

סיכום החלטות ועדה מקצועית - מכשירים בנות

מתאריך 8.9.2026

מסמך זה מרכז את עיקרי הנושאים שעלו במהלך הוועדה המקצועית אשר התקיימה בהשתתפות נציגות האיגוד וחברי הוועדה המקצועית.

נוכחים: רועי שוויץ-י"ר, אורנה שי, דנית שדה, תמי בק, רוני רבינוביץ', נופר אמיר, מיה שני גולדברג

התנצלו: טל פז

נציגת האיגוד: שלי מתתיהו

ברכות ותודות

- ברכות לרוני דינמן ונטורה על כניסתה לתפקיד מנכ"לית איגוד ההתעמלות. מאחלים לה הרבה בהצלחה.

1. סיכום אליפות אירופה- ג'וניור וסניור

דרגת הנערות:

בבחרת הנערות הציגה תחרות טובה ואיכותית, וסיימה במקום ה-8 בתחרות הקבוצתית. בנוסף, שתי מתעמלות העפילו לגמר הקרב-רב וסיימו במקומות ה-10 וה-14. המתעמלות הפגינו רמה מקצועית גבוהה, ביצועים מדויקים ודרגות קושי גבוהות. כמו כן, ניכרה עבודת צוות טובה ושיתוף פעולה בין המאמנות האישיות, כמו כן בין לבין מיה שני, אשר תרמו להתנהלות המקצועית של הנבחרת לאורך התחרות.

דרגת הבוגרות:

בבחרת הבוגרות חוותה תחרות פחות מוצלחת ביחס לציפיות ולמטרות שהוגדרו מראש. היעד המרכזי היה העפלה קבוצתית לאליפות העולם, אולם מטרה זו לא הושגה. לצד זאת, שלוש מתעמלות הבטיחו את מקומן באליפות העולם בדרכים שונות: ליהיא רו ורוני שמאי העפילו באמצעות הקרב-רב, ויהלי שושני העפילה באמצעות תוצאותיה בגביעי העולם. התקיים דיון מקצועי, פתוח ומקדם, במטרה לבחון את הגורמים שהובילו לאי השגת היעד הקבוצתי. המאמנות שיתפו, העלו נקודות למחשבה, התייחסו לאתגרים ולדילמות שעלו לאורך הדרך, ובחנו יחד את התהליך המקצועי. המטרה היא ללמוד מהתחרות, להסיק את המסקנות

הנדרשות וליישם אותן בהמשך, במטרה להגיע מוכנים ומדויקים יותר לעונת 2027. השנה הקרובה תהיה משמעותית במיוחד, שכן מדובר בשנת קריטריון אולימפי, ולכן יש חשיבות רבה להפקת הלקחים ולבניית תכנית מקצועית מדויקת לקראת היעדים הבאים.

לסיכום, כל הכבוד לכל הצוות המקצועי שליווה את המתעמלות לאורך השנה, על העבודה הקשה, המחויבות וההשקעה הרבה. ראוי לציון במיוחד רוח הצוות, שיתוף הפעולה, הכבוד והתמיכה ההדדית בין המאמנות ובין המתעמלות, אשר אפשרו להגיע לאליפות אירופה מאוחדות ומלאות מוטיבציה.

2. המשך תכנית ליווי עם אימרי דרסקוזי.

התכנית המקצועית תימשך בליווי המקצועי של אימרי, אשר צפוי להגיע למחנות אימונים במהלך החודשים אוקטובר-דצמבר. ככל שיידרשו/יחולו עדכונים, שינויים או התאמות בתכנית, הוועדה המקצועית תעודכן בהתאם.

3. תכנית מקצועית: דרגות, תרגילים, אופן השיפוט :

שינוי בדרגות מסלול לאומי:

החל מעונת 2026-2027 דרגה 1 מבוטלת. השינוי נעשה לאור מספר המשתתפות המצומצם בדרגה והיעדר הצדקה מקצועית להמשך קיומה במתכונתה הנוכחית.

דרגה 2 תיקרא גם דרגת פרה ג'וניור .

שנתון 2013: בשנה הנוכחית בלבד (2026-2027), **שנת המעבר**, מתעמלות ילדות 2013 יוכלו לבחור בין דרגת פרה ג'וניור (דרגה 2) או דרגת ג'וניור. החל משנת הפעילות 2027-2028, מתעמלות בשנתון מקביל לזה יהיו מחייבות לעלות לדרגת ג'וניור.

בהתאם למבנה החדש, תוגדר תכנית מקצועית מותאמת לדרגה זו, אשר תשלב ותדייק את המרכיבים המקצועיים שהיו קיימים עד כה בדרגות 1 ו-2. התכנית תותאם לגיל ולרמה המקצועית של המתעמלות, תוך יצירת בסיס נכון והדרגתי להמשך התפתחותן והכנתן לקראת המעבר לדרגות הבינלאומיות. התכנית המעודכנת של הדרגה החדשה תופץ לאגודות.

לפיכך להלן השנתונים לפי הדרגות:

גיל	שנתון	דרגה	מסלול	מכשירים בנות
7	2020	7	לאומי	
8-9	2018-2019	6	לאומי	
9-10	2017-2018	5	לאומי	
10-11	2016-2017	4	לאומי	
11-12	2015-2016	3	לאומי	
12-13	2013-2015	2 (פרה ג'וניור)	לאומי	
14-15	2012-2013	נערות	לאומי	
16 ומעלה	2011 ובוגרות יותר	בוגרות	לאומי	

בתחרויות הליגה לא יחול שינוי בשנתונים ובדרגות.

זמני חימום לפני תחרות

ליגה

יוגדרו זמני החימום הבאים:

20 דקות חימום כללי.

10 דקות חימום ספציפי על המכשיר.

תחרויות במסלול הלאומי

20 דקות חימום כללי.

12-15 דקות חימום ספציפי על המכשיר, בהתאם למספר המשתתפות ולמבנה התחרות.

אימון פודיום – ג'וניור וסניור בלבד

תיבחן האפשרות להאריך את זמן החימום/האימון הספציפי על המכשיר במסגרת אימון הפודיום

ל- 25 דקות, בהתאם למבנה התחרות ולצרכים המקצועיים.

שימוש במזרנים נוספים ללא הורדה – גביע האיגוד ואליפות ישראל

תוגדר מדיניות אחידה וברורה לגבי השימוש במזרנים בתחרויות גביע האיגוד ואליפות ישראל, תוך מתן דגש להיבטים מקצועיים ובטיחותיים.

יתאפשר שימוש במזרן נחיתה נוסף (מזרן 10 ס"מ) בביצוע האלמנטים הבאים **ללא הורדה**:

קפיצות

- יורצ'נקו עם בורג.
- צוקהרה עם בורג.
- קפיצת ידיים – סלטה.

קרקע: מזרן נחיתה נוסף לאלמנטים בדרגת קושי D ומעלה.

מקבילים: ניתן להכניס מזרן לעזיבה.

טרם יישום ההחלטה תיבדק זמינותם וכמותם של מזרני הנחיתה המתאימים, על מנת לוודא שניתן יהיה ליישם את ההסדר באופן אחיד ובטיחותי. עדכון על כך ייצא בהזמנה לתחרות.

תחרויות בין האגודות – שיפוט וחלוקת מדליות

על מנת ליצור אחידות, שקיפות וסטנדרט מקצועי ברור בין כלל תחרויות האגודות, יוסדר אופן השיפוט וחלוקת המדליות בהתאם למספר השופטות בכל מכשיר:

שופטת אחת במכשיר:

התחרות תתקיים במתכונת של מדליות השתתפות בלבד, ללא חלוקת מדליות על המכשיר (לכל הדרגות והמסלולים).

שתי שופטות ומעלה במכשיר:

תתאפשר חלוקת מדליות על המכשיר, בהתאם לתקנון הענף ולמגנון חלוקת המדליות שנקבע עבור כל דרגה:

דרגה 7: מדליות השתתפות בלבד

דרגות 5+6, דרגה ה' ו'+: חלוקת מדליות בקרב רב וקבוצתי בלבד.

יתר הדרגות: חלוקת מדליות על כל מכשיר בנפרד, קרב רב וקבוצתי.

הסדרה זו נועדה להבטיח אחידות, שקיפות והוגנות באופן קיום התחרויות וחלוקת המדליות בין האגודות.

חבישות ותכשיטים:

בכל הדרגות ובכל המסלולים, ללא יוצא מן הכלל, יש להקפיד על עמידה מלאה בהוראות ובדרישות החוקה הבינלאומית של הענף בכל הנוגע לחבישות ולענידת תכשיטים. הוראה זו מחייבת את כלל המתעמלות והמאמנות בכל התחרויות, ללא קשר לדרגה או למסלול.

4. השתלמויות שיפוט:

יוקם צוות שיפוט אשר ידון לאורך כל השנה בדיוקים והתאמות לשיפוט ככל שיעלה הצורך: צוות השיפוט: אורנה שי, אפרת בראל, דנית שדה ותמי בק. אורנה ואפרת יובילו את הצוות והן יהיו האחראיות אל מול האגודות ואל מול האיגוד לכל נושא העדכונים (כמובן שכל זה מותנה באישורן של השופטות הנ"ל לקבל את התפקיד). החל מהשנה יחולו שינויים בהכשרת השופטות, כאשר השנה תיכנס מערכת המודל של מכללת וינגייט להשתלמויות של האיגוד, והאיגוד ישתמש במערכת על מנת להשתכלל ולהתקדם, וכן יתקיימו שם מפגשים ומבחנים אונליין. השתלמויות שיפוט מתחילות, מתקדמות, לאומיות, בינלאומיות- יתקיימו בדגש על שיפוט ותרגול מעשי באולם. כל השופטות הבינלאומיות המעוניינות לשפוט השנה במסלול הליגה והלאומי, יידרשו להגיע להשתלמות שיפוט מעשית בנושא הדרגות. **ישיבות שופטות לפני כל בית בתחרות-** הוסכם כי לפני כל בית תתקיים ישיבת שופטות ייעודית. במסגרת הישיבה, צוות השיפוט בכל מכשיר ייפגש עם השופטת הראשית של אותו מכשיר. השופטת הראשית תכין מראש דגשים מקצועיים הרלוונטיים לדרגה ולתחרות, ותציג לשופטות שני תרגילים לצורך חידוד אופן השיפוט והדגשים המקצועיים.

5. תכנית תחרויות בארץ:

גביע האיגוד יתקיים במהלך חודש פברואר.
אליפות ישראל לליגה ולאומי צעירות תתקיים במהלך חודש מאי/יוני, ושבוע אליפויות ישראל בירושלים יתקיים במהלך חודש יולי.
כלל תאריכי התחרויות יפורסמו וישלחו לאגודות באופן מסודר מטעם האיגוד, לאחר קבלת האישורים הסופיים לזמינות המתקנים וסגירת כלל המועדים אל מול הדר יוסף ועיריית ירושלים.

6. תכנית תחרויות בחו"ל:

שנת 2027 היא שנת קריטריון אולימפי, ולכן תינתן עדיפות מקצועית להכנת המתעמלות הבוגרות לקראת התחרויות המרכזיות של העונה. לוח התחרויות הבינלאומי לעונת 2027 מפורסם כבר בקלנדר של ה־FIG. בהמשך תישלח לאגודות הרלוונטיות טבלת תחרויות בינלאומיות מסודרת לצורך היערכות ותכנון מקצועי מבעוד מועד. יש לשים לב כי אליפות אירופה תתקיים כבר בחודש אפריל, ולכן תהליך המיונים לקראת האליפות יחלו כבר בחודש ינואר.

7. השתלמויות מקצועיות:

השתלמות מקצועית בהנחיית אילן קורצ'ק תתקיים ביום שלישי, 24.11.2026. הזמנה מסודרת תישלח לאגודות. השתלמות מקצועית בהנחיית אימרי וזזה תתקיים בהמשך העונה, כאשר המועד ייקבע ויעודכן. השתלמויות מקצועיות נוספות יתקיימו במהלך העונה, בהתאם לצורך ולתכנית המקצועית, ופרטים לגביהן יישלחו לאגודות בהמשך.

8. שונות

במסגרת פרויקט לקידום פורט נשים, יקומו סגלים אזורים וארציים אשר מטרתם הנה חשיפה וקידום מקצועי של מתעמלות נוספות, ושכבות נוספות של מתעמלות בכל הארץ. איוש המאמנות סגל שיובילו את הפרויקט ייעשה בזמן הקרוב, ועדכון על התחלת פעילות הסגלים שיחלו אחרי החגים יישלח לאגודות.

רשמה: שלי מתתיהו