

תרבות גוף בהגירה

הגירתן של פרקטיקות גופניות לישראל בעשור הראשון

אודי כרמי*

תקציר

דימויו של הגוף הישראלי עוצב בתקופת יישוב הארץ. דימוי זה שהושפע מדימויו של מקס נורדאו באשר ל"יהדות השרירים", ענה על הצרכים של היישוב היהודי בארץ ישראל והמשיך לשמש מופת גם בעשורים הראשונים לקיומה של המדינה. בתקופה ההיא הוכפפו החינוך הגופני והספורט לטובת צרכיה של החברה הישראלית ולמען מטרותיה, ואלה נבעו מהצורך לגבש חברה חדשה. לנוכח התפיסות האינסטרומנטליות ביחס לספורט, המאמר בוחן את האופן שבו נקלטו פרקטיקות גופניות שהיגרו לישראל, ושלא היו טעונות בערכים ציוניים. אבקש להבין מה היה יחסו של הציבור כלפיהן וכיצד התקבלו על-ידי מעצבי תרבות הגוף הישראלית. המאמר דן בשתי אופנות שהיגרו מארצות הברית לישראל במהלך העשור הראשון, כחלק מהשפעות תרבותיות זרות שהגיעו לארץ: ההולה-הופ ואימון המשקולות. עם חדירתם של מרכיבי תרבות אמריקנית לתרבות הישראלית, חל שינוי מסוים ביחס לתרבות הגוף. שינוי זה לא תמיד תאם את הערכים שנקשרו במושג "יהדות השרירים". ההולה-הופ ביטא את השעשוע שבפעילות הגופנית ואת קלילותו של הגוף, בעוד שאימון המשקולות ביטא את אידיאל האסתטיקה האמריקנית. אלא שההולה-הופ עורר התנגדות ממסדית ככל שצבר פופולריות, ולאור מתקפת הנגד התקצרה שהותו של "המהגר" החדש ומנעה את אֶזרוחו בישראל. בחלוף שנתיים מיום שהגיע ירדה קרנו, זאת בעוד שאימון המשקולות נוצק לתבנית ציונית והוצג כמהדורה מחודשת של "יהדות השרירים".

מילות מפתח: פרקטיקות גופניות, הגירת תרבות גוף, ספורט שימושי, הולה-הופ, אימון משקולות

* ד"ר אודי כרמי, מכללת אוהלו

מבוא

דימויי הגוף הגברי נכרכו בציונות מראשיתה, וההקבלה והקשר בין מאוויים לאומיים לבין טיפוח הפן הגופני עוררו דיונים רבים בספרות המחקרית (ראו למשל צימרמן, 2017: 313-334, 116-95; אשכנזי, 2017: 131-162; נוימן, 2007: 167-171). במסגרת הציונית היווה הספורט מכשיר חינוכי-פוליטי יעיל וסייע להטמעתם של מסרים אידיאולוגיים (חריף, 2011: 8, 73), תוך פנייה לגיבורי התנ"ך המיתולוגיים – הפנייה לעבר נועדה לספק צידוקים לשאיפות לאומיות בנות זמננו. ואכן, כשטבע המנהיג הציוני מקס נורדאו את המושג "יהדות השרירים" (Muskeljudentum), הוא ביקש להתרפק על העבר ההרואי היהודי ו"להשיב את יהדות השרירים ליושנה" (שורק, 1985).

עיצוב העבר מחדש, מטרתו הייתה להשיב ליהודים את כבודם העצמי ולקוף את ראשם (מירון, תשע"א: 35-74). היהודי "הישן" אמור היה להפוך לאדם "עברי", המהווה אנטיתזה ליהודי הגלותי (Helman, 2007: 95). עם התגבשותה של הציונות בסוף המאה התשע-עשרה ובתחילת המאה העשרים, התרכז השיח המטפורי הלאומי בתיאורו של הגוף היהודי האידיאלי: ציוני, גברי ובעיקר – אנטיגלותי (גלזמן, 2007: 12-13). הגוף הגברי היה סמלה של האומה וביטוי לתכונותיה (Mosse, 1985: 56). התנועה הציונית, שהייתה הכלי המרכזי להגשמתו של הרעיון הלאומי היהודי, שאפה לשנות את דימויו של היהודי הגלותי וראתה בפעילות הספורטיבית אמצעי ליצירת היהודי החדש (קאופמן וגלילי, 2009: 10). לנגד עיניה של הציונות עמד גופו המחושל של היהודי, העומד זקוף קומה מול הניסיונות להשפילו. כך, לגוף הציוני נועד תפקיד לאומי רב-חשיבות – להיות חלק מאומה (אלמליח, 2006).

רעיון "יהדות השרירים" היה מעוגן במציאות החיים באירופה, שבה נרדפו יהודים בשל דתם או בשל מוצאם "הנחות". כשהגיעו עולי אירופה לארץ ישראל, הם מצאו שבארץ, חיי העבודה והעמלנות – ולא דווקא ההצטיינות בספורט – היו כרטיס הכניסה לאצולה החדשה (אלמוג, 1984: 137-146; קאופמן, 2006: 264; קאופמן, 2007: 122; Kaufman, 2005: 157). חידוש הברית עם הטבע ואידיאליזציה של החקלאי היהודי במונחי דת העבודה, יצרו את המיתוס של היהודי החדש, המשוחרר מהרדיפות ומרגשי הנחיתות (עפרת, 2004: 383). בהקשר זה טוען ההיסטוריון שמואל אלמוג כי העבודה קיבלה ממד רוחני ובו בזמן שימשה גם מעין תחליף לדת הממוסדת (אלמוג, 1984: 144-146). תדמיתו הגופנית של ה"צבר", כינויו של יליד הארץ, הושפעה מהסטריאוטיפים האנטיגלותיים של המייסדים, ובעיקר מחזונם באשר לדמותו הילידית של היהודי החדש. החשיבות העצמית שחשו הצברים נבעה מתוך תחושת גאווה על כך שהם בוחרים בעבודת האדמה על פני חיי נוחות ומקריבים את עצמם למען בניית הארץ (Hirsch & Kachtan, 2018).

הצעירים שנולדו בארץ ישראל עבדו את האדמה וחושלו באימונים צבאיים (אלמוג, 1997: 134-135), וכחלק מהכשרת הדור החדש סב הציר החינוכי של תוכניות הלימודים סביב מקצועות שימושיים ועמליים. תוכניות אלה תאמו את צורכי ההתיישבות של היישוב בארץ ישראל ונטעו בדור הצעיר אהבה לטבע, לעבודה, למולדת ולתנועה (אלמוג, 1997: 221-223). בהתאם לאידיאל ההתיישבות נותבו הצעירים לעבודה במשקים, להגשמה, לחלוציות וליצירת כוח צבאי. עבודת הכפיים, ההסתפקות במועט, הפשטות וההגשמה – כל אלה המשיכו להיות אידיאלים גם לאחר קום המדינה. גילויי נהנתנות, שעשועים וטיפוח הגוף נתפסו בציבור כאורח

חיים מנקר עיניים ובלתי ראוי, וכתרבות עוינת לכל המפעל הציוני (בן פורת, 2002: 95). אימוץ אורח חיים זה ביטא יציאה לתרבות זרה והתפרקות מערכים קיבוציים (אלמוג, 1997: 328-329). דימויו של הגוף הישראלי עוצב בתקופת היישוב. דימוי זה ענה על הצרכים של היישוב היהודי בארץ ישראל והמשיך לשמש מופת גם בעשורים הראשונים לתקומת המדינה. בשנים אלה שימש הספורט השימושי אמצעי להכשרת הדור הצעיר לקראת השירות הצבאי ולמילוי משימות לאומיות. הספורט השימושי שילב בין פעילות ספורט לבין משימות שדימו את שדה הקרב. בשל תפקידו הביטחוני זכה הספורט השימושי למעמד מיוחד בתרבות הגוף הישראלית. כשחדרו לישראל פרקטיקות גופניות זרות – כגון יוגה, פלדנקרייז, בניית גוף (body building) וחיטוב, היאבקות חופשית (catch) ואחרות – הן הציבו אתגר בפני תרבות הספורט הישראלית. אימוצן על-ידי חלק מהציבור עורר בקרב שוחרי הספורט ומנהיגי דיון שחרג מתחום הספורט ונסב סביב שאלת תרומתן לתרבות המתגבשת במדינה או לחילופין, למידת הנזק החינוכי הצפוי מהן.

מאמר זה יתמקד בעיקר בשתי פרקטיקות: ההולה-הופ ואימון המשקולות, שפלשו לארץ בשנות החמישים. הראשונה גילמה בפשטותה קלילות אמריקנית נטולת אידיאולוגיה, והשנייה התכתבה – לכאורה – עם רעיון "יהדות השרירים". פרקטיקות אלה ישמשו אבני בוחן לדרך התמודדותה של תרבות הגוף הישראלית עם השפעות זרות. ננסה להבין, האם הן היו אופנות חולפות? האם אומצו כפי שהן? האם נטענו במשמעות מקומית, או שמא נדחו? מה היה אופיו של המפגש בין פרקטיקות גופניות מקומיות לבין הפרקטיקות המהגרות? שאלות אלה יעמדו במוקד הדיון משום שהפרקטיקות הזרות לא הגיעו לתוך ריק תרבותי. עם הפרקטיקות הגופניות בעשור הראשון נמנו הספורט על ענפיו השונים, קרי, הספורט הטהור והספורט השימושי. אלה גם אלה גויסו למילוי צרכיה של המדינה. דיון בפרקטיקות אלה ישמש רקע למפגש בין תרבות הספורט המקומית לבין התרבות הפולשת.

בין "ספורט טהור" ל"ספורט שימושי"

תחיית תרבות הגוף העברית, כחלק מתחייתו הלאומית של העם היהודי, באה לידי ביטוי באמצעות שילובה בחינוך ובתרבות העברית. לפני קום המדינה הוכפפו החינוך הגופני והספורט לצרכיה של החברה היישובית ולמטרותיה, שנבעו מהצורך לגבש חברה חדשה. הספורט השימושי היה מרכיב משמעותי בתוכניות הלימודים בבתי הספר, באגודות הספורט ובארגונים הצבאיים והצבאיים למחצה. הטשטוש בין הספורט כשלעצמו – קרי הספורט הטהור – לבין הספורט השימושי, עורר דיונים רבים בין אנשי חינוך ומנהיגי ספורט. השאלות שבהן עסקו מעצבי תרבות הגוף העברית היו: האם על הספורט להישאר טהור? האם יש לגייסו למילוי צרכיה של המדינה? האם יש להכניס את הספורט השימושי, שהיה צבאי למחצה, למערכת החינוך? (בן ישראל, 2008).

הדיון בשאלות אלה אף התעצם לאחר קום המדינה. מאיר בניהו, שהיה ממעצבי תרבות הגוף העברית לאחר קום המדינה, תיאר את התפיסה הרווחת ביחס לספורט:

הספורט נחשב כבבואתה של המדינה. ככל שהמדינה מפותחת ומתקנת יותר, כך היא מיטיבה ליצור תנאים נאותים לתרבות הגוף. לעומת זאת, כשהמדינה שקועה בבערות ובבורות נמצאה תרבות הגוף שלה בשפל המדרגה. שלטון, שמונע מהתושבים את

הברכה שבתרבות הגוף, יודע שהספורט מסוגל לעורר באדם המשועבד את הביטחון בכוחו, את הבז לחולשה ואת הרצון לחופש ולעצמאות".¹

יש לציין שהשימוש המכליל במונח "ספורט" נועד לפשט את הדיון במאמר. עם זאת לא כל פרקטיקה גופנית נחשבת לספורט. הסוציולוגיה של הספורט מבחינה בין שלוש פרקטיקות גופניות: שעשוע (Play), משחק (Game) וספורט (Sport). **השעשוע** מתאפיין בחופש, בהנאה, בפעילות לשמה ובחוסר תכליתיות. התענוג ממנה נובע מעצם עשייתה. **המשחק** מובנה ומוגדר באופן רשמי באמצעות חוקים. ארגון המשחק נעשה על-ידי גופים חיצוניים לעומת רמת הארגון הספונטנית שמאפיינת את השעשוע. **הספורט** מתייחס לפעילות גופנית תחרותית החותרת למטרה סופית מוגדרת. בדרך כלל לאימוני ספורט יש אופי של עבודה, משום שהחתימה להישגים כרוכה בהשקעת זמן, באימוץ אורח חיים קפדן ובשימוש במתודות מדעיות מתקדמות (גלילי, 2009).

השתתפות ספורטאי ישראל במפעלים בין-לאומיים נועדה להציג לראווה את ישראל במיטבה, לאו דווקא בזכות הישגים יוצאי דופן. על הספורטאים הוטלו משימות רבות שחרגו מן העיסוק בפעילות גופנית לשמה, שכן לספורט נועד גם תפקיד תעמולתי: הוא היה אמצעי לרכישת עמדה מכובדת בזירה הבין-לאומית ולהפצת הרעיון הלאומי הציוני בקרב היהודים בגולה. כך, על משלחות ספורט הוטל לייצג את ישראל בחו"ל כחלק ממסע תעמולה להכרה במדינה הצעירה ולחיזוק הקשר בין יהדות העולם למדינת ישראל (חרף, 2011). במסגרת זו ציפו מהספורטאים שיענו לאתגרים החברתיים-לאומיים, יותירו רושם על קהל הצופים ויעוררו בהם יחס של כבוד למדינה (אלמוג, 1997: 325). כמו כן הוצע שהנבחרות הלאומיות יעברו מבחן "חישול" טרם צאתן לחו"ל כדי "להבטיח רמת מוסר, הופעה מכובדת ורמת התנהגות על כר הדשא ומחוצה לו".

ייצוג ישראל בזירה הבין-לאומית בשני העשורים הראשונים – תקופה שבה סבלה המדינה מבידוד מדיני, העניק לה כבוד רב, ועל כן הסכימו הספורטאים עצמם לשאת בעלויות של האימונים, של התחרויות ושל ייצוג המדינה בחו"ל. קבלת תמורה עבור פעילות ספורטיבית נחשבה אז להפרה של כללי החובבנות ול"פינוק" בורגני.² מבחינה זו, המגמה של הרוח החלוצית מתקופת היישוב נמשכה (Harif, 2007: 529-553). רוח זו אפיינה גם את הספורט השימושי – פרקטיקה גופנית שהכיתה שורשים בתקופת היישוב והפכה לצורך קיומי אחרי קום המדינה.

הספורט השימושי נוצר בתחילת המאה העשרים על-ידי ג'ורג' הבר מצרפת ועל-ידי המורים לחינוך גופני, ד"ר קארל גאולהופר וד"ר מרגריטה שטרייכר מאוסטריה. שיטה זו נוצרה מתוך ביקורת על השיטות הגרמנית והשוודית, שהתפתחו במאות השמונה-עשרה והתשע-עשרה והונהגו בחינוך הגופני. שיטות אלה התבססו על תרגילי התעמלות (גימנסטיקה) מוסדרים, שמטרתם הייתה חינוך הגוף לכוח ולמשמעת צבאית (בהתעמלות הגרמנית), להיגיינה, לבריאות ולכוח (בהתעמלות השוודית) (קוש-זוהר, 2016).

לעומת נוקשותן של השיטות הללו, יצר הבר את השיטה שכונתה השיטה הטבעית, שיטה שנועדה במקורה להכשרה בסיסית של חיילים. צמד האוסטרים נטל את שיטתו של הבר והתאים אותה לתלמידי בתי ספר. ביסוד השיטה עמדה התפיסה שחוש התנועה הטבעית אבד לנוער, ועל כן יש לפתח את המיומנות הגופנית במטרה להתגבר על מכשולים שהטבע מציב

בדרכו של האדם. לפי שיטה זו, אין מדריכים את התלמידים בתרגילים קבועים, אלא מציבים בפניהם אתגרים שערים הם נקראים להתמודד מתוך יוזמה והתמצאות בשטח.

לשם הנחלתו של הספורט השימושי לצעירים, לא נדרש תקציב מיוחד או מתקנים משוכללים. אדרבה, על-פי השיטה, יש להעדיף את קיומה של פעילות ספורט בכל מקום – בהר ובגיא, בוואדי ובנחל, בשדה ובחורשה, במישור ובמדרון – על פני אולמות התעמלות סגורים ומצוידים במיטב האביזרים. המצדדים בשיטה החדשה טענו שיש להפיק תועלת מהטבע ולהעדיפו על פני מכשירים מלאכותיים. לדוגמה, ריצה בשטח פראי עדיפה על ריצה במסלול תקני. לשם זריקה או הדיפה רצוי להשתמש באבן על פני שימוש בכדור ברזל. לשם טיפוס אין צורך במוטות, בצינורות ובחבלים מיוחדים, אלא יש להסתפק בעצים.³ בזכות אופיו הרב-גוני והחיסכון הכלכלי שהיה גלום בתפעולו, קנה לו הספורט השימושי אוהדים רבים. את תהליך ההתאזרחותו ואת התאמתו למציאות הישראלית ולצרכיה תיאר עמנואל גיל באופן הבא:

בארץ ישראל, בתקופה זו שאנו חיים בה, עלינו לתת לעצמינו דין וחשבון ברור, מה היא הדרך שבה נוכל בצורה הטובה והיעילה ביותר להכשיר את הנוער לאותם תפקידים בעבודה, בהגנה ובבניין הארץ, שאנו עומדים לפניהם. בחיפוש אחרי הדרך הנכונה בהכשרה הגופנית עלינו לבחון את הידוע לנו מארצות אחרות ולסגלו לתנאינו, לאופיים של אנשינו ולימן העומד לרשותנו [...] החינוך הגופני שלנו צריך להיות בנוי על יסודות של בריאות גופנית, חינוך לרמת מוסר גבוהה, אומץ לב אישי, משמעת ציבורית [...] על בסיס של חינוך גופני יסודי צריך לפתח את הספורט השימושי [...] (גיל, 1985: 101-100)

לפני קום המדינה היו ספורט המגן (התאגרפות, ג'יו-ג'יצו, סיוף מקלות [קפא"פ]) והיאבקות) והספורט השימושי מרכיבים חשובים בתוכניות הלימוד בבתי הספר, בגדנ"ע, באגודות הספורט ובארגוני המחותרת (בן ישראל, 2008). יתרה מכך, הספורט השימושי היה שם שהסווה את ההכשרה הטרומ-צבאית מפני שלטונות המנדט הבריטי. לא הייתה לו הגדרה אחת ויחידה. הוא כלל שורה של משימות גופניות, שנועדו להעניק כלים ללוחמים בשדה הקרב. ענפי הספורט השימושי השתנו במהלך השנים על-פי צורכי השעה. ספר החוגר, שיצא בשנת 1938, כלל את הענפים שדאות, תמרונים צבאיים, הליכה, ריצת שדה, קליעה למטרה, זחילה, נשיאת פצוע, מרוץ מכשולים, טיפוס, קליעה באבנים, יידוי משקולת, קפיצות ומשחקי סדר.⁴

עמנואל גיל ורפאל פנון, מכותביה של "האנציקלופדיה לספורט ולתרבות הגוף", ציינו גם את ההתקדמות הנסתר – את משחקי ההגנה וההתקפה ואת נשיאת המשאות – כענפי הספורט השימושי.⁵ הלקסיקון "מי ומה בספורט", שיצא לאור בשנת 1959, כלל בערך ספורט שימושי מיומנויות כגון: ריצת שדה, מסעות, מעבר מכשולים, קפא"פ, ג'ודו, קליעה למטרה ונשיאת משאות (זמרי ופז, 1959: 304). כך או אחרת, מדובר היה בשם כולל לענפי הספורט שהיו שימושיים עבור חיילים. ענפי הספורט השימושי נועדו לשפר את מרכיבי הכושר הגופני, לפתח את אומץ הלב, את יכולת ההכרעה ואת היכולת להתגבר על מכשולים. מטרתם העיקרית הייתה להקים שדרות רחבות של צעירים בריאים המסוגלים לשאת מאמץ גופני עצים (בן ישראל, 2008). לאחר קום המדינה שוכלל הספורט השימושי ואומץ בחום על-ידי הגדנ"ע וצה"ל, לאחר שהותאם לצורכיהם הייחודיים.

יחסיהם של הממסד הספורטיבי ושל ארבע תנועות הספורט שפעלו בישראל – מכבי, הפועל, בית"ר ואליצור – כלפי הספורט הטהור והספורט השימושי היה אינסטרומנטלי. באשר

לתפקידו של הספורט כמכשיר להשגת מטרות לאומיות, ביטחוניות וייצוגיות (חרף, 2011: 149), שררה תמימות דעים בקרב הכול. לנוכח התפיסות הרווחות ביחס לספורט, נבחן להלן כיצד נקלטו פרקטיקות גופניות חדשות בישראל – מה היה יחסו של הציבור כלפיהן וכיצד התקבלו על-ידי מעצבי תרבות הגוף הישראלית. המושג גלוקליזציה עשוי לסייע לנו להבין את השפעת חדירתן של פרקטיקות גופניות זרות לתרבות הישראלית בתקופה הנדונה.

המושג גלוקליזציה, או "עולמקומיות", שנתבע בשנות התשעים של המאה העשרים, מציין את השילוב בין הממד המקומי לממד הגלובלי (רם, 1999). מושג זה מטשטש את הדיכוטומיה בין הגלובלי והמקומי וחושף את ההיבטים המשותפים ביניהם. רוברטסון (Robertson, 1992, 1994) מציע להדגיש את ההשפעות האוניברסליות על תרבויות על פני התמקדות בהיבטים הפרטיקולריים שלהן, את השונות על פני האחידות ואת ההטרוגניות על פני ההומוגניות התרבותית. מתוך עמדה זו נוכל לשפוך אור על השפעה של תרבויות מהגרות. להלן נדון בשתי אופנות שהיגרו מארצות הברית לישראל במהלך העשור הראשון לקיומה של המדינה. הראשונה הגיעה בדמותו של חישוק בקוטר 80-100 ס"מ, השנייה – בדמות משקולות ואבזרי כושר שנועדו לעבות את שריריהם של אזרחי המדינה.

שיגעון ההולה-הופ

ההולה-הופ הוא משחק בחישוק עשוי פלסטיק, שנועד לסיבוב סביב המותניים. מתי והיכן הומצא? לא ידוע. יש הטוענים שמקורו במצרים העתיקה ויש הסבורים שהומצא ביוון או ברומא. קיימים ממצאים מהמאה השש-עשרה באנגליה על אודות משחקי ילדים בחישוק העשוי עץ או זרדים. מחקרים היסטוריים מלמדים שהוא השתרש בקרב אסקימואים והיה נפוץ בקרב ילידים אמריקנים.⁶ מקורו של השם הולה-הופ הוא ככל הנראה באיי הוואי – ההולה היה ריקוד מקומי שנעשה באמצעות חישוק (הופ – hoop) (Panati, 1989).

הקושי המתודולוגי לקבוע מתי והיכן עשה את סיבוביו הראשונים, מקורו בראש ובראשונה בחילוקי הדעות באשר להגדרתו. האם שימש לשעשוע? האם היה פריט תרבות? אבזר ספורט? אבזר ריקוד? כך או אחרת, נדמה שמאז ומתמיד נדד בעולם. תולדותיו יכולים ללמד על טיבה של תרבות נודדת ועל סוד עמידותה לאורך זמן. פשטותו של האבזר היא מקור כוחו וסוד הפופולריות שלו. קל לנושאו ממקום למקום ועלות ייצורו זולה, הוא שווה לכל כיס – ללא הבדל מעמד או מוצא.

את תחילתו של בולמוס ההולה-הופ המודרני מייחסים למורה אוסטרלית שביקשה לגוון את שיעוריה באמצעות חישוקים. יזמים מקומיים גילו את האבזר החדש והחלו לייצר חישוקים מפוליאתילן. במהלך שנת 1957 נמכרו כ-400 אלף יחידות באוסטרליה. באותה שנה הגיע ההולה-הופ גם לארצות הברית. המוצר הגיע לידי הצעצועים השנתי באמריקה, וחברה ושמה Wham-o החליטה לשווק אותו. באביב 1958 חילקה החברה כמה חישוקים לילדים בדרום קליפורניה. ערוץ הטלוויזיה המקומי תיעד את הילדים המשתעשעים, ותוך ארבעה חודשים נרכשו 25 מיליון יחידות של המוצר. עד סוף אותה שנה נמכרו בין 80 ל-100 מיליון יחידות באמריקה. מארצות הברית נפוצה האופנה החדשה לכל העולם.⁷

העיתונות בישראל עקבה אחרי התפשטותה של התופעה הגלובלית בעניין רב, ואולי גם בחשש מה. לסיקור הנרחב היה לרוב אופי קוריוזי, אך כמעט תמיד נלוותה אליו נימה של גנאי. עיתון מעריב דיווח על מקרים ראשונים של "מחלת ההולה-הופ" שנתגלו בבריטניה. התסמונת

שממנה סבלו החולים הייתה כאבים באזורים שונים בגופם.⁸ משרד הפנים האירני אסר על השימוש בהולה-הופ בבתי קפה, במסעדות, במועדוני לילה ובבתי שעשועים ציבוריים ברחבי המדינה.⁹ שלטונות אינדונזיה הטילו איסור על ההולה-הופ בטענה שהוא נוגד את המוסר המוסלמי ועלול ללבות את היצרים במדינה.¹⁰ המועצה המוסלמית של המדינה אסרה על שיווקו של החישוק משום שקצב הריקוד או הנענוע של האגן עלולים היו לעורר חושניות חריגה. המשטרה החלה לפשוט על החנויות ולהחרים אלפי חישוקים.¹¹

בולמוס ההולה-הופ אף הגיע לדיון בבית המשפט העליון ההולנדי בעקבות שיתוקו של ענף הבניין במדינה. הבנייה סבלה ממחסור חמור בצינורות פלסטיק, משום שאלה הוסבו לייצור חישוקי הולה-הופ על חשבון בניית בתים.¹² זאת ועוד, ההולה-הופ הגיע גם לאנטארקטיקה; משלחת מדעית, שהפליגה ליבשת הדרומית בספינה היפנית "סויה" הביאה 20 חישוקים עבור המדענים במקום כדי לשעשע אותם ולהפיג את בדידותם.¹³ במדינות הגוש המזרחי נרשמה ההתנגדות החריפה ביותר לתופעה. שלטונות גרמניה המזרחית, שראו בתופעה את "התגלמות הריק של התרבות האמריקנית", הכריזו ששמו של ההולה-הופ הוא ריאקציוני, והורו להחליפו בשם "צמיגים אתלטיים".¹⁴ בעוד שההולה-הופ הוקע על-ידי המשטר המזרחי גרמני, הבונדסטאג המערב-גרמני הזמין חישוקים עבור צירי הבית שביקשו לקיים פעילות גופנית.¹⁵ בברית המועצות הוטל דופי בחובבי הסוגה החדשה, שכוננו "סטילאגה" (ברוסית: *стайлаги*). כלומר – מי שנכנעו לאופנה המערבית ולערכיה "המנוונים".¹⁶

לישראל הגיע ההולה-הופ בסוף שנת 1958. עד מהרה פשט כאש בשדה קוצים. יצרנים ישראלים העתיקו את המוצר המקורי שהגיע מארצות הברית וייצרו חישוקים תוצרת הארץ. לחישוקים אלה ניתנו שמות עבריים: "חישוקי קסם", "גלגלי נעם" ו"גלגל שופר-סל", על שם החנות שבה נמכרו. הביקוש הרקיע שחקים. כ-2,000 חישוקים נמכרו מדי יום במחיר של 3.5 ל"י.¹⁷ השיגעון החדש הקיף את כל הציבור. צעירים ומבוגרים מכל שכבות החברה התחרו זה בזה במספר הסיבובים הרב ביותר שסבב החישוק על מותניהם לפני שנפל. מועדוני ספורט ערכו ביניהם תחרויות, ואפילו האוניברסיטה העברית בירושלים ערכה אליפות הולה-הופ לספורטאיה.¹⁸ אפרים קישון הקדיש לתופעה סדרה של רשימות משעשעות בעיתון *מעריב*.¹⁹ דן אלמגור חיבר פזמון על מגפת ההולה-הופ לקראת התוכנית החדשה שכתב עבור התיאטרון הסאטירי "סמבטיון".

ובעוד שהכול התמכרו לחישוק המסתחרר, נדרך הממסד הישראלי והתגייס למיגור התופעה. בדיעבד, החשש מפני פלישה תרבותית במקרה זה היה קדימון לסירובה של הממשלה לאשר את הבאתה של להקת החיפושיות ארצה שש שנים לאחר מכן – גם אז החליטו שמדובר בלהקה נטולת ערך אומנותי הגורמת להיסטריה אצל בני הנוער.²⁰ הביקורת שנמתחה על התופעה החדשה נגעה להיבטיה השונים. הרופא אליהו סגל פרסם מאמר בעיתון *מעריב*, ובו השווה את תנועות ההולה-הופ לתסמין המחולית (Corea), שאפיין חולים במחלות הקדחת השעונית או במחלת ההנטיגטון. תסמין זה התאפיין בעוויתות ובתנועות לא רצוניות שהזכירו ריקוד. השוואה לא מחמיאה זו הייתה חלק ממתקפה רבתי נגד האופנה החדשה. לדבריו, מדובר היה בתנועות שהן "יותר פיתולים ופרכוסים, עוויות והתעקמויות מאשר תרגילי התעמלות קצובים ומותאמים". ד"ר סגל הזהיר מפני העיסוק האינטנסיבי בהולה-הופ בשל היותו "רחוק מלהיות ראוי לברכה, ואם יאושר שבגללו מתרחשות נקיעות או חבלות אחרות בחוליות או בכריות

הסחוס שביניהן, יש לדון אותו לגניזה". הנזק הצפוי לצעיר הנוהה אחרי האופנה החדשה, עלול לפגוע בהתפתחותו המוסרית לא פחות מאשר בהתפתחותו הגופנית. להשקפתו, שעשוע זה אינו מביא את האדם ליד שלמות הרמונית. "אין המשחק הספורטיבי צריך להפסיד מאופיו העיקרי, מהגינות המשחק – גם כלפי עצמו". לכן, פסק סגל, "אין חפץ בו".²¹

ד"ר יעקב רותם לא היה שותף לרעיון הגניזה שהציע ד"ר סגל. במאמר שכותרתו "הולה-הופ – מחלה או בולמוס", שלל את ההיבטים הפתולוגיים שלו, אך הזהיר מפני "הצד הסוציולוגי-אופנתי" שלו ומפני ההתמכרות אליו.²² העיתון דבר קרא למגר את התופעה בשל הנזק החברתי הגלום בה. לדברי העיתון ההסתדרותי, ההולה-הופ שיקף את כל רעות הקפיטליזם. אופנה פולשת זו הראתה ליצרנים כמה קל להדביק בשיגעון את העולם כולו, טען העיתון: "העיקר להניע את האנשים לקנות מתוך דחף, רצון לחיקוי לשם סיפוק יצרים, ללא חשבון הגיוני וללא קשר בצורך מעשי".²³ הורים מודאגים מפני התמכרות ילדיהם פנו לעיתון בתקווה לקבל עצות שימושיות באשר להתמכרות ילדיהם. כך, למשל, פנה למערכת אב נסער:

משחק ההולה-הופ הולך ופושט בארץ כאש בקוצים [...] האמנם כדאי הדבר? האם כה חשוב וחיוני הוא המשחק החדש, שיש לקבלו על אף תוצאותיו השליליות, או שמא נכון וראוי, בטרם ירבו מקרי הפגיעות, להעמיד את הציבור על הסכנות שבהולה-הופ? ואם כן הוא, מנין בוא היוזמה? הממשד הבריאות? ממחלקת החינוך או אולי מהמשרה שתאסור על המשחק?²⁴

ההתקפה רבתי על הפלישה התרבותית עשתה את שלה. בתחילת שנות השישים ירד מחירו של החישוק, וסוחרים דיווחו על קושי להיפטר מהמלאי שבידם. אחריתו של ההולה-הופ דמתה לאחריתו במדינות העולם: האופנה התחלפה באחרת. ואכן, עם שוך ההתלהבות פינה ההולה-הופ את מקומו לפרקטיקות גופניות מהגרות אחרות שהגיעו מאמריקה. אימון המשקולות, שהגיע לישראל בשנות החמישים, בלט מבין האופנות החדשות, בעיקר משום שבא כדי להישאר. להלן אדון בפולמוס שעוררה הפרקטיקה החדשה באשר למקומה בתרבות הגוף העברית ולמעמדה בה.

אימון המשקולות

זכות הבכורה שמורה לרפאל הלפרין, שהביא לארץ את אימון המשקולות. הלפרין, שלמד את נושא בניית הגוף (bodybuilding) בארצות הברית ונחשב לבר-סמכא בתחום זה, פתח בסוף שנת 1949 את מכון הכושר הראשון במדינה. המכון שכן במרתף של בית ברחוב בן יהודה בתל-אביב, ביום פתיחתו נרשמו אליו 87 צעירים, וכבר במהלך אותו שבוע נרשמו 217 חברים. המכון פעל מהשעה 10:00 ועד השעה 22:00. הוא היה קטן מלהכיל את הנרשמים, והמועמדים נאלצו להמתין שבועות אחדים כדי שיתפנה מקום (הלפרין, 1988: 73). השם שהעניק הלפרין למכון היה "מכון שמשון", על שם הגיבור המיתולוגי התנ"כי.²⁵

באופן מפתיע, המצב הכלכלי הקשה בתקופת הצנע – מדיניות קיצוב כלכלית שהתבטאה בהקצבה יומית של מזון לנפש,²⁶ לא הקטין את הביקוש לפנומן החדש (בראלי, 2003). הפופולריות הגואה של פיתוח השרירים הביאה לפתיחת סניף שני של מכון שמשון בחיפה, ושלישי – בירושלים. בעיתונות דווח על כ-6,000 צעירים שהתאמנו בתקופה כזו או אחרת במכוניו של הלפרין,²⁷ ובקשות לפתיחת סניפים המשיכו להגיע מכל קצווי הארץ. לנוכח הביקוש הגדול החל הלפרין לייצר משקולות ולשווקן לכל דורש. במקביל כתב ספר הדרכה

שכלל 34 תרגילי יסוד ו-64 תמונות.²⁸ תוך זמן קצר נפתחו 12 מכונים על-ידי תלמידיו, ומאות מתאמנים רכשו משקולות אישיות. שיטתו של הלפרין חדרה גם לכ-30 קיבוצים ולמחנות צבא רבים (הלפרין, 1988: 75-76). העיתונות דיווחה על השמנה וסלתה שהתאמנה במכונים: קצינים מצמרת צה"ל, סוחרים, קציני משטרה – בהם גם עמוס בן-גוריון, בנו של ראש הממשלה, שכיח בתפקיד סגן המפקח הכללי של משטרת ישראל.²⁹

מן הסתם, ובהתאם לרוח התקופה, עיבוי השרירים לשם הצגתם לראווה כמיצג אומנותי-אסתטי לשמו – ללא כל יסוד רעיוני או אידיאולוגי – עורר יחס דו-ערכי בקרב הציבור בארץ. מצד אחד, הפנומן החדש התכתב עם המושג "יהדות השרירים". רפאל הלפרין השכיל לכרוך את אימוני המשקולות בדימוי הגוף השרירי של העם בעת תחייתו הלאומית. מהצד האחר, נשמעה ביקורת נוקבת כלפי הפרקטיקה החדשה. אחת הטענות שהעלו המסתייגים מאימון המשקולות הייתה שפרקטיקה זו מעלה בהם אסוציאציה של איכר רוסי, בדמותו של המו"ק חסר ההשכלה, הנבער והגס:

לוותיקים עוד זכורים אותם גברתנים ברוסיה, בפולניה ובגרמניה, שהיו מרימים משקולות כבדות ומראים להטי-גבורה מדהימים. הם היו בעלי גופות מסורבלים, שמנים וכבדים, שהרי אין גבול לקנקני השיכר שהגירו לתוכם ולכמויות המזון שזללו [...] כשאנו מזכירים את השם משקולות – מיד מצטייר בדמיוננו אותו גברתן, בעל גוף מסורבל וכבד שאינו יכול ואינו ראוי לשמש דוגמה נאה [...] הטעם המר, אשר בו התנסונו בראותנו את הגברתנים הללו בימי ילדותנו ובחרותנו, עדיין לא פג, ואף המומחים, בעיקר הרופאים ומורי ההתעמלות והספורט, נרתעים בשמעם את השם משקולות.³⁰

אחת מהאמונות שרווחו הייתה שבעלי שרירים נוטים להשתמש בכוחם במקום בשכלם. זאת ועוד – הם אף ניחנים בשיפוט מוסרי לקוי. מאיר בניהו, דמות ציבורית ידועה בהתאגדות הפועל ובספורט הישראלי, טען שאיש בעל שרירים יתקשה במטלה הכרוכה במאמץ רוחני, לכן "פיתוח הגוף חייב ללכת יד ביד עם כוחות הנפש וסגולות הרוח".³¹ בניהו שלל את אימון המשקולות במכוני הכושר לשם טיפוח הגוף, והעלה ארבע הסתייגויות: (1) מדובר היה ביוזמה פרטית הזרה למבנה הפוליטי-אידיאולוגי של הספורט בארץ; (2) אין מדובר בהוראת החינוך הגופני; (3) יש לבניית גוף מוניתין גרוע, כעיסוק של גברתנים העושים בשרירי הגוף קרדום לחפור בו; ו-(4) העיסוק בבניית שרירים הינו בן חורג לתרבות הספורט.

למרות הליקויים שציין, בניהו לא שלל לחלוטין את העיסוק במשקולות. הוא צידד בשימוש במשקולות בתנאי ש"יכונו לאפיק הרצוי וישמשו מכשיר-עזר בהבראת העם".³² הוא אף דחה את הביקורת הגורפת שנמתחה על מכוני הכושר החדשים ועל נהירת ההמונים אליהם: "מלחמה במפעל החדש היא לא רק חסרת סיכויים אלא גם בניגוד לצרכינו. אם יש מגרעות בעבודת המכונים – חובה לשקוד על תקנתן, אך אין צידוק לשיטת הדחייה בנוסח בית שמאי".³³ כחלופה למכוני הכושר ולתחרויות "מר ישראל", שהתמקדו בבניית הגוף – בטיפוח ובהצגתו לראווה – הקים בניהו את ארגון מתעמלי המשקולות. התעמלות המשקולות ענתה על ההיבטים הרוחניים והגופניים של האזרח הישראלי והשמיטה את ההיבטים האסתטיים המופרזים של אימוני המשקולות. כתב העת *איתנים* של קופת החולים הכללית העניק לארגון את חסותו, ומשנת 1961 ואילך ערך הארגון נשף חלופי לחבריו, נשף שנערך במכוון כחלופה ישראלית ערכית לתחרות מר ישראל, שתוארה על-ידי עיתונאים כ"ברק אמריקני זול".

רוב כתבות העיתונות התייחסו לתחרות הנוצצת של מר ישראל בהסתייגות מה, בעיקר לנוכח מדיניות הצנע. העיתונות שללה את הזיקה בין המושג "יהדות השרירים" במשמעותו המקורית לפולחן הגוף בסגנון האמריקני. כך סיקר העיתון *מעריב* את תחרות מר ירושלים שהתקיימה בפברואר 1958: "[...] אחרי המתחרה השלישי כולם מתחילים להיות דומים זה לזה [...] הכול טוב ויפה אבל בין הגופות האלה לא רואים אפילו נפש יפה אחת. כל הדיבורים האלה על נפש יפה בגוף בריא הם סתם פטפוטים".³⁴

נשפי ההתעמלות של *איתנים* היו שונים באופן מופגן מתחרויות על התואר מר ישראל, שבהן הציגו המתאמנים לראווה את שריריהם המרוחים בשמן בתנוחות שונות. בנאום הפתיחה של הנשף הסביר בניהו לקהל את משנתו לגבי ההופעות הקרובות:

אל תצפו למחזה מעניין ולא לבידור. אין לנו פרטנזיות להצגת מחזה כזה [...] בהדגמה זו אל תחפשו נוי חיצוני, סימטריה והרמוניה ולא גופות נהדרים. היא נעשית ללא הכנות ותרגול וחזרות. האנשים יופיעו לפניכם כפי שהם עושים בביתם, בין ארבעת הכתלים, ללא כחל ושרק.³⁵

אמות המידה לזכייה בפרסי הנשפים היו התמדה, דיוק, רב-גוניות של התנועות וגיל המתעמלים. הניקוד הגבוה ביותר ניתן לחולים ששיקמו את עצמם באמצעות התעמלות המשקולות. הנשף כלל הרצאות בנושאי בריאות, מניעת מחלות, חינוך ותרבות.³⁶ הניסיון להציע גרסה ציונית כמענה לאופנה הפולשת לא צלח לאורך זמן. הביקוש לאימוני משקולות ולבניית הגוף גדל גם בקרב צעירים וילדים. הלפרין, שיזם את התופעה ועודד אותה, הקים קייטנה בשם קייטנת שמשון שהתקיימה בסגנון אמריקני, ובה, כפי שפורסם, עסקו כל הילדים בבניית הגוף. יתרה מכך, שחקני כדורגל מפורסמים כיעקב חודורוב ורפי לוי, גויסו להדריך בה כדי למשוך את הצעירים להירשם.³⁷ בתחילת העשור השני התאזרחו אימוני המשקולות ונעשו חלק בלתי נפרד מתרבות הגוף הישראלית. התאזרחותם הייתה חלק ממגמה של אמריקניזציה של החברה הישראלית בתחומים שונים, בהם הספורט ותרבות הגוף (כרמי, 2019). ענף הספורט הראשון שעבר את תהליך האמריקניזציה היה הכדורסל, אולם קצרה היריעה מלדון כאן בנושא זה (Galily & Sheard, 2002).

סיכום

עם קומה של מדינת ישראל שימש הספורט אמצעי לגיבוש הזהות הלאומית. שנותיה הראשונות של המדינה היו שנים של תרבות מגויסת, שמרכיביה שירתו את התכלית האידאולוגית הממלכתית (קאופמן וגלילי, 2009), ובכלל זה הספורט, שלא נבדל ממרכיבי תרבות אחרים; הוא גויס בתור אמצעי לעיצוב הלאומיות הישראלית ולגיבושה, בהיותו מוקד של הזדהות לאומית. הספורט מילא תפקיד חשוב במדיניות החוץ של המדינה: הפצת תעמולה, טיפוח קשרים בין-לאומיים, רכישת כבוד ויוקרה וחזוק הגאווה הלאומית. נוסף על כך, הוא מילא תפקיד בהכשרת הנוער לקראת גיוסו ובהכשרת חיילים באמצעות ענפי הספורט השימושי. גרסה ספורטיבית זו, שהתאזרחה בתקופת היישוב, שילבה פרקטיקות ספורטיביות שהושאלו מענפי הספורט הטהור, וקונבנציות צבאיות שנועדו ללחימה.

במהלך העשור הראשון של המדינה היגרו אליה פרקטיקות גופניות שונות, כחלק מהשפעות תרבותיות זרות שהגיעו לארץ. הגירה של רכיבי תרבות נתקלת לרוב בהתנגדות

מקומית. אולם כמעט אף חברה אינה חסינה בפני דיפוזיה של פרקטיקות גופניות מהגרות, במיוחד אם הן פופולריות (Giulianotti & Robertson, 2012). מידת ההצלחה של קליטתן קשה לניבוי. אין לחזות אילו רכיבים יאומצו על-ידי בני המקום, אילו יותאמו לתרבות המקומית ויתערו בה ואילו יידחו. הפרקטיקות הגופניות ש"עשו עלייה" לארץ בשנים שבהם דן המאמר, לא זכו לאותו יחס מצד הממסד. היו שהתקבלו בברכה והיו שעוררו התנגדות.

במאמר זה בחנתי כיצד קיבלו הציבור והממסד את ההולה-הופ ואת אימון המשקולות, שהגיעו מארצות הברית. עם חדירתם של מרכיבי תרבות אמריקניים לתרבות הישראלית, חל שינוי מסוים ביחס לתרבות הגוף. שינוי זה לא השביע את רצון הכול, ולא תמיד תאם את הערכים שנקשרו במושג "יהדות השרירים". ההולה-הופ ביטא את השעשוע שבפעילות הגופנית ואת קלילותו של הגוף. אימון המשקולות ביטא את אידיאל האסתטיקה האמריקנית.

שתי הפרקטיקות לא עוגנו במשנה אידיאולוגית או בתפיסת עולם קולקטיבית או סוציאליסטית, כמו זו שרווחה בישראל. הן הציבו את הגוף כסיבה וכמסובב עד כי ייתרו את הדימויים שגלו לגוף היהודי בעבר ואת הערכים שיוחסו לו. אימוצן של פרקטיקות אלה על-ידי הציבור חל במקביל לאובדן כוחה המגייס של המדינה. הביקורת על שתי הפרקטיקות הללו כוונה לכאורה למזקים הגופניים שהן עלולות לגרום, אך עד מהרה חשפה את חששותיו של הממסד מפני פגיעה בערכיו. חילוף הגוף הממשי מדימויו המטפוריים – ציונות, עמל, הגשמה וביטחון – הוליד יצור גשמי, המניע את גופו בלויית חישוק ובמחוות גוף כמו מיניות, וסוגד לעצמו באמצעות עיבוי מוגזם של שרירים.

כאמור, ההולה-הופ עורר התנגדות ממסדית ככל שצבר פופולריות. מתקפת הנגד קיצרה את שהותו בישראל ומנעה ממנו להתאזרח כאן. כך, בחלוף שנתיים מיום שהגיע, ירדה קרנו. אימון המשקולות נוצק לתבנית ציונית והוצג כמהדורה מחודשת של "ציונות השרירים". לא במקרה העניק רפאל הלפרין לרשת מכוני הכושר שפתח את השם מכון שמשון, על שם הגיבור המיתולוגי. ארגון מתעמלי המשקולות ניסה, ללא הצלחה, לבלום את התופעה – הציבור הצביע ברגליו. "יהדות השרירים", כמופע אסתטי המעוצב במכוני כושר, בישרה על התפשטותה של האמריקניזציה בחברה הישראלית כבר בעשור השני לקומה של המדינה. ויעידו על כך צמיחתם והתפשטותם של חדרי הכושר בישראל (לב והרצוג, 2016).

הערות

- ¹ מאיר בניהו, הרצאה, הארכיון ע"ש נשרי בווינגייט, מכל 314, תיק 5.11/5.
- ² יצחק פנאי, הכדורגל הישראלי לאן?, דבר, 27 ביולי 1958, עמ' 4.
- ³ עמנואל סימון, ספורט שימושי, *איתנים* (מרץ-אפריל 1958), עמ' 136-137.
- ⁴ זאב שרף, שמעון זאב יפה וסעדיה גולדברג, *החוגג*, מדריך להכשרת מגן, מרכז הפועל, תל אביב 1938, עמ' 84-148; מאיר פעיל, פלמ"ח – ייחודו הצבאי, בתוך: י' וייץ (עורך), *פלמ"ח – שתי שיבולים וחרב*, משרד הביטחון, תל אביב, עמ' 35-64.
- ⁵ עמנואל גליקמן ורפאל פנן, *הספורט השימושי*, מרכז הפועל, תל אביב 1940.
- ⁶ <http://www.madehow.com/Volume-6/Hula-Hoop.html>, נדלה ב-5.10.2019.
- ⁷ <https://www.haaretz.co.il/gallery/kids/toys/1.1605807>, נדלה ב-5.10.2019.
- ⁸ [ללא שם מחבר], ילדים נפגעו בגלל "הולה-הופ", *מעריב*, 19 בדצמבר 1958, עמ' 1.
- ⁹ [ללא שם מחבר], איסור על "הולה-הופ", *הבקר*, 5 בפברואר 1959, עמ' 2.
- ¹⁰ [ללא שם מחבר], איסור על "הולה-הופ" באינדונזיה, *הבקר*, 22 באפריל 1959, עמ' 2.

- ¹¹ [ללא שם מחבר], הולה-הופ – צעצוע אימפריליסטי, *למרחב*, 17 באפריל 1959, עמ' 7.
- ¹² [ללא שם מחבר], "הולה-הופ" – במקום שיכון, *הצפה*, 1 בינואר 1959, עמ' 1.
- ¹³ נתן דונביץ', "הולה הופ" באנטרקטיקה, *הארץ*, 11 בנובמבר 1958, עמ' 6.
- ¹⁴ [ללא שם מחבר], צמיגים אתלטיים, *למרחב*, 23 ביוני 1959, עמ' 4; Michael Ossenkopp, 60 Jahre Hoola Hoop Eine runde Sache, *Berliner Zeitung*, 25 July 2018, <https://www.berliner-zeitung.de/panorama/60-jahre-hoola-hoop-eine-runde-sache-31009538>, retrieved 4/10/2019.
- ¹⁵ [ללא שם מחבר], הולה-הופ לבונדסטאג, *למרחב*, 9 בינואר 1959, עמ' 10.
- ¹⁶ מארק גפן, בעיתונות ארצות הסוציאליזם, *על המשמר*, 27 במרץ 1959, עמ' 4.
- ¹⁷ נתן דונביץ', "הולה הופ" באנטרקטיקה, *הארץ*, 11 בנובמבר 1958, עמ' 6.
- ¹⁸ [ללא שם מחבר], אליפות הולה הופ..., *על המשמר*, 24 בדצמבר 1958, עמ' 4.
- ¹⁹ ראו למשל: אפרים קישון, הופלה, *מעריב*, 28 בנובמבר 1958, עמ' 10; אפרים קישון, חד-גדיא, *מעריב*, 10 בפברואר 1959, עמ' 7.
- ²⁰ פרוטוקול שהתקיים בעניין להקת החיפושיות, 26 במאי 1964, עמ' 2, ארכיון מדינת ישראל, תיק ISA-education-education-000a931.
- ²¹ אליהו סגל, הולה-הופ – דעתו של רופא, *מעריב*, 2 בינואר 1959, עמ' 16.
- ²² יעקב רותם, הולה-הופ – מחלה או בולמוס, *דבר*, 3 בפברואר 1961, עמ' 4.
- ²³ [ללא שם מחבר], השוק הגדול של הנשמה, *דבר*, 3 בפברואר 1961, עמ' 6.
- ²⁴ [אב לילדים], "הולה-הופ" ובריאות ילדינו, *מעריב*, 28 בדצמבר 1958, עמ' 6.
- ²⁵ <https://www.tabletmag.com/jewish-news-and-politics/76627/mr-israel> נדלה ב־4 בינואר 2019.
- ²⁶ מאיר בניהו, כל הדרכים כשרות להבראת העם, *הארץ*, 16 באפריל 1950, עמ' 3.
- ²⁷ [ללא שם מחבר], 3 שנים לקיום מכון שמשון, *הצפה*, 8 ביולי 1952, עמ' 3.
- ²⁸ רפאל הלפרין, *תרגילי גוף במשקלות*, הוצאת מכון שמשון, תל־אביב 1951, באדיבות ארכיון ע"ש נשרי מכון וינגייט.
- ²⁹ מ' מיזלס, מי יהיה מר ישראל 1951?, *מעריב*, 13 בספטמבר 1951, עמ' 3.
- ³⁰ מאיר בניהו, *למען בריאותנו*, איתנים, תל אביב 1963, עמ' 39.
- ³¹ מאיר בניהו, *למען בריאותנו*, איתנים, תל אביב 1965, עמ' 34-35.
- ³² גזיר עיתון, מאיר בניהו, כל הדרכים כשרות להבראת העם, *הארץ*, 16 באפריל 1950, עמ' 3, הארכיון ע"ש נשרי במכון וינגייט, תיק 5.11/8.
- ³³ מאיר בניהו, כל הדרכים כשרות להבראת העם, *הארץ*, 16 באפריל 1950, עמ' 3.
- ³⁴ [ללא שם מחבר], מר ירושלים עושה שריר, *מעריב*, 7 בפברואר 1958, עמ' 7.
- ³⁵ מאיר בניהו, נשף מתעמלי המישקולות של איתנים, *איתנים* (אפריל 1965), עמ' 121-126, 132-131.
- ³⁶ [ללא שם מחבר], נשף מתעמלי המישקולות של איתנים, *איתנים* (פברואר 1963), עמ' 58-61; [ללא שם מחבר], נשף מתעמלי המישקולות של איתנים, *איתנים* (מרץ 1964), עמ' 97-108.
- ³⁷ [ללא שם מחבר], קייטנת שמשון גן־עדן לילדים, *שערים*, 22 ביוני 1956, עמ' 22; [ללא שם מחבר], מבחר קייטנת לרשותך, *דבר*, 10 ביוני 1960, עמ' 10; [ללא שם מחבר], מהפכה בענף הקייטנות לילדים, *שערים*, 29 ביוני 1956, עמ' 7.

רשימת מקורות

- אלמוג, ע' (1997). *הצבר – דיוקן*. תל-אביב: עם עובד.
- אלמוג, ש' (1984). מ"הדות השרירים" ל"דת העבודה". *הציונות*, ט, 137-146.
- אלמליח, ט' (2006). המהפכה החזותית של גוף, מרחב והיחס ביניהם בציונות. *כוורת*, 13, 28.
- אשכנזי, ע' (2017). אתלטים יהודים-גרמנים וכינונה של תרבות ציונית (טרנס) לאומית. בתוך: מ' צימרמן (עורך), *דת השרירים* (עמ' 131-162). ירושלים: כרמל.
- בן ישראל, ט' (2008). בין "ספורט טהור" ל"ספורט שימושי": תרבות הגוף וההגנה העברית לפני קום המדינה. *דור לדור*, ל"ב, 7-20.
- בן פורת, א' (2002). *ממשחק לסחורה, הכדורגל הישראלי 1948-1999*. באר שבע: המרכז למורשת בן גוריון.
- בראלי, א' (2003). התברגנות ושחיתות במפא"י בראשית שנות החמישים: מידות ציבוריות ופיקוח מפלגתי. *ציין*, א, 69-104.
- גיל, ע' (1985). ספורט שימושי. בתוך: *תרבות וגוף – קובץ מאמרים*, מכון וינגייט: הוצאה לאור ע"ש עמנואל גיל.
- גלזמן, מ' (2007). *הגוף הציוני*. תל-אביב: הקיבוץ המאוחד.
- גלילי, י' (2009). יריית הזינוק: מהו ספורט והאם השתנה במהלך ההיסטוריה? בתוך: י' גלילי, ר' לידור וא' בן פורת (כותבים), *במגרש המשחקים: ספורט וחברה בתחילת האלף השלישי* (עמ' 13-62). רעננה: האוניברסיטה הפתוחה.
- הלפרין, ר' (1988). *זירת חי*. תל-אביב: הקדש רוח יעקב.
- זמרי, א' ופנ, י' (1959). *מי ומה בספורט – לכסיקון*. מרחביה: ספריית פועלים.
- חריף, ח' (2011). *ציונות של שרירים*. ירושלים: יד בן צבי.
- כרמי, א' (2019). האמריקניזציה של יהדות השרירים. *עיונים*, 32, 192-215.
- לב, א' והרצוג, א' (2016). מי שולט/ת? פיקוח וטיפוח מגדרי במכוני כושר בישראל. *סוגיות חברתיות בישראל*, 22, 201-226.
- מירון, ג' (תשע"א). *בסתיו ימי האמנציפציה*. ירושלים: מרכז זלמן שזר.
- נוימן, ב' (2007). *להיות ברפובליקת ויימאר*. תל-אביב: עם עובד.
- עפרת, ג' (2004). *בהקשר מקומי*. תל-אביב: הקיבוץ המאוחד.
- צימרמן, מ' (2017). האגדה על הרשימה הקצרה של גיבורי ספורט יהודים. בתוך: מ' צימרמן (עורך), *דת השרירים* (עמ' 95-116). ירושלים: כרמל.
- צימרמן, מ' (2017). תחייה לאומית – היהודי כספורטאי. בתוך: מ' צימרמן (עורך), *דת השרירים* (עמ' 313-334). ירושלים: כרמל.
- קאופמן, ח' (2006). היהודי החדש ותרבות הגוף בארץ-ישראל. בתוך: מ' צימרמן וי' חותם (עורכים), *בין המולדות, היקים במחוזותיהם* (עמ' 264). ירושלים.
- קאופמן, ח' (2007). הספורט היהודי, הארץ-ישראלי והישראלי – בין לאומיות לבין פוליטיות. בתוך: א' גור-זאב ור' לידור (עורכים), *ספורט – ערכים ופוליטיקה* (עמ' 113-130). חולון: רכגולד.
- קאופמן, ח' וגלילי, י' (2009). ספורט, אידיאולוגיה ציונית ומדינת ישראל. *סוגיות חברתיות בישראל*, 8, 31-10.

- קוש-זוהר, ט' (2016). גוף, תנועה, חינוך: על "חינוך תנועה" של יהודית בינטר. *החינוך וסביבו*, ל"ח, 152-137.
- רם, א' (1999). "אתנוקרטיה" ו"עולמקומיות": גישות חדשות לחקר החברה והמרחב בישראל. באר שבע: מרכז הנגב לפיתוח אזורי, אוניברסיטת בן-גוריון בנגב.
- שורק, י' (1985). מאקס נורדאו – מחלוצי רעיון תחייתו הגופנית של עם-ישראל בעת החדשה. *החינוך הגופני והספורט*, 3, 6.
- Galily, Y., & Sheard, K. (2002). Cultural Imperialism and Sport: The Americanization of Israeli Basketball. *Sport in Society*, 5(2), 55-78.
- Giulianotti, R., & Robertson, R. (2012). Glocalization and Sport in Asia: Diverse Perspectives and Future Possibilities. *Sociology of Sport Journal*, 29(4), 433-454.
- Harif, H. (2007). Israeli Sport in the transition from a mandatory community to a sovereign trends of continuity and change. *Israel Affairs*, 13(3), 553-529.
- Helman, A. (2007). Zionism, politics, hedonism: Sport in interwar Tel Aviv. In: J. Kugelmass (Ed.), *Jews, sports, and the rites of citizenship* (p. 95). Urbana and Chicago.
- Hirsch, D., & Kachtan, D.G. (2018). Is "hegemonic masculinity" hegemonic as masculinity? Two Israeli case studies. *Men and Masculinities*, 21(5), 687-708.
- Kaufman, H. (2005). Jewish sports in the Diaspora, Yishuv, and Israel: Between nationalism and politics. *Israel Studies*, 10(2), 157.
- Mosse, G. (1985). *Nationalism and sexuality: Respectability and abnormal sexuality in modern Europe*. New York: H. Fertig.
- Panati, C. (1989). *The extraordinary origins of everyday things*. New York: William Morrow Paperbacks.
- Robertson, R. (1992). *Globalization: Social theory and global culture*. London: Sage.
- Robertson, R. (1994). Globalisation or glocalisation? *Journal of International Communication*, 1(1), 33-52.