

# אולימפיזם 365

## ינואר 2026



### ספורט זה הנפשי

עמותת זה הנפשי והוועד האולימפי בישראל מקיימים יוזמה משותפת במחלקות לאשפוז פסיכיאטרי לילדים ובני נוער, במטרה להעלות מודעות ולהפחית את תחושות הבושה והסטיגמה סביב נושא בריאות הנפש. זו השנה השלישית לפעילות, שבמסגרתה בני ובנות הנוער נפגשים עם ספורטאים וספורטאיות מענפי הספורט האולימפיים. החודש השתתפו בפעילות שתי ספורטאיות אולימפיות – הג'ודאית שירה ראשוני והשחינית האמנותית שלי בובריצקי – שהגיעו למפגש פתוח, כן ומרגש עם בני הנוער. במהלך המפגש שיתפה כל אחת מהן את סיפורה האישי והעניקה הצצה לעולם הספורט האולימפי, כל אחת דרך הענף שבו פעלה. אלו היו סיפורים מעוררי השראה ובעלי משמעות, שהעניקו נקודות למחשבה וחיווק להתמדה ולחתימה להשגת מטרות.

### מפגש אולימפי עם בני ובנות מצווה של קיבוץ בארי

במסגרת הקשר שנרקם בין הוועד האולימפי בישראל לבין קהילת בארי בעקבות אירועי ה-7 באוקטובר, הגיעה שכבת בני ובנות מצווה של הקהילה לביקור מיוחד בבית הוועד האולימפי. הנערות והנערים החלו את המפגש עם סיור בחוויה האולימפית, ולאחריו פגשו את שחקני נבחרת ישראל בכדורעף חופים אילון אלעזר וקווין קוזמיצ'וב, שהעבירו להם אימון חוויתי ונתנו להם טעימה מעולם הספורט האולימפי. אילון וקווין הדביקו את הילדים באנרגיות שלהם ואפשרו להם לשבור שגרה. הוועד האולימפי רואה בספורט כלי לבנייה מחודשת של חוסן ותקווה. שיתופי פעולה מסוג זה ממחישים את החשיבות שבעשייה משותפת ארוכת טווח, המבוססת על ערכות הדדיות וחיבור אנושי עמוק.

### הערכים האולימפיים כבסיס למצוינות בכיתה האולימפית

במסגרת תוכנית "הכיתה האולימפית", הפועלת ביוזמתו של המדליסט האולימפי אריק זאבי ובניהול הוועד האולימפי בישראל, תלמידי תיכון עירוני ל"ד ע"ש יצחק שמיר השתתפו בסדנה אולימפית ייחודית בהובלתם של רבקה אלישע, ירדן הר לב, יובל פרייליך ואמרי גניאל. בחלקה הראשון של הסדנה פעלו התלמידים בתחנות בהשראת הערכים האולימפיים, אשר כללו תוכן בנושאי מוגנות בספורט, משחק הוגן, יושרה בספורט וידע אולימפי, ובסיומן התקיימה תחרות בין הקבוצות השונות. בחלקה השני של הסדנה לקחו התלמידים חלק בהתנסות חווייתית באופני מסלול עם מאמן נבחרת ישראל ניב ליבנר, ובמקביל השתתפו באימון מיוחד שעסק ביכולות גופניות, בהובלת המאמן האולימפי יואב אזר. הכיתה האולימפית היא מסגרת חינוכית ראשונה מסוגה בישראל, המאפשרת לספורטאיות ולספורטאים מצטיינים השואפים למצוינות בתחום הספורט ההישגי ללמוד במסגרת תוכנית לימודים מלאה.

### האולימפיזם בלב אקדמיית וינגייט למצוינות בספורט

זו השנה השנייה שבה ספורטאיות וספורטאים באקדמיית וינגייט למצוינות בספורט לומדים פעם בשבוע שיעור ייחודי בנושא האולימפיזם, המתקיים בהובלת הוועד האולימפי בישראל כחלק מתוכנית הלימודים השנתית בבית הספר. במסגרת השיעור הם נחשפים לעולמה של התנועה האולימפית ולערכים העומדים בבסיסה, ולומדים על המשמעות העמוקה בלהיות ספורטאי – לא רק בהיבט ההישגי, אלא גם בהיבט הערכי והאישי. השיעורים שמים דגש על טיפוח האופי ועל חתימה למצוינות אישית כבסיס להצלחה ספורטיבית. במהלך השיעורים משתתפים הספורטאים בפעילויות אינטראקטיביות וחוויותיות, פוגשים ספורטאים אולימפיים שכבר הגיעו לבמה הגדולה בעולם, ושומעים מהם על הדרך שעברו ועל הבחירות שעיצבו את מסעם. בנוסף, הם משתלבים בעשייה החברתית שמוביל הוועד האולימפי בישראל, ומעמיקים את הבנתם באחריות המוטלת עליהם כמודלים לחיקוי בחברה.

### חיבור בין מדינות דרך ערכי האולימפיזם

נבחרות הג'ודו האולימפיות של ישראל ואוקראינה קיימו מחנה אימונים משותף בישראל, כחלק מההכנות למשחקים האולימפיים לוס אנג'לס 2028, בתמיכת הוועד האולימפי בישראל והקרן האולימפית של הוועד האולימפי הבינלאומי. במסגרת המחנה התקיימה סדנת אולימפיזם ייחודית לשתי הנבחרות, שמטרתה לחבר בין הספורטאים והספורטאיות, להעמיק את ההיכרות עם התרבויות של שתי המדינות ולהתחבר לערכים האולימפיים בדרך חווייתית ואינטראקטיבית. הנבחרת האולימפית הישראלית כללה, בין היתר, את הספורטאיות רו הרשקו, ענבר לניר, גפן פרימו, תמנע נלסון-לוי, גילי שריר, מאיה גושן, וכן את הספורטאית ים וולצ'ק.

לקבלת פרטים על הפעילויות הקרובות ולהשתתפות בהתנדבויות של הוועד האולימפי בישראל מוזמנים לפנות לסמנכ"לית החינוך וקשרי החוץ – ירדן הר לב.

**ביחד נבנה עולם טוב יותר באמצעות הספורט!**