

היחידה לספורט הישגי

מעטפת רב תחומית

יעל לנדר

נהלים 2018

להלן עדכון נהלים והתארגנות המעטפת הרב תחומית שבאחריות היחידה לספורט הישגי, לספורטאי הסגל האולימפי, שנת 2018.

- המרפאה האולימפית והמחלקה למחקר ולרפואת ספורט במכון וינגייט נשיתוף עם בי"ח מאיר כ"ס, הינם נתני השירות הרפואי המרכזיים לספורטאי הסגל המורחב.
- **ייעוץ מנטלי** - מערך מנטלי משודרג בתאום ספורטאי ומאמן (ראה פרויקט מנטלי עמוד)
- **בית חולים מאיר** - כפר סבא, הינו בית החולים המאמץ של הסגל האולימפי. בית החולים מאפשר יחס מועדף לספורטאי הסגל, זמינות המעבדה לבדיקות דם, קדימות במתן תורים וטיפול לרפואה מקצועית ובדיקות הדמיה (US, MRI, רנטגן וכו').

1. המרפאה האולימפית בוינגייט כוללת את שירותי רפואת הסגל האולימפי, רופא אורתופד, בדיקות מאמץ, בדיקות פיזיולוגיות, טיפולי פיזיותרפיה, טיפול הירדותרפי, בדיקות דם ייעוץ תזונתי. יש להדגיש כי, כל טיפול שיתבצע על ידי אנשי מקצוע, חיצוניים למערכת, שאינם מאושרים, הינם באחריות ובמימון הספורטאי/ת! וככל מקרה מוטלת עליהם המחויבות להעביר דיווח לרפואה האולימפית ולתיק בתיק באישי של הספורטאי.

• מיכשור ייחודי ובדיקות:

- **בדיקות ביודקס** - מכשיר לאימון ובדיקה איזוקנטית.
- **אופטוג'ים** - מכשיר מדידה בתחום מבדקי שדה הנותן משוב מיידי (כמותי/ הישגי/ויזואלי) בבדיקות שדה במרכיבים כגון: מהירות, זריזות כוח מתפרץ.
- **חדר גובה** - שילוב אימוני היפוקסיה במתכונת ועל פי תוכנית אימונים.

מועדי פעילות המרפאה האולימפית (לקביעת תורים - 09-8639423/6):

- **דרי לובה גליצקיה** - רופאת הסגל האולימפי - ימי השבוע למעט יום ד', 8:00-16:30, טל: 052-4718883.
- **בדיקות דם יילקחו בימים:** א', ג', ה' בשעות 8:00-8:30.
- **ד"ר יפתח חצרוני** - אורתופד - יום ה', בתאום מראש.
- **ד"ר ערן דולב** - אורתופד - יום שני/חמישי לסירוגין ובתאום מראש.
- **טיפולים פיזיותרפיים** - על ידי צוות המדור לטיפול בפגיעות ספורט. ימים א'-ה', בתאום מראש, למעט מקרי חירום (הטיפולים אינם כוללים אמצעי תבישה).
- **איילת וינשטיין** - ייעוץ תזונתי - יום א', 9:00-12:30, יום ה', 9:00-12:30.
- **מיקי מדר** - ייעוץ תזונתי - באישור מנהלת המעטפת.
- **ד"ר אייל שרגל** - פיזיולוג - ימים א'-ה' 11:00-17:00, באישור ובתיאום מראש.
- **רותם כהן** - פיזיולוגית, חוקרת ואחראית חדר גובה - ימים א'-ה', 11:00-17:00, בתאום מראש.
- **פרופ' אלון אליקים/פרופ' דני נמס** - תמיכה וייעוץ רפואי ושיתוף פעולה מחקרי - בתאום.
- **בדיקות מאמץ ובדיקות פיזיולוגיות שונות**, יבוצעו על ידי צוות המרכז

לרפואת ספורט ולמחקר (09-8639400/420), ויתואמו באישור המתאם המקצועי או על ידי מנהלת המעטפת.
כל פנייה לרופאת הסגל (או לרופא מקצועי/טיפולי) תעשה בידעת המאמן או על ידו.
אישור לטיפולים על ידי מנהלת המעטפת, יעל לנדר: 09-8639538.

2. המרכז לרפואת ספורט בהדר יוסף, ת"א, "מדיקס", דר' יוני ירום - מנהל רפואי: טיפולי פיזיותרפיה וייעוצים - באישור על ידי מנהלת המעטפת בלבד!

3. טיפולים פיזיותרפיים בפריפריה - על פי הצורך, בתיאום ואישור.

4. עיסויים בתיאום מראש: עיסוי חד שבועי, מרפאה אולימפית, מכון וינגייט. איוון סינטונין: מעסה, מרפאה אולימפית, מכון וינגייט, טל: 052-4042414.
יום ג', 10:30-21:30.
יום ה', 10:30-16:00.

אפשרות נוספת בתיאום ואישור מראש:

אלכסיי יוחננוב: מעסה/אוסטאופט, טל: 054-5500548. ימי ג' 10:00-17:00, במכון וינגייט.

דורין מנן: עיסוי וטיפולי שיאצו במרכז הארץ, בתיאום ואישור בלבד, טל: 052-6305305.

מעסים בפריפריה: בתיאום והפניה על ידי מנהלת המעטפת הרב תחומית.

5. קבלת תוספי מזון תעשה אך ורק לאחר בדיקת דם וייעוץ תזונתי/רפואי ובאישור המתאם המקצועי בענף או מנהלת המעטפת הרב תחומית. לא ינתנו תוספי מזון לספורטאי שלא עבר ייעוץ תזונתי ו/או בדיקות דם.

אחריות הספורטאי/ת

הינך חייב/ת בדיווח רפואי - פציעות, מחלות, תוצאות הדמיה, ניתוח ומצב לאחר שיקום, לדר' לונה גליצקיה, רופאת הסגל האולימפי, ולמתאם הענף באופן שוטף (בעיקר למטופלים בפריפריה) וזאת במטרה לנהל מעקב רפואי אחראי וסדיר. חובה לבצע בסדר את הבדיקות במחזוריות של שנה (למעט אקו לב - אחת לארבע שנים), או בהתאם לתכנית המקצועית ולהודעות שיפורסמו. ספורטאי שלא ביצע את בדיקות החובה האלו לא יוכל לקבל סיוע ותמיכה מהמעטפת עד ביצוע מלא של הבדיקות.

בדיקות החובה הן:

- יש חשיבות לבצע את בדיקות החובה בתקופת טרום העונה.
- בדיקת דם (בדיקה מקיפה הכוללת מצב חיסוני), יש לקבל טופס הפרמטרים הנדרשים בבדיקת הדם.
- סקירה אורתופדית - **חובת נוכחות מאמן הענף/מאמן הכושר**
- מבדק ארגומטריה/פיזיולוגיה בהתאם לדרישות הענף
- הערכה תזונתית
- אקו לב, אחת לארבע שנים (או על פי הצורך).

אי הגעה לבדיקה/טיפולי/ייעוץ - במידה ונקבע עבורך תור (באישור) לטיפול/בדיקה עלייך להיות במועד ובשעה המתאימים, אם אין ביכולתך להגיע הנך חייב להודיע על ביטול הפגישה עד 12 שעות לפני מועד הבדיקה/טיפול. במידה והפגישה לא בוטלה, בפעם הראשונה, לא ייקבע כל ייעוץ או טיפול עד

לברור עם המתאם או מנהלת המעטפת. במידה והנושא חוזר בשנית לא ייקבע כל ייעוץ או טיפול. המקרה יידון במנהלת הספורט הישגי ועד מתן ההחלטה לא יטופל הספורטאי במסגרת מעטפת הסגל האולימפי.

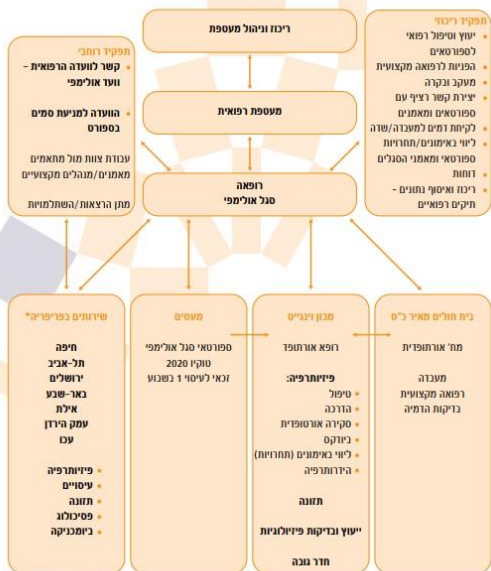
כנסים/ימי עיון לספורטאי סגל אולימפי מורחב. היחידה לספורט הישגי תקיים עד למשחקים האולימפיים בטוקיו 2020 כנסים מקצועיים ואחרים לספורטאי הסגל. הנך חייב להיות נוכח בכל כנס, אם הנך שווה כארץ (ואינך נמצא במסגרת תחרויות/מחנות אימונים בחו"ל).

אין בנהלים אלה כדי לצמצם, אלא רק להוסיף לכללים, דרישות ומחויבות שאת/ה מחויב/ת ו/או תהי/ה מחויב/ת בהם כלפי הוועד האולימפי ו/או מי מטעמו.

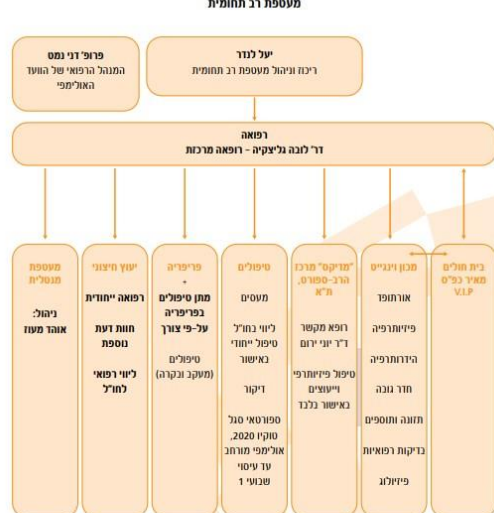
הוועדה למניעת סמים בספורט - אחריות הספורטאים - הנך חייב/ת בדיווח שוטף של תוכניתך המקצועית ומקום הימצאותך, על פי הנחיות הוועדה למניעת סמים W.A.D.A של הוועד האולימפי הבינלאומי. הנושא מתבצע באופן ישיר על ידי הספורטאי במילוי טפסי "Where about" בתוכנת ADAMS, באחריות האיגוד לטפל בנושא עמך (מכתב נשלח אליך בנושא).

חל איסור לקחת כל תרופה או תוסף תזונתי אשר ניתן על ידי כל רופא/תזונאי/ איש צוות מקצועי. יש לידע את דר' לונה גליצקיה בטרם השימוש ולקבל אישור לנטילתו. במידה והתרופה הנדרשת אסורה על פי תקנות W.A.D.A יש למלא טופס T.U.E ולקבל אישור לקחת התרופה מוועדת הסמים טרם נטילתה.

מעטפת רב תחומית - סגל אולימפי



מעטפת רב תחומית - סגל אולימפי



* במקומות מסוימים נכנסו לשימוש

תמריצים, מלגות ונהלים

אמות המידה לסגלי ההישג לשנת 2018

הקריטריונים המצ"ב מומלצים על ידי מנהלת הספורט הישגי (המלצה מיום 05.12.2017), אשר דנה בהם על נסיס לקחי מחזור "ריו 2016". השתייכות לסגלים וקבלת מלגה (בין אם חד פעמית ובין אם לתקופה) כפי שיפורטו במסמך זה, מותנים בעמידה בכל הדרישות המקצועיות, הארגוניות, הייצוגיות, המשמעתיות, האתיות והמנהליות שיידרשו מהספורטאים על ידי האיגודים הרלבנטיים, הוועד האולימפי וזרועו המקצועית - היחידה לספורט הישגי.

1. המלגות החודשיות מהקרן לעידוד ספורטאים מצטיינים יתנהלו ע"פ הסגלים כדלקמן:

סגל זהב - 8,500 ₪

סגל כסף - 6,000 ₪

סגל ארד - 4,500 ₪

סגל בכיר - 3,000 ₪

3 סגלי נוער (תקציב מיוחד ממועצת ההימורים באמצעות הקדש קרן הספורטאים)

עתודה הישגית - 2,250 ₪

נוער - 1,750 ₪

קדטים - 1,000 ₪

2. כניסה לסגלים ושינוי בסגלים יתאפשרו אך ורק במקצועות ותנאי תחרות אולימפיים ולפי תוצאות מפרוטוקולים רשמיים, לאחר דיון ועל פי המלצת מנהלת הספורט הישגי בלבד.

3. ככלל - המלגה תאושר חודש לאחר ההישג בתחרות מטרה, ותועבר למשך שנה אחת בלבד (12 חודשים) למעט בענפים בהם הקריטריון מבוסס על דירוג עולמי אבסולוטי, בהם המלגה תועבר למשך - 6 חודשים בלבד. העברת מלגה לספורטאי/ת יבוצע בכפוף לקבלת דיווח חודשי שיאושר ע"י היחידה לספורט הישגי לאחר שאושר ע"י המאמן והאיגוד/התאחדות הרלוונטיים. במידה של הישג נוסף בתחרות מטרה במהלך אותה השנה, מועד הכניסה לסגלים יקבע לפי ההישג האחרון.

4. ספורטאי השייך לסגל זהב ינטיח את מקומו בסגל זה למשך 24 חודשים. במידה ובמשך 24 חודשים מהשגת הקריטריון לא עמד בקריטריונים הישגיים הנדרשים מסגל זה, כמפורט להלן יירד בתום 24 חודשים לסגל כסף, למשך 12 חודשים נוספים. במידה ולאחר 36 חודשים לא השיג תוצאה המקנה כניסה לסגל, ייצא מסגל המלגות.

5. ספורטאי השייך לסגל הכסף, שלא עמד בקריטריונים הישגיים הנדרשים מסגל זה, כמפורט להלן, במשך 12 חודשים מהשגת הקריטריון, יירד לדרגת סגל ארד למשך 12 חודשים נוספים.

6. כל ספורטאי אשר השיג קריטריון בינ"ל וישראלי למשחקים האולימפיים, קיץ או חורף, שאינו חבר סגל הזהב, ייכנס לסגל כסף מיום קביעת הקריטריון ועד לשלושה חודשים מסיום המשחקים האולימפיים. לאחר מכן יחזור לסגל בו היה לפני קביעת הקריטריון ועד לפרק הזמן שנותר לסיום המלגה לפי סעיפים 3-5.

7. בנוסף לעמידה בקריטריון לסגלים, מיקום הספורטאי או הקבוצה בתחרות המטרה חייב להיות בחצי העליון של המתחרים (אבסולוטי) למעט בענפים שיצוין 2/3 עליון. במקצועות הקרב חייבים, לפחות 2 ניצחונות בזירה או על המזרן. אין הדבר חל בענף ספורט שנוקבע ע"פ זמן ו/או מרחק. כמו כן, קיימת חובת השתתפות של לפחות 7 מדינות זרות בתחרות, ובמקצועות הקרב באותה קטגוריית המשקל. בתחרות קבוצתית בענפים אישיים, שאין

התחרות העיקרית והמרכזית של הספורטאים, חובת השגת מיקום 1/3 עליון. 8. לוועדת ההיגוי בהרכב: יו"ר המנהלת, נציג מנהל הספורט, נציג הוועד האולימפי ומנהל היחידה לספורט הישגי, תהיה אפשרות להמליץ למנהלת לשדרוג מלגות ייחודיות עד 3 ספורטאים בוגרים, על פי שיקול דעת מקצועי ולפי מדיניות הוועד האולימפי למחזור טוקיו 2020, בנוסף לכך 3 ספורטאי נוער מוכשרים לקראת 2020.

9. כל ספורטאי יהיה חייב ב - עד 4 פעילויות בשנה קלנדרית למען הקהילה, כולל לפעילות במסגרת החוויה האולימפית, לפי הנחיית הוועד האולימפי ע"פ תיאום מראש עם האיגוד הרלוונטי ובהתחשב בתוכנית המקצועית של הספורטאי. קבלת מלגת 3 החודשים האחרונים מותנית במילוי דרישה זו.

מלגות לימוד

כל הספורטאים אשר השתתפו במשחקים האולימפיים בריו 2016, זכאים למלגת לימודים אקדמית בגובה שכר הלימוד כאוניברסיטה ציבורית, למשך 3 שנות לימוד. מימוש הזכות לתחילת מלגה זו יוכל להתבצע לא יאוחר משנת 2024.

כל הספורטאים אשר השתתפו במשחקים האולימפיים בסוצ'י 2014, זכאים למלגת לימודים אקדמית בגובה שכר הלימוד כאוניברסיטה ציבורית, למשך 3 שנות לימוד. מימוש הזכות לתחילת מלגה זו יוכל להתבצע לא יאוחר משנת 2022.

סגל עתודה

1. סגל העתודה יהיה זכאי לקבלת המעטפת המקצועית-מדעית-רפואית בלבד (לא כולל תוספים תזונתיים).
2. כל מי שהיה בסגל מסוים יישאר עוד שנה בעתודה.
3. היחידה תוכל להמליץ על עד 5 ספורטאים נוספים בעלי פוטנציאל, לפי חוות דעת מקצועית, לא יותר מספורטאי/ת אחד/אחת לענף.

חלוקת תמריצים

תמריצים לספורטאים על הישגים באליפויות עולם ואירופה 2018 [בש"ח]

מיקום/אירוע	אליפות עולם	אליפות אירופה	משחקי YOG קיץ	אליפות עולם לנוער	אליפות אירופה לנוער
1	120,000 ₪	40,000 ₪	9,000 ₪	8,000 ₪	4,000 ₪
2	84,000 ₪	28,000 ₪	7,000 ₪	6,000 ₪	3,000 ₪
3	60,000 ₪	20,000 ₪	5,000 ₪	4,000 ₪	2,000 ₪
4	30,000 ₪	10,000 ₪			
5	24,000 ₪	8,000 ₪			
6	18,000 ₪	6,000 ₪			
7	12,000 ₪	4,000 ₪			
8	9,000 ₪	3,000 ₪			
*9-12	6,000 ₪	2,000 ₪			

* רק לענפי האתלטיקה, השחייה והתעמלות מכשירים - קרב רב

תמריצים לספורטאים על הישגים בולטים באליפויות עולם ואירופה בשנת 2018:

1. במקצועות ותנאים אולימפיים בלבד.
2. בכל מקרה בתנאי שהמיקום הינו בחצי העליון של המשתתפים באירוע (בתנאים דומים לסעיף 7 במלגות).
3. במקצועות הקרב, לפחות 2 ניצחונות על המזרן, או בזירה (בתנאים דומים לסעיף 7 במלגות).
4. חישוב התמריצים כדלקמן:
 - ספורטאי נודד - 100% תמריץ מהרשום בטבלה מעלה
 - זוג ספורטאים - 75% תמריץ לכל אחד מהרשום בטבלה מעלה
 - קבוצות בנות 3-4 ספורטאים - 50% תמריץ לכל אחד מהרשום בטבלה מעלה
 - קבוצות בספורט אישי בנות 5 ספורטאים ומעלה - 40% תמריץ לכל אחד מהרשום בטבלה מעלה
 - קבוצות משחקי כדור - 30% תמריץ לכל אחד מהרשום בטבלה מעלה
5. כל זכייה באליפות עולם ואירופה (מקסימום שתי תחרויות מטרה בשנה) תזכה את הספורטאי בתמריץ המלא המצוין בטבלה, ללא התחשבות במספר הזכיות במהלך השנה.
6. זכייה שנייה באותו אירוע, תזכה ב - 50% מהתמריץ המלא (עבור ההישג השני באיכותו) וכן הלאה בסדר יורד 25%, 12.5%.
7. טניס - מתן תמריץ בכל אחת מארבע התחרויות (אליפות אוסטרליה הפתוחה, רולאן גרוס בצרפת, ווימבלדון באנגליה ואליפות ארה"ב הפתוחה), לפי 50% מהמצוין בטבלה לאליפות עולם.

תמריצים למאמנים על הישגים באליפויות עולם ואירופה 2018 [בש"ח]

מיקום/אירוע	אליפות עולם	אליפות אירופה	YOG קיץ	אליפות עולם לנוער	אליפות אירופה לנוער
1	₪ 60,000	₪ 20,000	₪ 4,500	₪ 4,000	₪ 2,000
2	₪ 42,000	₪ 14,000	₪ 3,500	₪ 3,000	₪ 1,500
3	₪ 30,000	₪ 10,000	₪ 2,000	₪ 2,000	₪ 1,000
4	₪ 15,000	₪ 5,000			
5	₪ 12,000	₪ 4,000			
6	₪ 9,000	₪ 3,000			
7	₪ 6,000	₪ 2,000			
8	₪ 4,500	₪ 1,500			
*9-12	₪ 3,000	₪ 1,000			

* רק לענפי האתלטיקה, השחייה והתעמלות מכשירים - קרב רב

תמריצים למאמנים על הישגים בולטים באליפויות עולם ואירופה בשנת 2018:

1. במקצועות ותנאים אולימפיים בלבד.
2. בכל מקרה בתנאי שהמיקום הינו בחצי העליון של המשתתפים באירוע (בתנאים דומים לסעיף 7 במלגות).
3. במקצועות הקרב, לפחות 2 ניצחונות על המזרן, או בזירה (בתנאים דומים לסעיף 7 במלגות).
4. כל זכייה באליפות עולם ואירופה (מקסימום שתי תחרויות מטרה בשנה) תזכה את המאמן בתמריץ המלא המצוין בטבלה, ללא התחשבות במספר הזכיות במהלך השנה.
5. במידה ויש למאמן מספר ספורטאים באותה התחרות ו/או ספורטאי אחד שקובע יותר מהישג אחד באותה התחרות (כולל תחרות מטרה, ראה סעיף 4), יקבל המאמן 50% מהרשום בטבלה על הספורטאי השני במיקומו בתחרות. על הספורטאי השלישי והנאים אחריו יקבל המאמן 25% מהרשום בטבלה.
6. במידה ונקבוצות בספורט אישי (שני ספורטאים או יותר) ובמשחקי כדור אימנו את הקבוצה שני מאמנים או יותר, יקבלו כל המאמנים יחד תמריצים בגובה 200% מהמופיע בטבלה, שיחולקו ביניהם.
7. טניס - מתן תמריץ בכל אחת מארבע התחרויות (אליפות אוסטרליה הפתוחה, רולאן גרוס בצרפת, ווימבלדון באנגליה ואליפות ארה"ב הפתוחה), לפי 50% מהמצוין בטבלה לאליפות עולם.

קרנות הישג לכי ענפים - בוגרים 2018

הרמת משקולות

סגל	אליפות אירופה	אליפות עולם
זהב	1	1-4
כסף	2-4	5-8
ארד	5-8	9-12
בכיר*	9-12	13-16

* בתנאי שהמיקום הסופי מהווה 2/3 עליון מסך משתתפי התחרות

קרנות הישג לכי ענפים - ספורטאים צעירים 2018

* מקומות 1-3 במשחקים האולימפיים לנוער (YOG) בואנוס איירס 2018 = סגל נוער

הרמת משקולות

סגל	אליפות אירופה	אליפות עולם	קריטריונים אחרים
עתודה הישגית (עד גיל 23)	1-6		• אליפות אירופה בוגרים: מקומות 13-16* • ניקוד עפי" סבלת סינקלייר - בהתאם לגיל**
נוער	1-6	1-8	
קדטים	1-3	1-5	

* בתנאי שהמיקום הסופי מהווה 2/3 עליון מסך משתתפי התחרות

** ניתן לקבוע בתחרויות עליהן יוסכם מראש