



ארטיוק דולאפואט :
 "הכי קטן האן
 הכי אדול
 אל האצרון"

אערכ שיצור אס' 3 -
 חוקריק הצלחה כיצד
 אהפור חסרון איתרון
 ולנצח !

יצירה וכתיבת תוכן האערך: שרית לסט
 כתבה מעובדת אתוך : "צניעות, חוסן נפשי וכישרון יוצא דופן, כך האיע ארטיוק דולאפואט לאדעיית
 זרה", אוריאול דסקל , 08/2021, כלכליסט
 תאונות אתוך : <https://pixabay.com/>
 תאונה של ארטיוק אתוך: אאת Aristoi - נוצר אל-ידי מעלה היצירה, CC BY-SA 4.0
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=108072298>

לסט שרית

הכי קטן בגן הכי גדול על המזרן

מתוך : "צניעות, חוסן נפשי וכישרון יוצא דופן, כך הגיע ארטיום דולגופיאט למדליית

זהב", אוריאל דסקל , 01/08/2021, כלכליסט

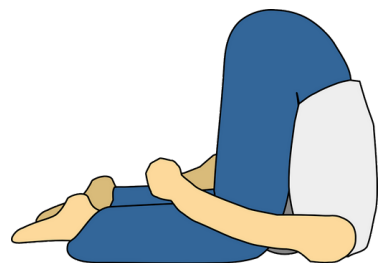
מתעמל המכשירים הישראלי ארטיום דולגופיאט זכה במדליית זהב היסטורית. ב-2017 הוא התחרה באליפות העולם וכמעט גמר את הקריירה שלו. הוא נפל על הצוואר במהלך תרגיל קרקע והיה חייב פעולות מכריעות של הפיזיותרפיסט הצמוד אליו, אדם בדיר, כדי לא לסיים את הקריירה על המזרן באזרביג'אן. בדיר קיבע לו את הצוואר ונסע איתו לבית החולים הקרוב. מספר חודשים לאחר מכן, סיפר בדיר: "זה באמת לא היתה פציעה פשוטה. הוא היה קרוב מאוד לסיים את הקריירה שלו".

ואולם, לא בדיר ולא דולגופיאט שקלו פרישה. אחרי חודשים של שיקום, דולגופיאט חזר להתחרות ורשם הצלחות: זהב באליפות אירופה 2020 בתרגיל הקרקע, כסף בשתי אליפויות עולם (2017, 2019) על אותו מכשירים, הישגים בתחרויות אחרות.

ארטיום זוכה במדליה היסטורית עבור ישראל - מדליית זהב בהתעמלות. המדליה הראשונה של ישראל באחד ממקצועות הליבה של האולימפיאדה. 4 שנים אחרי שכמעט שבר את צווארו הוא עלה על הפודיום והקשיב עם מדינה שלמה להמנון הישראלי בטוקיו. סיפור מדהים על שיקום, מקצוענות-על וספורטאי ישראלי היסטורי!

מה מייחד את דולגופיאט? המתעמלים האחרים נראים שריריים וחזקים יותר ממנו. כמעט בכל תחרות הוא נראה הכי רזה ונמוך. ואולם, באימון נבחרת ההתעמלות של ישראל עושים תרגיל חימום של עמידת ידיים לדקה שלמה. כולם בנבחרת עושים זאת, אבל רק דולגופיאט אחד עושה זאת בלי לזוז בכלל. הוא לא רועד אפילו לשנייה. נראה שהוא יכול להמשיך עוד 3-4 דקות בכיף. אלו יכולות נדירות - גם למתעמלים מקצוענים. דולגופיאט הוא כישרון נדיר ואדיר, כישרון היסטורי. לזה אפשר להוסיף חוסן נפשי מרשים, צניעות, מוסר עבודה, וסביב זה יש גם מעטפת של מאמן ופיזיותרפיסט צמוד.



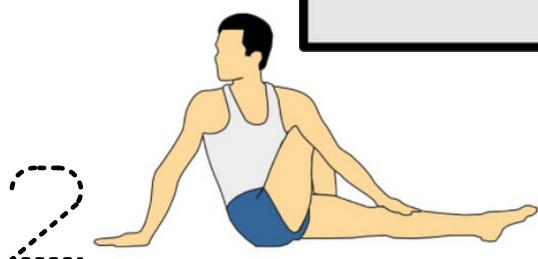
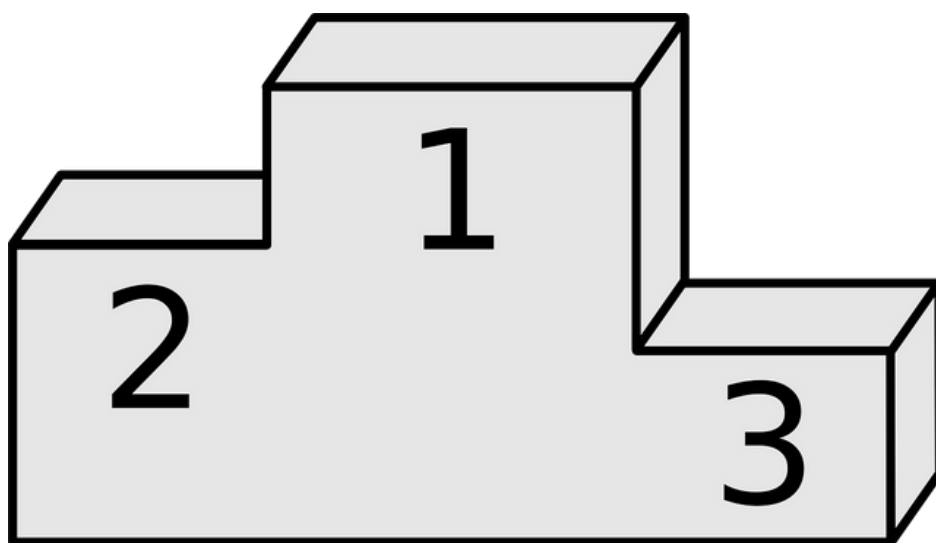


ענו על השאלות הבאות:

1. ארטיום דולגופיאט חווה פציעה קשה שהייתה עשויה לסיים לו את הקריירה כמתעמל מקצועי. למרות זאת לא שקל לפרוש, מה ניתן ללמוד מכך על אופיו של ארטיום ?

2. בכותרת נאמר על ארטיום : "הכי קטן בגן. הכי גדול על המזרן". הסבירו את המשפט

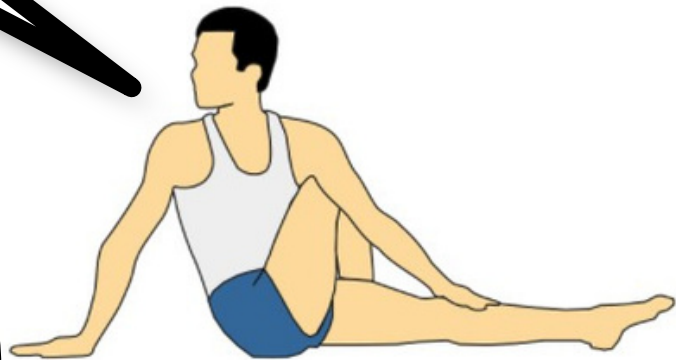
3. ע"פ הטקסט, אילו תכונות, כישורים ויכולות הביאו להצלחתו של ארטיום ? כתבו בתרשים.



סוף שרית

דולגפיאט הודה שחשש- עקב התרגיל הפחות טוב
שעשה לעומת המוקדמות - כי לא יזכה במדליה: "האמת
שעשיתי את התרגיל לא הכי נקי ולא הכי טוב ונלחצתי מאוד.
חשבתי שזה לא יספיק, באמצע התרגיל בפס השלישי
חשבתי כבר 'זהו הלך הכל', אבל לקחתי את עצמי בידיים
ואמרתי 'אתה מסיים עד הסוף ועושה טוב ואתה תהיה
בשלישייה'. כשהמתעמל השני עשה טעות כבר הבנתי שזהו
אני במקום הראשון.

מתוך: ארטיס דולגפיאט חגג את הזכייה, איתמר
קציר 01.08.2021 הארץ.



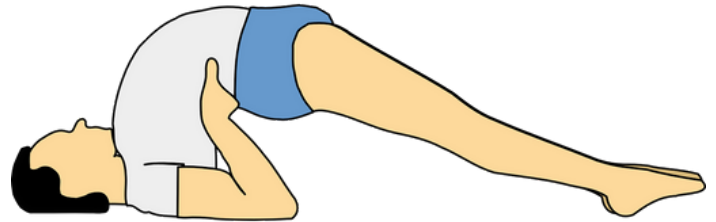
קושי:

השלימו
את
התרגילים:

פתרון:

"כל מדליה היא ארזשת וכל כנייה היא אדירה, אבל מדליה
עצומה כזאת לא היתה לישראל אף פעם. התעמלות
האכסיריק היא אחד מאקצויות הליבה של התנועה
האולימפית, יחד עם האתלטיקה והשחייה, וכנייה במדליה
בענף כזה שווה קצת יותר מכל מדליה אחרת - פשוט כי
התחרות באקצויות העלו היא הכי גדולה שיש."
מתוך קפץ לשאייק: ארטיוק דולגופיאט ככה במדליית הזהב
בתריל הקרקע האולימפית אדת 2020, איתמר קציר,
01/08/2021, הארץ.

החלום עכשיו זה להביא עוד זהב
אולימפי על זה מתחילים לעבוד מאמר.
יהיה אדהיק. עכשיו צריך לשנות תריליק
יש תקופה חדשה והכל יכול להיות"
מתוך ארטיוק דולגופיאט חלל את הכנייה,
איתמר קציר, 01/08/2021 הארץ.

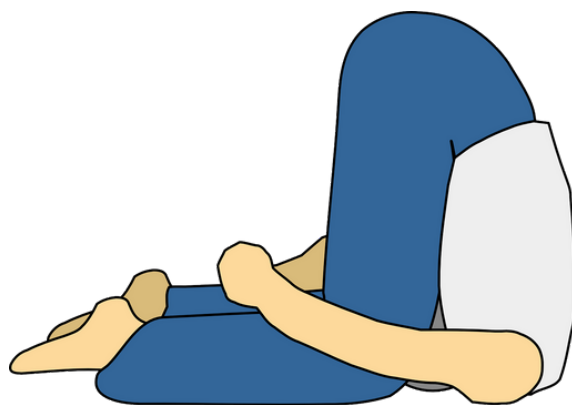
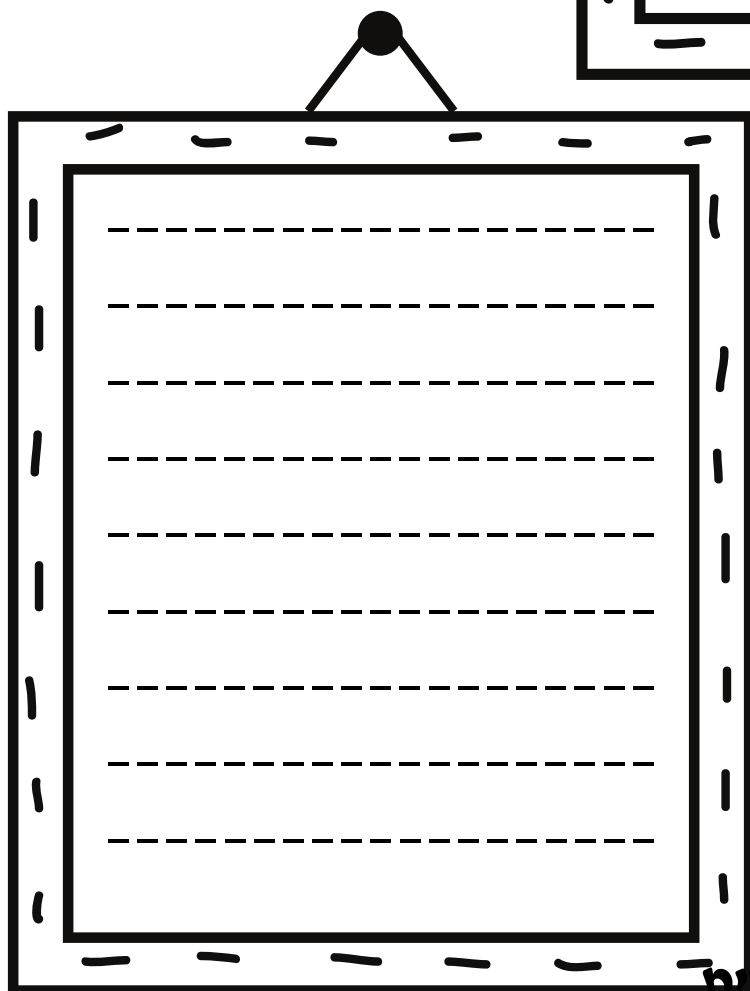
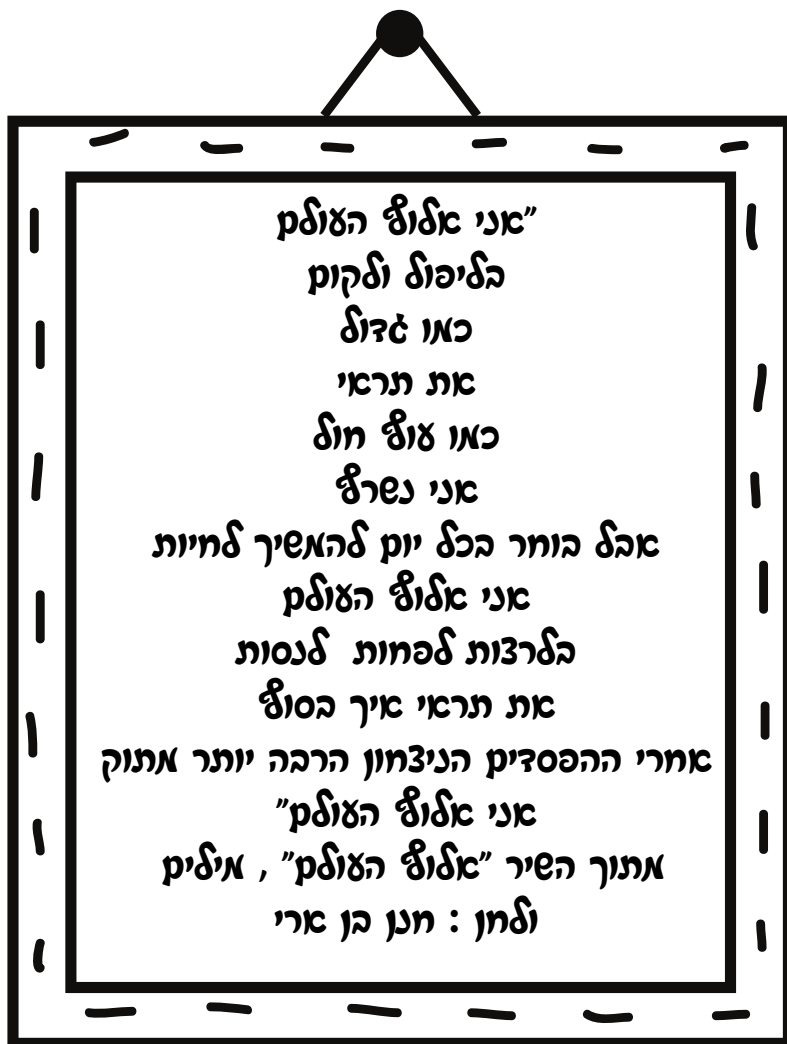


הסבירו כיצד להישג של ארטיוק דולגופיאט
השפעה לא רק על הצלחתו האישית
אלא גם להצלחת הכלל ?

השפעה על הרבים:

השפעה על היחיד:

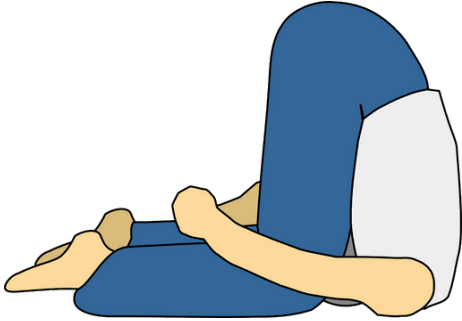
6. לפניכם פזמון מתוך השיר "אלוף העולם" שנכתב ע"י חנן בן ארי, קראו את המילים וכתבו כיצד מילות השיר באות לידי ביטוי בסיפורו של ארטיום דולגופיאט.



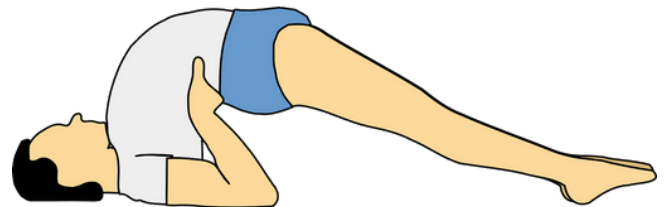
הנה עוד

דסיק... רעע של התבוננות פניאית...

האם חוויתם משבר או כשלון והצלחתם לצמוח ממנו?
או האם אתם מכירים בסביבתכם אדם שחוזה מסע
ממשבר אישי לצמיחה? מה עזר לך או לאדם
להתמודד עם המשבר?



כתבו שאלה שהייתם רוצים לשאול את
ארטיום או הודעה שהייתם רוצים למסור לו.



מסר, תובנה או הרגשה שעולה בי מתוך
מסעו האישי של ארטיום.

