

المحور الثالث: تاريخ التربية البدنية في بلاد الإغريق والرومان

الدرس الخامس (5)

1- التربية البدنية والرياضية في بلاد الإغريق

تعدّ بلاد الإغريق بمثابة الممرّ الثقافي بين الشرق والغرب، حيث كانت أول أرض أوروبية تتأثر بالحضارة الشرقية، وذلك بحكم امتدادها الجغرافي نحو آسيا الصغرى من الجهة الجنوبية الشرقية، مما أتاح لها فرص الاتصال بالحضارات الشرقية. ولم تكن بلاد اليونان دولة سياسية موحدة، بل كانت تتكون من حوالي عشرين ولاية، تقود كل واحدة منها مدينة رئيسية، وكان من أهمها أثينا وأسبرطة، وقد تميزت كل منهما بنظام اجتماعي وتربوي مختلف عن الأخرى. وكان المجتمع الإغريقي مقسماً إلى طبقات، فثلاً في أثينا سنة 430 ق.م كان:

• 75% من السكان من طبقة العبيد،

• 5% من الأجانب،

• 20% فقط من المواطنين الأحرار.

ولفهم تطور التربية في اليونان، يُقسّم التاريخ الإغريقي إلى أربعة مراحل رئيسية هي:

١. التربية الهوميوية: وتمتد من عصور ما قبل التاريخ حتى إقامة الألعاب الأولمبية الأولى سنة 776 ق.م.

٢. التربية الإسبرطية: وتمتد عبر تاريخ مدينة إسبرطة بأكملها.

٣. التربية الأثينية الأولى: وتمتد من بداية الألعاب الأولمبية الأولى سنة 776 ق.م حتى نهاية الحروب الفارسية سنة 470 ق.م.

٤. التربية الأثينية اللاحقة: وتُعرف بالعصر الذهبي للإغريق، وتمتد من نهاية الحروب الفارسية حتى خضوع اليونان للحكم المقدوني سنة 338 ق.م.

أ- التربية البدنية والرياضية عند الإغريق الهوميريين

استهدفت التربية البدنية والرياضية عند الإغريق الهوميريين بصفة عامة تكوين "الرجل العامل"، وذلك لكثرة الحروب التي تعرضت لها بلاد الإغريق، حيث كان من الضروري أن يكون كل مواطن جندياً قادراً على الدفاع عن وطنه. ولهذا أصبحت اللياقة البدنية ضرورة أساسية، فركزت التمرينات البدنية على تنمية الصفات الضرورية للحروب، مثل:

• القوة،

• الجلد والتحمل،

• الرشاقة،

• الجرأة والشجاعة.

وكانت ممارسة هذه التمرينات تتم بشكل تلقائي، باعتبارها جزءاً من الحياة اليومية، وقد سعى الإغريق إلى تحقيق التكوين الجسماني الشامل، مما يفسر شغفهم الشديد بالرياضة واهتمامهم الكبير بالتربية البدنية. وفي إبان العصر الهومييري لم تكن هناك مدارس نظامية، وكان التعليم يتم داخل نطاق الأسرة، وعلى أيدي الوالدين و كبار السن. وتميزت الألعاب الرياضية في تلك الفترة بالبساطة، وغالباً ما كانت تُقام ضمن احتفالات دينية أو تجمعات ودية يسودها التنافس الشريف، وكان يقوم بها الرجال الأحرار. وقد وردت في الإلياذة والأوديسة صور عديدة تُبرز أهمية الألعاب الرياضية، حيث وصف هوميروس مسابقات العربات التي تجرها الخيول، ومباريات الملاكمة، ثم المصارعة، وسباقات الجري، إضافة إلى المسابقة الأخيرة في رمي الرمح. كما مارس الهوميرون بعض الأنشطة الأخرى مثل الرقص.

ب- التربية البدنية في عصر إسبرطة

بحلول القرن الثامن قبل الميلاد أصبحت إسبرطة ولاية عدوانية، بلغ عدد سكانها ما يقرب 250000 نسمة، بينما لم يتجاوز عدد الإسبرطيين الحقيقيين منهم 9000 نسمة. وكان من الطبيعي أن يتجهوا إلى جعل أنفسهم طبقة عسكرية تُكرّس حياتها للحفاظ على السيادة الاجتماعية والسياسية. وعملت التربية الإسبرطية على تكوين الجندي المطيع الشجاع، القادر على التحمل، والمؤهل لتحمل الآلام والمشقة في المعارك الحربية برباطة جأش. ولهذا تلاقت أغراض التربية البدنية إلى حد كبير مع أغراض التربية العامة، فكانت تؤكد الامتياز العسكري للفرد من خلال التدريب البدني، حتى باستخدام الحركات التعبيرية التي تُبرز جمال الجسم. ولم يُستخدم الرقص في إسبرطة من أجل الجمال والرشاقة، وإنما كوسيلة لإعداد الجندي الكفء.

بعض ألوان النشاط البدني الإسبرطي

كانت الإيديولوجيا السائدة في إسبرطة تقوم على سيطرة الدولة الكاملة على حياة الفرد وتوجيه شؤونه. وكان الإسبرطيون يفحصون مواليدهم، فإذا وُجد الطفل مشوهاً أو ضعيفاً ترك على قمم الجبال ليموت. وفي سن السابعة كان الأطفال يُرسلون إلى المعسكر العام، حيث يتولى الإشراف عليهم مدرب مسؤول عن التربية البدنية والعسكرية، وكان اجتياز هذا النظام الصارم شرطاً أساسياً للحصول على حقوق المواطنة المدنية. كانت الأنشطة تُقسّم على ضوء السن، وكان الأطفال الأكبر سناً (8-10 سنوات) ينضمون إلى فرق لاعبي الكرة، وإن كانت هذه الألعاب أشبه بالمعارك الحربية. وكان غذاؤهم موحداً وبسيطاً وخشناً، وتبدأ التمرينات البدنية بسيطة ثم تتدرج في الشدة والعنف، في صورة سباقات جري، وقفز، ورمي القرص والرمح، وركوب الخيل، والملاكمة، والمصارعة، بهدف تنمية القوة والجلد والرشاقة ضمن نظام عسكري يُعرف بنظام «أغوج».

ج- التربية البدنية والرياضية في أثينا

لم يكن هناك خلاف واضح بين حضارتي إسبرطة وأثينا في القرون الأولى، ثم بدأ التغيير حيث اتجه الأثينيون إلى تكوين مجتمع ديمقراطي أكثر تحراً وتقدماً من جيرانهم الإسبرطيين المحافظين. وقد شجعت المثل العليا الأثينية الفرد على تنمية جميع قدراته العقلية والبدنية بما يجعله شخصية متوازنة قادرة على خدمة الدولة في السلم والحرب. وهكذا بلغت التربية البدنية ذروتها في أثينا بعد أن ازدادت أهميتها كعامل رئيسي مؤثر في القومية ضمن المثل الأعلى العام للتربية. ولم تكن التربية البدنية مجرد وسيلة لتكوين البدن فقط، بل كانت تستهدف تنمية الصفات الفردية عن طريق

النشاط البدني، فأصبح الغرض الأثيني للتربية البدنية متماشياً مع المثل العليا في الجمال والتناسق. وقد اهتم الإغريق بمفهوم الجمال الجسدي، وهو مفهوم تبناه عدد من الفلاسفة والفنانين، إلى جانب الهدف العسكري للتربية البدنية الذي حدده رجال الدولة. وهكذا ركز الأثينيون على قيم الجمال والرشاقة والفن أكثر من تركيزهم على القوة والسرعة والجلد.

ومن أغراض التربية البدنية تنمية الروح المعنوية لدى الفرد. وقد مرت التربية الأثينية بثلاث مراحل رئيسية:

- التربية الأثينية المبكرة: اتصفت بالبساطة ومكارم الأخلاق، ومثلت أسس التقاليد الأثينية، حيث كان صالح الدولة يعلو على صالح الفرد.

- عصر الانتقال: انخفض فيه المستوى الخلقي، وازداد الاهتمام بحرية الأفراد، مما مهد لظهور اتجاهات تربوية جديدة.

- الفترة الأثينية المتأخرة: اتسمت باختلاطها بالحضارات الأخرى وتأثرها بها.

وكانت المدارس في التربية الأثينية تعتمد أساساً على التربية البدنية والموسيقى؛ فكان النوع الأول يُعرف بالـ«بالسترا»، والنوع الثاني هو مدرسة الموسيقى. وفي حوالي سن الخامسة عشرة كان الشاب الأثيني ينتقل من البالسترا إلى الـ«جيمنازيوم»، حيث كان التدريب يشمل الرياضة، والتمارين العنيفة، وبعض فنون الحرب. وقد كانت للألعاب الرياضية منزلة دينية، وبعد ذلك كان الشاب يقسم بالولاء لأثينا، حيث يكون قد أُعدَّ عقلياً وبدنياً وخلقياً ليكون مواطناً صالحاً في أثينا ومستعداً للدفاع عنها عند الضرورة.