جامعة محمد لمين دباغين سطيف 2

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

محاضرات في مقياس تاريخ وفلسفة التربية البدنية والرياضية

لطلبة السنة أولى ليسانس جذع مشترك

الاستاذة : حفيظ فضيلة

السنة الجامعية: 2026/2025

المحاضرة الأولى: مدخل إلى تاريخ التربية البدنية والرياضية:

1-مقدمة :توجد حركة جدلية بين الإنسان و التاريخ منذ فجر البشرية، فالتاريخ هو الذي يسجل الأعمال الخالدة للإنسان، أما الإنسان فهو الذي يصوغ التاريخ و يدونه.

و يقصد بالتاريخ في اللغة تعريف الوقت: وهو ذلك العلم الذي يبحث في الوقائع و الحوادث الماضية، و تطلق كلمة التاريخ في أيامنا على العلم بما تعاقب على الشيء في الماضي من الأحوال المختلفة، سواء كان ذلك الشيء ماديا أو معنويا كتاريخ الشعوب، أو تاريخ الأسرة، و تاريخ القضاء و تاريخ العلم و تاريخ الأدب...الخ.

و يقال: أن التاريخ يدرس الأحداث الماضية في التاريخ الإنساني منذ وجود السجلات المدونة إلى الوقت الحاضر، و يقال أيضا أنه يهتم بدراسة حوادث فريدة، وذات نوعية خاصة من أجل ذاتها فقط.

ولذا فإن معرفة أحداث الماضي تعد من الموضوعات و القضايا التي تهيمن على اهتمام الإنسان، فقد بدأ الإنسان في العصور القديمة بتسجيل أخبار أسلافه من خلال حفظ الأغاني و الأساطير المعبرة عن تلك الأخبار و ذلك بهدف توريثها و تناقلها بين الأجيال.

وفيما يلي عرض لبعض الآراء المعبرة عن ماهية التاريخ:

-الشاهد على مر العصور

-ذاكرة الجنس البشري

-ذلك السجل المكتوب للماضي و أحداثه

-تدوين للأعمال و للإنجازات التي قام بها الإنسان فيما مضى من الزمان.

-ذلك الحوار بين الماضي والحاضر

-دراسة للمسيرة الحضارية لبني الإنسان

2-مصادر المادة التاريخية :يطلق المؤرخون على مرحلة جمع المادة التاريخية لفظ)الهيروسطية(وهي كلمة

مشتق من التراث الإغريقي بمعنى) أنا أجد(و ذلك للدلالة على جهد المؤرخ أو الباحث في جمع المادة التاريخية المثقلة بموضوع الدراسة.

و تذكر مراجع البحث المنهجية أن على الباحث اللجوء إلى كافة الوسائل و الطرق و المصادر العملية في سبيل حصوله على المادة التاريخية المتصلة بموضوع الدراسة وهناك اتفاق على أن هناك نوعين من المصادر التاريخية:

أ- المصادر الأولية

ب-المصادر الثانوية

أولا: المصادر الأولية: وهي التي تشتمل على معلومات و حقائق أصلية عن الوقائع أو الأحداث المتصلة بموضوع الدراسة و منها الآثار و الوثائق...الخ

ثانيا: المصادر الثانوية: وهي المصادر التي تشتمل على معلومات و أفكار و تسجيلات...الخ منقولة عن المصادر الأولية سواء كانت منقولة لمرة أو أكثر، و تتضمن كل ما كتب عن غير مشاهدة شخصية من الباحث، كالمقالات و دوائر المعارف، ملخصات الكتب...الخ

أهمية دراسة تاريخ التربية البدنية و الرياضية: تهتم التربية البدنية بدراسة تاريخ النشاط البدني و الرياضي

للإنسان للاعتبارات التالية:

1-استخلاص الدروس والعبر من الماضي والترف على الأخطاء و تجنب الوقوع فيها في الحاضر أو

المستقبل
2-استقراء تأثير المتغيرات و النظم الاجتماعية على نظام الرياضة والتربية البدنية و ذلك لتوجيه النظام نحو التقدم بالإستفادة من هذه التأثيرات.
3-دراسة تاريخ الرياضة و الألعاب والتربية البدنية كمحاكاة لتقدير حجم و اتجاه التقدم في التربية البدني و الرياضية المعاصرة.
4-الاستفادة من معطيات الإدارة عبر التاريخ لاستخلاص تنظيمات جيدة للرياضة في الحاضر والمستقبل.
5-دراسة المدارس الفلسفية الكبرى و تأثيرها على الرياضة و التربية البدنية من خلال العصور المختلفة لحضارة الإنسان.
تشجيع البحوث التاريخية في مجال التربية البدنية الرياضية من خلال الفهم الجيد للمصادر الأولية والمصادر
الثانوية، ذلك بغرض التوصل إلى الحقائق التاريخية المرتبطة بالظواهر أو المواضيع المراد دراستها.
3-أهمية دراسة تاريخ التربية الرياضية :إن دراسة تاريخ التربية الرياضية التي هي جزء من مناهج الدراسات الأولية والعليا في كليات التربية الرياضية في جامعات العراق، تلقي الضوء لما قدمته التربية البدنية والرياضية للإنسان والمجتمعات البشرية عبر حضارة إنسانية باعتبارها احد أركانها ودعائمها الأساسية في الخلق والإبداع، ان الحياة البشرية في ماضيها وحاضرها وحدة عضوية تتفاعل فيها مختلف العناصر وتتكامل، لذلك ليتمكن للإنسان إن يتفهم حدث من الإحداث إلا إذا تفهم الحياة كلها، كما ليمكنه إن يدرك جزء من التاريخ إدراكا صحيحاً إلا إذا فهم التاريخ البشري بكامله، والذي يشمل الحياة البشرية الماضية بجميع مظاهرها الاقتصادية والاجتماعية والدينية والفنية.
والهدف الرئيسي من هذه الدراسة هو تحقيق امور رئيسية وهامه منها-:
1-معرفة الطالب لتاريخ التربية البدنية والرياضية واحداثها عبر العصور.
2-مدى استخدام واستغلال التربية البدنية والرياضية لخدمة الدولة قديماً وحديثاً.
3-إضافة إلى إجراء مقارنة شاملة لهذه الظاهرة الحضارية في المجتمعات المختلفة.
4-كما تمكن الطالب من ايجاد صيغ جديدة مبنية على اساس علمية وعملية مستمدة من تجارب وخبرات الشعوب الاخرى.
5-العمل على تطوير المستوى العلمي للتربية الرياضية والبدنية والصحية والترويح.
6-هذا بالاظافة إلى ارتباط التربية البدنية والرياضية بالتاريخ الإنساني منذ عصور مقابل التاريخ وحتى الوقت الحاضر لدى مختلف الأقوام والشعوب.
لدراسة التاريخ أهمية كبيرة، وذلك لان التاريخ أصبح علماً قائماً بذاته، إما على صعيد دراسة تاريخ الحركات الرياضية العالمية، قديماً وحديثاً ماضيها وحاضرها، فإنها تلقي الضوء للدارس والباحث وتساعده في الوقوف على مدى التطور الحضاري والتقدم الذي مرة به الشعوب والأمم التي استطاعت إن تحكم العالم بأسره يوم كان الإنسان يعتمد التربية البدنية والعسكرية أساسا لكيان الدولة وركناً من أركان البناء والأعمار والتقدم والرقي.
المحاضرة الثانية: التربية البدنية في المجتمع البدائي
لم يسجل الإنسان الأول وقائع حياته في المجتمعات البدائية إلى أن علماء الآثار و الأنثروبولوجيا)علم

الأجناس البشرية(قد اهتدوا من خلال دراستهم العلمية إلى ان الإنسان البدائي قد مر في حلقات تطوره بثلاث مراحل:
المرحة الأولى
ينتميان إلى العصر الحجري القديم
المرحلة الثانية
المرحلة الثالثة تنتمي إلى العصر الحجري الحديث ولقد توصل هؤلاء العلماء إلى معرفة الأحداث والحقائق التي ارتبطت بالعصر البدائي من خلال دراستهم للمصادر وللأدلة التي تمكنوا من جمعها و فحصها.

و دراسة تاريخ التربية في المجتمعات البدائية تؤكد على أن القبائل البدائية قد عاشت قديما في عصور ما قبل التاريخ حياة خالية من التعقيد، و إن مظاهر التربية في المجتمعات البدائية قد تركزت في عمليتين رئيسيتين هما:

-**الأولى :**إعداد الفرد للحصول على ضروريات الحياة العملية بصورة مباشرة لا تتميز بالتفكير أو محاولة تطوير ما هو قائم، وهو يمثل الجانب العملية للتربية.

-**الثانية :**تدريب الفرد ع ل الطرق و القيم المقبولة في إطار الجماعة، وهو ما ي مل الجانب النظري للتربية.

ونظرا لغياب النظم التعليمية في المجتمعات البدائية، فإن طبيعة التربية السائدة في هذه المجتمعات لم تتعد مرحلة التقليد اللاشعوري و ذلك لعدم وجود مؤسسات تعليمية، و من ثم أصبح التعليم في المجتمعات البدائية قائما على التقليد و الممارسة.

ولذا كن هدف التربية في المجتمعات البدائية هو تحقيق التوافق و بالانسجام بين الفرد و بيئته المادية و الروحية.

ومن أهم خصائص التربية في المجتمعات البدائية و التي كانت تعتمد على التلقين و التدريب المعلي و التقليد اللاشعوري، الخصائص التالية:

-تربية تتم بطريقة غير مقصودة، إذ كانت مسؤولية التربية تقع على المجتمع و الأسرة لعدم وجود مؤسسات تعليمية أو تربوية في ذلك العصر للقيام بتلك العملية.

-تربية غير مباشرة تتم من خلال الخبرة المعلية و تقليد المتعلم مما يقوم به الكبار من نشاط لإشباع حاجاتهم البدنية أو حاجاتهم الفيسيولوجية أو حاجاتهم الروحية.

-تربية لا تتطلع على التغيير أو التعديل او التطوير، إذا كانت التربية في ذلك العصر تسعى لاستمرار الفرق السائد في الجماعة دون محاولة التغيير أو التعديل.

-و من ثم كانت تظهر جماعات تناهض التغيير بإصرار و قد أطلق علماء الأجناس تعبير) التخلف الثقافي(على تلك الجماعات.

-و الحياة في المجتمعات البدائية كانت تتهم بالقوة، و لذا فقد حتمت على الإنسان البدائي أن يجري، و يقفز و يتسلق و يسبح وبرقص و يصطاد...و ذلك بغرض البحث على غذائه أو الدفاع عن ذاته من الحيوانات المفترشة أو بهدف الترويح عن نفسه من عناء الحياة الشاقة.

-و قد كانت الأسرة هي المنوطة بمسؤولية تعليم أبنائها وتلك المهارات نظرا لعدم معرفة المجتمعات البدائية بالمدارس أو بالمقررات الدراسية أو المدرسين أو المعلمين المتخصصين في المجال التربوي أو التعليمي..

-ومن المؤكد أن ممارسة النشاط البدني ليس ببدعة جديدة عرضها المفكرون و المربون في الوقت

الحاضر، إذ سجلت الأحداث التاريخية أن الإنسان في المجتمعات البدائية قد مارس العديد من ألوان النشاط البدني.

-إلا أنه لم يكن يعرف في المجتمعات البدائية ما يسمى في عصرنا بـ)التربية البدنية(و من ثم لم يكن في العصر البدائي برامج منظمة للتربية البدنية، وذلك لأن الإنسان البدائي لم يكن في حاجة إلى تخصص فترة من يومه لممارسة النشاط البدني، إذ أنه كان ركنا أساسيا في نظام حياته اليومية.

وبوجه عام فإن الأساس الذي عاش في المجتمعات البدائية قد مارس أنواع من ألوان النشاط البدني و ذلك بطريقة مباشرة أو بطريقة مباشرة أو بطريقة غير مباشرة و سواء كان ذلك بإرداته أو بدون إرادته، حيث حتمته طبيعة حياته على ممارسته لتلك الألوان من النشاط.

وبذلك يكون الإنسان البدائي قد مارس أوجه النشاط البدني بهدف تحدي قوى الطبيعة من أجل البقاء وليس للعب، أو للتنافس، و من ثم لم يكن مدركا للمفهوم المعاصر للتربية البدنية.

التربية البدنية و الرياضية في مصر القديمة

البعد التربوي للرياضة في مصر القديمة :إن ممارسة الرياضة في عصر الدولة المصرية القديمة حقيقة تاريخية، حيث لا تزال الشواهد و الآثار محتفظة بما سجله المصريون القدماء على جدران مقابرهم وفي معابدهم. و لا يمكن إنكار القصد التربوي من الرياضة في عهدهم حيث ذكره)تيودور الصقلي(بأن الملك المصري سيزويس قد نشأ معه مواليد يومه من أبناء الشعب على قدم المساواة من حرية الرأي، و أنهم كانوا يدربون على أسا ميثاق لا تنقطع)بحيث لم يكن يسمح لأحدهم بتناول الإفطار إلا بعد أن يقطع الإستاد عدة مرات)

و قد ثبت أن الصبية والتلاميذ كانوا يختلفون في ممارسة الرياضة عن العسكريين و المحترفين و هذا ما يدل

على أن الرياضة كانت وسيلة للتربية لديهم.

و ذكر بعض المؤرخين أن المدرسة في مصر القديمة كانت تسمى)بيت التعليم(و كان منهاج الدراسة يشتمل على الدين، و أدب السلوك والقراءة و الكتابة و الحساب والسباحة والرياضة البدنية، و ذلك في المدارس الأولية.

احتمال ممارسة اللعب في المدارس المصرية :يظهر من خلال ثلاثة متون مصرية احتمال وجود مساحات

للعب بالمدارس:

المتن الأول :عبارة عن رسالة وجهها معلم إلى تلميذه و دعاه فيها إلى التفرغ للكتابة و القراءة قائلة لا تصرف ذهنك لساحة اللعب و دع الرمي والقذف خلفك و اقضي يومك تكتب بأصبعك و اقرأ بالليل)

المتن الثاني :لرسالة مماثلة يقول المعلم فيها:)إن ما أعمله لك ليس في ذهنك....؟ و إنما)أنت(و ساحة الملعب)؟(...(هل كانت ساحة الملعب هذه التي ذكرتها الرسالتان ساحة منتظمة تمارس فيها بقية أنواع الرياضة عدا الرمي والقذف، ولها صلة بما درسه، أم كانت مجرد أرض يستغلها التلاميذ تلقاء أنفسهم للعبهم

الخاص بجوار مدرستهم.

المتن الثالث:

جاء عن قصة)الصدق والبهتان(و تحكي عن ولد الحق بمدرسة فتعلم أن كتب جيدا جدا و كان يمارس كل

فنون النزال، وفوق على أقرانه الكبار الدين كانوا بالمدرسة)

البعد الاجتماعي للرياضة في مصر القديمة:
كتب بعض المؤلفين الأجانب عن التربية البدنية في مصر القديمة مشيرين إلى أنها لم تكن جزءا من أي منظومة تعليمية لكنها كانت ببساطة أداة لاستكمال أنشطة العمل اليومي فتطوير بعض النظم و المؤسسات الاجتماعية يؤثر تأثيرا واضحا في أنماط الأنشطة البدنية التي يشترك فيها الناس بمختلف طبقاتهم سواء بالتوجيه أو بالاختيار.
فلقد أتيح للطبقات العليا فرص تعليمية لم تتح لمن دونهم.
عندما كان النيل يفيض يقوم عامة الناس بالتخلي على أعباء الحياة اليومية، و يتاح لهم وقت فراغ كبير يستغلونه في الكثير من النشاطات الاجتماعية والرياضية والتي يمكن تمييز البعض منها)كالصيد البري، وصيد السمك، و الكثير من ألوان الرياضة و الألعاب...(التي صورت على جدران المعابد والمقابر.
وقد ربط مؤرخ التربية البدنية)ماكنتوش(بين التحضر والاستيطان حول ضفاف الأنهر، وبين وجود أشكال متميزة من الألعاب و الأنشطة البدنية.
و لأن مصر كانت محكومة بنظام طبقي)أو شبه طبقي(حيث طبقة الفراعنة و النبلاء هي الطبقة العليا، و بقية أبناء الشعب من الفلاحين والصناع، و هي الطبقة الدنيا و هم الأغلبية، وكانت الطبقة الوسطى مشكوكافي وجودها و كان الصيد هو الرياضة المفضلة لدى الطبقة العليا سواء الصيد البري أو البحري.
أماكن ممارسة الرياضة:
1-الممارسة في ساحات المنازل والدور :كانت الألعاب الجماعية تمارس داخل الدور أو خارجها حيث كانت دور سكن المصريين من السعة بحث تتيح لأبنائها ممارسة نشاطهم و ألعابهم بداخلها، ومما يؤكد ممارسة الرياضة داخل الدور) المنازل(كون البيوت المصرية الثرية تتميز باتساع أفنيتها و حدائقها فضلا عن أسطحها التي كانت مهيأة لأن تتيح لأبنائها كثيرا من فرص المرح و ممارسة أصناف كثيرة من الألعاب.
2-الممارسة في الدروب :إذا كانت البيوت الثرية تملك المساحة بما يتيح لأبنائها ممارسة النشاط الرياضي داخلها ذلك أن البيوت الفقيرة وكما صورتها الرسوم و الآثار في الدولة الوسطى كانت ضيقة، و لذلك فيه لا تسمح لأبناء هذه العائلات بممارسة نشاطاهم في اللعب الجماعي كما كان لأبناء البيوت الثرية...و لم يبق أي سبيل لهؤلاء الأبناء إلا الاتجاه نحو اللعب في الأزقة كما يفعل أمثالهم اليوم.
و كذلك في الحقول، حيث يظهر منظر طريف يصور أربعة فتية عرايا يساعد بعضهم بعض على تسلق النخيل وكذلك أمام أطلال المعبد.
البعد الحربي للرياضة في مصر القديمة" إن الجيش يعتبر طبقة متميزة في المجتمع لاكتساب الرجال المهارات البدنية التي تعدهم لخوض المعارك و لقد سجلت الآثار كل أنواع التدريبات العسكرية المرتبطة بهذا العصر والتي من شأنها جعل الشباب يتحكم في الأدوات التالية: السيف ، القوس، السهم والرمح والدرع، و كانت المصارعة أكثر الرياضات شعبية.
وفي ظروف الحروب الكثيرة التي خاضتها مصر عبر تاريخها القديم، فضلا عن عدم الاستقرار بين المقاطعات كان لا بد من إتقان فنون و مهارات القتال و إعداد الجند الإعداد البدني و الحربي اللائق، حتى أنهم وصلوا إلى فرض دروس عسكرية متقدمة تعطى للأمراء و النبلاء و أبنائهم في فصول خاصة.
و لقد مرت المتون المصرية رياضات عنيفة تتطلب أداؤها الجهد و التمرين و المهارة، و من يبق هذه الرياضات، حمل الأشغال، المصارعة، المبارزة بالعصي و الملاكمة.
الأنشطة الرياضية ذات الطابع الحربي:

1-العربات الحربية :استعمل المصريون العربات ذات مقصورة مفتوحة لفرد واحد و يجرها حصان أو أكثر.
و رجال و حدة العربات الحربية كانوا يعتبرون منم الجند الأكفاء في ميادين القتال و ممن يتمتعون بلياقة بدينة تعتبر رفيعة المستوى إلا أنه قد لوحظ من بعض المصادر أنه غالبا كان ركوبها مقصورا على طبقة الضباط و الأمراء.
2-القوس والسهم :استخدم المصريون القدماء الرماية بالقوس والسهم سواء في الحروب أو الرياضة، ولقد أجاد المصريون قدماء المصريون صناعة الأقواس بما يكفل لها القوة ودقة في الاستعمال، حتى أن الأحباش و الليبيين الذين برعوا و اشتهروا في استعمال هذا السلاح يعتبر أنهم أخذوا فكرته عن جيرانهم قدماء المصريين.
مظاهر و ألوان الرياضة في مصر القديمة :تفطن المصريون القدماء إلى أهمية الرياضة و النشاط البدني منذ أكثر من ثلاثة آلاف سنة قبل الميلاد، ووضعوا اللبنات الأولى لفكر التربية البدنية والرياضية و أدركوا العلاقة الوطيدة بين سلامة الجسم وسلامة العقل والنفس من بين هذه المظهر والألوان نجد:
رياضة الصيد :كان النبلاء والوجهاء والأعيان يقومون بصيد و مطاردة الأسود و النمور و الظباء و كانت صحراء مصر تعج بمختلف الحيوانات برية.
و من الثابت أن المصريين القدماء استعملوا العديد من الأدوات للصيد و كان ذلك بحسب الفريسة) الشباك، القوس، السهم، الحيوانات المدربة)
وهكذا كان يتطلب ضرب الخيام و إقامة المعسكرات و ركوب الخيل والعربات والمشي والجري والسباحة وركوب المراكب والتجديف.
ولم يقتصر الصيد في الجانب البري فقط بل تعداه و مورس في ظفاف الأنهار والبحار و كذا صيد الطيور التي تعيش في الأحراش والمستنقعات والبرك.
وكل هذا أثبتته النصوص والصور التاريخية ألعاب الكرة :عرف المصريون القدماء الكرة كأداة لعب لعدد من الألعاب الرياضية. و يوجد بالمتحف المصري أعداد كبيرة من كرات اللعب التي كانت تصنع من ألياف النخيل أو من قش الشعير حيث تكور و يخاط حولها بقعتان من الجلد و من أهم المناظر التي أثبتت ممارسة المصريين لألعاب بالكرة
1-لوحة تصور بعض الفتيات تقمن برمي و لقف الكرة
2-لوحة أخرى تبين أن الفتيات قمن بتلقي الكرة الممررة و قد ركبن ظهور زميلاتهن.
3-و قد كانت ألعاب الكرة تلعب خارج المنزل و يشترك فيها الأطفال والنسوة و الرجال و فق قواعد معينة
المصارعة :كانت المصارعة من أبرز ألوان الرياضة عند المصريين القدماء
ويبدو أن قدماء المصريين و لا سيما عامة الشعب كانوا يعمدون في تسليتهم إلى كل ما يتطلب إبراز القوة و إظهار المقدرة.
لذلك كانت المصارعة من أحب الرياضات إليهم.
التربية البدنية في آشور وبابل)العراق)
تعرف الحضارة القديمة التي تقع بين نهير دجلة و الفرات بحضارة أشور، نينوى، بابل، وهي بلاد ذات موقع جغرافي له أهميته التجارية في الزمن القديم بين مختلف الدول الشرقية، و كان دوما محط أنظار الغزاة.
و ارتبطت الكثير من الأنشطة بالمناسبات و الأعياد الدينية القديمة، كما مارسوا ألوانا من النشاط البدني

في سبيل الاستعداد العسكري.
فقد أقدمت شعوب هذه المنطقة على ممارسة ألوان النشاط البدني و الرياضي المتصل بتنمية اللياقة البدنية، كالمصارعة والملاكمة و استعمال الآلات الحادة، و كانت لهم أساليبهم في الصيد، وبخاصة صيد الأسود، كما مارسوا تدريبات بدنية في أوقات فراغهم، و كذلك مارسوا صيد الأسماك و بعض الألعاب المائية.
و تبرز أسطورة جلجاسيس)المصارع الأسطوري(أهمية الرياضة بشكل عام، و المصارعة بشكل خاص لدى الشعب العراقي القديم والتي وصلت إلى حد التقديس، فمزجوا بين المصارعة كشعيرة من الشعائر الدينية و بين المصارعة كرياضة تنافسية و بطولة.
وقد وجدت دلائل تشير إلى أن شباب الطبقات العليا كانوا يتلقون دروسا في السباحة والتمرينات البدنية و الرماية بالقوس السهم و ركوب الخيل، كما أن هناك من يعتقد أن الألعاب الأولمبية القديمة باليونان إنما هي ميراث الألعاب الأولمبية الجلساسية، فنقلوها إلى اليونان القديمة.
-التربية البدنية في بلاد فارس) إيران)
الشعب الفارسي من الشعوب المحاربة، فلقد مرت عليه عدة حروب و غزوات صهرت فكر هذا الشعب انعكس ذلك على كافة مناشط الحياة في فارس، و بلاد كهذه تضع اهتماما كبيرا للتربية البدنية و التمرينات، حيث اللياقة الحربية تتأسس على اللياقة البدنية و خاصة في الزمن القديم.
و يقال أن الفرس هم الحضارة الشرقية الأولى التي وضعت نظاما خاصا للتربية البدنية، كما ما أرسوا ألوانا من الرياضة المتصلة بالمهارات الحربية، كالرماية بالقوس والسهم والمصارعة و ركوب الخيل الجري والصيد البري.
و تدل الآثار الجدارية من رسوم و منحوتات ما ترك ملوك الفرس على الاهتمام بالرياضة و بخاصة تلك المتصلة برياضات الملوك و الأمراء كصيد السباع، كمما كان صيد الخنازير البرية من الرياضات المألوفة، وكانت الرماح و الحراب والقوس و السهم من الأدوات المستحبة في الصيد.
و من أهم الألعاب التي كانت منتشرة في بلا د فارس لعبة الكرة والصولجان وهي أصل لعبة البولو)(POLO و التي تمارس بالمضارب والكرة من فوق صهوة الحصان و التي كانت أحد الجوانب الهامة في البرامج التربوية للأمراء و أبنائهم في البلاط الملكي في فارس كما يشير كتاب)كلونامك(القديم الذي ألف باللغة الفارسية قبل الإسلام.
المحاضرة الثالثة: التربية البدنية و الرياضية في الصين والهند القديمة
تعد الثقافة الصينية من أعرق ألوان الثقافات الإنسانية، و لقد تميزت بعدة جوانب واضحة في الأدب والفن و الألعاب الترويحية. ويدين غالبية الشعب الصيني بالبوذية الكونفشيوسية، وهي تعاليم تغلب الجانب الروحي و الذهني على الجانب البدني و مع ذلك فإن التراث الصيني المتعلق بالبدن و نشاطه و المحافظة عليه حافل بالدلائل الواضحة والآثار الجلية على اهتمام الشعوب الصينية بالثقافة البدينة
و بالرغم من أن التربية البدنية نالت اهتماما بسيطا في سياقات التعليم الرسمي، إلا أن التراث الطبي والعلاجي الصيني يزخر بأفكار ومعلومات ممتازة عن الجسم و تشريحه و عن التدليك والعلاج الفيزيقي و أفكار عن الاسترخاء وفنونه و أساليبه.
و في القرن الخامس الميلادي ظهر نظام للتمرينات العلاجية و ضعه أحد الرهبان تحت اسم الكونغ فو kung-fu) (و لقد و ضعت على أساس اعتقاد أهل الصين بأن قلة النشاط الحركي تؤدي إلى خمول الجسم و بالتالي إلى الأمراض و لقد اتصفت هذه التمرينات بالتركيز الذهني السديد ووضعت قواعد معينة للتنفس وتنظيمه.

وهذا النظام هو أصل لعبة الكونغ فو Kung-fu) (المعاصرة. و تلقى جنود الجيش الصيني بعض التدريبات البدنية ذات الصلة بالمهارات الحربية كاستخدام السيوف و ركوب الخيل والمهارات المتصلة بذلك و كانت هذه الأنشطة تتصف بطابع تنافسي كما تلقى الشباب في الطبقات العليا تعليما خاصا تضمن الرقص والرماية بالقوس و السهم و ركوب العربات ذات الخيول، وهناك آثار عن الإمبراطور فو هي (fu-hi)تشير إل تعاليمه التي تشع على ممارسة ألوان رياضة معينة منها)القنص، صيد السمك...(ويعتقد أنه كان هناك نظام تعليمي لذلك.

كما أن هناك دلائل على ممارسة الصينيين القدماء للملاكمة، المصارعة، الريشة الطائرة بالأقدام، وشكل من أشكال كرة القدم.

لم تكن التربية البدنية في المجتمعات البدائية لها برنامج منظم بحد ذاته أو تزاول في أوقات معينة إذا إن الرجل البدائي لم يكن بحاجة الى وقت ليخصصه لممارسة الرياضة أو الأنشطة البدنية حيث أنها تشكل الجزء الأكبر من حياة الإنسان اليومية من خلال سعيه من اجل الحصول على قوته اليومي أو حماية نفسه من البيئة المعادية ، لهذا نجدة ذو جسم قوي وعضلات كبيرة واجهزة عضوية سليمة، تهدف التربية البدنية في المجتمع البدائي إن يتعلم كيف يبقى حياً، فالطفل يتعلم أولا قواعد السلامة والمعروف بالإنسان البدائي لم يهتم ويعرف سوى الاهتمام بحاضرة الملي بالمخاطر وان يوفر لنفسه المأكل والمشرب والكساء والدفاع عن النفس وكان الإيمان بالعشيرة هو الهدف الثاني من أهداف التربية البدنية فلابد إن يرعى الإلهة العشيرة وكان مهما إن يتعلم كل طفل كيف يؤمن بهذه الإلهة ويقدسها وليس حمايتها فقط.

التربية البدنية و الرياضية في الهند القديمة:

سيطر المناخ الفلسفي الديني على الهند القديمة وعلى كافة ألوان النشاط بها، و يؤمن الهنود بالبوذية و الهندوسية، وكما تعلم فإن هذه العقائد تتضمن تعاليم مناهضة للنشاط البدني والرياضي، و مع ذلك فإن التراث الهندي يشتمل على قواعد بدنية، وعلى ألوان عديدة من الرقص أبرزها الرقص الطقوسي، و لقد أفادت البحوث الأثرية أن الهنود قد عرفوا بعض ألوان الرياضة على سبيل التسلية كجزء من حياتهم في الحضارات القديمة، مثل الألعاب والأكروبات و الملاكمة و ركوب الخيل و السباحة والمبارزة و من المعروف أن السيوف اختراع هندي.

ولقد ورد عن بوذا حكيم الهند و أكبر رموزها الدينية أنه نهى عن ممارسة التمرينات والألعاب، ومع ذلك نجد في الهند نظاما قديما للتمرينات البدنية، مازال يمارس حتى الآن سواء في الهند أو خارجها هو نظام yoga)(حيث يندمج الفرد في منظومة تمرينات ذات أوضاع مقننة للغية لقوام الإنسان و تعمل على استطالة عضلاته و مرنة مفاصله فضلا عن تنظيم عملية التنفس إلى درجة لا تصدق، ويتم من خلال تركيز شديد ينظم العلاقة بين الجسم والعقل، بهدف إضفاء مزيد من سيطرة العقل على مختلف أجزاء الجسم.

وتذكر بعض المراجع أن هناك أدلة على ممارسة الهنود القدماء لألوان عديدة من الرياضة ذات أول فلكلورية مثل سباق المحاريث والعربات التي تجرها الخيل، كما مارسوا المصارعة.

-التربية البدنية والرياضية في الحضارة الإغريقية)اليونان :)تعتبر الحضارة الإغريقية)لايونان القديمة) هي المصدر الأساسي لأغلب الحضارات الأوربية والغربي المعاصرة.

ولقد مارس الإغريق ألوانا عديدة من الرياضات الترويحية كالصيد الفروسية والسباحة، وهي أنشطة كانت تمارس في الأوقات الحرة وكان لكل مدينة ملعبها الخاص لإقامة هذه الألعاب التي كانت مصحوبة بطقوس دينية خاصة، و من المعروف أنه كانت هناك عدة مناسبات دينية ارتبطت بأنواع من المسابقات

الرياضية كانت تقام في ولايات معينة.
و تشير أغلب الدراسات إلى أن الألعاب الأولمبية القديمة قد بدأت في منتصف القرن 13ق.ك في سهل أولمبيا كل أربعة سنوات، و كانت مقتصرة على الإيليين لكن بمرور الوقت أصبح يشارك فيها سائر الشعوب اليونانية، وكانت محضورة على النساء)المشاهدة(فقد يرجع هذا إلى أن الرياضيين كانوا يلعبون وهم عراة الأجسام أو أن مرد ذلك هو لما تتصف به من قسوة و عنف.
وتعد الرياضة في إسبرطة و أثينا أحد النماذج الجديرة بالدراسة التي تعبر عن علاقة نمط المشاركة العامة في الرياضة بالنموذج السياسي الاجتماعي والاقتصادي
التربية البدينة في إسبرطة:
و كانت إحدى دويلات الإغريق و قد تأثرت بالموقع الوعر بين الجبال مما يتطلب الجلد، كما قسم النظام الاجتماعي الناس إلى قسمين أو طبقتين واضحتين هما، السادة والعبيد.
وقد كانت السياسة الخارجية تنحوا و تتجه إلى العدو و فقرض السلطات بالقوة على الدويلات والعشائر المجاورة.
وكانت الإيديولوجية السائدة هي تحم الدولة في حياة الفرد، وكان الإسبرطيون يعتقدون أن الغذاء الدسم يسبب السمنة و الترهل و أنه يعوق ارتفاع قامة الإنسان و نحافته... وكان الإسبرطيون يكشفون عن مواليدهم فمن كان مشوها أو ضعيفا فإنه يوأد أو يترك حتى يموت فوق قمم الجبال.
وفي سن السابعة كان الأطفال يرسلون إلى المعسكر العام) و كان ذلك شرطا لحصول المواطن على حقوقه المدنية(، و كان يدير المعسكر مدرب مسؤول عن التدريب الرياضي يتسم بالخشونة و كانت الأنشطة تقسم بحسب السن و كان الأطفال كبار السن9-10) (ينضمون إلى فريق الكرة و إن كانت اللعبة أشبه بالمعركة الحربية وكانت التمرينات تبدأ بسيطة متدرجة في العنف:) في شكل سباقات جري، و قفز ورمي القرص والرمح، وركوب الخيل والملاكمة والمصارعة(بهدف القوة والجلد لا الرشاقة.

لمحاضرة الرابعة: التربية البدنية في العصر الإسلامي
-التربية البدنية في الحضارة الإسلامية :اهتم المجتمع الإسلامي بالتربية البدينة بهدف التربية الجسمية للمسلم، كما اهتم بالعديد من الرياضات، و تشير العديد من الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة و الأقوال المأثورة على أهمية ممارسة المسلم للرياضة و على أهمية العناية بالجسم.
قال الله سبحانه و تعالى في كتابه الحكيم: "وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة و من رباط الخيل ترهبون به عدو الله و عدوكم و آخرين من دونهم لا تعلمونهم الله يعلمهم و ما تنفقوا من شيء ففي سبيل الله يوف إليكم و أنتم لا تُظلمون" الآية 60من سورة الأنفال
"يا أيها الذين آمنوا ليبلونكم الله بشيء من الصيد تناله أيديكم ورماحكم ليعلم الله من يخافه بالغيب فمن اعتدى بعد ذلك فله عذاب أليم" الآية 94سورة المائدة
وكذلك الأحاديث التي رويت عن الرسول)ص(و التي تدل على اهتمام المجتمع الإسلامي بالتربية البدنية و إدراكه لأهميتها للفرد المسلم.
قال رسول الله)ص(: "إن لربك عليك حق و إن لبدنك عليك حق و إن لأهلك عليك حقا، فأعط كل ذي حق حقه."
وقال رسول الله)ص(: " اغتنم خمسا قبل خمس حياتك قبل موتك و صحتك قبل سقمك، و فراغك قبل شغلك و شبابك قبل هرمك، و غناك قبل فقرك."
لقد حفلت سيرة الرسول)ص(بالكثير من المواقف التي دعا فيها إلى ممارسة الرياضة، بل لقد مارسها بنفسه

و حض المسلمين على التمسك بها، و يمكن لهذه السيرة العطرة أن تصنف على ضوء علاقتها بالرياضة بحيث يمكن أن تقسم إلى:
أقوال الرسول)ص(وتوجهاته بشأن الرياضة: اهتم رسول الله)ص(أشد الإهتمام بحث المسلمين على ممارسة الرياضة و الاهتمام بقوة أجسامهم فيقول: "المؤمن القوي خير و أحب إلى الله من المؤمن الضعيف و في كل الخير"
كما قال "رحم الله امرءا أراهم من نفسه قوة."
و ذكر)ابن القيم(أن حمل الإثقال عمل مباح كالصراع) المصارعة(و مسابقة الأقدام)الجري(فقد مر رسول الله)ص(بقوم يربعون حجرا ليعرفوا الأشد منهم فلم ينكر عليهم ذلك.
و عن سلمة بن الأكوع أن رجلا من أنصار لا يُسبق)من سرعة عدوه(فأخذ يتحدى أناسا أن يسابقوه إلى المدينة، فقام له سلمة بن الأكوع استأذن من الرسول 'ص(فسابق الرجل حتى سبقه ابن الأكوع إلى المدينة، و قال رسول الله صلى الله عليه وسلم خير رجالتنا)مشاتنا(سلمة بن الأكوع.
و لقد كانت بعض الرياضات تؤدى في ساحات المساجد، فقد قال رسول الله)ص(للأحباش وهم يلعبون بحرابهم في المسجد "دونكم يا بين أرفدة لتعلم اليهود أن في ديننا فسحة"
2-ربطه صلى الله عليه وسلم بين ممارسة الرياضة والجهاد و ثوابهما:
لقد ربط الرسول)ص(بين المناشط البدنية الرياضية وبين الجهاد فحث على ممارسة الرياضة بهدف الإعداد البدني للجهاد في سبيل الله، و أكد أشد التأكيد على لتك الرياضات التي تخدم أهداف الجهاد كالرمي وركوب الخيل...الخ. وفي صحيح مسلم عن عقبة قال: سمعت الرسول)ص(يقول: و "أعدوا لهم ما استطعتم من قوة ألا إن القوة الرمي."
3-وقائع ممارسة)ص(للرياضة بنفسه :لم يكتف رسول الله)ص(بمجرد الحض على ممارسة الرياضة و ربطها بالجهاد، بل لقد أعطانا القدوة والمثل في ذلك، فقد مارس الرسول)ص(الرياضة بنفسه و تشهد بذلك الوقائع الكثيرة حفلت بها السنة المطهرة.
و لقد صارع الرسول)ص(عددا من المصارعين الأشداء أمثال تركانة، و ابن الأسود الجنحي و أبي جهل، وكان الغلبة للرسول)ص(، حتى كان ذلك سببا في إسلام بعضهم.
سابق الرسول)ص(السيدة عائشة زوجته فتقول في ذلك: سابقني رسول الله)ص(فسبقته فلبثت حتى أرهقني
الحم)سمنت(فسابقني فسبقني، فقال "هذه بتلك"
ثبت عن الرسول)ص(أنه سابق أبا بكر و عمر بن الخطاب وقد فاز الرسول)ص(ثم تلاه أبو بكر و من خلفهم عمر رضي الله عنهما.
اهتمامه)ص(بتربية الأطفال ولعبهم :و قد حث الرسول الكريم)ص(على معاملة الأطفال على قدر عقولهم و من أقواله) من كان له طفل فلتحابى له(و كان رقيق المعاملة للأطفال، و كثيرا ما كن يدعوهم للعب فكان خير نموذج يُقتدى به في تربية و رعاية الأطفال

المحاضرة الخامسة: تاريخ الألعاب الأولمبية
كانت المهرجانات الرياضية عبارة عن أحداث ذات أهمية دينية خاصة في حياة الإغريق، و كانت تقام كل أربعة سنوات لآلهة الإغريق، و كانت تتضمن الولائم والرقص و الغناء و النشاط الذي يتصف بالبساطة و البسالة و يمتاز بالأداءات البدنية الرفيعة المستوى، و بالرغم من كثرة هذه المهرجانات الرياضية التي كانت تقام بكل أنحاء اليونان، فلقد كان لأربعة منها فقط أهمية خاصة، و أول هذه المهرجانات و أشهرها.

1-مهرجان أولمبيا :الذي كان تكريما للإله زيوس)رب الأرباب في عقيدة اليونان القديمة)
2-مهرجان بثيا :الذي كان يقام في ديلفي، التي كانت تقع شمال خليج كورنثيا، و كان يقام تعظيما للإله أبوللو)إله الضوء و الحق)
3-مهرجان نيميا :وكان يقام بأرجوليس بالقرب من كليونا و كان تكريما للإله "زيوس"
4-مهرجان أثينا :و يقام هذا المهرجان في برزخ كورنث و كان تكريما للإله بوسيدون إله البحر لدى الإغريق.
و كانت المسابقات الرياضية هي حجر الزاوية في هذه المهرجانات، وكان الناس يأتون من كل أنحاء اليونان لمشاهدة الألعاب.
و لما كانت اليونان القديمة مقسمة إلى عدة دويلات فكان من الدائم وقوع الحروب بين هذه الدويلات و لم تكن تتوقف إلا عند الهدنة والتي هي متفق عليها من طرف هذه الدويلات حيث أنه يرجع ذلك إلى المهرجانات التي كانت تقام تعظيما لآلهة الإغريق و أهمها مهرجان ألمبيا)زيوس(، حيث أنهم كانوا يعتقدون بأنه من لم يلتزم بهذه الهدنة فسوف يحل به سخط الآلهة.
1-شروط الاشتراك في الألعاب الأولمبية)القديمة:)
-أن يكون المتسابق قد تدرب لمدة 10أشهر على الأقل
-أن يكون من السادة الأحرار وليس من العبيد
-أن يكون كامل الجسد معروفا في الأوساط الرياضية.
-أن يكون مشهودا له بحسن الخلق و ليس له سجل إجرامي.
-أن يتعهد بأن يتسابق تبعا للقواعد و الأصول المتبعة
-أن يردد القسم الأولمبي
-و كانت المسابقات التي تشتمل عليها الدورة هي: الجري، قذف الرمح، رمي القرص ، المصارعة، الوثب، القفز، رمي الأثقال، الملاكمة، سباق الخيل.
ولم يكن الفائز يتسلم جوائز مادية تقديرا لفوزه إنما كانت الجوائز معنوية أو أدبية، فكان يتسلم إكليلا من أغصان الزيتون، و كان يتمتع بعد الفوز بعدد من الإمتيازات، فيكون بطلا في نظر الجميع كما كانت حكومات بلادهم تفتح في سور المدين فتحة ليمر منها ويطلق عليه اسمه.
ب-التنظيم الرسمي للدورات الفنية :كانت تدوم هذه المهرجانات لمدة 5أيام متتالية و كان يحدث فيها:
اليوم الأول :ينقضي في أداء الطقوس والشعائر الدينية المعروفة لدى الإغريق، كنحر الذبائح و تقديم القرابين موكب المتسابقين، و مع مطلع الشمس ينفخ في الأبواق إيذانا ببدء المباريات و إيقاد شعلة الأولمبياد.
اليوم الثاني :كانت تقام مباريات السباب و انحصرت في خمس مسابقات)الخماسي القديم(وهي الوثب والعدو و رمي القرص ورمي الرمح، و المصارعة أو المنازلة وهي خليط من الملاكمة والمصارعة.
اليوم الثالث :كانت تقام مسابقات الرجال و كانت تتضمن الوثب و المصارعة والعدو أو الجري مسافات طويلة وهم يرتدون ملابس الحرب كاملة و كانوا يمارسون باقي المسابقات وهم عراة
اليوم الرابع :تقام فيه مسابقات الألعاب الخماسية للرحال مع سباق العربات الحربية و سباق الخيل.
اليوم الخامس :يخصص لمواكب المتسابقين و تقديم القرابين و ذبح الأضاحي، وكان الموكب يتقدمه الأبطال الفائزين و قد وضعوا أكاليل الغار والزيتون على رؤوسهم فخرا و اعتزازا.
هذا وقد توقفت الألعاب الأولمبية إبان الإمبراطورية الرومانية على يد الإمبراطور)تيودوسيدس(عام 94بعد إن رأى أنها تخالف بشعائرها الوثنية الطقوس والتعاليم المسيحية.

II-الألعاب الأولمبية الحديثة :بعد جهود مضنية و سعي دؤوب نجح البارون دي كوبرتان (De Cobertin) (في إحياء فكرة الألعاب الأولمبية القديمة وبدأ سعيه اعتبارا من عام 1984م.
وقد تجددت أهداف الحركة الأولمبية الحديثة فيما يؤدي إلى تنمية صفات بدنية و خلقية عالية و إلى دعم روح التفاهم و الصداقة بين جميع أبناء البشر و المساواة فيما بينهم ليقوم بينهم تعاون لبناء عامل أفضل.
وفي اجتماع عقد في باريس حضرة خمسة وسبعون 75عضواً، تقرر إقامة أول دورة عام 1986م بأثينا، و كاد المشروع ، يفشل لولا الدعم المادي للميونير المصر ذو الأصل اليوناني
وتقام الألعاب الأولمبية الحديثة كل 4سنوات و مدتها 16يوم و تشرف لعيها اللجنة الأولمبية الدولية، وهي التي تمنح حق إقامتها لأحد المدن المرشحة.
و تعتبر المدينة المنظمة للدورة هي المسؤولة عن توفير جميع الإمكانيات البشرية والمادية،....و تختار الألعاب من بين الرياضات المعتمدة كرياضة أولمبية، ويكون التنظيم الفني و التحكيم من اختصاص الإتحاديات الرياضية الدولية كل في اختصاصه.
البرنامج الأولمبي والمراسيم:
الألعاب الأولمبية الحديثة تضمنت برامجها المسابقات الآتية:
ألعاب القوى)الجري، الوثب، رمي، تتابع...(والسباحة والغطس و كرة الماء، و التجديف، الزوارق، الدراجات، الرمي بالقوس والسهم، الفروسية، الملاكمة، المصارعة، الجيدو، رفع الأثقال، الجمباز، الرماية، التنس، الريشة الطائرة، كرة القدم، كرة السلة، كرة الطائرة، كرة اليد، الهوكي..
وتبدأ الأولمبياد رسميا بحفل الافتتاح و تنتهي بحفل ختامي يمثل كل دولة مشتركة مواطنوها، ويشترط أن يكونوا من الهواة الذين مارسوا الرياضة لأهدافها السامية وليس من أجل مادة أو ربح أو منفعة.
ويعتبر أن مجرد الاشتراك في الألعاب الأولمبية هو الهدف الأساسي بصرف النظر عما يمكن تحقيقه من فوز و مركز رياضي بطولي...وهذا يفسر اشتراك مئات الرياضيين في مسابقات يعملون مسبقا أن فرصهم في الفوز فهيا ضئيلة جدا.
وتتخذ الحركة الأولمبية الحديثة شعارا لها هو :الأسرع....الأعلى....الأقوى.
كما تتخذ لها رمزا يتضمن مخمس حلقات متشابكة من الأوان التي يمثل كل منها إحدى القارات: وهي الأزرق، الأخضر، الأحمر، الأصفر، الأسود.
تنظيم الألعاب الأولمبية الحديثة:
-يجب أن تقام الدورات الأولمبية في تاريخها و إلا ألغي امتياز المدينة المختارة و لا يجوز أن تأجل الدورة.
-تختار اللجنة الأولمبية الدولية المدينة التي تقام بها الدورة و يكون ذلك قبل 6سنوات إلا في الحالات الإستثنائية.
-توكل اللجنة الاولمبية الدولية أمر تنظيم الدورة إلى اللجنة الأولمبية الأهلية للدولية التي تقع بها المدينة المستضيفة.
-على المدينة التي تتقدم بعرض تنظيم دورة أولمبية أن تتعهد كتابة بمراعاة كافة الاعتبارات و الشروط المحددة للمدن المرشحة.
-أن تقام الألعاب والمسابقات في حدود المدينة المختارة.
أن تتمتع اللجنة الأولمبية الأهلية بالصفة القانونية لأنها هي المسؤولة عن حل أي مشكلة قبل و أثناء و بعد الألعاب.
-يجب أن تنم اللجنة المنظمة للدورة مع اللجنة الأولمبية معارض للفنون التشكيلية)رسم، نحت، تحرير)

و عروض للفنون الشعبية للمدينة المستضيفة.
-يجب أن تؤمن اللجنة المنظمة للدورة إقامة آمنة و مريحة للإداريين و المتسابقين المشاركين في