**تاريخ التربية البدنية و الرياضية في العصور القديمة**

**في مصر القديمة :**

تعتبر الحضارة المصرية القديمة من أقدم الحضارات البشرية وأكثرها تأثيرا حيث كانت تسمى بالحضارة الفرعونية وكانت متطورة ومتميزة عن باقي الحضارات في عصرها و الدليل على ذلك الآثار التي تبقى شاهدة عليها إلى غاية يومنا هذا حيث تميزت بحياة اجتماعية واقتصادية وسياسية خاصة بها حيث تشهد الآثار على اهتمام المصريين القدامى بالنشاط البدني و التربية من خلال البدن من خلال قيام المصريين القدامى من ممارسة العديد من أوجه النشاط البدني الرياضي فكانت تمارس المنافسات والمباريات للترويح عن النفس كما أثبتت دراسات الآثار أنهم كانوا مولعين بالصيد و القنص باستعمال الرمح والقوس و السهم كما عمد المصريون القدامى الى صيد الحيوانات حية وذلك بأسرها و الاحتفاظ لها كالغزلان و السباع بالإضافة إلى حيوانات كان يتم استقدامها من الأمم المجاورة من أجل الترفيه . كما عرف المصريون القدامى المنازلات الرياضية كالمصارعة و المبارزة كما وجدت دلائل قوية على ممارستهم استخدام الكرة و وجود رسومات تشبه ممارسة رياضة الهوكي كما مارس الأطفال ما يشبه رياضة الجمباز المعروفة فضلا عن ممارستهم للرقص و السباحة في نهر النيل ، كما أنه ركبوا الخيل و استخدموها في الحرب و السلم كذلك الحال في الرياضة و بالذات في الصيد كما أنهم عرفوا العديد من الأنشطة البدنية و الرياضية .

**البعد التربوي للرياضة في مصر القديمة :**

ذكر المؤرخون أن المدرسة في مصر كانت تسمى بيت التعليم ومنهاج الدراسة يشتمل على الدين و آداب السلوك و القراءة و الكتابة و السباحة و الرياضة البدنية ، كما ذكروا أنه كانت هناك ساعات منتظمة تمارس فيها بقية أنواع الرياضة كفنون القتال و النزال و المبارزة .

البعد الاجتماعي :

كانت الرياضة أداة للتعلم أنشطة العمل اليومي فتطوير بعض النظم و المؤسسات الاجتماعية أثر تأثيرا واضحا في أنماط الأنشطة البدنية التي يشترك فيها الناس بمختلف طبقاتهم .

البعد الحربي :

باعتبار أن الجيش هو طبقة متميزة في المجتمع اكتسب الرجال المهارات البدنية التي تعدهم لخوض المعارك و الحروب ولقد سجلت الآثار كل أنواع التدريبات المرتبطة بذلك العصر

و التي من شأنها إعداد الجنود ، استخدام الأسلحة و أدوات القتال مثل السيف و القوس و الرمح .....الخ

**التربية البدنية في أشور و بابل ( العراق القديمة )**

تعرف الحضارة القديمة التي تقع بين نهري دجلة و الفرات بحضارة آشور و بابل و هي بلاد ذات موقع جغرافي له أهميته التجارية في الزمن القديم بين مختلف الدول الشرقية ، وكان دوما محط أنظار الغزاة .

وارتبطت الكثير من الأنشطة بالمناسبات و الأعياد الدينية القديمة ، كما مارسوا ألوانا من النشاط البدني في سبيل الاستعداد العسكري . و أقدمت شعوب هذه المنطقة على ممارسة ألوان النشاط البدني و الرياضي المتصل بتنمية اللياقة البدنية كالمصارعة و الملاكمة و استعمال الآلات و الأسلحة الحادة ، وكانت لهم أساليبهم في الصيد وخاصة صيد الأسود . كما مارسوا تدريبات بدنية في أوقات فراغهم و كذلك صيد الأسماك و السباحة .

وبرزت أسطورة **جلجامش** ( المصارع الأسطوري ) أهمية الرياضة بشكل عام و المصارعة بشكل خاص لدى الشعب العراقي القديم التي وصلت إلى حد التقديس ، فمزجوا بين المصارعة كشعيرة من الشعائر الدينية وبين المصارعة كرياضة تنافسية و بطولة .

وقد وجدت دلائل تشير إلى أن شباب الطبقة العليا كانوا يتلقون دروسا في السباحة و التمرينات البدنية و الرماية بالقوس و السهم و ركوب الخيل ، كما ، كما أن هناك من اعتقد أن الألعاب الاولمبية القديمة باليونان أنها هي ميراث للألعاب الآشورية والجلجاميشية وأن الفينيقيين نقلوها إلى اليونان القديمة عن طريق التجارة .

**أغراض الإعداد البدني لدى العراقيين القدماء كانت**

1. الغرض العسكري
2. الغرض الديني
3. الغرض البيئي

أما الغرض الترويحي فلم يكن للعراقيين غرض أساسي ولكن عرف ضمنياً.

**التربية البدنية في الهند القديمة**

سيطر المناخ الفلسفي البدني على كافة ألوان النشاط، حيث يؤمن الهنود الديانة البوذية والهندوسية، فتعاليم هذه الديانات تتضمن أمور مناهضة للنشاط البدني و الرياضي ، لذلك فقد اهتم الهنود القدامى بنشأة و تربية أبنائهم على الإيمان بالذات، الآلهة وفق الأديان .

ومع ذلك فان التراث الهندي يشتمل على قواعد بدنية ، وعلى ألوان عديدة من الرقص أبرزها الرقص الطقوسي، كما مارس حكام الهند بعض العاب **بوذ**ا كجزء من الشعائر الدينية فكان الأفراد يتدربون على بعض الفنون الحربية كالرمي بالقوس و السهم و المبارزة و صيد الحيوانات ، وعرف الهنود برياضة اليوغا وهي حسبهم اتحاد الروح الإنسانية بالآله من خلال ربط الجسم و الحس و العقل في إطار واحد لخدمة العقيدة و اليوغا في نظرهم الجسم هو شيء مادي يجب السيطرة عليه مع الاحتفاظ به في حاله صحية جيدة و ذلك بغرض الرقي بالروح كما أنها تعمل على استطالة عضلات الإنسان ومرونة مفاصله فضلا عن تنظيم عملية التنفس بطريقة محكمة .

كما مارس الهنود عدة أنواع من الرياضات ذات أصول فلكلوريا أي تقليدية كرياضة سباق المحاريث وسباق العربات و المصارعة ، كما مورس النشاط البدني الرياضي لغرض ديني في شكل طقوس دينية وللتقرب من الآلهة كما مورس لغرض عسكري وعدد من الأغراض الأخرى.

**التربية البدنية و الرياضية في بلاد فارس**

إن الشعب الفارسي من الشعوب المحاربة فقد مرت عليه عدة حروب و غزوات انعكس ذلك على كافة مظاهر الحياة في فارس ، و لذا فقد كان الهدف الرئيسي للتربية الفارسية هو إعداد أبنائها لخوض المعارك و الحروب دفاعا عن بلادهم و توسيع نفوذ و سلطان إمبراطوريتهم ، ولذلك فقد اهتمت فارس بممارسة أبنائها لأوجه الأنشطة البدنية ، بغرض إعدادهم للحرب و القتال و يقال إن الفرس هم الحضارة الشرقية الأولى التي وضعت نظاما خاصا للتربية البدنية ، كما مارسوا ألوانا من الرياضة المتصلة بالمهارات الحربية كالرماية بالقوس و السهم و المصارعة و ركوب الخيل و الجري و الصيد البحري .

فكان النظام التربوي في فارس يعتبر الأولاد من سن السادسة ملكا للدولة حيث كانوا يتلقون التدريبات البدنية و القتالية من سن الخامسة عشرة ، ثم يلتحقون بحياة الجندية ويستمرون في تأدية الخدمة العسكرية حتى سن الخمسين ، ودولة فارس هي الوحيدة من بين دول الشرق الأوسط القديم التي أرست نظاما تعليميا وتربويا يعتمد على النشاط البدني و الألعاب الرياضية لاعتقادها لأهمية اللياقة البدنية كوسيلة لإعداد جيش ناجح وهذا كله لتحقيق مطامعهم التوسعية وغزو الشعوب الأجنبية المحيطة بهم و السيطرة عليها ، الأمر الذي يتطلب تدريبا بدنيا لأفراد الجيش يقوم على أساس سليم و قوي ، كما كانت تربية أبناء الطبقة الأرستقراطية تعتمد غلى التدريب البدني العسكري التكتيكي أي تدريبهم للقتال في الميدان كجنود وكقادة عسكريين .

**التربية البدنية و الرياضية في الصين القديمة**

تعتبر الحضارة الصينية من أقدم الحضارات البشرية التي احتفظت بحالها الحضاري دون أن تتغير لآلاف السنين أي كانت تهدف إلى المحافظة على المثل العليا القديمة أي بعبارة أخرى أعداد الفرد ليكون مؤهلاً للعمل في الوظائف الحكومية ويتصف بالفضيلة والثقافة والتمسك بالتقاليد القديمة وهكذا أمتد التاريخ الصيني لقرون عديدة والتربية كانت تركز على التراث الماضي أكثر من الحاضر أو المستقبل باستثناء الفترة الواقعة بين 1122 – 249 ق.م، حيث كانت التربية العامة تنمية الجسم والعقل للطفل.

**لهذا فقد تميزت التربية في الصين بمايلي:**

1. كانت التربية تتصف بروح المحافظة وتهدف إلى أن تجمع في الفرد روح الماضي، وتنشئته على عادات فكرية وعلمية كالعادات الماضية مما أدى للاحتفاظ بها لآلاف السنين.
2. كانت الحياة الرتيبة والجمود هي الصفات التي تميز بها الشعب الصيني منذ أكثر من ثلاثة آلاف سنة .

**3-** أن الغرض الرئيسي للتربية في الصين منحصراً في الإبقاء على كيان الدولة من خلال تدريب الفرد على الواجبات التقليدية التي تساعد على المحافظة على التراث الماضي فقط دون الالتفاف الى الحاضر أو المستقبل .

1. الصين كانت تتبع سياسة انعزالية، ولا ترغب في أقامة صلات وعلاقات مع الدول المجاورة لها مما ساعد على الحياة الانعزالية طبيعة الأرض وتضاريسها.
2. بناء سور الصين العظيم زاد الأمر سوء في الانعزال والتي أخرت الكثير من النواحي في حياة الصين القديمة منها التربية البدنية .
3. إضافة إلى ذلك كانت عبادة الأسلاف التي تعتبر جزءاً هاماً من حياتهم الدينية قد أثرت على التربية البدنية لأن أهمية الجسم وحرية الفرد في الصين مما يتعارض مع التعاليم التي كانت سائدة في تلك الفترة لان معتقداتهم قد اتجهت إلى إضعاف الوعي الصحي .
4. التربية البدنية أخذت الصيغة العلمية المتزنة فاتجهت إلى العناية بالعقل والجسم للطفل في مرحلة شو دنياشتي ( 1122- 249 ق.م ).
5. كانت اختبارات الموظف الحكومي في فترة حكم تشو يتم على أساس لياقته البدنية ومقدرته ومهاراته في اللعب على الآلة الموسيقية والرماية بالقوس وركوب الخيل إضافة إلى القراءة والكتابة.
6. اختبارات الخدمة العسكرية تشمل تمرينات بدنية مثل رفع الأثقال وشد القوس والرمي واستخدام السيف والمصارعة والملاكمة وكذلك كرت القدم .
7. مارس الصينيين الألعاب المائية كالسباحة والتجديف إضافة إلى شد الحبل والكرة الطائرة .
8. عرف الصينيين التمارين العلاجية وكان ذلك في عام 2698 ق.م، التي غرضها حفظ الجسم في حالة عضوية لائقة حيث كانوا يعتقدون بان الإمراض تنتج بسبب عدم قيام الأجهزة الداخلية بوظيفتها.
9. كان الرقص يحتل جانباً رئيسياً ضمن المهارات الأساسية للشباب وكان الرقص الصيني ذو طابعاً دينياً، وهجومياً، دفاعياً .

**التربية البدنية و الرياضية في اليونان القديمة ( الإغريق )**

الإغريق من الأقوام التي تتكلم اللغات الهندية والأوربية وهم ليس من جنس واحد وعلى الأكثر من ثلاثة عروق كعرق البحر الأبيض المتوسط والأقوام المينية ولاسيما من كريت مع الأقوام الآرية.

يغلب على الآثينين عرق البحر المتوسط، أما الإسبارطيون فهم اقرب الى النورديين، ويقدر الزمن الذي بدأت فيه فروع من هذه الأقوام تهاجر من موطنها الأصلي بحوالي بداية الألف الثاني ق.م، واتخذت في هجراتها اتجاهات مختلفة الى أوربا الجنوبية والى الشرق الأدنى والهند.

كانت أول الهجرات الإغريقية هي الاخيون الى البيلويونيس وفي حوالي 1500 ق.م، جاءت قبائل أخرى وهم الدوريون وفي حدود 1300 ق.م و 1000 ق .م، وقد أنقسمت القبال الاغريقية اليونان والجزر الايجية كذلك سواحل اسيا الصغرى وسكن الدوريون في الجنوب والايونيون في الوسط والايليون في الشمال، ويمكن تقسيم التاريخ اليوناني الى ما يلي :

1. عهد الملوك ( 1100 – 750 ق.م)
2. عهد النبلاء ( 750 – 625 ق .م)
3. عهد الصفاء ( 625 – 525 ق.م)
4. عهد الديمقراطية ( 525 – 400 ق.م)

**التربية البدنية في اسبرطة**

في بداية القرن الثامن قبل الميلاد أخذ نفوذ مدينة اسبرطة يمتد إلى المناطق المجاورة لها حتى تمكنت من السيطرة على لاكونيا التي تشمل النصف الجنوبي من شبة جزيرة البلقان، أن عدد سكان اسبرطة كان في بداية القرن الثامن قبل الميلاد حوالي ربع مليون نسمة أكثرهم من سكان المدن التي وضعت تحت سيطرتهم بينما عدد الاسبرطيين الأصليين لا يتجاوز تسعة الألف نسمة لذا كان يشكلون الطبقة العسكرية المسيطرة على الدولة لتطبيق التقاليد الاجتماعية والسياسية الخاصة بهم والمتوارثة من أجدادهم الهوميرين، كان الهدف الأساسي من التربية والتربية البدنية هو الغرض العسكري لغرض إعداد جيش قوي قادر على تحقيق أهدافهم الإغريقية.

لقد تميزة اسبرطة بالاتجاه التربوي بثلاث عوامل وهي

البيئة الجغرافية

النظام الاجتماعي

العلاقات السياسية

إن بيئة منطقة اسبرطة كانت تتطلب الكفاح المستمر الــذي يستند على قوة الجسم والقدرة على التحمل وهو ما تتميز به تلك القبائل من أصل دورياني لذا أطلق عليهم الاسبرطيين.

وتعطي هذه الكلمة معنى قوة الشكيمة والجلد وبذلك أصبحوا يمثلون الطبقة الأولى في هذا المجتمع الجديد وتليه الطبقة المتوسطة وهم أتباعهم والطبقة الثالثة وهي طبقة العبيد، لذلك كان لابد لهم من جيش قوي مدرب يشمل جميع القادرين من الرجال والنساء، حيث كانت النساء مطالبات بالحصول على لياقة بدنية مناسبة لاعتقادهم بأن ذلك يحقق ثلاثة أغراض:

1. اعتقادهم بأن الأم التي تملك صحة جيدة وجسم قوي تلد أبناء أصحاء أقوياء .
2. مساهمة المرأة بالدفاع عن الوطن عند الحاجة إلى جانب الرجل .
3. قيام الأم بالإشراف على تدريب أولادها من السنة الأولى ولغاية بلوغ الولد السادسة من عمره والبنت السابعة من عمرها.

**أما أهم مميزات البرنامج التدريبي المعد من الدولة فكانت بمايلي:**

1. البرنامج التدريبي في أسبرطة كان يستند على أساس التدريب.
2. البرنامج يشمل على الركض وفنون القتال والوثب العريض والسباحة والمصارعة والملاكمة وركوب الخيل والعاب الكرة .
3. البرنامج التدريبي اخذ تدريجياً بنظر الاعتبار التطور البيلوجي من حيث العمر والجنس.
4. التمارين تعطى للصغار كالركض والوثب وتمارين الإعداد البدني العام .
5. أن التربية البدنية في اسبرطة كان المقصود منها إكساب المواطن المهارة والقوة العضلية والقدرة على التحمل
6. أن اكتساب السرعة والقوة والمطاولة لاقيمة لها اذ لم تستخدم لخدمة الدولة للغرض العسكري.
7. الشباب الاسبرطي ومشاركاتهم في الدورات الاولمبية القديم كانت عاملاً مساعداً على تطوير اللياقة البدنية لديهم خدمة للغرض العسكري .
8. القوة الجسمية والقدرة الحربية هي الخصال المفضلة لدى الاسبرطيين الذي كانوا هدفهم الوحيد تكوين أبطال وجنود مما أدى إلى خلق الشجاعة والبسالة والتفشف.
9. الدولة كانت تجري اختبارات سنوية لفحص قابليات شبابها البدنية وروحهم المعنوية وخاصة للشباب مابين سن الثامنة عشر ولحد العشرين.
10. اخيرا كان هدف الاختبار معرفة مدى شجاعة وقدرة الشباب على تحمل الالم والحياة الخشنة اضافة الى معرفة مهاراتهم العسكرية .

**التربية الأثينية والتربية البدنية:**

كان الأولاد والبنات يضلون في رعاية أمهم حتى السابعة من العمر، الاولاد لهم الحق في اللعب، أما البنت فكانت سجينة البيت وما تتعلمة من امها مقتصر على أعدادها وتعلمها الواجبات البيئة الاعتيادية وكان الزواج يقرره الوالدان .

اما الاولاد عندما يبلغون سن المدرسة يوضعون على يد احد من المعلمين طيبين السيرة واجبه تحسين سلوكهم وبشكل عام تلقينهم الاخلاق الحسنة، كانت التربية حرة لا تشرف عليها الدولة وفي العصور الاولى تهتم بالناحية الخلقية أكثر من اهتمامهم بالناحية الفكرية هدفها تربية مواطنين صالحين لاعلماء، الركنان الاساسيان للتربية في اثينا هما : الموسيقى والجمناستك، وعند دخول الطفل المدرسة الابتدائية كان المعلم بقوم بتعليمة القراءة والكتابة وبعض الدروس في الحساب والهندسة والرسم وبعض أن تمضي على الطفل ثلاث سنين يبدء بدراسة الشعراء وحفظ الشعر وخاصة وما جاء بالإلياذة والأوديسا.

اما في الموسيقى فيتعلم الاولاد الغناء بمصاحبة القيثارة وكان الاغريق يهتمون اهتماماً عظيماً بالاثر الخلقي، وكان التدريب يزداد عنفاً وشدة كلما اقترب الفتى من مرحلة البلوغ ويتولى تدريبه مدرب خاص في مدرسة التربية البدنية حيث يزاول المصارعة والقفز والرمي القرص والرمح اضافة الى الرقص والسباحة.

**التربية البدنية في العصر الروماني**

استقرت إحدى القبائل الرحالة و المعروفة باسم اللاتينيين ( الرومانيين) بالقرب من

نهر اليبر، وقد سمي المكان بعد ذلك باسم روما و ذلك بعد انتصار الرومانيين على الاغريق

( اليونان والقدماء ) و لقد حدث ما يشبه نوعا من التعايش بين الرياضة الرومانية و اليونانية ، ولقد ظلت الرياضة الاغريقية تمارس مهرجاناتها المعروفة لمدة أربعة قرون في ظل رعاية الرومانيين و لقد اشتملت الامبراطورية على أغلب بلدان اورولا و حوض البحر المتوسط ولقد رفع الرومان في مبدأ تأسيسهم للإمبراطورية شعارات مثل العدالة و التسامح ، و لم يتسنى لهم انشاء فلسفة للتربية على غرار الاغريق .

ولقد عرف الرومان فلسفة مختلفة في تطوير البدن وترويضه عن طريق انشاء الحمام الروماني و الذي كان متاحا لكافة أفراد الشعب وكان مكون من حمام سباحة في الهواء الطلق و غرف الراحة وغرف التدليك أو التدريب بالأثقال ويتجاهل التربية البدنية عند الرومان ظهر الاحتراف الرياضي وبالتالي ظهر الفساد و الرشوة لدى المتصرفين على ادارة هذه المسابقات كالمدربين و الحكام ، ثم ظهرت العاب الميدان للمحترفين ( السيرك ) وفي عهد الرومان تكونت اول نقابة لمحترفين الرياضة ووجدت الدعم من الدولة التي شجعت المشاهدة . وانتشرت ثقافة مشاهدة العروض الدموية البشعة كتمثيل معركة بحرية داخل الخلية باستخدام تجهيزات خاصة لملأها بالماء ، كما فضلوا مشاهدة المنازلات الدموية كسباق العربات ومعارك المصارعين المحترفين لبعضهم البعض حتى الموت أو مصارعة الوحوش المفترسة الجائعة.

**ومن اهم منشآت الرومان الرياضية :**

**الكولزيوم :** مدرج مساحته ستة هكتارات وارتفاع اسواره 160قدما ويتسع ل 9000 مشاهد وهو اكبر ما يستعيب من المنشآت الرومانية الرياضية وكان تصميمه يتيح دخول وخروج آلاف المشاهدين وقد بنيت من أسفله حظائر للعبيد و المذنبين و الامبري واخرى للحيوانات المفترسة ، كما كان يمر من اسفله نظام لحفظ المياه في خزانات يمكن فتحها لتنساب وتملأ الخلية اذا دعت ضرورة الاستعراض الى ذلك ، وقد ادرج الرومان تخصيص جزء من قلب المبنى على شكل مدرجات مميزة للامبراطورية وحاشيته في شكل مقصورة يطلق عليها اسم بوديوم . وتتكوم مجموعة الحلبات من شكل بيضاوي تبلغ ابعاده 136 مترا طولا و 107 مترا عرضا وفي الداخل ترتفع المدرجات الخاصة بكبار الشخصيات تسمى بالمنطقة الرئيسية وتحيط بها مدرجات اخرى للمتفرجين تبعا لمراكزهم فيأتي المواطنون و الرومان في المقدمة يليهم الرجال الاحرار ثم العبيد و المحررون .

**مدرج مكسيموس :** كان مدرج مستطيل الشكل (بيضاوي) ومانت تتم فيه مسابقات المركبات وكان على الرومان وقت اذن الوقوف او الجلوس على الارض العارية بينما تقع مقصورة الامبراطور في قلب الميدان ، اما اعضاء مجلس الشيوخ فكانت لهم مقاعد حجرية ، وفي النهاية أخذ المدرج في الاتساع حتى استوعب نحو 255000 شخص .

ولقد كان درس سقوط الامبراطورية الرومانية احد الدروس الكبرى في تاريخها ، وكان انحلال الشعب الروماني ( رةحيا و بدنيا) أحد أهمها ، وقد تجاهلوا الرياضة لان الرياضة في عقيدتهم تؤهل للاعمال العسكرية ، اما هم فليسوا بحاجة اليها بعدما استخدموا الجنود المرتزقة من مختلف بلدان العالم التي احتلوها ونهبوا خيراتها وعاشوا حياة الترف و الرذيلة .

ولقد أثار فلاسفة التربية البدنية في العصر الحديث أمثلة عما اذا كانت الحضارة المعاصرة للانسان تنهج نفس طريق الرومان مشيرين الى المادية و الاعتراف في عالم الرياضة وتفضيل المشادة السلبية و الانغماس في الملذات واهمال اللياقة البدنية الصحيحة .

**التربية البدنية و الرياضية في العصور الوسطى:**

تتضمن العصور الوسطى ثانية قرون وتقع بين فمتين حضاريتين احداهما تمثل العصور القديمة و الاخرى تمثل العصور الحديثة ، وكثيرا ما يطلق على الفترة مابين عامي 500الى 1000 م باسم العصور المظلمة نظرا للتاخر الملحوظ في العلوم و الادارة و شؤون الحكم .

وقد ظهرت حركات كانت بمثابة حجر عثرة في طريق النشاط البدني الرياضي في تلك الفترة وهما :

**حركة الرهينة : (التقشف – الزهد – قهر الجنس)**

**الفلسفة اللاهوتية المسيحية :** بانتشار المسيحية انتشرت البيوت التي يستطيع المسيحيون فيها الانقطاع عن الدنيا و الاستغراق في الزهد و التعبد فيها ، ولم تسمح هذه البيوت للتربية البدنية أن تكون جزءا من مناهجها ، وقد كانت الجامعات في القرون الوسطى تنتظر بشكل من الدونية الى الرياضة و النشاط البدني باعتبارها لا اهمية لها في الحياة النقية بل هي شر لابد منه .

ولقد كان للفلسفة اللاهوتية تاثير سلبي في تاريخ التربية البدنية فهذه الفلسفة ترى ان التربية العقلية و الروحية هي اهم المكونات في تربية الانسان وكانت تنظر الى التربية البدنية نظرة شك .

**الرياضة في العصر الجاهلي :**

أن اغراض التربية البدنية في العصر الجاهلي تتخلص في اعداد الناشئ لحياته المستقبلية وتمكينه من التفاعل مع مجتمعة وتعليمة مهن الاباء والمعارف واعداده الاعداد البدني وتدريبه على استعمال السلاح وركوب الخيل واساليب الدفاع عن النفس والعشيرة والقتال في سبيل تربة الوطن، ومن ناحية اخرى تجرى عملية تعليمة وتعويده على التقاليد والمثل السائدة بين قومه.

ومن هذا يتضح لنا بأن الاسرة والعشيرة لها الدور الاساسي في تربية الطفل البدوي وعلى يدي والديه يتعلم الصناعة البسيطة التي يحتاجها ويحتاج الى اساليب الدفاع عن النفس كما تطبعه القبيلة بطابعها وتفرض عليه تقاليدها، أما الطفل الحضري فكان يخضع للعملية التربوية على أيدي معلمين متخصصين في ذلك وتجرى تلك العملية التربوية في المدارس فيتعلم بها الطفل القراءة والكتابة والحساب وشيئاً من الهندسة والفلك والطب والادب والتاريخ .

وكان لعرب البادية اسلوب ومجال آدب تشبه في كثير من الوجوه الاندية اللغوية والمجامع العلمية التي نعرفها اليوم، وفي الاسواق يجتمع الناس في اوقات معينة للبيع والشراء وغيرها من الامور التي كانت سائدة في ذلك الوقت مثل سوق عكاظ ومجنة وغيرها .

ويمكن القول بأن العرب في العصر الجاهلي مارسوا التدريب البدني وعرفوا الالعاب الرياضية والمسابقات لغرض تنمية الكفاية البدنية التي تعتبر محل اعتزاز كل عربي بما لديه من قوة وقدرة وشجاعة ووضع تلك الكفاية البدنية تحت تصرف عشيرته للدفاع عن الوطن ضد الغارة المعادية عليهم واخيراً مارسوا الجانب الترويحي من خلال عملية التدريب على السلاح والصيد او خلال المسابقات التي عرفوها كالخيل والمصارعة والمبارزة والمشي والرماية وغيرها التي عرفها العرب المسلمين ايضاً .

**الرياضة في الحضارة الإسلامية ( السيرة النبوية الشريفة) :**

لقد حفلت سيرة الرسول صلى الله عليه وسلم بالكثير من المواقف التي دعا فيها الى ممارسة الرياضة بل قد مارسها بنفسه وحث المسلمين على التمسك بها ، ويمكن لهذه السيرة العطرة أن تصنف على ضوء علاقتها بالرياضة بحيث هناك عدة جوانب أهمها:

1. أقوال الرسول صلى الله عليه وسلم وتوجيهاته بشان الرياضة
2. ربطه صلى الله عليه وسلم بين ممارسة الرياضة و الجهاد وثوابهما
3. وقائع ممارسة الرسول صلى الله عليه وسلم بنفسه
4. اهتمام الرسول صلى الله عليه وسلم بتربية الاطفال ولعبهم

الأقوال : اهتم الرسول صلى الله عليه وسلم أشد الاهتمام يحث المسلمين على ممارسة الرياضة والاهتمام بقوة أجسامهم فيقول " المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف " قال " رحم الله امرءا أراهم من نفسه قوة " وقال " عليكم بالسهلان" أي الإسراع في المشي

وهناك عدة مواقف أشاد بها رسول الله صلى الله عليه وسلم كانت فيها حث المنافسة عن طريق الجري وحمل الأثقال ورمي الرمح وغيرها من المواقف اليومية في حياة المسلمين .

ولقد ربط رسول الله صلى الله عليه وسلم بين النشاط البدني وبين الجهاد ويحث على ممارسة الرياضة بهدف الإعداد البدني للجهاد في سبيل الله و أكد أشد التأكيد على تلك الرياضات التي تخدم أهداف الجهاد كالرمي وركوب الخيل وبذلك ارتبطت الرياضة و الأنشطة البدنية بالأهداف التربوية العامة للدولة الإسلامية ويقول عليه الصلاة و السلام في إحدى المواقف "وأعدو لهم ما استطعتم من قوة .... "

وقال عليه الصلاة و السلام " من تعلم الرمي ثم تركه فليس منه " وقال كذلك " ان الله ليدخل بالسهم الواحد ثلاثة أنفار الجنة ".

ولقد كان الرسول صلى الله عليه وسلم صاحب بنية وقوة وجسم كامل ومهارة بدنية في القتال والرمي ولقد صارع الرسول صلى الله عليه وسلم عدد من المصارعين الاشداء وكانت الغلبة للرسول صلى الله عليه وسلم حتى كان ذلك سببا في اسلام بعضهم .

ولقد ثبت عن الرسول صلى الله عليه وسلم انه سابق أبا بكر وعمر بن الخطاب رضوان الله عليهما وقد فاز الرسول صلى الله عليه وسلم ثم تلاه أبا بكر من خلفه ومن خلفهم عمر رضي الله عنهما وهناك مواقف كثيرة دلت على الحرص على المنافسة الرياضية الشريفة و الممتعة .

وقد حث الرسول صلى الله عليه وسلم معاملة الاطفال على قدر عقولهم من قوله "من كان له طفل فليتصابى له " وقال " حق الولد على الوالد أن يعلمه الكتابة و السباحة و الرمي و لأن يورثه طيبا "

**التربية البدنية و الرياضية في بريطانيا:**

يقال أن أصل رياضات كثيرة قد نبع من الجزر البريطانية منها ( الهوكي ، التنس ، الرجبي ...الخ ) ومن الملاحظ أن غالب هذه الرياضات ذات طابع ترويحي فضلا عن رياضات مثل القفز بالزانة كما اهتموا برياضات تقليدية نشأت في أماكن أخرى لكن تعهدها لشعب البريطاني مثل الريشة الطائرة ولقد استشعرت بريطانيا الحاجة إلى تنظيم التربية البدنية في بدايات القرن التاسع عشر ، فاستعانت ب **"كلاسين**" من سويسرا في تطويرها ونالوا إعجاب الشعب البريطاني بطريقتهم .

وظهر "**ماكلارين** " الذي درس النظريات و المبادئ الرياضية خلال فترة انتعاش الرياضة في أوروبا وعاد إلى انجلترا حيث عين مشرفا على التدريس البدني بالجيش وألف كتابا عن النظام العسكري للتدريب البدني وقد انتقد الطريقة السويدية لأنها ترمي الى الجانب العلاجي أساسا وأعاب على الطريقة الألمانية اعتمادها على الموسيقى المصاحبة وجماعية الأداء ، واهتم بمقاييس جسم الإنسان وتأثير النشاط البدني عليهما.

**التربية البدنية و الرياضية في ألمانيا:**

أسهمت ألمانيا إسهاما واضحا في إرساء المفاهيم الحديثة للتربية البدنية و الرياضية اعتبارا من عصر النهضة الذي أرسى قواعد كثيرة في العلوم و الفنون و الأنظمة وظهر آنذاك توجهين بخصوص التربية البدنية و الرياضية .

**التوجه الطبيعي:**

عام 1774 أسس " **بوهان بيسداو** " مدرسة حب الإنسانية وهو معلم ألماني وفي هذه المدرسة خصص 3 ساعات يومية للأنشطة التعليمية ترويحية كالجمباز ، الألعاب ، المبارزة ، ركوب الخيل ، الرقص و أدخل بعض الرياضات ذات الأصل الإغريقي مثل الجري ، الرمي ، المصارعة و الوثب .

آمن بالفكر التربوي الطبيعي فاستعان بأشجار الطبيعة في وضع الوسائل و الأجهزة مثل عارضة التوازن و عصى القفز و أرجوحات الأشجار .

**التوجه القومي:**

برز **فريدريك يان** كبطل وطني مناهض للاستعمار الفرنسي وكرائد من رواد التربية البدنية والرياضية واستفاد من برنامج التربية البدنية و الرياضية ولكنه وظفها لاعتبارات قومية اكثر منها طبيعية ، وكذلك لتقوية أجيال الشباب الألماني واكسابهم اللياقة لمقاومة المحتل الفرنسي وتحرير الارض الالمانية وتوحيدها بعدما قسمها نابليون الثالث ، ولقد أقام مراكز للتدريب البدني للشباب و الاطفال في الغابات خارج نطاق المدن ووضع برنامجا بسيطا للأنشطة البدنية وسميت بطريقة "يان " التي انتقدها التربويون بسبب أنها لا تتأسس على مبادئ العلوم والتشريح كما أنها لا تلائم الاطفال لأنها جافة و مرهقة .

**التربية البدنية و الرياضية في السويد:**

ظهرت النزعة القومية السويدية في القرن الثامن عشر بعد اغتصاب الروس بعض الاراشي السويدية وقوى نابليون بعد ذلك وقد اثرت هذه الواقعة على دفع بيرهنريك لنج الى دراسة التراث الاسكندنافي و الكتابة فيه ، و أمن بخصائل ومنافع التربية البدنية والرياضية على الصحة واعضاء الجسم وركز اهتمامه بدراسة التشريح ووظائف أعضاء جسم الانسان وتأثرها بالتمرينات وكان أول من أسس ركائز النظام الأكاديمي التربية البدنية والرياضية بربطه بالجوانب العلمية لجسم الانسان وقد أسس لنج المعهد الملكي المركزي للجمباز في استوكهولم والذي ألح التخصص في 3 مسارات : الجمباز التربوي ، الجمباز العسكري ، الجمباز العلاجي .

**الألعاب الأولمبية الحديثة:**

بعد جهود مضنية وسعي متواصل نجح البارون دي كوبرتان في احياء فكرة الالعاب الاولمبية القديمة وبدأ سعيه اعتبارا من عام 1984.

وقد تحددت أهداف الحركة الاولمبية الحديثة فيما يؤدي الى تنمية صفات بدنية وخلقية عالية والى دعم روح التفاهم والصداقة بين جميع ابناء البشر والمساواة فيما بينهم .

وفي اجتماع عقد في باريس حضره خمسة وسبعون عضوا تقرر اقامة دورة عام 1896 وكاد المشروع يفشل لولا الدعم المادي للمليونير المصري من أصل يوناني مقيم بمدينة الاسكندرية .

وتقام الالعاب الأولمبية الحديثة مرة كل 4 سنوات كما كانت قديما ومدتها تصل الى 16 يوما ويشرف على الدورة الاولمبية اللجنة الاولمبية الدولية وتمنح حق التنظيم للمترشحين وكانت أول دورة عام 1896 بأثينا الغيت عام 1916 بسبب الحرب العالمية الاولى وكذلك عام 1940 بسبب الحرب العالمية الثانية .

**أهم واجبات اللجنة الاولمبية الدولية**

- إقامة الألعاب الاولمبية بصورة منتظمة كل أربع سنوات مرة واحدة.

- تعين مكان إقامتها وتحديد برنامج كل العاب في كل دورة .

- تحديد عدد المشاركين فيها مع التأكيد على الهواية.

- تسجيل وتدقيق الأرقام القياسية الاولمبية.

- تقوية أواصر الصداقة بين الشباب في العالم عن طريق الألعاب الاولمبية الرياضية.

- محاربة التميز العنصري .

- العمل على ترسيخ المبادئ الأساسية للحركة الاولمبية.

**المراجع:**

**أ/ العربية:**

1. الخولي أمين أنور : أصول التربية البدنية و الرياضية( المدخل ، التاريخ، الفلسفة) دار الفكر العربي، 1988.
2. الخولي أمين أنور وعدنان محمود: المعرفة الرياضية( الإطار المفاهيمي، اختبارات المعرفة الرياضية ، اسسها، ونماذج كاملة منها)، دار الفكر العربي، 1999م/1419ه.
3. السهروردي نجم الدين: الموجز في تاريخ التربية الرياضية، بغداد،دار الكتاب للطباعة والنشر، 1980م.
4. السراج وفؤاد ابراهيم: المدخل إلى فلسفة التربية الرياضية، الموصل العراق، جامعة الموصل، 1986.
5. اسماعيل خليل ابراهيم: أسس فلسفة التربية الرياضية(على ضوء الفهم الإجتماعي) دار دجلة للنشر، 2010.
6. محاضرات في تاريخ وفلسفة التربية البدنية و الرياضية: قصري نصر الدين، معهد التربية البدنية و الرياضية جامعة الجزائر، مقرر السنة الأولى ل م د ، دفعة بني مسوس، 2007/2008.
7. محاضرات في تاريخ وفلسفة التربية البدنية والرياضية: بن البار سعيد، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية بجامعة المسيلة، مقرر السنة الأولى، 2012/2013.
8. مصطفى السايح و حسن عبدالمنعم: فلسفة التربية البدنية و الرياضية، 2007.
9. محمد خير علي مامسر: الموسوعة التاريخية لتطور الحركة الرياضية في الحضارات القديمة والحديثة،2001.

**ب/ الأجنبية:**

1. Gilbert Andrieu et Autre ; Anthologie commentée des textes historique de l’éducation physique et du sport, 2001.
2. Gilbert Andrieu ; Histoire de l’éducation physique de 1936 a nos jours, action , 2001.
3. Claude Piard ; Education Physique et Sport-petit manuel d’histoire élémentaire-, l’Harmattan, 2001.
4. Robert Charvin ; Sport…et désir de guerre, l’Harmattan, 2001.
5. Jean-Luc Martin ; Histoire de l’éducation physique sous la Vème république, la conquête de l’éducation nationale 1969-1981, Vuibert.

منقول من الأنترنت بتصرف .