth, A. L., & Nolen, P. (2012). Gender differences in risk behaviour: Does nurture matter? *The Economic Journal*, 122(558), F56-F78.
- Boström, P., & Broberg, M. (2018). Protection and restriction: A mixed-methods study of self-reported well-being among youth with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 31(1), e164-e176.
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., ... & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British Journal of Sports Medicine*, 54(24), 1451-1462.
- Carroll, D. D., Courtney-Long, E. A., Stevens, A. C., Sloan, M. L., Lullo, C., Visser, S. N.,... & Dorn, J. M. (2014). Vital signs: Disability and physical activity — United States, 2009–2012. *MMWR. Morbidity And Mortality Weekly Report*, 63(18), 407.
- Case, L., Ross, S., & Yun, J. (2020). Physical activity guideline compliance among a national sample of children with various developmental disabilities. *Disability and Health Journal*, 13(2),
- Chapman, R. L., Buckley, L., Sheehan, M. C., Shochet, I. M., & Romaniuk, M. (2011). The impact of school connectedness on violent behavior, transport risk-taking behavior, and associated injuries in adolescence. *Journal of School Psychology*, 49(4), 399-410.

- Chen, H., Cohen, P., & Chen, S. (2010). How big is a big odds ratio? Interpreting the magnitudes of odds ratios in epidemiological studies. *Communications in Statistics — Simulation and Computation*, *39*(4), 860-864.
- Chui, W. H., & Wong, M. Y. (2016). Gender differences in happiness and life satisfaction among adolescents in Hong-Kong: Relationships and self-concept. *Social Indicators Research*, *125*(3).
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (rev.)*. Lawrence Erlbaum.
- Coleman, N., Nemeth, B. A., & LeBlanc, C. M. (2018). Increasing wellness through physical activity in children with chronic disease and disability. *Current Sports Medicine Reports*, *17*(12), 425-432.
- Cooper, R. A., & Quatrano, L. A. (1999). Research on physical activity and health among people with disabilities: A consensus statement. *Journal of Rehabilitation Research & Development*, *36*(2), 142-154.
- Craft, B. B., Carroll, H. A., & Lustyk, M. K. B. (2014). Gender differences in exercise habits and quality of life reports: Assessing the moderating effects of reasons for exercise. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, *2*(5), 65.
- Cramm, J. M., Strating, M. M., Roebroek, M. E., & Nieboer, A. P. (2013). The importance of general self-efficacy for the quality of life of adolescents with chronic conditions. *Social Indicators Research*, *113*(1), 551-561.
- Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: a period of vulnerabilities and opportunities. Keynote address. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1021*(1), 1-22.
- Dahl, R. E., & Gunnar, M. R. (2009). Heightened stress responsiveness and emotional reactivity during pubertal maturation: Implications for psychopathology. *Development and Psychopathology*, *21*(1), 1-6.
- Dean, J. C., Fox, A. M., & Jensen, W. (1985). Drug and alcohol use by disabled and nondisabled persons: A comparative study. *International Journal of the Addictions*, *20*(4), 629-641.

- Diener, E., Diener, M., & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of personality and Social Psychology*, 69(5), 851-864.
- Eaton, D. K., Kann, L., Kinchen, S., Ross, J., Hawkins, J., Harris, W. A.,... & Wechsler, H. (2006). Youth risk behavior surveillance — United States, 2005. *Journal of School Health*, 76(7), 353-372.
- Eckel, C. C., & Grossman, P. J. (2008). Differences in the economic decisions of men and women: Experimental evidence. *Handbook of Experimental Economics Results*, 1, 509-519.
- Ernst, M., & Hardin, M. (2009). *Neurodevelopment underlying adolescent behavior. Developmental Social Cognitive Neuroscience*. Psychology Press.
- Ernst, M., Pine, D. S., & Hardin, M. (2006). Triadic model of the neurobiology of motivated behavior in adolescence. *Psychological Medicine*, 36(3), 299-312.
- Goldbeck, L., Schmitz, T. G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969-979.
- Goodman, E., & Huang, B. (2002). Socioeconomic status, depressive symptoms, and adolescent substance use. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 156(5), 448-453.
- Haeghele, J. A., & Porretta, D. (2015). Physical activity and school-age individuals with visual impairments: A literature review. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 32(1), 68-82.
- Hanson, M. D., & Chen, E. (2007). Socioeconomic status and health behaviors in adolescence: A review of the literature. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(3), 263.
- Hingson, R., Heeren, T., Winter, M., & Wechsler, H. (2005). Magnitude of alcohol-related mortality and morbidity among US college students ages 18-24: Changes from 1998 to 2001. *Annual Review of Public Health*, 26, 259-279.
- Hostinar, C. E., & Miller, G. E. (2019). Protective factors for youth confronting economic hardship: Current challenges and future avenues in resilience research. *American Psychologist*, 74(6), 641.

- Hutzler, Y., & Korsensky, O. (2010). Motivational correlates of physical activity in persons with an intellectual disability: A systematic literature review. *Journal of Intellectual Disability Research*, 54(9), 767-786.
- Hutzler, Y., Tesler, R., Ng, K., Barak, S., Kazula, H., & Harel-Fisch, Y. (2021). Physical activity, sedentary screen time and bullying behaviors: Exploring differences between adolescents with and without disabilities. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(1), 110-126.
- Inchley, J., Currie, D., Piper, A., Jåstad, A., Cosma, A., Nic Gabhainn, S., & Samdal, O. (Eds.) (2021/22). *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) Study Protocol: Background, methodology, mandatory questions and optional packages for the 2021/22 survey*. MRC/CSO Social and Public Health Sciences Unit, The University of Glasgow.
- Jones, S. E., & Lollar, D. J. (2008). Relationship between physical disabilities or Long- health problems and health risk behaviors or conditions among US high school students. *Journal of School Health*, 78(5), 252-257.
- Jung, J., Leung, W., Schram, B. M., & Yun, J. (2018). Meta-analysis of physical activity levels in youth with and without disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 35(4), 381-402.
- Kepper, A., Monshouwer, K., Van Dorselaer, S., & Vollebergh, W. (2011). Substance use by adolescents in special education and residential youth care institutions. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 20(6), 311-319.
- Law, M., King, G., King, S., Kertoy, M., Hurley, P., Rosenbaum, P.,... & Hanna, S. (2006). Patterns of participation in recreational and leisure activities among children with complex physical disabilities. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 48(5), 337-342.
- Luthar, S. S., & Latendresse, S. J. (2005). Children of the affluent: Challenges to well-being. *Current Directions in Psychological Science*, 14(1), 49-53.

- Maag, J. W., Irvin, D. M., Reid, R., & Vasa, S. F. (1994). Prevalence and predictors of substance use: A comparison between adolescents with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities, 27*(4), 223-234.
- Margalit, M., & Al-Yagon, M. (2002). The loneliness experience of children with learning disabilities. In B. Y. L. Wong & M. L. Donahue (Eds.), *The social dimensions of learning disabilities: Essays in honor of Tanis Bryan* (pp. 53–75). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Martinez, B. A. F., Leotti, V. B., Nunes, L. N., Machado, G., & Corbellini, L. G. (2017). Odds ratio or prevalence ratio? An overview of reported statistical methods and appropriateness of interpretations in cross-sectional studies with dichotomous outcomes in veterinary medicine. *Frontiers in Veterinary Science, 4*, 193.
- Maxey, M., & Beckert, T. E. (2017). Adolescents with disabilities. *Adolescent Research Review, 2*(2), 59-75.
- McKenzie, T. L., & Lounsbery, M. A. (2009). School physical education: The pill not taken. *American Journal of Lifestyle Medicine, 3*(3), 219-225.
- Mounteney, J., Haugland, S., & Skutle, A. (2010). Truancy, alcohol use and alcohol-related problems in secondary school pupils in Norway. *Health Education Research, 25*(6), 945-954.
- Nagarajan, V. D., & Okoli, C. T. C. (2016). A systematic review of tobacco use among adolescents with physical disabilities. *Public Health, 133*, 107-115.
- Natvig, G. K., Albreksten, G., & Qvarnstrom, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice, 9*, 166- 175.
- Patrick, M. E., Wightman, P., Schoeni, R. F., & Schulenberg, J. E. (2012). Socioeconomic status and substance use among young adults: A comparison across constructs and drugs. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs, 73*(5), 772-782.
- Pham, Y. K., & Murray, C. (2016). Social relationships among adolescents with disabilities: Unique and cumulative associations with adjustment. *Exceptional Children, 82*(2), 234-250.

- Quatman, T., & Watson, C. M. (2001). Gender differences in adolescent self-esteem: An exploration of domains. *The Journal of Genetic Psychology, 162*(1), 93-117.
- Resnick, M. D. (2000). Protective factors, resiliency, and healthy youth development. *Adolescent Medicine: State of the Art Reviews, 11*(1), 157-164.
- Riddoch, C. J., Mattocks, C., Deere, K., Saunders, J., Kirkby, J., Tilling, K.,... & Ness, A. R. (2007). Objective measurement of levels and patterns of physical activity. *Archives of Disease in Childhood, 92*(11), 963-969.
- Rimmer, J. A., & Rowland, J. L. (2008). Physical activity for youth with disabilities: A critical need in an underserved population. *Developmental Neurorehabilitation, 11*(2), 141-148.
- Rimmer, J. H., Rowland, J. L., & Yamaki, K. (2007). *Obesity and Secondary Conditions in Adolescents with Disabilities: Addressing the Needs of an Underserved Population. Journal of Adolescent Health, 41*(3), 224-229.
- Rimmer, J. H., Riley, B., Wang, E., Rauworth, A., & Jurkowski, J. (2004). Physical activity participation among persons with disabilities: Barriers and facilitators. *American Journal of Preventive Medicine, 28*(5), 419-425.
- Robertson, J., Emerson, E., Baines, S., & Hatton, C. (2020). Self-reported smoking, alcohol and drug use among adolescents and young adults with and without mild to moderate intellectual disability. *Journal of Intellectual & Developmental Disability, 45*(1), 35-45
- Ryan, J. B., Katsiyannis, A., Cadorette, D., Hodge, J., & Markham, M. (2014). Establishing adaptive sports programs for youth with moderate to severe disabilities. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth, 58*(1), 32-41.
- Spear, L. P. (2000). The adolescent brain and age-related behavioral manifestations. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 24*(4), 417-463.
- Steinberg, L. (2004). Risk taking in adolescence: what changes, and why? *Annals of the New York Academy of Sciences, 1021*(1), 51-58.

- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 83-110.
- Swerts, C., Vandeveldel, S., VanDerNagel, J. E., Vanderplasschen, W., Claes, C., & De Maeyer, J. (2017). Substance use among individuals with intellectual disabilities living independently in Flanders. *Research in Developmental Disabilities*, 63, 107-117
- Taggart, L., McLaughlin, D., Quinn, B., & Milligan, V. (2006). An exploration of substance misuse in people with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual Disability Research*, 50(8), 588-597.
- Telama, R. I. S. T. O., & Yang, X. (2000). Decline of physical activity from youth to young adulthood in Finland. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(9), 1617-1622.
- Tomyn, A. J., & Cummins, R. A. (2011). The subjective wellbeing of of Australian high-school students: Validating the personal well being index-school children. *Social Indicators Research*, 101(3), 405-418.
- Torsheim, T., Aaroe, L. E., & Wold, B. (2001). Sense of coherence and school-related stress as predictors of subjective health complaints in early adolescence: Interactive, indirect or direct relationships? *Social Science & Medicine*, 53(5), 603-614.
- Washington Group on Disability Statistics (2022). WG Short Set on Functioning (WG-SS). 11 October 2022.  
[https://www.washingtongroup-disability.com/fileadmin/uploads/wg/Washington\\_Group\\_Questionnaire\\_1\\_-\\_WG\\_Short\\_Set\\_on\\_Functioning\\_October\\_2022.pdf](https://www.washingtongroup-disability.com/fileadmin/uploads/wg/Washington_Group_Questionnaire_1_-_WG_Short_Set_on_Functioning_October_2022.pdf)
- Williams, D. R. (1990). Socioeconomic differentials in health: A review and redirection. *Social Psychology Quarterly*, 32, 81-89.
- WHO - World Health Organization. (2019). *Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world*. World Health Organization.  
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/272722/9789241514187-eng.pdf>



WHO - World Health Organization. (2020). *physical activity*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Yu, J., Huang, T., & Newman, L. (2008). *Substance use among young adults with disabilities. Facts from NLTS2. NCSEER 2008-3009*. National Center for Special Education Research.

**נספח 1:** שאלות לאפיין המוגבלות, כפי שהופיעו בשאלון HBSC, בהתבסס על גרסה מוקדמת של Washington Group on Disability Statistics, 2022

השאלות הבאות עוסקות במוגבלות וקשיים פיזיים, חברתיים או לימודיים באופן קבוע.				
אנא סמן בכל שורה באיזו מידה אתה....				
אני לא יכול לעשות את זה	אני מאוד מתקשה	אני מתקשה מעט	אני לא מתקשה כלל	
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	1 מתקשה לראות גם בעת הרכבת משקפיים או עדשות מגע?
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 מתקשה לשמוע צלילים כגון קולותיהם של אנשים גם בעת שימוש במכשיר שמיעה?
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	3 מתקשה ללכת 100 מ' על קרקע שטוחה, גם בעזרת מכשיר או עם סיוע? זה שווה בערך לאורכו של מגרש כדורגל.
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	4 מתקשה לטפל בעצמך כמו לאכול או להתלבש?
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	5 מתקשה לדבר באופן שאנשים מחוץ למשפחתך יבינו אותך?
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	6 מתקשה ללמוד דברים, בהשוואה לתלמידים אחרים בגילך?
4 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	7 מתקשה לזכור דברים, בהשוואה לתלמידים אחרים בגילך?

## المشاركون في الكتيب

- ألموج عوغف – مركز ليفينسكي وبنجيت الأكاديمي
- دكتور وأورلي يزدي عوغف – مركز ليفينسكي وبنجيت الأكاديمي  
– تليوت – كلية التربية الأكاديمية
- درور نيف – كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي
- إيدو راينجولد – كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي
- يوفال فيجين – كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي
- نمرود فيليكس – كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي
- بروفيسور ران يانوفيتش – كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي  
– كلية سيمينار هاكيوتسيم  
– الجامعة العبرية في القدس
- باروخ فورمان – باحث مستقل
- بروفيسور أمير بن فورات – جامعة بن غوريون (الفخرية)
- هداس كازولا هاريل-فيش – مركز ليفينسكي وبنجيت الأكاديمي
- بروفيسور ريكي تيسلر – جامعة ارئيل
- بروفيسور يوسي هاريل-فيش – جامعة بار ايلان

## جدول المحتويات

الكشف المبكر عن الأطفال الذين يعانون من اضطراب التوافق الحركي النمائي (DCD)- مقارنة بين استجابة أولياء الأمور واستجابة معلم التربية البدنية على مقاييس الكشف الموج عوغف وأورلي يزدي عوغف.....	151
مرونة عضلة الفخذ الخلفية هامسترينج (Hamstring) والقدرة الوظيفية في لعبة كرة السلة والإصابات لدى لاعبي كرة السلة درور نيف، إيدو راينجولد، يوفال فيجين، نمرود فيليكس، ران يانوفيتش.....	174
منظمات الرياضة ومشاركتها بين الشباب في يافا في الخمسينيات باروخ فورمان .....	192
لاعب كرة القدم الإسرائيلي: من المكانة المتخيلة إلى الوضع الاجتماعي أمير بن فورات.....	216
عادات النشاط البدني، السلوكيات الخطرة، الرفاهية النفسية وعوامل المرونة النفسية: تحليل مقارن بين المراهقين ذوي الإعاقة والأصحاء الذين يدرسون في مدارس التعليم هداس كازولا هاريل-فيش، ريكي تيسلر، يوسي هاريل-فيش.....	241
الملخصات باللغة العربية.....	281
الملخصات باللغة الإنجليزية.....	V

## الكشف المبكر عن الأطفال الذين يعانون من اضطراب التوافق الحركي النمائي (DCD) - مقارنة بين استجابة أولياء الأمور واستجابة معلم التربية البدنية على

### مقاييس الكشف

الموج عوغفا<sup>1</sup> وأورلي يزدي عوغف<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup> مركز ليفينسكي وبنجيت الأكاديمي

<sup>2</sup> تليبوت - كلية التربية الأكاديمية

اضطراب التوافق الحركي النمائي (Developmental Coordination Disorder – DCD) يؤثر في مستوى الأداء الحركي لدى الأطفال ذوي معدل الذكاء الطبيعي الخالين من الإعاقة الجسدية. كما له آثار خطيرة على الأداء البدني، مثل السمعة وضعف اللياقة البدنية، وعلى المهارات الاجتماعية والأداء العاطفي-النفسي. هدف البحث إلى: (أ) دراسة مدى التوافق في الكشف المبكر عن (DCD) بين أولياء الأمور ومدرس التربية البدنية؛ (ب) التحقق مما إذا كانت نسبة الأطفال المعرضين لخطر الإصابة بـ (DCD) والمصابين به فعلياً، كما حدد أولياء الأمور، تتماشى مع النتائج الواردة في الأدب التربوي. تكونت العينة من (54) طفلاً (50) ولداً و4 بنات) تتراوح أعمارهم بين (3-11) سنة ( $SD=2.88; M=5.17$ ). جميع الأطفال مشاركون في دورات حركية تحت إشراف الباحث الرئيسي، وهو مدرس تربية بدنية. تم جمع البيانات باستخدام استبانتين للكشف المبكر عن (DCD). الأولى، استبانة عبر الإنترنت أجاب عليها أولياء الأمور - (DCDQ07) (Wilson et al., 2009) (Developmental Coordination Disorder Questionnaire)، والثانية، استبانة أجاب عليها مدرس التربية البدنية لكل طفل قام والداه بالاستجابة على الاستبانة الخاصة بهم - (MOQ-T - The Motor Observation Questionnaire for Teachers) (Schoemaker et al., 2008). أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين الدرجة الكلية للاستبانتين التي ملأها أولياء الأمور وتلك التي ملأها مدرس التربية البدنية ( $r = -0.842$ ). كما وُجدت علاقة متوسطة إلى قوية بين درجة العشوائية والتخطط الحركي وبين كل من التوافق العام، وتوقيت الأداء وسرعة الاستجابة والحركة، والمهارات الحركية الدقيقة. بينما في المهارات الكروية، وُجد ارتباط منخفض جداً بين استجابة أولياء الأمور واستجابة مدرس التربية البدنية. حيث إن استجابة مدرس التربية البدنية تبين أن أداء الأطفال في المهارات الكروية بمستوى أقل مقارنة باستجابة أولياء الأمور. إضافة إلى ذلك، وُجد أن أولياء الأمور حددوا (20) بالمائة من أطفال العينة معرضين لخطر الإصابة بـ (DCD) أو مصابين به. هذا الرقم أعلى بحوالي (5) بالمائة مقارنة بالنتائج الواردة في الأدب

---

التربوي. هناك توافق كبير بين أولياء الأمور ومدرس التربية البدنية في تقييم القدرة الحركية للأطفال من نفس العينة. وهذه النتيجة لها أهمية من الناحية التطبيقية والعلاجية. المعلومات المستمدة من استبانات أولياء الأمور ومدرس التربية البدنية مهمة ويمكن استخدامها لتحديد أهداف عملية في تطوير وعي أولياء الأمور ومدرسي التربية البدنية بـ (DCD)، وكذلك في إبلاغهم بأن طفلهم مشنبه بإصابته بـ (DCD). يُوصى بإجراء المزيد من الأبحاث حول موضوع البحث الحالي مع عينات أكبر وأعمار متنوعة.

---

**كلمات مفتاحية:** الاكتشاف المبكر، اضطراب التوافق الحركي النمائي (DCD)، الصعوبات الحركية، المهارات الحركية الكبيرة، المهارات الحركية الدقيقة، الأطفال، أولياء الأمور، معلم التربية البدنية.

## مرونة عضلة الفخذ الخلفية هامسترينج (Hamstring) والقدرة الوظيفية في

### لعبة كرة السلة والإصابات لدى لاعبي كرة السلة

درور نيف<sup>1</sup>، إيدو راينجولد<sup>1</sup>، يوفال فيجين<sup>1</sup>، نمرود فيليكس<sup>1</sup>، ران يانوفيتش<sup>1-3</sup>

<sup>1</sup> كلية أونو الأكاديمية قسم العلاج الرياضي

<sup>2</sup> قسم التربية البدنية والحركة، كلية العلوم، كلية سيمينار هاكيوتسيم

<sup>3</sup> قسم الطب العسكري، كلية الطب، الجامعة العبرية في القدس

في السنوات الأخيرة، اتسع البحث في عالم الرياضة حول الآثار السريرية لإصابات عضلة الفخذ الخلفية (هامسترينج). على الرغم من المعلومات الواردة في الأدب التربوي، هناك تركيز قليل على مرونة عضلة الفخذ الخلفية وتأثيرها على الأداء أو كونها عامل خطر للإصابات، خاصة لدى لاعبي كرة السلة الناشئين. هدفت هذه الدراسة التعرف إلى العلاقة بين مرونة عضلة الفخذ الخلفية والأداء وانتشار الإصابات بين لاعبي كرة السلة الناشئين. حيث أجريت في السنوات (2022-2023) على عينة مكونة من (114) لاعب كرة سلة ناشئ، تتراوح أعمارهم بين (12) و(17) عامًا، تم جمع نتائج القياسات الأنثروبومترية واختبار المرونة لعضلة الفخذ الخلفية واختبارات الأداء البدني. ومن خلال تحليل النتائج ظهرت علاقة إيجابية قوية بين مرونة عضلة الفخذ الخلفية ونتائج اختبارات الأداء البدني. ومع ذلك، لم تظهر علاقة بين مرونة عضلة الفخذ الخلفية وتقليل الإصابات أو الزيارات للعيادة. وبذلك تشير النتائج إلى أن اللاعبين ذوي المرونة العالية يظهرون أداءً بدنيًا أفضل. كما تبين أنه لا يوجد دليل قاطع على العلاقة بين مرونة عضلة الفخذ الخلفية والإصابات. لذلك، يوصى بإدراج تمارين المرونة كجزء من برنامج التدريب لتحسين الأداء ومنع الإصابات. تشير هذه الدراسة إلى أهمية المرونة في الرياضة ومساهمة تمارين المرونة في تحسين الأداء ومنع الإصابات. هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لتعميق الفهم في هذا الموضوع.

**كلمات مفتاحية:** عضلة الفخذ الخلفية (هامسترينج)، الإصابات، الأداء البدني، كرة السلة، المرونة.

## منظمات الرياضة ومشاركتها بين الشباب في يافا في الخمسينيات

باروخ فورمان

باحث مستقل

عشرات الآلاف من المهاجرين الذين وصلوا إلى إسرائيل في السنوات الأولى لتأسيس دولة إسرائيل لم يتم استقبالهم بترحيب من قبل السكان الأصليين. وذلك بسبب الخشية من العبء الاقتصادي الذي سيقع على كاهل الدولة الفتية التي كانت لا تزال تعاني من مشاكل أمنية خطيرة والتعامل مع مجتمع مر بأهوال المحرقة وتأثر بها جسديًا ونفسيًا. حاولت سلطات الدولة التعامل مع المشاكل التي نشأت بطرق مختلفة، لكنها لم تنجح بشكل كامل. بالإضافة إلى المخاوف بشأن الحالة الصحية والنفسية للمهاجرين والنقص الثقافي، ظهرت مشاكل إضافية ناتجة عن حجم البطالة ووقت الفراغ الكبيرين. كما خشيت المؤسسات المستقبلية للمهاجرين من استغلال وقت الفراغ في أعمال عدوانية للمجتمع مثل الجريمة وشرب الكحول والدعارة والقمار وغيرها. حاولت المؤسسات التعامل مع كل هذه الظواهر السلبية بطرق مختلفة، إحداها كانت النشاط الرياضي. المنظمات الرياضية الأربع: هابوعيل، مكابي، بيتار وإليتسور، التي مثلت تيارات سياسية، أظهرت اهتمامًا كبيرًا بإجراء الأنشطة الرياضية في أماكن إقامة المهاجرين. بطبيعة الحال، كان هذا النشاط موجّهًا للجيل الشاب. اعتقد قادة المنظمات أنه من خلال النشاط الرياضي سيكون من الممكن التعامل مع كل هذه الظواهر السلبية، ولكن فوق كل الاعتبارات يبدو أن اعتبارًا واحدًا كان مهميًا، وهو الاعتبار السياسي. رأت المنظمات الرياضية في جمهور المهاجرين، وخاصة الشباب، جمهورًا انتخابيًا مستهدفًا سينضم إلى صفوفهم في الوقت المناسب، ولذلك اختاروا طريق النشاط الرياضي، الذي لغته دولية وليس فيها حواجز أو فصل. كما أن معايير النجاح فيها لا ترتبط بالتعليم أو اللغة أو الثقافة. وفي الصراعات بين هذه المنظمات، كان التفوق لاتحاد هابوعيل، باستثناء مكان واحد، وهو مدينة يافا التي سكنها في تلك الفترة مهاجرون جدد قدموا من بلغاريا بشكل رئيسي. هناك كان التفوق لاتحاد مكابي. الهدف من هذه المقالة هو وصف نشاط المنظمات الرياضية بين الشباب في يافا لأول مرة وتوضيح العوامل التي أدت إلى نجاح منظمة مكابي في هذه المدينة. تعتمد المقالة بشكل أساسي على مواد أرشيفية وصحافة معاصرة ومقابلات شخصية مع أولئك الرياضيين المسنين الذين كانوا شبابًا نشطين في ذلك الوقت.

كلمات مفتاحية: كأس كرر، الهجرة من بلغاريا، مكابي يافا، "الممتلكات المهجورة"



---

## لاعب كرة القدم الإسرائيلي: من المكانة المتخيلة إلى الوضع الاجتماعي

أمير بن فورات

جامعة بن غوريون (الفخرية)

في العقد الأول والثاني لدولة إسرائيل، لم يكن لاعب كرة القدم يتمتع بـ "وضع اجتماعي". كانت كرة القدم تلعب آنذاك تحت مبدأ الهواية وإدارة سياسية. من أراد أن يصبح لاعب كرة قدم، كان بإمكانه فقط الحصول على "وضع متخيل". حيث يجد مصدر رزقه في إحدى المهن، والتي تعتبر من المهن الأدنى في الاقتصاد الإسرائيلي. في بداية الثمانينيات، نشر إفرام يعار وموشيه سميونوف مقالاً درس دلالة العامل الطائفي فيما يتعلق بتوقعات الشباب من أصول أشكنازية وشرقية ليصبحوا لاعبي كرة قدم (1982). ووجد الباحثون فروقاً ذات دلالة احصائية ولصالح الشباب الأشكناز. تدرس هذه المقالة عمليتين: عملية إنشاء وتشكيل مكانة لاعب كرة القدم في إسرائيل، وعملية تلاشي التأثير العرقي في اكتساب وضع لاعب كرة القدم في إسرائيل. الفرضية الرئيسية هو أنه على غرار أماكن أخرى، تدار كرة القدم الإسرائيلية ضمن نطاق الاستقلالية النسبية التي تمنحها لها البيئة السياسية-الاقتصادية-الثقافية. نتيجة للتغيرات التي حدثت في هذه البيئة وانعكست على كرة القدم، بدأ التأثير الطائفي بالتلاشي. فيما يتعلق بـ "اكتساب وضع اجتماعي" لاعب كرة القدم (الذي يصاحبه مكافآت مجزية)، أصبحت كرة القدم الإسرائيلية مصابة بعمى الألوان.

---

كلمات مفتاحية: كرة القدم، العرقية، الوضع الاجتماعي، السياسة، التسويق.

# عادات النشاط البدني، السلوكيات الخطرة، الرفاهية النفسية وعوامل المرونة النفسية: تحليل مقارنة بين المراهقين ذوي الإعاقة والأصحاء الذين يدرسون في

## مدارس التعليم العام

هداس كازولا هاريل-فيش<sup>1</sup>، ريكي تيسلر<sup>2</sup>، يوسي هاريل-فيش<sup>3</sup>

<sup>1</sup> مركز ليفينسكي وبنجيت الأكاديمي

<sup>2</sup> جامعة ارئيل

<sup>3</sup> جامعة بار ايلان

يتبع (11%) فقط من المراهقين في اسرائيل توصيات منظمة الصحة العالمية فيما يتعلق بمعدل المشاركة في النشاط البدني. هذه النتيجة المقلقة أكثر خطورة بين المراهقين ذوي الإعاقة، الذين يواجهون فرصاً أقل للمشاركة في النشاط البدني، ونظرًا لقلّة الأنشطة المتوفرة، قد يكون المراهقون ذوو الإعاقة في خطر أكبر للإصابة بأمراض جسدية وتأثيرات اجتماعية سلبية، والتي قد تؤدي إلى ضرر في رفاهيتهم النفسية والوظيفية وأنماط من السلوكيات الخطرة على الصحة، مثل تدخين السجائر وشرب الكحول وتعاطي المخدرات. الهدف من البحث هو دراسة أنماط النشاط البدني والسلوكيات الخطرة والرفاهية النفسية والوظيفية للمراهقين ذوي الإعاقة والأصحاء (الحسية والجسدية والعقلية والسلوكية) الذين يدرسون في مدارس التعليم العام. تم إجراء البحث من خلال تحليل ثانوي لبيانات المسح متعدد الدول لمنظمة الصحة العالمية (HBSC - Health Behaviors in School-aged Children)، الذي أجري في إسرائيل في السنوات (2018-2019) ويشمل حوالي (13,845) مشاركًا تتراوح أعمارهم بين (11 و 17) عامًا، يدرسون في نظام التعليم الحكومي والحكومي الديني والمدارس في المجتمع العربي. في الدراسة الحالية، تم تضمين (4,407) مشاركًا، منهم (1,265) مراهقًا من ذوي الإعاقة والباقي بدون إعاقة. الإعاقات المبلغ عنها (واحدة أو أكثر) هي: إعاقة سلوكية (19.6%)، إعاقة حسية (16.8%)، إعاقة عقلية (16.3%) وإعاقة جسدية (12.2%). تشير النتائج أنه إلى جانب حقيقة أن السكان ككل يتميزون بنسبة منخفضة جدًا من النشاط البدني الموصى به وفقًا لمنظمة الصحة العالمية، فإن المراهقين ذوي الإعاقة يتميزون بنقص أكبر في النشاط البدني مقارنة بأقرانهم الأصحاء. يصل الفارق إلى (1.64) ضعفًا بين أولئك الذين لديهم إعاقة عقلية. الفتيات ذوات الإعاقة والصحيحات يمارسن نشاطًا بدنيًا أقل من الأولاد. وكلما تقدم العمر انخفض احتمال اتباع التوصيات. المراهقون ذوو

الإعاقة من الوضع الاجتماعي والاقتصادي المنخفض معرضون لخطر مضاعف للعزوف عن النشاط البدني، خاصة الشباب ذوي الإعاقات الجسدية (أكثر من ضعفين ونصف) مقارنة بنفس الفئة السكانية من الوضع الاجتماعي والاقتصادي المرتفع. بالإضافة إلى ذلك، وجد أن المراهقين ذوي الإعاقة من جميع الأنواع معرضون لخطر أكبر من أقرانهم الأصحاء للتورط في جميع السلوكيات الخطرة: تدخين السجائر، السكر، الشرب المفرط واستخدام القنب. فيما يتعلق بالرفاهية النفسية، في جميع أنواع الإعاقات المختلفة أظهر المراهقون ذوو الإعاقة رضا متوسط عن الحياة (7.5 على مقياس من 0-10)، وهو أقل بشكل ملحوظ مقارنة بالمراهقين الأصحاء (8.5 على مقياس من 0-10). علاوة على ذلك، أظهر المراهقون ذوو الإعاقة من جميع الأنواع عن تلقي دعم أقل بشكل ملحوظ مقارنة بأقرانهم الأصحاء. مستوى الدعم من المعلمين أيضاً أقل بين الشباب ذوي الإعاقة باستثناء الإعاقة الجسدية مقارنة بالشباب الأصحاء، وخاصة في حالات الإعاقة العقلية والسلوكية. من ناحية أخرى، لم يكن مستوى الدعم الأبوي مختلفاً بين المراهقين ذوي الإعاقة الأصحاء. كما وجدت علاقة في كلا المجموعتين بين غياب النشاط البدني والسلوكيات الخطرة مع التركيز على تدخين السجائر. في ضوء النتائج، يجب تشجيع ممارسة النشاط البدني مع الاعتراف بالاحتياجات الخاصة للمراهقين ذوي الإعاقة وإجراء التعديلات ذات الصلة في بيئة النشاط وطرق ممارستها. علاوة على ذلك، يجب أن تكون الطواقم التعليمية على دراية بمدى السلوكيات الخطرة بين هذه الفئة السكانية وزيادة دعمهم لها. كما يجب تنفيذ برامج تعليمية لجميع المراهقين لتغيير مواقفهم تجاه المراهقين ذوي الإعاقة وتشجيع دعمهم الاجتماعي لهم.

**كلمات مفتاحية:** دمج، احتواء، مسح، جودة حياة، اعاقه

---

# **Physical activity habits, risk behaviors, and mental and functional well-being: A comparative analysis among teenagers with and without disabilities in mainstream schools**

**H. (Kazula) Harel Fisch, R. Tesler, Y. Harel-Fisch**

Teenagers with disabilities may be at higher risk of physical inactivity and engagement in risk behaviors, which could lead to a decline in their mental and functional well-being. The aim of this study was to examine the physical activity patterns, risk behaviors (cigarette smoking, alcohol consumption, and drug use), and mental and functional well-being of teenagers with and without disabilities. The research was based on a sub-analysis of data that was collected via the multinational survey of the World Health Organization (Health Behaviors in School-aged Children, HBSC), which was conducted in Israel during 2018–2019. The original survey included approximately 13,850 subjects aged 11–17 years. The current study included a cohort of 4,407 participants, including 1,265 who had at least one of the following disabilities: behavioral, sensory, cognitive, and physical. The findings of the current study indicate that teenagers with disabilities exhibit greater inactivity compared to their non-disabled peers, with odd ratios reaching 1.64 among those with cognitive disabilities. Girls with and without disabilities were found to engage in less physical activity than boys. Youth with disabilities and of low socioeconomic status were at double the risk of refraining from physical activity, especially those with physical disabilities (by more than 2.5) compared to the same population of high socioeconomic status. Teenagers with disabilities were more likely to be involved in risk behaviors than their peers without disabilities, including cigarette smoking, excessive drinking, and cannabis use. Finally, participants with disabilities reported significantly lower life satisfaction and significantly less peer- and teacher-support compared to those without disabilities. In view of these findings, physical activities should be encouraged among teenagers, with an emphasis on increasing accessibility to such activities for youth with disabilities – through educational staff and intervention programs.

---

**Keywords:** Integration, inclusion, survey, quality of life, impairment.

---

## Israeli Football: From imagined to real status

### A. Ben Porat

During the first and second decades following the establishment of the State of Israel, football players lacked status; they were considered amateurs and the game of football (referred to as “soccer” in the United States) was greatly subjected to political management. Real and comprehensive status was not available to individuals who wished to pursue a career in football or make a living from doing so. Even when achieving status in the world of football became more possible later on, equal opportunities were greatly lacking. In their article on the impact of ethnicity from the early 1980s, Ephraim Yaar and Moshe Semyonov (1982) claimed that in Israel, *Ashkenazi* Jews had a greater chance of being recognized as a professional football player than their *Sephardi* counterparts. The aim of this article is twofold: To examine the evolution of the status of Israeli footballers, while assessing the elimination of the role that ethnicity played in Israeli football in the past. This article argues that today, as in many other countries, Israeli footballers are given relative autonomy, provided by the political-economical-cultural surroundings. Additionally, over time, the acquiring of status as an Israeli footballer has become “colorblind,” no longer differentiating between country of origin and other ethnic aspects.

---

**Keywords:** football, ethnics, status, politics, commercialization.

---

## Sports organizations and their activities for youth in Jaffa in the 1950s

**B. Furman**

Following the establishment of the State of Israel, thousands of immigrants arrived in the country; yet they were not always greeted with open arms by the veteran settlers who already lived in Israel. The latter were concerned that great economic burden would be placed on the country, in addition to the serious security issues that it was incurring. They also worried about having to deal with a population who had lived through the horrors of the Holocaust and was greatly affected by it – both physically and mentally. In addition, cultural barriers and other issues were at play, including increased rates of unemployment, which rendered these new immigrants with an abundance of free time yet little money to spend. The authorities were concerned that this would lead to an increase in anti-social and criminal activities, including gambling, prostitution, and drinking. One means for combatting such undesirable activities was sports. Indeed, the four main sports organizations at that time – Hapoel, Maccabi, Beitar, and Elizur – decided to hold sporting activities in immigrant neighborhoods. Yet their desire to introduce sporting activities stemmed not only from their striving to decrease undesirable social activities, but also as a means for achieving political gains. Indeed, these sports organizations perceived immigrants – especially younger ones – as an electoral target audience who would one day join their ranks. Sports was an especially effective tool for doing so, as it employed an international language, regardless of education, language, or culture. In most areas, Hapoel had the upper hand; except for in Jaffa, that was populated mainly by new immigrants from Bulgaria, and where Maccabi was “in the lead.” The aim of this novel article is to describe the activities of the various sports organizations in Jaffa, with an emphasis on those factors that led to the success of the Maccabi organization. The findings are based on archival materials, media articles, and interviews with former athletes.

---

**Keywords:** Kerner Cup, Aliyah from Bulgaria, Maccabi Jaffa, The Abandoned Property.

---

# **Hamstring muscle flexibility, functional ability in basketball, and injuries among basketball players**

**D. Niv, I. Rheingold, Y. Feigin, N. Felix, R. Yanovich**

In recent years, an increasing research interest has been seen in the clinical consequences of hamstring-muscle injuries in sports. Yet the literature is lacking on hamstring flexibility and its correlations with physical performance and injury risk-factors, especially among young basketball players. The aim of this study, therefore, was to examine the relationships between hamstring flexibility, physical performance, and injuries among young basketball players. The study, which was conducted during 2022–2023, including 114 basketball players aged 12–17 years. Anthropometric data, hamstring flexibility test results, and physical performance data were collected. A positive correlation was seen between hamstring flexibility and physical performance. However, no correlation was found between hamstring flexibility and injury prevalence and/or visits to a physician. The findings of this study emphasize the importance of including flexibility exercises in basketball training programs, as a means for maximizing performance and possibly preventing injuries.

---

**Keywords:** hamstring, injuries, physical performance, basketball, flexibility.

---

# Early identification of children with developmental coordination disorder (DCD): Comparing between the parents' and the PE-teachers' ratings

A. Ugav, O. Yazdi-Ugav

Developmental coordination disorder (DCD) affects children's motor performance and has serious functional consequences. The aim of this study, therefore, was twofold: (1) Examining the compatibility between the parents' and the physical education teachers' identifying of DCD; and (2) Examining the compatibility between the percentage of children who were identified with DCD by their parents and the findings reported in the literature. A total of 54 children (50 female and 4 male), aged 3–11 years ( $M=5.17$  years;  $SD=2.88$ ), participated in the study. To gather the data, the parents were asked to complete the Developmental Disorder Coordination Questionnaire (DCDQ'07), while the teachers were asked to complete the Motor Observation Questionnaire for Teachers (MOQ-T) for the same children. High correlations were found between the general scores of both questionnaires. Moreover, moderate-to-high correlations were seen in scores for physical clumsiness and general coordination, in timing and speed of reaction and movement, and even in fine motor skills. However, in ball skills, a very low correlation was seen between the parents' and the teachers' ratings. Additionally, parents identified about 5% more DCD than reported in the literature. It is important to analyze questionnaire findings by motor-skill subfields, as a means for determining operational intervention goals.

---

**Keywords:** early identification, developmental coordination disorder (DCD), motor difficulties, gross motor skills, fine motor skills, PE teachers.





---

## Table of Contents

Early identification of children with developmental coordination disorder (DCD): Comparing between the parents' and the PE-teachers' ratings A. Ugav, O. Yazdi-Ugav .....	151
Hamstring muscle flexibility, functional ability in basketball, and injuries among basketball players D. Niv, I. Rheingold, Y. Feigin, N. Felix, R. Yanovich .....	174
Sports organizations and their activities for youth in Jaffa in the 1950s B. Furman.....	192
Israeli Football: From imagined to real status A. Ben Porat .....	216
Physical activity habits, risk behaviors, and mental and functional well-being: A comparative analysis among teenagers with and without disabilities in mainstream schools H. (Kazula) Harel Fisch, R. Tesler, Y. Harel-Fisch .....	241
<b>Abstracts in Arabic</b> .....	281
<b>Abstracts in English</b> .....	V

---

## CONTRIBUTORS

- Ugav, A.** – Levinsky-Wingate Academic Center
- Yazdi-Ugav, O., PhD** – Levinsky-Wingate Academic Center  
– Talpiot College of Education
- Niv, D.** – Ono Academic Center
- Rheingold, I.** – Ono Academic Center
- Feigin, Y.** – Ono Academic Center
- Felix, N.** – Ono Academic Center
- Yanovich, R., Prof.** – Ono Academic Center  
– Kibbutzim College  
– The Hebrew University of Jerusalem
- Furman, B., PhD** – Unaffiliated researcher
- Ben Porat, A., Prof.** – Ben-Gurion University of the Negev
- Kazula Harel Fisch, H.** – Levinsky-Wingate Academic Center
- Tesler, R., Prof.** – Ariel University
- Harel-Fisch, Y., Prof.** – Bar-Ilan University

# MOVEMENT

JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION & SPORT SCIENCES

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

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

**S. Eilat-Adar, Prof.**

**S. Ben-Zaken, PhD**

**D. Ben-Sira, Prof.**

**A. Ben-Porat, Prof.**

**M. Bar-Eli, Prof.**

**U. Goldbourt, Prof.**

**A. Dunsky, Prof.**

**A. Dello Iacono, PhD**

**Y. Hutzler, Prof.**

**G. Ziv, PhD**

**S. Zach, Prof.**

**Y. Heled, Prof.**

**R. Tesler, Prof.**

**D. Lufi, Prof.**

**D. Liebermann, Prof.**

**R. Lidor, Prof.**

**M. Mintz, Prof.**

**I. Melzer, Prof.**

**Y. Meckel, Prof.**

**D. Nemet, Prof.**

**Y. Netz, Prof.**

**O. Azar, Prof.**

**S. Peleg, PhD**

**E. Kodesh, Prof.**

**A. Rotstein, Prof.**

**N. Steinberg-Knopp, Prof.**

---

**Vol. 14 • No. 2**

**2024**

---



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/](http://www.wincol.ac.il/bitnua/)

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

Tel: +972-9-8639374

Fax: +972-9-8639377

Coordinator, Editorial Board: Elana Ostrovsky  
[ostrovsky@l-w.ac.il](mailto: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. 14 • No. 2

2024



**Levinsky-Wingate**

Academic College

Research, Education and Sport