

المقدمة

تعتبر الحضارة الصينية من أقدم الحضارات الشرقية لآسيا التي امتدت على مساحات شاسعة والتي تميزت بالتكافل الأسري، تقديس الارواح والشيوخ كما تميزت بسلميتها في التعامل مع جاراتها من الحضارات الأخرى. إن هذا الترابط الأسري أدى إلى ظهور سلالات تحكم الصين على مدى سنوات طويلة قبل ميلاد "عيسى عليه السلام" وحتى بعده، كما أن اختلاف التضاريس والمناخ وحتى الأسر الحاكمة أدى الى بروز الحاجة الى مزاوله بعض الحركات والنشاطات من أجل مواجهة الطبيعة و حتى لآداء بعض الطقوس الروحانية التي جسدت بذلك طبيعة أفكارهم ومعتقداتهم لهذا ومن خلال هذا البحث سنحاول الإجابة عن التساؤلات التالية:

- ماهي أهم الفترات أو السلالات التي مرت بها الحركة الرياضية للحضارة الصينية؟

ماهي أهم التوجهات وأنواع الحركة الرياضية ؟

[1]:الحقبة التاريخية للحركة الرياضية في الصين القديمة /1

قبل عهد اسرة هان الغربية:

لقد ساهمت بعض الآثار الثقافية القديمة دليل على أن الصحة وبناء الأنشطة الحركية ظهرت في الصين أكثر من 4000 سنة مضت وبحلول عهد اسرة تشو (1066-771 قبل الميلاد). للحصول على صورة كاملة وحية لتطوير الرياضة في الصين القديمة، يمكن الانتقال إلى متحف الرياضة بالصين، الذي يقع في الناحية الجنوبية الشرقية من المركز الوطني الرياضي الأولي في الضواحي الشمالية لبكين.

يعرض في قاعاتها الست أكثر من 1000 صور، 800 مجسم ، 300 وثيقة تاريخية والاثار ثقافية، 30 نموذج رملي، التي تعكس أكثر من 5000 سنة من الثقافة الرياضية والعديد من الأنشطة الرياضية ل 56 مجموعة عرقية.

إنَّ أصل وتطور الأنشطة الرياضية في الصين اقترن مع الإنتاج، الحرب، العمل والترفيه مثل سباقات الصيد ، الرماية ،التجديف والمصارعة بقرون الثيران jiaodi

باعتبارها جزءا هاما من الثقافة الشعبية، شهدت الرياضة في الصين تطورا كبيرا لتأخذ الشكل

الحقيقي خلال فترة حكم تشين وهان (221 قبل الميلاد - 280م)، كمرحلة هامة في تاريخ

الصين. إن مختلف الأنشطة الرياضية في هذه الفترات وجدت تعبيرها في اللوحات الجدارية ،اللوحات الحجرية ،لوحات الطوب، والتمائيل الفخارية والقصائد، بحيث تم اكتشاف العديد من هذه

الآثار سنة 1969 في مدينة جينان بمقاطعة شانغونغ تخص الحقبة الزمنية الممتدة بين 200 قبل الميلاد و23م تحتوي في مضمونها على بهلوانيين راقصين موسيقيين وحركات جمبازية.

من اسرة تانغ إلى أسرة يوان

مرت الصين بفترة مهمة أخرى في تطوير الحركة الرياضية ابان مرحلة حكم سلالة تانغ كما بدأت تأخذ منحى ترفيهي ، حيث تم ادماج مجموعة متنوعة من البرامج بما في ذلك بعض مباريات الكرة و بعض الألعاب الرياضية النسوية وكذا لعبة البولو الشعبية في القصر ومع الأرستقراطيين وكبار المسؤولين. كما تم استحداث لعبة تشبه الى حد كبير الغولف التي تمارس حاليا حيث يتنافس عدد من الرياضيين من أجل ادخال اكبر عدد من الكرات داخل حفرة موجودة في الارض.

مجموعات الأقليات العرقية

من المعروف أن الناس الذين يعيشون على المراعي المنغولية في شمال الصين يتميزون بالبسالة والانفتاح ففي شهر أغسطس من كل عام يقوم المنغوليون بعقد إجتماع لمعرض nadam، من أجل التحضير للحفل السنوي الذي يتم فيه تنفيذ البرامج الرياضية للعرق المنغولي المتمثلة في المصارعة وسباقات الخيول حيث يقوم المتسابقون بارتداء بدلة المصارعة مزينة بالمسامير النحاسية أو الفضة مع وشاح مصنوع من القماش الأسود والأحمر والأصفر متبوعة بالأهازيج من الاغاني الاصلية القديمة. كما أنه ولأسباب بيئية زاولت العديد من الأقليات الشمالية الرماية ،المصارعة، والصيد وسباقات الخيول، أما في فصل الشتاء فكانت تنتشر سباقات التزحلق على الثلج. إنّ تركز 20 جماعة عرقية موزعة على التبت ويونان وقويتشو في جنوب غرب الصين ساهمت في خلق برامج رياضية خاصة فعلى سبيل المثال رياضة التبتين المفضلة هي سباق الخيل. ويمكن إرجاع سباق الخيل على أول اجتماع يعود إلى عام 779، والتي، استمرت نصف الشهر، وسباقات الخيل التبت تتخذ ثلاثة أشكال: سباقات لمسافات طويلة، قصيرة وسباقات الخيل فارغة. ويقام عادة في سباق المسافات الطويلة على مضمار مستقيم طوله من 6-10 كيلو مترا، في منطقة رعوية بمتسابقين معظمهم من البنين 11 حتي 12 سنة. أمّا فيما يخص المسافة القصيرة فهي حوالي ثلاثة إلى خمسة كيلومترات. و طول سباق الخيل فارغة حوالي 10 كيلومترا. اليوم، يتم عقد اجتماع الرياضية الوطنية من جماعات الأقليات العرقية مرة واحدة كل أربع سنوات، وتوفير فرصة لتدريب الرياضيين أكثر وتعزيز التنمية الصحية

2/ أهداف الرياضة لدى قدماء الصين [2]

خلال آلاف السنين من التاريخ الصيني ، نمت الرياضة وبشكل يتماشى مع التنمية الاقتصادية والسياسية والعسكرية، كانت تمارس فيها مجموعة كبيرة ومتنوعة من الأنشطة الرياضية، وبطرق مختلفة في أوقات مختلفة، وحتى بأسماء مختلفة في أماكن مختلفة. فمن حيث الأغراض والأهداف التي نشأت الرياضة من أجل خدمتها، يمكن تصنيفها إلى الفئات التالية:

1- الرياضة لهدف الأداء والترفيه

- المبارزة و touhu (رمي السهام في أباريق النبيذ) في الربيع والخريف في حقبة الممالك المتحاربة (770-221 قبل الميلاد)

- تسوجو (كرة القدم) و baixi (البهلوانية) من سلالة هان (206 قبل الميلاد 220م

- (بولو) من سلالة تانغ (618-907)

- (الألعاب على الجليد) من سلالة كينغ (1644-1911).

- الصيد من أجل التسلية.

2- المحافظة على اللياقة البدنية التمارين البدنية والتنفسية من أجل القضاء على الكسل والخمول

3- مختلف أشكال التدريب البدني لأغراض عسكرية، مثل الرماية وقيادة العربات الحربية في عهد اسرة تشو الغربية و كذا الركض لمسافات طويلة سلالة مينغ (1368-1644) كما اعتبر الشعب الصيني ان الواجبات العسكرية شرا لا بد منه وليست مهمة قومية

4- توجهات فلسفية دينية: تتمثل في الاحتفالات الدينية حيث تم تأسيس المدارس التي تهتم بتعليم الطقوس الدينية، الرقص كمعهد "تنغ سو".

3/ أهم وأنواع الرياضيات لدى قدماء الصين [3]:

إنّ تنوع الأقاليم وظروف الحياة لدى شعب الصين القديم على غرار اختلاف الاعراق و الاقليات أدى إلى ظهور العديد من أنواع الرياضات التي عبرت عن تقاليدهم ومعتقداتهم اتجاه حياة الانسان وصحته لهذا سوف نتطرق تحت هذا العنوان إلى أهم الرياضات التي مارسها الصينيون قديما:

1- الألعاب الارضية

❖ لعبة شد الحبل: لعبة تقليدية تعقد عادة خلال مهرجان المصاييح وبين اثنين من القرى المجاورة. كان الحبل المستعمل من الخيزران ولكن أثناء سلالة تانغ (618 - 907) بدأ الناس في استخدام خيوط بدلا من ذلك. ولتمكين أكبر عدد ممكن من الناس للانضمام كان في كثير من الأحيان تربط عدة فروع بالحبل الرئيسي. كما كان يأمن الصينيون بأن الفريق الذي يفوز يفعل ذلك ليس فقط من خلال القوة ولكن مع روح التعاون.

❖ لعبة كرة القدم ظهرت في القرن 15 قبل الميلاد، كانت تلعب بكرة مستديرة محشوة بالشعر ومصنوعة من 8 أشرطة .

❖ لعبة المغازل هي لعبة تعود الى 4000 سنة مضت وهي في الاصل موجهة خصوصا لفئة الاطفال بحيث تمارس عن طريق ربط مغزل يزن حوالي 0.45 كغ بأعلى عصي طولها 2م بعدها يتم سحب العصي بقوة ليبدأ عندها الغزل بالدوران والفائز في اللعبة هو آخر متنافس يبقى مغزله في حالة دوران.

❖ لعبة الوقوف على ارتفاع "قاوتشاو" مارستها الاقليات العرقية لشعب "مياو" و "توجيا" تتمثل اللعبة في الوقوف والمشي على عصي الخيزران التي يصل ارتفاعها إلى 1م، ظهرت هذه اللعبة نتيجة للضرور البيئية الصعبة للأراضي في اقليم "هينان".

❖ لعبة مسك الالعاب النارية تتمثل هذه الرياضة في القاء العب نارية تحتوي على حلق يبلغ قطره حوالي 5 سم في ملعب تبلغ مساحته 60م طول و 50م عرض يحوي فريقين من 8 لاعبين لكل فريق يتنافسون على جمع حلقات الالعاب النارية لمدة 40دقيقة

❖ سباقات الأحصنة و المصارعة

❖ لعبة الرمي بالقوس لعبة عريقة في الصين تم ابتكارها بسبب المناطق الوعرة وانتشار الحيوانات الخطيرة، انتشرت هذه اللعبة خاصة لدى شعب "مياو، يي، اهو، يسو، وياو"، تجري هذه الرياضة خلال مسابقة يقوم فيها المتسابقون بمحاولة اصابة أهداف محددة كالذرة وقطع من اللحم ويتحصل فيها الفائز على جوائز.

❖ لعبة الريشة نشأت خلال عهد اسرة تانغ (907 - 618) واسرة سونغ(960-1279)

يتم لعبها في ملعب يبلغ طوله 12م وعرضه 6م بفريقين يتكون كل منهما من 3 لاعبين يتبادلون رمي الريشة المصنوعة من غلاف الذرة في شكل مربع أو سداسي بالأيدي ومن دون مضرب.

❖ لعبة القفز على الحبل وهي لعبة معروفة حتى في وقتنا الحالي ويمكن أن تحتوي على أكثر من لاعب في الحبل الواحد مما يساعد على انضمام عدد كبير من المتنافسين ما يعطي اللعبة أكثر حيوية.

❖ القفز بين عصي الخيزران

❖ رياضة الكنغ فو: هي رياضة تعتمد على عمليات التنفس والجلوس التي مورست من أجل أغراض علاجية، لتتطور وتصبح فنون للدفاع عن النفس تقتبس طبيعة حركاتها من الحيوانات

2- الألعاب الهوائية:

❖ العاب الارجوحة هي ألعاب تعتمد على الحركات البهلوانية وتمارس في أماكن مرتفعة جدا بحيث أن هذه اللعبة لا تصلح لذوي القلوب الضعيفة الخوف من المرتفعات حسب المؤرخين فقد ظهرت أول مرة في عهد سلالة اسرة جين (420-265)م

❖ لعبة القفز في الهواء See-Saw Jump Tiao ban:تم ممارسة هذه الرياضة من طرف النساء خاصة في العهد الاقطاعي حيث كن يضطهدن لهذا تقول الاسطورة أن أربعة سيدات تم سجن أزواجهن وليتمكن من رؤيتهم كن يقفزن في الهواء ومن هناك بدأت تمارس هذه الرياضة، تمارس هذه الحركة بواسطة لوحة خشبية يقف اثنان كل على طرف منه فعند قيام الأول بعملية القفز والنزول على اللوحة يرتفع الطرف الآخر نحو الأعلى في ارتفاع يمكن أن يصل إلى 6م

3- الرياضات المائية: تشمل الرياضات المائية على السباحة ،الغطس والقوارب، وعلى سبيل المثال نأخذ رياضة

❖ سباق قوارب التنين "ساي لونغ تشو": قامت العديد من الاقليات المتواجدة في جنوب الصين بممارسة هذه الرياضة بحيث يتم تزيين القوارب التي يبلغ طولها 20متر وعرض 1متر بمختلف الألوان والنقوش والزينة التي كانت منتشرة في تلك الفترة، تم ظهور هذه الرياضة في حقبة الدول المتحاربة (221-476) قبل الميلاد

الملاح السلبية والايجابية للحركة الرياضة لدى قدماء الصين

مما سبق يمكن أن نستخلص بعض المزايا الايجابية والسلبية للحركة الرياضة لدى قدماء الصين: نلاحظ تعدد أنواع الرياضات من ألعاب الارضية، هوائية ومائية الدليل على تنوع النشاطات والممارسات الحركية لدى الصينيين ، في حين تم تسجيل غياب للمعالم الاثرية لميادين كانت تمارس فيها الأنشطة الرياضية بسبب الممارسة في الساحات العامة

تعدد التوجهات في ممارسة الأنشطة الرياضية فقد اهتموا بالجانب الروحاني، الجسماني للفرد، العسكري وكذا الترفيهي في حين واجه العنصر النسوي العزلة والانحصار في ممارسة نشاط أو نشاطين معينين. عدم انحصار الحركة الرياضية لدى الأسر الحاكمة وفقد بل تعداه إلى الاقليات المتواجدة عبر كامل التراب الصيني.

الخاتمة

مما سبق اتضح لنا جليا مدى أهمية الحركة الرياضية التي انتشرت عبر جميع أنحاء الصين حيث تغلغت داخل مختلف الأقليات المنتشرة عبر مساحتها الشاسعة كما اتضح لنا مدى تأثير الطبيعة البيئية في خلق وابتكار رياضات تتلاءم مع الاحتياجات الضرورية كما تبين لنا مدى تأثير نظام الحكم والمعتقدات الدينية وأسلوب الحياة على مدى امكانية ممارسة العنصر النسوي أو عدمه للعديد من الرياضات أو حصرها في نطاق ضيق.

إن النشاط الرياضي الذي كان منتشرا لدى قدماء الصين يدل على نشاط الشعب الصيني وتقديسه للحركة، وعلى الرغم من عراققة وقدم العديد من الرياضات وعدم تسجيل أثري لوجود المنشآت الرياضية أو الملاعب لاتزال الصين تحتفظ بتراثها من خلال احياء هذه النشاطات الرياضية على مستوى المهرجانات الوطنية أو على مستوى بعض الأقليات في الساحات العامة .

المصادر

-
- [1] <http://chineseculture.about.com> Sports History of China
[2] <http://en.olympic.cn/china> officiel websit Chinese Olympic Committee 2008 - 2003
[3] <http://www.travelchinaguide.com>
- Email ThisBlogThis!Share to TwitterShare to FacebookShare to Pinterest