

מסמך זה מגלם שינוי תודעה עמוק בעולם הספורט התחרותי בכלל וההתעמלות בפרט בנוגע לחשיבות הענקת מוגנות לספורטאים ולספורטאיות ובנוגע לצורך ביצירת אווירה מכבדת בענפי ההתעמלות השונים. בשנים האחרונות נחשפו בעולם ובארץ מקרים קשים של פגיעה מסוגים שונים בשלומם של המתעמל/ת אשר התרחשה בצורה שיטתית במרחבי האימונים והתחרויות. חשיפת הפגיעה עוררה מודעות לתפיסה השלטת הנלווית לה, לפיה מדובר בחלק לגיטימי ואינטגרלי מההתנהלות הנדרשת להשגת מצוינות ספורטיבית. בהתאמה לתפיסה זו, התגובות לפגיעה היו בדרך כלל התעלמות, השתקה, סלחנות ואף טיוח. תגובות אלו תרמו מצידן לחיזוק הנורמה לפיה מוגנות המתעמל/ת לא רק שאינה דבר חשוב, אלא אף עלולה לעמוד בסתירה לצורך בהישגיות.

איגוד ההתעמלות בישראל לקח על עצמו להצטרף למגמה העולמית של שינוי מהותי בתחום ולקדם את המוגנות של המתעמלים הפועלים תחת חסותו ולהשריש את התפיסה הרואה במוגנות חלק חשוב ומהותי התורם למצוינות ולהישגיות ספורטיבית. הקוד האתי המוצג כאן מיועד לתת ביטוי לשינוי זה ולהעניק כלים לכלל קהילת ההתעמלות באיגוד על מנת לקדם מוגנות בצורה אפקטיבית. לשם כך, נעשה הליך מעמיק של שיתוף והתייעצות עם בעלי העניין הרלבנטיים, וזאת מתוך אמונה בחשיבות מציאת נקודת האיזון הנכונה בין מכלול האילוצים והאתגרים המכתיבים את אופייה של שגרת האימונים התחרותיות ותובענית בתחום, מצד אחד, לבין חשיבות יצירת האקלים הבטוח והמוגן השומר על כבודם של המתעמלים, מצד שני.

בגיבוש הקוד האתי נבחנו מערכי מוגנות קיימים שונים ובכללם: מסמך ההנחיות של הפדרציה הבינלאומית של ההתעמלות (FIG), הקוד האתי של מנהל הספורט המשמש בסיס לקוד זה<sup>1</sup>, האמנה לשוויון מגדרי של הוועד האולימפי בישראל, תקנון איגוד ההתעמלות בישראל למניעת הטרדה מינית ולקיודם מוגנות בספורט האולימפי, תקנות למניעת הטרדה מינית (חובות גוף ספורט, 2020), כללים אתיים שונים שגיבשו ארגוני ספורט בישראל, חקיקה רלבנטית ועוד. כל אלה סייעו בגיבוש קוד זה, מתוך הכרה בחשיבות שמירת הרוח הספורטיבית והשאיפה למצוינות, לצד השמירה על הגינות וכבוד האדם בתוך קהילת ההתעמלות בישראל.

חשוב להזכיר כי מרבית הספורטאים באיגוד ההתעמלות הינן מתעמלות קטינות, והחקיקה מייחסת חומרה יתירה לפגיעות במי שגילו מתחת לגיל 18. בהמשך לכך, קוד זה שם דגש על מוגנותן של המתעמלות מתחת לגיל 18 ומתבסס על הצורך במתן כלים אפקטיביים להגנה ומניעת הפגיעה בהן.

עם זאת, הקוד אינו מתעלם מהצורך ביצירת סביבה בטוחה לכלל הספורטאים החוסים תחת האיגוד, ולוקח בחשבון כי הצורך במוגנות חיוני עבור כל מי שמצוי במסגרת תחרותית ותובענית, בכל גיל. על אף שבהגדרת המוגנות נכללת גם הגנה מפני התעללות מינית והטרדה מינית, קוד זה אינו עוסק בנושא זה. איגוד ההתעמלות בצעד מבורך אימץ לא מכבר תקנון למניעת הטרדה מינית, וקוד זה אינו אלא בא על מנת להוסיף עליו, תוך מתן דגש לתחומי מוגנות נוספים.<sup>2</sup> בסיסי הפגיעה שיש להגן מפניהם בספורט הם רחבים, וכוללים, בין היתר: בסיס גזעי, אתני, מגדרי, דת, אמונות, תרבות, מגדר, מצב סוציאקונומי, מאפיינים פיזיולוגיים, יכולת אתלטית, גיל, מיניות. קוד זה יוחד לצורות המרכזיות להטרדה ופגיעה שעניינן ניצול פסיכולוגי (כדוגמת בידוד, השפלה) וניצול פיזי (בעיטה, סטירה וכד'). יצוין כי קוד זה הינו "קוד נושם" הכפוף לשינויים אפשריים בהוראת האיגוד. ככל שייעשו תהליכים ארגוניים שיצמיחו תובנות חדשות ורלבנטיות הן תתווספנה לקוד זה.

### הגדרות

מוגנות - יצירת מרחב בטוח לקהילת המתעמלות והמתעמלים, בו נשמר שלומם הפיזי, הרגשי והנפשי. מרחב זה מגן עליהם מפני פגיעה בכבודם, התעללות רגשית ונפשית, התעללות מינית והטרדה מינית, הזנחה, התעללות פיזית ופגיעה בוטה בפרטיותם – הן מוחשית הן לא-מוחשית. מאמן - כאמור בחוק הספורט, תשמ"ח, 1988 נושאי תפקיד - מאמנים, מדריכים, שופטים, דיינים, אנשי וועד מנהל, אנשי רפואה, אנשי מנהלה, סוכנים וכל מי שמעסק או עובד בהתנדבות עם האיגוד, למעט ספורטאים. דיין - חבר גוף שיפוט פנימי של אורגן ספורט. ספורטאי/ת - אדם הרשום באורגן ספורט, ועוסק בפעילות ספורטיבית פעילה. ספורטאי קטין - ספורטאי שגילו פחות מ-18 שנה. שופט - אדם שמונה לשמש כשופט ספורט על ידי האיגודים או על ידי הגורמים המוסמכים מטעמם. עניין אישי - עניין אישי של אדם בפעולה או בעסקה של אורגן ספורט אולימפי, לרבות עניין אישי של קרובו ושל גוף אחר שהוא או קרובו בעלי עניין בו ולמעט עניין אישי הנובע מעצם תפקידו או השתייכותו לאורגן הספורט.

קרוב - בן זוג, אח, אחות, הורה, הורי ההורה, צאצא או צאצא של בן הזוג או בן זוגו של כל אחד ממנויים בהגדרה זו.

אמצעים להטרדה ולניצול יהיו כאלו הכוללים: איומים, לעג, קללות, עונשים בלתי פרופורציונאליים, הטרדות רגשיות, טרטור, התעמרות, התנכלות. ובכלל זה התנהגות חוזרת ונשנית שיש בה כדי ליצור עבור אדם סביבה עוינת לרבות התנהגות מבזה ומשפילה, אף אם אינה בהקשר מיני, הכפפה לאווירה של איומים והפחדות, נקיטת פעולות שיש בהן כדי להוביל לכדי בידוד ופגיעה בפרטיות.

### **פרק א: כבוד האדם כנורמה ספורטיבית**

1. איגוד ההתעמלות מאמין כי הנורמה הראויה באולם הספורט היא נורמה של כבוד הדדי, סובלנות, סבלנות וכיבוד רגשות וגוף הזולת. נורמה זו צריכה לעצב את היחסים בין המתעמלים לבין נושאי התפקידים השונים, את היחסים בין המתעמלים לבין עצמם ואת היחסים בין נושאי התפקידים לבין עצמם, בין בכישלון ובין בהצלחה.
2. איגוד ההתעמלות מחויב לעשות כל מאמץ להפוך נורמה זו של טיפוח כבוד הדדי לערך מרכזי בתרבות האימונים והתחרויות של איגוד ההתעמלות.
3. איגוד ההתעמלות רואה קשר בין חיזוק הנורמה של כבוד הדדי בין כלל משתתפיו לבין הגשמתם של ערכי הספורט והובלת קהילת האיגוד למצוינות, הישגיות ומיצוי כישרונות המתעמלים.
4. איגוד ההתעמלות רואה חובה מיוחדת לשמור על כבודם ושלומו של המתעמלים הקטינים הפועלים במסגרתו.

### **פרק ב: שפה הולמת**

1. יש להימנע משימוש בשפה בוטה ולא נאותה ובכלל זה קללות, גידופים, אמירות מזלזלות וקנטרניות, אמירות מקטינות המתייחסות לגופו, אופיו, התנהלותו ותכונותיו של המתעמל/ת. יש לראות בשימוש בשפה לא הולמת אמצעי בלתי ראוי, שיש בו כדי להשפיל את המתעמל/ת, לפגוע ברוחו ולהביא לפגיעה בביטחונו העצמי.
2. שימוש בשפה מכבדת הינו בגדר חובה החלה גם על המתעמל/ת ביחס לכלל נושאי התפקידים באיגוד ובקרוב נושאי התפקידים עצמם.
3. חל איסור מוחלט על מאמנים ומאמנות לפגוע בדימוי הגוף של המתעמל/ת.

### **פרק ג: אלימות פיזית**

1. חל איסור מוחלט להשתמש באלימות פיזית כלפי מתעמל/ת במסגרת אימון ומחוצה לו. כל שימוש באלימות פיזית יטופל בחומרה בהתאם לחוק ובמסגרת מנגנון ייעודי של האיגוד כמפורט בהמשך. חשוב להזכיר כי הפעלת כוח על אדם שלא בהסכמתו, בין במישרין ובין בעקיפין, הינה עבירה פלילית ועולה אזרחית.
2. המחוקק קבע עונש של שנתיים מאסר לעובר עבירת תקיפה והכפיל את הענישה במקרה שמדובר בתקיפת קטין.
3. חל איסור להשתמש בכוח פסול כלפי מתעמל/ת, לרבות במסגרת של אימון המצריך מגע פיזי. כל שימוש בכוח שלא לצורך (דוגמאות ל"צורך" הן תיקון מנח הגוף של המתעמל/ת, מתן תחושה של שריר וכד'), יטופל בחומרה בהתאם לחוק ובמסגרת מנגנון הייעודי של האיגוד.
4. כמפורט בפרק יב', כל מקרה של תקיפה של מי מנושאי התפקידים יועבר מיידית לטיפול של מנגנון ייעודי. כל זאת מבלי לגרוע מזכותו של המתלונן להגיש תלונה במשטרה ו/או תביעה נזיקית.

#### פרק ד: שמירה על פרטיות

1. האיגוד רואה חשיבות רבה בשמירה והגנה על פרטיות המתעמל/ת.
2. יש לכבד את המרחב הפרטי של המתעמל/ת. כך למשל חל איסור על חיטוט בחפציהם האישיים ועל צילום מחוץ למרחבי זמני האימונים והתחרויות.
3. אין לנקוט בפעולות לצורך השגת שליטה בזמן החופשי מאימונים של המתעמל/ת, בדפוס השינה וביחסיהם עם בני/ות הזוג שלהם.
4. יש לאפשר ככל הניתן יום חופשי בשבוע מאימונים.

#### פרק ה: ענישה

1. למאמנים שונים קיימות גישות שונות ביחס לענישה כאמצעי אפקטיבי להשגת משמעת אימונים והישגים. ככלל, יש למעט להימנע משימוש בענישה, ולאפשר תרגול וחזרה באופן ממוקד להשגת אפקטיביות בלבד. מאמן/ת שבחרו לפעול בדרך ענישה יימנעו מההפרות הבאות:
  - 1.1 השפלה פיזית או רגשית.
  - 1.2 היעדר קשר הגיוני, סבירות או פרופורציה בין התנהגות המתעמל/ת לאקט הענישה.
  - 1.3 גרימת נזק פיזי.

1. התזונה של המתעמל/ת היא סוגייה בעלת חשיבות והשפעה רבה על יכולותיהם ההישגיות. מאמנים ומאמנות רבים רכשו ניסיון רב וידע בתחום ורבים יודעים להדריך את המתאמנים תחת חסותם. יש לאפשר שיקול דעת רחב של מאמנים/ות בהדרכת התזונה ובפיקוח על המשקל של המתעמלים והמתעמלות. יחד עם זאת, בשל רגישות הסוגייה והשלכותיה האפשריות על בריאותם הנפשית והפיזית של המתאמנים יש להקפיד על:
  - 1.1. מתן אפשרות קבועה להתייעצות פרטנית של המתעמלים/ות עם תזונאי מקצועי ובניית תפריט אישי ומאוזן.
  - 1.2. הדרכות תקופתיות וקבועות של תזונאי מקצועי לכל קבוצת מתעמלים תוך דגש על הדרכות ייחודיות לפי ענף ומגדר.
  - 1.3. איסור על הרעבה או עידוד והטפה להרעבה.
  - 1.4. עירנות להפרעות אכילה המתפתחות בקרב המתעמלים והמתעמלות, והצעת וטיפול בהן.
  - 1.5. האיגוד מעודד מאמנים/ות למציאת דרכים אלטרנטיביות שאינן כוללות בהכרח שקילה יומיומית לשמירה קבועה על משקל המתעמלים.
  - 1.6. מתן אפשרות להפוגות קבועות במשמעת התזונה הקפדנית.
  - 1.7. הכרה בהפרדה בין משמעת משקל לצורך אימונים לבין משקל לצורך תחרות.

#### **פרק ז: פציעות**

1. האיגוד יחבר נוהל טיפול בפציעות של מתעמלים ומתעמלות לפי קבוצות ומועדונים הנוטלים חלק בתחרויות.
2. הנוהל יובא לידיעת המתעמלים והמתעמלות והאיגוד ימנה גורם פנים ארגוני לריכוז והכוונה של הנפצעים.
3. האיגוד יקבע מנגנון מסודר המכיל קריטריונים לזכאות פנייה של מתעמל/ת לטיפול פיזיותרפיה.

#### **פרק ח: תפקידו של הפסיכולוג**

- קיים מרחב של שיקול דעת למאמנים בקביעת מקומו של הפסיכולוג בשגרת האימונים. עם זאת, יש להקפיד על:
1. מתן אפשרות ואף עידוד המתעמל/ת להיוועץ בפסיכולוג במקרים של קושי או משבר.

2. שמירה על יחסים של כבוד ושיתוף פעולה בין המאמן/ת לבין הפסיכולוג הקבוצתי/ אישי.
3. שמירה על יחסי מטפל-מטופל בין הפסיכולוג לבין המתעמל/ת, ובכלל זה שמירה על חיסיון טיפולי.
4. יש להימנע מהפיכת הפסיכולוג לאמצעי לטיפול בבעיות משמעת בהן נתקל המאמן.
5. יש לפעול על מנת לאפשר גם למאמנים היוועצות שגרתית עם פסיכולוג על מנת להתמודד עם הקשיים והלחצים העומדים בפניהם, ובאופן נפרד מהליווי המנטאלי המיועד למתעמלים והמתעמלות.

### **פרק ט: מעורבות הורים**

1. הורים הם שותפים חשובים ומהותיים להצלחת המתעמל/ת. עם זאת, הזכות למוגנות חלה ישירות על המתעמל/ת ואין הורה יכול לוותר על זכות זו.
2. יש לעודד שיתוף פעולה וכבוד הדדי בין המאמנים ושאר נושאי התפקידים באיגוד להורי הספורטאים.  
האיגוד מכיר בזכות ההורים לקבל כל מידע הנוגע לילדיהם.
3. אין לאפשר התערבות של הורים בשיקולים המקצועיים של האיגוד והמאמנים/ות בתוכנית האימונים והתחרויות.
4. יש ליצור מנגנון מוסדר של תקשורת והעברת מידע קבועה בין האיגוד לבין הורי המתעמלים/ות.

### **פרק י: אחריותם של נושאי תפקיד באיגוד**

1. כלל נושאי התפקיד באיגוד ההתעמלות, מלבד תפקידיהם הפורמאליים, נושאים באחריות ייצוגית של פעילות האיגוד בפרט והספורט בישראל בכלל בארץ ובעולם. מתוקף זאת חלה עליהם חובה:
  - א. לנהוג בכבוד הדדי אחד כלפי השני ולשמש דוגמה אישית לרוח הספורטיבית הראויה.
  - ב. לפתח יחסי שיתוף פעולה וכבוד בין הקבוצות השונות ובין המועדונים השונים של האיגוד.
  - ג. כל נושאי התפקיד מחויבים לנהוג באדיבות ובכבוד הדדי בתוך אולמות התחרות בארץ ובחו"ל.
  - ד. חל איסור על חרמות בין המועדונים / הקבוצות השונות של האיגוד.

ה. האיגוד יראה בחומרה רבה כל התנהגות מחרימה של מי מנושאי התפקיד כלפי כל אורגן של האיגוד. בכל מקרה של חרם יפעיל האיגוד תהליך ברור ורשאי יהיה להפעיל סנקציות עד הרחקה של נושא התפקיד המחרים.

#### **פרק יא: לימודים ושירות צבאי**

1. האיגוד יגבש מנגנון מסודר לליווי של ספורטאים שיזדקקו לכך במהלך שירותם הצבאי.
2. על המאמנים לקיים קשר רציף ומכבד עם מנהלי בתי הספר או המפקדים הצבאיים של המתעמל/ת על מנת להבטיח שילוב מיטבי בין שגרת האימונים לבין חובות הלימודים והשירות הצבאי של הספורטאים.
3. על המאמנים לעודד את המתעמלים והמתעמלות להשלים באופן ראוי את חובותיהם הלימודיות ולסייע להם ככל הניתן במתן אפשרויות לשילוב מיטבי בין המסגרת הבית ספרית למסגרת ההתעמלות.

#### **פרק יב: קידום מנגנוני מוגנות**

1. האיגוד רואה חשיבות רבה בהקניית הידע הנדרש בתחומי מוגנות לכלל נושאי התפקידים בו, המתעמלים/ות והורי המתעמלים/ות.
2. האיגוד יקיים פעם בשנה סדנה להורי המתעמלים/ות של נבחרות הקטינים בנושאי מוגנות שונים ובשיתוף אנשי מקצוע רלבנטיים.
3. האיגוד יקיים פעמים בשנה סדנאות למתעמלים/ות הנבחרת בנושאים מקצועיים של מוגנות, זכויות המתעמלים וחוסן נפשי.
4. על כלל נושאי התפקיד באיגוד לעבור אחת לשנה סדנה בתחום מוגנות קטינים. ההמלצה היא להיוועץ במועצה לשלום הילד שהיא בעלת מומחיות בסוגי סדנאות שונות בתחום מוגנות קטינים.

#### **פרק יג: מנגנוני אכיפת הקוד**

1. האיגוד ייסד מנגנון עצמאי של "ממונה על מוגנות", אשר ירכז את כלל הדיווחים והטיפול בתלונות הנוגעות להפרת כללי קוד זה.
2. בנוסף לקבלת התלונות, יקיים הממונה פעילות ל"מוגנות פעילה" וידאג להעביר את דבר קיומו של הקוד לכלל קהילת המתעמלים, יבקר באופן שגרתי באולמות הספורט ויקיים שיחות אישיות ונפרדות עם מתעמלים ומתעמלות.
3. נוהלי עבודת הממונה, אופן מינויו ואופן הגשת התלונות ייקבעו בידי הוועד המנהל של האיגוד.

4. בסמכות הממונה לבחון את התלונות המוגשות לו ולהחליט לגופן ותוך היוועצות ביועץ המשפטי של האיגוד על המשך בדיקת התלונה, על הצורך בחידוד נהלים או על קביעה שאין בתלונה ממצא המחייב טיפול כלשהו.
5. עקרונות פעולתו של מנגנון הממונה יתבססו על מתן מרחב בטוח לפניה של מתעמלים ובכלל זה:
  - 4.1 מתן אפשרות לכל מי שחווה פגיעה במוגנות או היה עד להם לדווח ללא חשש מנקמה או הפיכה למושא להתנכלות.
  - 4.2 יצירת מנגנון דיווח, אשר יאפשר הגשת תלונה על פגיעה במוגנות הן בהזדהות, הן באופן אנונימי, הן בכתב והן בע"פ.
  - 4.3 עיגון פרוצדורה שקופה וברורה לבירור תלונה הכוללת זכות לשימוע לנילון, שמיעת עדים, טיפול בדיווח על מקרי עבר, שמירה על חיסיון וכללי תיעוד.
    - 4.3.1 בירור התלונה יעשה תוך הגנה מרבית על כבודם ופרטיותם של המתלונן, הנילון והעדים האחרים.
    - 4.4 קביעת אופן הטיפול בתלונת סרק או בסיוע לתלונת סרק. יצוין כי במקרה של קביעת הממונה כי לא חלה פגיעה במוגנות, לא תהווה קביעה זו כל ראייה בדבר היות התלונה תלונת סרק.
    - 4.5 טיפול בהתרחשותה של פגיעה במוגנות במקרה שבו לא הוגשה תלונה או שהמתלונן חזר בו מתלונתו- במקרה זה יפעל הממונה תוך היוועצות עם היועץ המשפטי של האיגוד לבירור הפגיעה, ובמידת הצורך לבירור סיבת חזרתו של המתלונן מתלונתו, ויידע אותו בדבר הדרכים לטיפול בפגיעה במוגנות, ובדבר זכותו לפנות למשטרה ו/או להליך אזרחי בנוסף לבירור התלונה במסגרת האיגוד.
    - 4.6 הממונה יגבש יחד עם היועץ המשפטי וועדת המשמעת ובכפוף לתקנון ועדת המשמעת של האיגוד תגובות הולמות (סנקציות) למקרים של פגיעה במוגנות.
  5. בסוף כל שנה יגיש הממונה למוגנות דיווח לוועד המנהל של האיגוד על תלונות בהם טיפל בשנה החולפת.

#### פרק יד: הטמעת הקוד

1. האיגוד יקיים פעילות שוטפת אשר תכלול הדרכה, הסברה, ריענון והפצה של הקוד האתי ו/או של עיקריו והטמעתו מדי שנה בקרב כלל נושאי התפקיד באיגוד ובקרב הספורטאים.



2. הקוד האתי ישולב בתקנון האיגוד ויהווה חלק בלתי נפרד ממנו לפי סעיף 10 לחוק הספורט. הסמכות לדון ולהחליט בסוגיות, בחריגים ותלונות בעניינים הנוגעים לקוד האתי מצויה בהתאם לסעיף 11 בחוק הספורט, בידי מוסדות השיפוט הפנימיים של האיגוד.