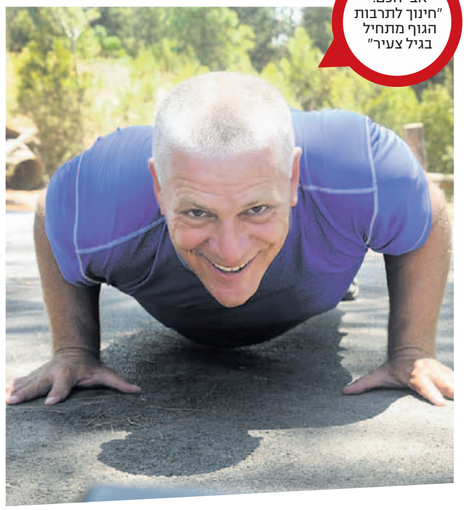
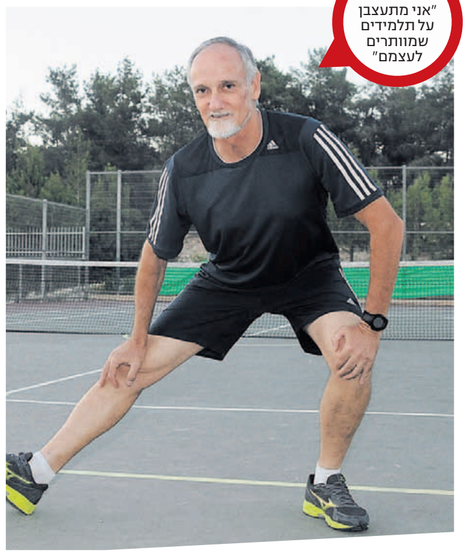
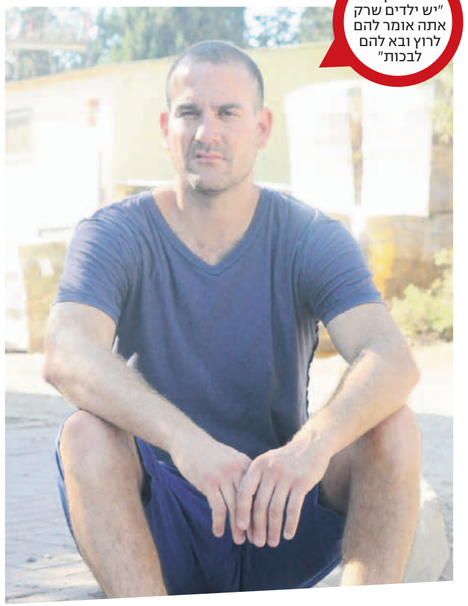

אבי חכם. "חינוך לתרבות הגוף מתחיל בגיל צעיר"

אלכס גרדי. "המורים ביפעת אלופים בלמצוא לכל אחד פתרון"


אביחי ביאר. "אני מתעצבן על תלמידים שמוותרים לעצמם"

נורית זיו. "מי שעושה פעילות אירובית בבית מקבלת ממני בונוס"


רז כהן. "יש ילדים שרק אתה אומר להם לרוץ ובא להם לבכות"

שיעור בחינוך גופני

התלמידים של היום לא אוהבים לרוץ, שונאים להזיע ופחות תמימים מבעבר • מנגד הם קולטים מהר, תחרותיים ומודעים ליתרונות של מי שעושה פעילות גופנית באופן קבוע • חמישה מורים לספורט מהעמק מדברים על בעיית עודף משקל בקרב בני נוער, על מצוקת המתקנים וגם על הסיבות שבגללן הם נמצאים בתחום הזה כל כך הרבה שנים

יש כאלה שאומרים ששיעור חינוך גופני הוא השיעור הכי חשוב בבית הספר ויש שאומרים, והם הרוב, ששיעור ספורט ומהן המשמעויות. בסך הכול זה תלוי מאוד במורה ובעניין שהוא יוצר".

כבר 32 שנים מלמד אבי חכם, בן 55 מעפר לה, חינוך גופני. הוא עבר בין כמה בתי ספר והיום מלמד בחטיבת הביניים 'אורן' בעיירו. לשעתו הוא נתקל בתופעה של חוסר יחס חיובי לשיעורי הספורט בעיקר מצד מנהלים. "במהלך הקריירה שלי כמורה ובאחד שהחליף מנהלים רבים, היו בהחלט מנהלים שיזדירו שהספורט לא כל כך חשוב", סיפר חכם, "זה התבטא באי שיתוף פעולה להוציא בנחרות לתחרויות ארציות, בחוסר תקציבים ובחוסר ציוד. אדם בוחר ממי להיעלב. בעשור האחרון מנהלים איחדו כיתות כדי לה רוויח שעות לפעילויות אחרות ויצרו מצב של כיתות גדולות יותר. אלה לא תנאים אובייקטיביים לפעילות ספורט ולכן התרד מה לילד בתחום הזה נפגעה".

אלכס גרדי, בן 56 מקיבוץ כפר החורש, מלמד כבר 24 שנים. "בסביבה הקרובה ביפ עת, בנהלל ובעמקים היחס לספורט הוא אחר. הוא טוב", אמר גרדי שמלמד בתיכון העמק המערבי, "יכול להיות שפעם זה היה ככה. היום רואים בזה שיעור חסר. משתדלים לא לגעת ולא לבטל את השיעורים האלה. הקושי בתחום שלנו הוא במתקנים, בכמות התלמי דים והתמודדות עם תנאי מזג האוויר. אנחנו זוכים למלוא העידוד. ביפעת אנחנו אוהבים את נושא הניווט הספורטיבי. זה ספורט לא לופים".

"דור יותר מפונק"

כאמור, הם עוסקים בספורט כבר הרבה מאוד שנים. חייהם סובבים סביב חינוך גופני מחוץ לשעות הלימודים. "כל חיי אהבתי ריאתלון הראשון שהיה בארץ. אפשר להגיד שאני חולת ספורט, אבל לא כדורגל. תמיד רציתי שתלמידיי אבי יאהבו ספורט", מס בירה זיו מרדע בחירה בעיסוק הזה. גם חכם מורה שזו אהבת ילדות: "ניקתי ספורט מה רגע הראשון בחיי ולכן רציתי לעסוק בזה". רי כהן, בן 37 מקיבוץ נגיגר, מלמד כבר 10 שנים. הוא שיחק כדורסל בגליל עליון וגם קצת בעמק והיה לו ברור כי ייכנס לתחום הזה מתישהו בחייו. "עבודה עם ילדים ותחום החינוך תמיד דיברו אליי", אומר כהן, "זה גם התחבר לי טוב עם אימון כדורסל".

הסיבה שביאר הגיע להוראה בחינוך גופני דווקא קשורה למורה לספורט שהיה לו בתי כון, אריה דרסקין, שהיה עוזרו של מאמן מכבי תל אביב דלף קליין, בוכייה הראשונה בגביע אירופה לאלופות בשנת 1977. "אריה היה מורה אריר שהשפיע עליי המון. מאז התיכון ידעתי שזה מה שאני רוצה לעשות. זה קרה גם בזכות הוריי", אמר ביאר.

בקיבוץ כפר החורש יעדו לגרדי קריירה בחלכאית. הם רצו לשלוח אותו ללימודים, אך הוא הצליח לשכנע את החברים שייתנו לו לעשות את מה שהוא אוהב. "הייתי כדורסלן וספורטאי וריצתי להמשיך בזה. זה היה החלום. הקיבוץ רצה לשלוח אותי ללימודי חקלאות. הייתי צריך לעמוד מול אספת הקיבוץ ולהסביר למה אני רוצה, נגד הצרכים של הקיבוץ, להיענות לחלום שלי. הצלחתי לשכנע אותם ויצאתי ולרגע אני לא מצטער".

מה ההבדל בין התלמידים שאתם הייתם ואלה שלימדתם לפני עשר שנים, לבין היל דים של היום?

זיו: "לפני עשר שנים הם היו יותר משת מוותר. המטרה שלנו היא לחנך לפעילות גופנית ולא סתם לזרוק לתלמידים כדור. אני משתדל ללמד אותם למה חשוב לעשות ספורט ומהן המשמעויות. בסך הכול זה תלוי מאוד במורה ובעניין שהוא יוצר".

כבר 32 שנים מלמד אבי חכם, בן 55 מעפר לה, חינוך גופני. הוא עבר בין כמה בתי ספר והיום מלמד בחטיבת הביניים 'אורן' בעיירו. לשעתנו הוא נתקל בתופעה של חוסר יחס חיובי לשיעורי הספורט בעיקר מצד מנה לים. "במהלך הקריירה שלי כמורה ובאחד שהחליף מנהלים רבים, היו בהחלט מנהלים שיזדירו שהספורט לא כל כך חשוב", סיפר חכם, "זה התבטא באי שיתוף פעולה להוציא בנחרות לתחרויות ארציות, בחוסר תקציבים ובחוסר ציוד. אדם בוחר ממי להיעלב. בע שור האחרון מנהלים איחדו כיתות כדי לה רוויח שעות לפעילויות אחרות ויצרו מצב של כיתות גדולות יותר. אלה לא תנאים אובייקטיביים לפעילות ספורט ולכן התרד מה לילד בתחום הזה נפגעה".

אלכס גרדי, בן 56 מקיבוץ כפר החורש, מלמד כבר 24 שנים. "בסביבה הקרובה ביפ עת, בנהלל ובעמקים היחס לספורט הוא אחר. הוא טוב", אמר גרדי שמלמד בתיכון העמק המערבי, "יכול להיות שפעם זה היה ככה. היום רואים בזה שיעור חסר. משתדלים לא לגעת ולא לבטל את השיעורים האלה. הקושי בתחום שלנו הוא במתקנים, בכמות התלמי דים והתמודדות עם תנאי מזג האוויר. אנחנו זוכים למלוא העידוד. ביפעת אנחנו אוהבים את נושא הניווט הספורטיבי. זה ספורט לא לופים".

"דור יותר מפונק"

כאמור, הם עוסקים בספורט כבר הרבה מאוד שנים. חייהם סובבים סביב חינוך גופני גם מחוץ לשעות הלימודים. "כל חיי אהבתי ריאתלון הראשון שהיה בארץ. אפשר להגיד שאני חולת ספורט, אבל לא כדורגל. תמיד רציתי שתלמידיי אבי יאהבו ספורט", מס בירה זיו מרדע בחירה בעיסוק הזה. גם חכם מורה שזו אהבת ילדות: "ניקתי ספורט מה רגע הראשון בחיי ולכן רציתי לעסוק בזה". רי כהן, בן 37 מקיבוץ נגיגר, מלמד כבר 10 שנים. הוא שיחק כדורסל בגליל עליון וגם קצת בעמק והיה לו ברור כי ייכנס לתחום הזה מתישהו בחייו. "עבודה עם ילדים ותחום החינוך תמיד דיברו אליי", אומר כהן, "זה גם התחבר לי טוב עם אימון כדורסל".

הסיבה שביאר הגיע להוראה בחינוך גופני דווקא קשורה למורה לספורט שהיה לו בתי כון, אריה דרסקין, שהיה עוזרו של מאמן מכבי תל אביב דלף קליין, בוכייה הראשונה בגביע אירופה לאלופות בשנת 1977. "אריה היה מורה אריר שהשפיע עליי המון. מאז התיכון ידעתי שזה מה שאני רוצה לעשות. זה קרה גם בזכות הוריי", אמר ביאר.

בקיבוץ כפר החורש יעדו לגרדי קריירה בחלכאית. הם רצו לשלוח אותו ללימודים, אך הוא הצליח לשכנע את החברים שייתנו לו לעשות את מה שהוא אוהב. "הייתי כדורסלן וספורטאי וריצתי להמשיך בזה. זה היה החלום. הקיבוץ רצה לשלוח אותי ללימודי חקלאות. הייתי צריך לעמוד מול אספת הקיבוץ ולהסביר למה אני רוצה, נגד הצרכים של הקיבוץ, להיענות לחלום שלי. הצלחתי לשכנע אותם ויצאתי ולרגע אני לא מצטער".

מה ההבדל בין התלמידים שאתם הייתם ואלה שלימדתם לפני עשר שנים, לבין היל דים של היום?

זיו: "לפני עשר שנים הם היו יותר משת פי פעולה. כמעט שלא היו בעיות משמעת. היום יש כאלה שהם נהדרים וגם הרבה שלא מבינים שזה לטובתם".

חכם: "ההבדל מתחיל ברמת המוטיבציה שנובעת בעיקר מהשינוי שחל בחברה שלנו בעיקר בגלל כל הניו־מדיה. זה גרם לילדים להיות יותר בחיי ולכן רציתי לעסוק בזה". רי כהן, בן 37 מקיבוץ נגיגר, מלמד כבר 10 שנים. הוא שיחק כדורסל בגליל עליון וגם קצת בעמק והיה לו ברור כי ייכנס לתחום הזה מתישהו בחייו. "עבודה עם ילדים ותחום החינוך תמיד דיברו אליי", אומר כהן, "זה גם התחבר לי טוב עם אימון כדורסל".

הסיבה שביאר הגיע להוראה בחינוך גופני דווקא קשורה למורה לספורט שהיה לו בתי כון, אריה דרסקין, שהיה עוזרו של מאמן מכבי תל אביב דלף קליין, בוכייה הראשונה בגביע אירופה לאלופות בשנת 1977. "אריה היה מורה אריר שהשפיע עליי המון. מאז התיכון ידעתי שזה מה שאני רוצה לעשות. זה קרה גם בזכות הוריי", אמר ביאר.

בקיבוץ כפר החורש יעדו לגרדי קריירה בחלכאית. הם רצו לשלוח אותו ללימודים, אך הוא הצליח לשכנע את החברים שייתנו לו לעשות את מה שהוא אוהב. "הייתי כדורסלן וספורטאי וריצתי להמשיך בזה. זה היה החלום. הקיבוץ רצה לשלוח אותי ללימודי חקלאות. הייתי צריך לעמוד מול אספת הקיבוץ ולהסביר למה אני רוצה, נגד הצרכים של הקיבוץ, להיענות לחלום שלי. הצלחתי לשכנע אותם ויצאתי ולרגע אני לא מצטער".

מה ההבדל בין התלמידים שאתם הייתם ואלה שלימדתם לפני עשר שנים, לבין היל דים של היום?

זיו: "לפני עשר שנים הם היו יותר משת עם שינוי אחד. "יש מודעות לעשות ספורט אך התלמידים היום יותר תחרותיים. יש פחות פעילות בשביל הכיף", מסביר ביאר, "זה נובע בגלל לחץ של הבית. אני לא אוהב את זה. זה לא נכון. באופן כללי עדיין יש את הבעיה שתלמידים פחות אוהבים לע שות ספורט בשביל הספר, למרות שהם כן עושים פעילות גופנית מזמנם החופשי. אחת הסיבות לכך היא היערד תנאים. אי אפשר להתקלח אחרי שיעור חינוך גופני בבית הספר".

מה הדבר שתלמידים הכי שונאים לע שות בשיעור?

זיו: "לרוץ מן הסתם או לזוז בכלל. יש גם כאלו שלא רוצים להזיע. למי שיש ספורט בשיעור הראשון לא רוצה לרוץ על הבוקר ולהזיע. זו הרגשה לא הכי נעימה להמשיך ככה את היום, אבל זה מה יש".

חכם: "לרוץ. חינוך לתרבות הגוף מתחיל בגיל צעיר. אחת הרעות החולות במדינת ישראל זו כמות השעות לספורט הניתנת לילדים והחוסר בחינוך לתרבות הגוף מגיל קטן. כשאין את זה אז לאורך השנים ילדים לא אוהבים לעשות את זה וכך לא יהיו לנו הישגים בשום ענף ספורטיבי".

כהן: "אני נתקל ביפעת במודע בקרב תלמידי החטיבה העליונה בתופעה שרובם מחכים לשיעור כדי לעבוד על כושר במטרה להיות מוכנים לצבא. אבל גם יש ילדים שרק אתה אומר להם לרוץ ובא להם לבכות".

ביאר: "הם לא אוהבים להזיע והם לא אוהבים ללמוד מיומנויות של משחק כזה או אחר. אין להם הרבה סבלנות. הם רוצים מיד לשחק. אני לא מוותר להם ומתעקש ללמד אותם כי רק מי שלומד את המיומנויות, יכול ליהנות יותר מהמשחק וגם להשתפר".

"הגוף צריך תנועה"

אחד הדברים שאומרים בגנותו של הדור הנוכחי זה שהוא 'חוצפן', 'חסר סבלנות' ו'אינו מכבד את המבוגר ממנו'. "אפשר לכתוב ספר על המשפטים המעצבנים שתלמידים אמרו לי", אמר חכם, "הם אומרים לי משפטים כמו: 'מה תעשה ליד' או 'למה לי להזיע עכשיו?' ו'מי צריך ספורט'". ביאר מוסיף: "התחילה 'אוהווו' הכי מעצבנת אותי. אני גם מתעצבן על תלמידים שמוותרים לעצמם".

לפני פתיחת שנה עושה זיו לתלמידיה שלה שיחת פתיחה ובתום השנה שיחת סיכום. "אני נותנת להגיד מה שרוצים. מי שבסדר אצלי יכול לקבל 90 גם אם לא הכי הצטיין בשיעו רים. אני מבקשת לפני הכול להיות בני אדם".

כהן: "תלמיד שפועל על דעת עצמו או כוה שמזולזל בשיעור ולא הגיע עם ציוד מתאים".

גרדי: "אנחנו מנסים להקנות נושא אם אחריות. לשמור על ציוד זה קשור לאחריות, ואם אני רואה שזה לא קורה ושמתוכחים על העניין הזה או ששברו או השאירו ציוד, אני רואה בזה חוסר בגרות וחוסר כבוד למקצוע. מה שמעצבן אותי זה חוסר כבוד אחד לשני. הם מסוגלים, גם כשהם חברים טובים, בלהט של משחק לדבר או לנקוט באלימות מילו לית או אחרת. לעתים רחוקות לא מגיעים עם ציוד, דבר שמראה על חוסר הבנה בסי טית כמה זה תנאי הכרחי ובסיס לפעילות גופנית".

בעיית עודף המשקל היא אחת הבעיות הגדולות שאיתן מתמודד העולם המערבי, ולכן גדל הפרסום והניסיון להכניס לתודעה האוכלוסייה את גושא אורח חיים בריא. הבעיה הזו היא כבר לא רק נחלת האדם המבוגר, אלא גם נחלתן של שכבות הגיל הצעירות. "בעיית עודף המשקל בקרב התלמידים קיימת היום יותר מפעם, אבל לא באופן קיצוני", סיפרה זיו, "בארה"ב זה קיצוני. לא ייאמן מה שקו רה שם. אני אומרת כל הזמן לתלמידות שלי שמי שתעשה פעילות אירובית בבית שלוש פעמים בשבוע, תקבל ממני בונוס של עוד שלושה אחוזים בציון".

חכם מוסיף: "התופעה הזו קיימת במדינה שלנו כבר מזמן ויש קורלציה בין תרבות הגוף לתזונה. אם בעבר האם הייתה בבית והילדים נהנו מסמכות הורית ומארוחת צה ריים חמה ויותר פיקות, היום הרבה ילדים חיים מ־30 שקל שהם מקבלים עבור אוכל ג'אנק של חטיפים וארוחות ממוזנניס שהם לא בהכרח בריאים להתפתחות של הילד".

ביתכון 'העמק המערבי' מציין ביאר כי בעיית עודף המשקל אינה משתקפת באופן בולט בקרב התלמידים. "אצלנו המצב לא כל כך גורא כי נותנים לזה את הדעת", אמר ביאר, "אנחנו נוהרים בשיחות על משקל. אנחנו אומרים שפעילות גופנית היא צורך קיומי כמו הצורך של אדם לקום בבוקר וללכת לשירותים. הגוף צריך תנועה. לשם מכוונים. אני גם מקפיד לדבר על כך שאנ חנו טיפוסים שונים ומבחינת מבנה הגוף ולכן כל אחד צריך לקבל את עצמו כמו שהוא".

יש בעיית מתקנים בבתי הספר?

זיו: "בהחלט. מתקן האתלטיקה שלנו הוא מתחת לכל ביקורת. האולם היחיד שלנו הוא של המועצה שזה אומר ללכת חצי קילומטר מבית הספר לאולם. עד שהלכת וחזרת לא נשאר לשיעור מספיק זמן. בחורף זו בעיה קשה כי צריך ללכת לשם גם בגשם".

חכם: "יש בעיה קשה של מתקנים בכלל בספורט ובפרט בבתי הספר. כתלמיד היו לי בחצר בית הספר בור קפיצה, מעגל לה־ דיפת כדור ברזל ומכשירי התעמלות. כל אלה נגנזו מבתי הספר. ישנם באלה שאין להם אפילו אולם לפעילות בתקופת החר רף ובטח לא מכשירי התעמלות למיניהם ואתלטיקה".

גרדי: "הבעיה היא כל כך אקוטית שזה מונע מאיתנו ללמד מספר מסוים של מקצו עות. אנחנו צריכים לעשות כל מיני פשרות ואלתורים. אין לנו מסלול ריצה קצרה בבית הספר ולכן אנחנו כל הזמן צריכים לחפש משהו דומה לזה בקיבוץ. אין בור קפיצה לם־ רחק ולכן אני לא יכול למד את זה. יחד עם זה עם כל הקושי אני רוצה לציין לטובה את המועצה שרואגת לנו להסעות לאולם אל־ טרנטיבי עד לימים שבהם ייבנה אולם חדש ביפעת".

מי התלמיד שלכם שהכך לספורטאי מצ־ ליח?

זיו: "טל בן ארצי מקיבוץ גזית. הייתה אלו פת ישראל בקרב שבע".

חכם: "יש לי כמה. למשל ניב אדרי שער סך היום בטריאתלון. לימדתי את תומר שטיינהאר, גור פורת ואור איתן שהיו לכ־ דורסלנים מצליחים".

כהן: "פחות מעניין אותי מי יגיע רחוק בספורט. העיקר שיהיה בנאדם ויגשים את עצמו".

ביאר: "יש לי כמה. הכי מפורסם הוא נדב הנפלא. היה לי את הזכות ללמד אותו שנ תיים. יש גם את ניצן יסעור משמשית".