

## المحاضرة رقم 7 :التربية البدنية في العصر الروماني

- التربية البدنية في العصر الروماني القديم : لقد عرفت روما التربية الاسبرطية التي كان غرضها التربية البدنية والاعداد العسكرية في عهد الجمهورية، وقد سادت التربية الاثينية التي تهدف الى اعداد الفرد اعداداً متكاملأ من كافة النواحي، تولى الاباء مهمة تربية الاولاد في هذا العصر التي كانت تنحصر في الاعداد العسكري والصحي أو بتعبير اخر تربية عسكرية وخلقية لتحقيق التوسع وتكوين الامبروطورية لذا كان الاعداد العسكري اهمية بالغة في حياة الرومان في العصر القديم ومن اهم مميزات هذا العصر هي:

1. كانت تربية الشباب منحصر على القوة والشجاعة والتحمل والصحة لاعداد المواطن ليكون محارباً لان الحرب هي المهنة الاولى للشباب الروماني .
2. يكون الدخول في التجنيد للجيش الروماني من السنة السابعة عشرة لغاية السابعة والاربعين من العمر ويقام احتفالاً سنوياً للشباب عند دخولهم في مصاف المحاربين .
3. كانت المهرجانات والالعاب هي جزء من حياتهم أذ كانت الالعاب مرتبطة بأعياد المواسم الزراعية ويتطور المجتمع ارتبطت بالطقوس الدينية وتقديم الاقربان للالهة.
4. كانت صفات الروماني تثير المرء الى الاحترام اكثر من المحبة، لذا كانت الخشونة من مميزات الروماني ولهذا أفترق الى الى الميول للجمالية والفكرية .
5. من أهم الالعاب الاطفال كانت تشمل الاطواق والعربات والعرائس والخيول الخشبية وتربية الحيوانات مثل الكلاب والقطط والطيور .
6. أما بالنسبة الى الصبيان كان تدريبهم على أيدي آبائهم لاكتساب المهارات الضروري للحياة العسكرية كرمي السهام والملاكمة والمصارعة والسباحة وتحمل البرد والحر .
7. مارس الرومان العاب الكرة بانواعها واحجامها المختلفة وكان الاساس في هذه الالعاب الرمي والقذف ومن اهم الالعاب التي كانت تشمل الحركة والنشاط فهي :-
  - كرة الكف :- وفيها يحول اللاعب ضرب الكرة باليد المفتوحة موجهاً ايها الى الحائط، ويكرر العملية بعد أن تلامس الكرة الارض ويستمر في هذا اكبر قدر ممكن من المرات .
  - لعبة التريجون :- تلعب بثلاثة لاعبين يقف كل منهما في رأس مثلث وتبدأ اللعبة برمي ولقف كرتين أو ثلاث في وقت واحد .
  - لعبة السفيروماكاي :- تجري في ملعب اقرب الى ملعب التنس، وان يواجه اللاعبون بعضهم البعض
  - لعبة الهارباستم :- كرة محشوة بالصوف والاساس في مزاوله هذه اللعبة بعد قذف الكرة من لاعب الى اخر وهناك خصم يحاول اخذها منهم ويقف في وسطهم وقد اتسمت هذه اللعبة بالقوة والعنف وكانت احياناً تستعمل مسكات المصارعة خلالها .
8. كانت ساحات الحمامات وساحة ماريقوس يقوم الشباب بها بتمارين الركض والقفز والمصارعة، اما المتقدمون في العمر فيلعبون العاب الكرة .

9. المهرجانات الرومانية كانت تقام في الأعياد والمناسبات الوطنية والدينية وكانت تشمل مسابقات الخيول والعربات ولامجال لبقية الالعاب كمسابقات رمي الرمح والقرص وغيرها.

10. نزالات المصارعة الدموية والمميتة كانت موجودة في العصر الروماني القديم وتلقت كل التشجيع والمشاهدة من الجماهير .

11. زاول الرومان الرقص ضمن الشعائر الدينية وكانت الرقصات ذات صابع حربي، اما الطباع التعبيري والجمالي للرقص فلم يلقي الاهتمام من الرومان.

12. وضع الرومان برنامج للاعداد البدني يخدم الجانب العسكري وكان هو الاساس في البرنامج التربوي للشباب ويتضمن الركض والوثب والسباحة والرمي .

- التربية البدنية في العصر الروماني الحديث: عندما اتسعت الإمبراطورية الرومانية ونمت أمكانياتها وقوتها ونفوذها واتصلت بالحضارة القديم الشرقية والاعريقية فأصبحت مهمة علمائها ليس الابتكار بل النقل عن الكتب والمعلومات القديمة بعد الاستعانة بالعلماء والفلاسفة ورجال الطب كانوا ضمن الذين وقعوا اسرى بيدهم خلال حروبهم لذا نقلوا عن تلك الحضارات ما شعروا بأنه ذو فائدة سواء كانت من النواحي الديني او الادبية او العلمية.

ومن اهم مميزات هذا العصر كانت :-

1. بسبب الفتوحات انشأت ظروف اجتماعية واقتصادية بسبب السياسة الخاطئة التي أدت بالتدرج الى سقوط الامبراطورية.

2. في الفترة الاخيرة من الامبراطورية الرومانية بدأت ظهور التداعي والتفسخ في نظام الدولة وتدفق القبائل الهمجية الى البلاد.

3. ابتعاد الرومان عن الضوابط الخلقية الصارمة والعادات والتقاليد القديمة وانغماسهم في الترف وفساد الجهاز الاداري والحكم وسلب الحريات اداء الى سقوط الامبراطورية .

4. ظهور نسبة كبيرة من التفكك العائلي والطلاق وانخفاض معدل المواليد اضافة الى الانحلال الديني.

5. ازداد الرومان الاهتمام بالتربية العقلية والاعتماد على الجيش المعترف مما قلل من أهمية التربية البدنية

6. افتقر هذا العصر إلى القيم المتزنة للتربية البدنية فكان ينظر اليها المحترفون فقط .

7. أن الالعاب كانت وسيلة للتسلية يقوم بها المحترفون أو الاسرى او العبيد .

8. رغم قلة اهمية التربية البدنية في هذا العصر ولكن دعا الكثير من الفلاسفة والمشتغلين في الطب الى مزاولة التدريب البدني وبيّنوا اهميتها للفرد وفي مقدمتهم (جالوس).

9. نصح جالوس بممارسة الالعاب بالكرة باعتبارها افضل تمارين لجميع اجزاء الجسم .

10. في هذا العصر كانت المهرجانات مثل السيرك واستعراض المصارعين تتميز بالاحتراف .

11. كانت الايام المخصص للسيرك 76 يوماً، وازدادت الى 135 يوماً، في عهد ماركوس أوريليوس وذلك عام 354 ق.م، ثم اصبحت 175 يوماً .

12. يمكن تقسيم وسائل التسلية عند الرومان الى الوسائل العامة والوسائل الخاصة ، اما الوسائل العامة فكانت في العهد الجمهوري جزء من الاحتفالات الدينية الكبيرة.

13. من اهم الاحتفالات هي الألعاب الرومانية في عهد جوبيتر وابولو وعيد الام الالهة وفي اواخر العهد الجمهوري كانت هذه الاعياد تشغل مايقارب 67 يوماً.

14. اما الالعاب الخاصة كانت تشمل :-

- العاب برايفت :- التي ينظمها بعض المواطنين وتشكل عرض المسرحيات.
- العاب السيرك :- ولها شعبية كبيرة في العهد الامبراطوري وتتألف العاب السيرك من سباق العربات ونزالات المصارعة وتجري ما بين المحترفين والاسرى والعبيد.
- مصارعة الحيوانات وتجري احياناً ما بين الاسرى والحيوانات المفترسة أو ما بين الحيوانات المفترسة .

## المحاضرة رقم 8 :التربية البدنية في العصر المسيحي الأول وعصر النهضة

عندما ولد السيد المسيح كانت الامبراطورية الرومانية قد بلغت ذروتها وعظمتها العسكرية والسياسية ولكن في الوقت نفسه كانت هنالك عوامل ساعدت على تفكك هذه الامبراطورية ومن اهمها الاختلافات الداخلية، ابتعاد الرومان عن الصفات والعادات والتقاليد والضوابط الخلقية، أن هذه الظروف اخذت تضعف الامبراطورية الرومانية كانت في الوقت نفسه عوامل تساعد على نجاح الدعوة الى المسيح التي كانت تدعوا الى الايمان باله واحد والعطف على الغير والخوف من الحساب بالآخرة .

أن من أهم الاغراض التربوية المسيحية كانت تتسم بالسمو والوضوح وهدفها إعداد الفرد في ظل الايمان باله مقدس وإيجاد علاقات انسانية بين الافراد، لقد ركز رجال الدين المسيحية في الفترة الاولى من القرون الوسطى على النواحي الروحية وإيجاد مثل تربوي وخلقى لذا نجد اكثر رجال الكنيسة قد عارضوا التربية البدنية إلا القليل منهم مثل ( كليمنت ) الاسكندري الذي كانت له افكاره واره فلسفية، حاول هذا الرجل ان يوازن بين الفلسفة الاغريقية والتعاليم الدينية وذلك لاعتقاده بان التمارين والالعاب الرياضية ذات فوائد صحية ورغم ذلك نجد أن الكنيسة قد أبعدت كل ماله صلة بالتربية البدنية من وسائل تربوية وتعليمية وعملت الكثير في سبيل إلغاء الكثير من الألعاب والمسابقات الرياضية وأسباب هذه المعارضة هي ثلاث عوامل :-

1- طريقة الالعاب الرومانية الوضيعة والصلة ما بين الالعاب الرياضية والنشاط البدني الروماني والديانة الوثنية والفكرة المهيمنة بالاخلاق الشريرة في البدن.

2- كان رجال الكنيسة قلقين من دور هذه الانشطة الرياضية على الدين فوجدوها بمثابة القيام بتمثيل عبادة الامبراطورية كما كان يحدث في الكثير من الاحتفالات التي اقيمت لشرف الالهة الوثنية وقد احتوت هذه المهرجانات على طقوس دينية وثنية عرف اباء الكنيسة أن لها تأثير خطيرا على المسيحية لذلك حاولوا منعها تماماً.

3- اعتقاد بأن الجسد كأداة للإثم والخطيئة لذلك يجب اهماله والعناية بالنواحي الروحية فقط.

4- وكانت صيحة المسيحية " انقذوا ارواحكم " .

وعندما بداعت الكنائس الغربية بفتح المدارس كانت الدراسات فيها تنحصر في النواحي الدينية وأهملت النواحي الادبية الوثنية والفنون والعلوم والفلسفة والتربية البدنية، فقد كانت هنالك دعوة الى ادخال التربية البدنية الى المدارس ومنهم كليمنت الاسكندري الذي كان يعتقد بأن المصارعة واللعب بالكرة والمشي عوامل مساعد على النشاط، لقد حاربت الكنيسة الحمام الروماني لاعتقادهم بان التدهور الخلقى هو الذي اوجد عادة العرى والاختلاط بالحمام كما منعت المسيحية من حضور الحفلات الرياضية العامة وكانت العقوبة صارمة . لمن يحضر حفلات السيرك، ويحرم من ملته ولايسمح للمصارع باعتناق الدين المسيحي الابعد ان يعطي التعهد الذي ينص على اعتزاله المصارعة وقد بذلوا جهودا كثيرة في محاولة الالغاء الالعاب الرياضية الاولمبية القديمة حتى نجحت في حملت الإمبراطور كريستيان من الغائها عام 394 ق.م، ميلادية ثم حرمت

نزالات المصارعة عام 404 ق.م، ميلادية، اما الرقص فقد اعتبر وسيلة من وسائل الدين بعد ذلك حرمت هذه الرقصات من قبل البابا زاخارياس بعد الخروج من اهدافها.

وفي هذه الفترة كانت حركة الرهبة المسيحية قد انتشرت بفعل عدم استقرار الاجتماعي والسياسي مما دفع الكثير من الناس الى اللجوء الى الاديرة طلباً للامان والراحة النفسية، والرهبنة كانت تستهدف تغذية الكيان الروحي بدون البدني اي أن الجمال يمثل لديهم الجمال الروحي وليس باجسامهم، لذا لقيت التربية ظروفًا غير مشجعة بل محاربة في العصور المظلمة اذ عمد الرهبان الى تحريم جميع الانشطة البدنية والجمالية التي تمارس من اجل المتعة الدنيوية والتسلية والترويح، وكانت الأديرة المدارس الوحيدة ما بين القرنين السادس والحادي عشر وهي تضم الفتیان والفتيات وكانت هداف المدارس :-

- اعداد الفتیان والفتيات للقيام بالارشاد والوعظ الديني .

- الطفل يلتحق بهذه المدرسة عند بلوغ السابعة او الثامنة من العمر .

- كانت المناهج الدراسية تشمل بالأساس علوم اللاهوت وبعض التدريب على تعلم الحرف والزراعة

وبالإضافة الى تلك النظرة تجاه التربية البدنية من قبل الرهبان وعدم ادخالها ضمن البرامج المدرسية فقد حاولوا القضاء على الدوافع الطبيعية للعب لدى الأطفال.

- التربية البدنية في عصر النهضة : عصر النهضة يطلق على فترة الانتقال من العصور الوسطى الى العصور الحديثة و" القرون 14- 16"، ويؤرخ لها بسقوط القسطنطينية عام 1453 ميلادية، ويدل مصطلح النهضة غالباً على التيارات الثقافية والفكرية التي بدأت في البلاد الايطالية في القرن الرابع عشر حيث بلغت أوجه ازدهارها في القرنين السادس عشر والخامس عشر ومن ايطاليا انتشرت النهضة الى المانيا، فرنسا، اسبانيا والمناطق المنخفضة من انكلترا.

أن تلك التيارات الثقافية والفكرية التي شهدتها عصر النهضة ترجع الى ثلاث نزعات :-

1- العودة الى القدمين ويقصد بها دراسة تاريخ اليونان والرومان والاطلاع على العلوم والاداب والاستناد عليها لبناء نهضة جديدة.

2- اعطاء النواحي الانسانية منزلتها وفي مقدمتها العاطفة وافساح المجال للانسان للاستمتاع بالحياة .

3- العناية بالطبيعة الجامدة التي كان الناس سابقاً ينظرون اليها نظرة احتقار .

كما ظهرت الدول الحديثة في اوربا وارتبط ظهورها بالمنظمات السياسية التي افرزها التطور الاقتصادي، أن النهضة الفكرية والبيعية والاجتماعية التي بدأت في القرن الخامس والسادس عشر كان لها التأثير المباشر على الاساليب التربوية السائدة، ويقول " بولس فرجيوس 1349- 1420" وكان استاذ في جامعة بادو " اننا نسمي دراسات حرة كل الدراسات اللائقة بالانسان الحر، تلك الدراسات التي نحصل بواسطتها على الفضيلة والحكمة وتلك التربية التي تظهر مواهب الجسد والنفس وتنميتها وتسمو بها وتعتبر بحق في المنزلة الثابتة بعد الفضيلة ."

واما على المستوى التربوي فقد تأثرت التربية من خلال عصر النهضة بثلاث حركات تأتي في مقدمتها ظهور المذهب الانساني ثم المذهب السلوكي وبعدها المذهب الواقعي.

### - نظريات واره الفلاسفة في التربية البدنية والرياضية منذ عصر النهضة حتى عام 1800:

- **دفيو بنودافلتر:** كان في مقدمة الذين سعوا لتعميم مفاهيم المذهب الانساني الفردي في ايطاليا 1378- 1446 وقد تمكن من توجيه التربية الانساني لكي تصبح في قالب دراسي وكانت ( الجيوكوز ) مدرسة البلاط التي أنشأها ( دافلتر ) تعتبر في مقدمة المدارس التي أخذت ببرنامج العلوم الانسانية وكانت تلك المدارس تطبق على التلاميذ برامج اجبارية في التربية البدنية والتمارين، وكانت تحتوي على العاب الكرة، الوثب، المبارزة، ركوب الخيل، والتجوال إضافة الى تعليم الجمباز، ومن اهم الاراء والافكار لدى دافلتر:-

1 - عين عدد كبير من المدرسين ليتسنا لهم من تدريس عدد قليل من التلاميذ لاجل تمكنهم من معرفة كل تلميذ بصورة جيدة وعلى ضوءه يضع البرنامج الملائم لكل تلميذ.

2 - اعتقد أن العمل الذهني المستمر والجهد يتطلب التنوع المتكرر مابين الدراسة والالعاب والتمارين والراحة لتجديد نشاط المخ من عناء العمل.

3 - أن الافكار والاراء التي نادت بها العلماء الانسانيون والتي توجب على المدارس تفهم شخصية كل طفل على حده، واحترام الشخصية قد طبقتها دافلتر في مدرسته.

- **جون ميلتون:** الشاعر النكليزي وهو من الغلاة الكلاسيكين " 1608 - 1674 " ومع ذلك فإن ارأوه التربوية كانت تقتصر على اهداف التعليم على التحصيل العقلي وانما لتحقيق هدف خلقي مع الاهتمام بالناحيتين البدنية والجمالية وأهم ارأه :-

1 - اتخذ ميلتون التربية البدنية كوسيلة اساسية لصقل القدرات الفردية واعدادها للناحية العسكرية من خلال ممارسة الفرد للالعاب الشعبية والمشاركة بالمهرجانات الرياضية .

2 - كان يعتقد بأن التربية البدنية تعمل على غرس الشجاعة والاقدام في نفوس الشباب لتبث الروح الوطنية .

3 - اقترح تعليم الشباب في اكااديمية ابتداء من المرحلة الثانوية وذلك من سن الثانية عشر ولغاية الحادية والعشرين .

4 - قسم المنهج الدراسي اليومي الى ثلاث اقسام:- قسم الدراسات، قسم للتمرينات البدنية، قسم الى الواجبات الغذائية وخصص بعدها ساعة ونصف لمزاولة التمارين البدنية.

- **جون لوك:** عالم نفسي من المدرسة التجريبية في علم النفس التي تضم ايضاً ( كوندياك ) في فرنسا و( هريارت ) في المانيا و( هيوم ) في انكلترا " 1632 - 1704 "، وقد عكس لوك افكاره في مؤلفه " بعض الافكار حول التربية " ويمكن تلخيص المبادئ الاساسية لهذا الكتاب بما يلي :-

1 - مبدأ الشطف في التربية البدنية .

2 - مبدأ النفع في التربية الفكرية .

### 3 - مبدأ الشرف في التربية الخلقية .

وقد اعتبر الفيلسوف النكليزي أن اللياقة البدنية هي الأساس في كل بناء تربوي والمثل الأعلى لديه هو " العقل السليم في الجسم السليم " ، وكان لوك يوصي بممارسة التمارين البدنية لتطوير المهارات الخاصة بالسباحة والرقص وركوب الخيل والمبارزة لاعتقاده بانها ضرورية للفرد من الناحية البدنية والصحية .

- جان جاك روسو : وهو مؤسس النظرية الطبيعية وفلسفتها " 1712- 1778 وقد ارتبط الفكر الحديث في القرن الثامن عشر بأسم الفيلسوف والعالم الاجتماعي والمفكر الحر وقد ساهم مع غيره من الفرنسيين مثل ( فولتير ) ، ( مونتسكيو ) ، في تهيئة أذهان الناس الى الثورة الفرنسية حيث هاجم بعنف الحكم الملكي الفردي المطلق الذي كان سائداً في ذلك الوقت .

والتربية من جهة نظرة تسند الى ثلاثة امور رئيسية هي :- ( الطبيعة ويقصد بها طبيعة الناس ، والناس ويقصد به البيئة الاجتماعية، الاشياء البيئة الاجتماعية ) ، وقد قال بان تربية البدن رغم اعماله يعتبر جانب من التربية وليس هذا لانه يضيف القوة والصلابة على الاطفال وحسب وانما لها تأثيرها الاكبر في الاخلاق .

قسم روسو مراحل تربية الفرد الى خمس مراحل في كتاب ( اميل ) :-

✳ - المرحلة الاولى :- من مولد الانسان حتى سن الخامسة وفيها يجب ترك الطفل حراً طليقاً حتى يتعود على مواجهة مشاكل الحياة لذلك فإنه في حاجة الى النشاط البدني .

✳ - المرحلة الثانية :- من 5 - 12 سنة والتربية في هذه المرحلة تربية بدنية وخلقية فمنهج الاعداد يشمل الالعاب والتمثيلات والتدريب البدني .

✳ - المرحلة الثالثة :- من 12- 15 سنة ويرى روسو عدم اللجوء الى الكتب لتعليم الاطفال بل يؤكد على أن الطبيعة هي موضوع الدراسات كالجغرافية والفلك والجبر وان يكون اسلوب التدريس الممارسة العملية ويجب تعويد الطفل في هذه المرحلة على الخشونة والتكشف من خلال ممارسة النشاط الزراعي واليدوي وتساعد على تطوير لياقة بدنية .

✳ - المرحلة الرابعة :- 15 - 20 سنة يجب تعليم الطفل دينياً وخلقياً وتعليم القراءة وتذوق الفنون وممارسة التمارين البدنية العنيفة .

✳ - المرحلة الخامسة :- وفيها يتطرق الى الى تربية المرأة واعدادها لتتحمل المسؤولية بعد الزواج وكان ينصح بالتمارين البدني لغرض المحافظة على الرشاقة .

وقد تأثر الكثير من الباحثين باراء روسو وفي مقدمتهم الالماني يوهان برنارد بيدو 1723 - 1790 ، وقد طبق اراءه التربوية في مدرسة ( الفيلانثروبينام ) ، وصدرت له العديد من المؤلفات، وظهر اول برنامج حديث للتربية البدنية في هذه المدرسة وقام الهيئة التدريسية فيها بمهمة التدريب والاشراف البدني.

## المحاضرة رقم 9 : التربية البدنية في أوروبا بعد عام 1800

1- التربية البدنية في ألمانيا: كانت ألمانيا في النصف الثاني من القرن الثامن عشر تضم حوالي 300 دولة ومدينة حرة تحكم من قبل النبلاء الاقطاعيين ومتأخرة من النواحي الاقتصادية والاجتماعية، واتخذ المصلحون التربية والتعليم كاداة للقضاء على الاقطاع وكانوا يؤمنون بالاراء التربوية القائلة بان افضل طريقة للتربية المتكاملة المتوازنة التي تشمل النواحي البدنية والعقلية، ومن هؤلاء المصلحون الذين تأثروا بافكار جان جاك روسو القائلة باعتبار التربية البدنية جزءا من التربية العامة وأصدر كتاباً كدر به ضرورة ممارس الركض والوثب والتسلق وغيرها من الألعاب.

وكانت لاراء جون سموث 1785- 1839 دوراً في تطوير المفاهيم التربوية وكانت تلك الاراء منبثقة من مجتمعة الذي كان يعاني من الظلم ويعتقد بان تغيير الحالة الاجتماعية لا يكون الا عن طريق التربية، أن هذه الدوليات والمدن كانت متفرقة عام 1806 عندما هاجم نابليون بروسيا الألمانية فدفعها بذلك الى التفكير بالوحدة وتكوين جيشاً ليلحق الهزيمة بنابليون في معركة الامم قرب مدينة لايبزك عام 1813 .

أن حركة التربية البدنية في المانيا ارتبطة بالحركة التربوية السياسية وعندما نشبت حرب التحرير سنة 1813 كان فردريك من اوائل الملتحقين بالقوات المسلحة المحاربة من اجل تحرير المانيا من نابليون، وظهرت بعدها حركة الجمباز وتطورت وبذلك ربطت ثورة التحرر بالتربية البدنية وطبعت بطابع قومي في الماني، وقد حدد فردريك يان اغراض التربية البدنية بما يلي :-

\* - اعتبارها وسيلة فاعلة ومؤثرة في اعداد مواطنين للدفاع عن الوطن ومنحهم القوة .

\* - وسيلة تربوية تساعد على النمو الطفل وتطورهم وتساعدهم لتحمل المسؤولية .

لهذا فقد نشأت حركة الجمباز تحت شعار " حرية البدن، قوة البدن والبشر، والذكاء، والاعتماد على النفس "، وكان المنتمين اليها يسعون الى اكتساب اللياقة البدنية ووضعها في خدمة الوطن ، وعلى المستوى المدرسي لم يحاول فردريك شمولها باراءه لذا كانت حركات الجمباز متحررة من الأنظمة المدرسية، وقام باصدار كتاب ( دليل الجمباز للمدرسة ) وكانت اراءه تتحصر بما يلي :-

1 - وجوب اهتمام المدرسة بالنمو الشامل للطفل بديناً وعقلياً واجتماعياً .

2 - يجب ان تلقى التربية البدنية نفس الاعتبار مثل العلوم الاخرى.

3 - يجب ان يمارسها الجميع باستثناء المرضى.

4 - وضع برنامج تدريبي داخلي واخر في الساحات المكشوفة.

5 - تخصيص ساعة على الاقل في اليوم الدراسي لمادة التربية والخبرة في المدارس الابتدائية ويقوم بالتدريس مدرسوا الفصل.

6 - يشرف على تطبيق المنهج متخصصون في التربية والخبرة في التربية البدنية.

7 - يجب ان يكون منهج التربية البدنية متدرجا يأخذ بنظر الاعتبار التطور البايولوجي ومراحل العمر للبنين والبنات.



8 - شمول منهج التمرينات البدنية على المشي.

9 - يجب الا تغطي التمرينات الشكلية على الألعاب والرقص والرياضة .

وهذه الازاء هي على النقيض من اراء يان لان سبيس يعتبر التمارين باعتبارها عنصراً تربوياً وليس عملية اساسية لذلك يعتبرها جزءاً لا يتجزء من الحياة المدرسية .

اما فون رونشتاين هو ضابط في الجيش الماني " 1810 - 1865 " هو احد معاصرين سبيس وعمل على ادخال طريقة لينج السويدية وخاصة في الجيش والمدارس وقد عين المعهد الملكي المركزي للجيمباز الذي افتتح عام 1851 وكان تحت ادارة مشتركة من وزارتي الحربية والتربية والا أن اصراره على ان طريقة لنج السويدية هي الافضل قد اثارت معارضة له من قبل أنصار يان وكذلك من رجال الطب وفي النهاية اضطر رونشتاين الى الاستقالة من المعهد على أراءه وافكاره ظلت جزء من التربية البدنية والعسكرية والمدرسية منذ عام 1870 ولغاية الحرب العالمية الأولى.

2- التربية البدنية في الدنمارك: كانت الروح القومية هي التي تتحكم بالتربية البدنية كما هي الحال في اكثرية الدول الاوربية وكانت اهدافها تنمية اللياقة البدنية والقدرة القتالية لافراد الشعب ووضعها في خدمة تحقيق الاهداف - الوطنية لذلك نجد أن فرانس ناختيجال الذي يؤكد دائماً أن الحركة التربية البدنية هي للاغراض التربوية يغير ارائه نتيجة الأحداث والظروف المستجدة في اوربا من اجراء اطماع نابليون العسكرية فتاخذت طابعاً عسكرياً ذات اغراض محدودة ولكن افرنس يعود ارائه التربوية بعد انتهاء حرب نابليون ويبدل كل الجهود لنشرها من خلال المعهد الذي افتتح عام 1799 ويعتبر اول معهد للتدريب انشأ في اوربا في ذلك الوقت وفي عام 1804 عين استاذ للرياضة بالجامعة وبنفس العام عين مديراً للاكاديمية الرياضية العسكرية . ولقد لعبت دوراً بارزاً في نشر المفاهيم الرياضية بين صفوف القوات المسلحة حيث ضمنت المفاهيم التربوية النواحي الترويحية البدنية وفي عام 1808 تحولت الاكاديمية الرياضية العسكرية الى المعهد المدني للتمرينات البدنية لاعداد مدرسي التربية البدنية، وبالرغم من التمارين البدنية كانت ضمن مناهج اعداد المعلمين منذ عام 1818 الا انها كانت بدون مفردات ولغاية عام 1821 عندما عين فرانس مشرفاً للتمارين البدنية المدنية والعسكرية قام باعداد دليل للتمارين الابتدائية ثم اعقبه بكتاب اخر على المستوى الثاني، وتتضمن التمارين السلاالم المعلقة وصواري التسلق، وسلاالم الحبال كما كان الطلاب يمارسون الوثب والقفز، والجرى، والسباحة وشد الحبل...الخ.

ان مسيرة التربية الرياضية في الحقل الدراسي في الدنمارك تبدأ منذ 1809 عندما صدر قانون اعتبار مادة التربية البدنية الزامية على طلاب المدارس الثانوية ثم اعقبه قانون اخر اصبحت بموجب مادة التربية البدنية الالزامية على المستوى التعليمي للاطفال من سن السابعة حتى الرابعة عشر ولكن هذا القانون تعثر خلال تطبيقه بعض الشيء ولغاية عام 1828 صدر تشريعاً لاحقاً اوجب تدريس مادة التربية البدنية على جميع التلاميذ ولغاية عام 1904 ، أن حركة التربية البدنية في الدنمارك مرت بمراحل عديدة ومتباينة وكاد ان يقضي عليها في منتصف القرن التاسع عشر بعد موت الملك فريدريك ومجي كريستيان الثامن الذي اهمل

التربية البدنية ولم يقدم لها الاستاذ الكافي لاستمرارية تقديمها وتطويرها مما ادى الى استقالة فرانس من معهد التمرينات البدنية العسكرية عام 1842 واخفاق الذين تولوا ادارة المعهد بالاحتفاظ بالروح السائدة فيه وتطويرها وأصبحت التربية البدنية بمثابة وسيلة لحفظ النظام او العقاب واستمرار الحال هكذا ولغاية عام 1864 اعيدت للتربية البدنية اعتبارها، عندما مرت البلاد بظروف حربية أثارت الشعور القومية لدى الدنماركيين نتيجة لضياع جزء من اراضيها خلال حربها مع النمسا او بروسيا وتجدد الاهتمام بها باعتبارها وسيلة لاعداد المواطنين بدنيا للدفاع عن الوطن، وفي عام 1884 ادخلت تمارين لنج السويدية الى المدارس الدنماركية واندية الرماية ثم إلى الجامعات.

**3- التربية البدنية في السويد:** في اوائل القرن الثامن عشر فقدت السويد اجراء متعددة من مقاطعاتها الواقعة في القسم الشرقي والجنوبي من البلطيق نتيجة الحروب مع روسيا واخذت اطماع روسيا في الاراضي السويدية في الاتساع حتى تمكنت عام 1808 من ضم فلندة اليها، ان هذه الحالة قد اججت روحاً وطنية وقومية لدى الشعب السويدي وقد ساهم في ترسيخها الفلاسفة والمربين والقادة العسكريين وتهدف لتهيئة الشعب السويدي واعداده عسكرياً لاستعادة اراضيها من روسيا القصيرة، لذا نجد الشباب السويدي متأثر بمعتقدات وطنية تتماثل الاراء التي حفزت يان المانيا وربط بين التربية البدنية والحركات التحريرية القومية وكان من اثرت فيه هذه الحالة وألهم بيرهنريك 1776 - 1839 ، الذي اعتقد بان التربية البدنية والاداب يمكن اعتبارها افضل وسيلة لبث الحماس والاندفاع لاكتساب اللياقة البدنية لخدمة تحقيق الاهداف الوطنية ولهذا الغرض وضع برنامج خاص للتدريب البدني اكتسب الكثير من الاشعار والقصص والتمثيلات تمجد الابطال اضافة الى البحوث التي اعددها في مجال التربية البدنية ومنها " دليل التمرينات البدنية عام 1836، ودليل المبارزة بالسونكي في نفس العام ودليل الجندي في التمرينات البدنية ومبارزة السونكي عام 1838 والاسس العامة للتمرينات البدنية .

أن لنج قد وضع مفهوماً متوازناً للتربية البدنية وكان يعتقد بأن التربية البدنية يمكن ان تعمل في اربعة

اتجاهات وهي :-

- 1 - العسكرية .
- 2 - العلاجية .
- 3 - الترويية .
- 4 - الجمالية .

ومما تقدم يمكننا الاستنتاج بان اغراض التربية البدنية في راي لنج تسعى الى تنمية بدنية وصحية وقدرة واستعداد للفرد للدفاع عن الوطن، ولأجل وضع المناهج التدريبية بشكل صحيح وبدون تأثيرات على القلب والجهاز العظمي والاجهزة الاخرى فقد قام باجراء الكثير من التجارب والبحوث لهاذا الغرض كما كان يهدف من هذه الدراسات لفهم الجسم الانساني لتسهيل مهمة وضع تلك البرامج التي تتلائم وقدرته وتطويره البيولوجي.

#### 4- التربية البدنية في بريطانيا: شهد القرن التاسع عشر فترة اضطراب وعدم استقرار في أكثرية الدول

الأوروبية وشمل ذلك بريطانيا أيضا نتيجة الثورة الصناعية وحروب نابليون وكانت التربية البدنية في أكثرية تلك الأقطار موجهة لتقوية القوة القومية ولتدعيم الروح الوطنية وتنمية القدرة العسكرية والبدنية، وإما الانكليز فقد كانوا على النقيض من ذلك فقد اهتموا بتربية الشخصية وتنمية النواحي الاجتماعية واللياقة البدنية العامة.

ومع ذلك فإن لا يعني انه لم تطرح اراء في انكلترة تدعو الى اعداد التربية البدنية ووضعها في خدمة النواحي العسكرية فقد أوصى كل من كلاباس وماكلارن بضرورة تدريب المدنيين على النواحي العسكرية اضافة الى العسكريين وقد وضع تمارين خاصة للقوات المسلحة كما قام باعداد وتدريب عدد من الضباط الصف ولذلك اخذت اراؤه طريقها الى الجهات العسكرية .

ولد ارشبالد عام 1920 ودرس الطب اضافة الى اهتماماته بالتربية البدنية وقد عمل كل مافي جهده لجعل التربية البدنية علماً له قواعده واصوله باعتبارها وسيلة تربوية وانشأ مدرسة خاصة للتدريب على السلاح ثم حولها الى قلعة للتدريب الرياضي واشرف عام 1858 على انشاء قاعة لتدريب في جامعة اكسفورد ونشرو بحوثهم في التربية البدنية في مقدمتهم كتابه ( نظم التربية البدنية النظرية والتطبيق ) عام 1869 ويشمل ثلاثة اجزاء رئيسية :-

1 - التدريب والنمو البدني .

2 - تدريبات الجمباز علمياً وعملياً.

3 - الملحق.

كانت اراء مكلارن تتادى بضرورة جعل التربية البدنية جزءاً من المنهاج المدرسي كما كان من اراءه توسيع قاعة الاستفادة من التربية البدنية بحيث تشمل اضافة الى المجال المدرسي والعسكري الى المصانع ورجال الاعمال وغيرها، وبالرغم من الجهود التي بذلتها في سبيل ارائه في التربية لكننا نجد بريطانيا فيما بعد تأخذ باساليب وطرق لنج السويدية وتعميمها في البلاد .

#### 5- الحركة الاولمبية الحديثة: ارتبطت فكرة إحياء الألعاب الاولمبية الحديثة بالفرنسي " بيير دي كوبرتان "

وأدرك كوبرتان في مطلع شبابه مدى تأخير تطور الحركة الرياضية في فرنسا الى الدول المجاورة لها وخاصة في المانيا وانكلترة لذلك عمل على تكوين جمعيات للألعاب الاولمبية الرياضية ضمنت حوالي 200 ناد رياضي فرنسي وكان أيمان ( كوبرتان )، بأن الرياضة وسيلة فعالة لرفع المستوى الصحي والروح المعنوية لدى الشعب الفرنسي بعد الحرب الفرنسية - البروسية التي حدثت عام 1870 وقد كلفته الحكومة الفرنسية لدراسة الموضوع والاطلاع على تجارب الدول الاخرى .

وفي فترة 1887 قامت البعثة الالمانية بالتنقيب عن الاثار الاغريقية في اليونان وعثرت على بقايا ملاعب أولمبية كالملاعب الاولمبي وبعض قطع الحجر التي كانت تمثل خط اية الركض، تبلورت لدى كوبرتان فكرة احياء الالعاب الاولمبية وقد عكس تلك افكاره في محاضرة القاها في 1892/11/25 م، في اتحاد العاب القوى الفرنسي وقد تبينت الحكومة الفرنسية الفكرة إلى عقد مؤتمر دولي رياضي لدراسة الفكرة

بتاريخ 14/ تموز / 1894 م، وحضرته تسع دول وايدته خمسه اخرى برسائل وفيه تقرر اقامة أو دورة اولمبية في أثينا عام 1896 م، وفي هذا المؤتمر تشكلت منظمة لقيادة الألعاب الاولمبية سميت باللجنة الاولمبية الدولية ضمن ( 15 ) شخصاً يمثلون (12) بلداً وأنتخب أول رئيس لها من اليونان ( فيكلاس ) وسكرتيراً لها ( كوبرتان ).

#### 6- أهم واجبات اللجنة الاولمبية الدولية

- ✱ - إقامة الألعاب الاولمبية بصورة منتظمة .
- ✱ - تعيين مكان اقامتها وتحديد برنامج كل العاب في كل دورة .
- ✱ - تحديد عدد المشاركين فيها .
- ✱ - تسجيل وتدقيق الارقام القياسية الاولمبية .
- ✱ - تقوية اواصر الصداقة بين الشباب في العالم عن طريق الالعاب الاولمبية الرياضية.
- ✱ - محاربة التمييز العنصري .
- ✱ العمل على ترسيخ المبادئ الاساسية للحركة الاولمبية .
- ✱ التأكد على الهوية ومتابعت الاستعدادات لاقامت الدورات الاولمبية كل اربع سنوات مرة واحدة.

## المحاضرة رقم 10: التربية البدنية في العصر الإسلامي

- التربية البدنية في الحضارة الإسلامية: اهتم المجتمع الإسلامي بالتربية البدنية 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 تتفقوا من شيء ففي سبيل الله يوف إليكم و أنتم لا تظلمون" الآية 60 من سورة الأنفال

"يا أيها الذين آمنوا ليلونكم الله بشيء من الصيد تناله أيديكم ورماحكم ليعلم الله من يخافه بالغيب فمن اعتدى بعد ذلك فله عذاب أليم" الآية 94 سورة 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): " اغتتم 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 ببحث المسلمين على ممارسة الرياضة و الإهتمام بقوة أجسامهم فيقول: "المؤمن القوي خير و أحب إلى الله من المؤمن الضعيف و في كل الخير"

كما قال "رحم الله امرأ أراهم من نفسه قوة".

و ذكر (ابن القيم) أن حمل الإقتال 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 يسبق (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 (مشائتنا) سلمة بن الأكوع.

و لقد كانت بعض الرياضات تؤدي 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 فسبقتني، 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 فلتحابي له) و كان رقيق المعاملة للأطفال، و كثيرا ما كن يدعوهم للعب فكان خير نموذج يُقتدى به في تربية و رعاية الأطفال.

## المحاضرة رقم 11: التربية البدنية في عصور النهضة

إن عصر النهضة في أوروبا يبدأ من القرن 14 م إلى القرن 16م، وهذا المصطلح ( النهضة يعني المولد أو البعث الجديد، و هذه المرحلة تعد المرحلة الانتقالية من العصور المظلمة في أوروبا على العصور الحديثة. و لقد حدثت طفرة و ازدهار للعلوم الفنون و للأدب في عصر النهضة، و قد تحررت الفلسفة التي كانت سائدة في العصور الوسطى والتي كانت قائمة على أساس الاعتماد والاهتمام بالعقل والروح على حساب الجسد، و أصبحت تنظر نظرة واحدة لهذه النقاط الثلاث، حيث أصبح العقل والروح ولجسد عملة واحدة. و أطلق على رواد هذا الفكر في تلك الحقبة اسم الإنسانيون.

### أهم خصائص الحركة الإنسانية في عصور النهضة:

- الاهتمام بالإنسان و بنمه ليصبح محور التربية و توجيهه إلى التنقيف الذاتي و النمو الشامل والمتعدد الجوانب.
- اهتمام التربية بالفنون والأدب و الشعر والموسيقى و الرسم...الخ بعد أن كانت هذه الدراسات تُعد كفرا.
- الاهتمام بأمور الحياة و الاستمتاع بها بعدما كانت مقتصرة على الأمور الأخروية في العصور الوسطى.
- الاهتمام بالتربية الجسمية بعد إهمالها في القرون الوسطى والحرص على إكساب التلاميذ بعض المهارات الحركية.
- الاهتمام بتعليم البنات باعتبار التربية حق لكل فرد
- الاهتمام بالمتعلمين و بعناصر تشويقهم للتعلم من خلال التدريس و مراعاة ميولهم و اهتماماتهم الشخصية.

وبذلك أصبح هدف التربية في عصر النهضة هو بناء الإنسان المتكامل، للإسهام في حياة مجتمعه من خلال تنميته عقليا و بدنيا وروحيا.

أهم الرواد الذين نادوا بأهمية التربية البدنية في هذه العصور:

### جوهان كومينوس: (1596م - 1671م)

اهتم كومينوس بمناشط اللعب والرياضة في تربية الطفل وهو يعد من رجال الدين الذين اهتموا بالروح من خلال العناية بتربية الجسم.

فقد كان كومينوس يرى أن الجسم يجب أن ينمو من خلال الحركة كما ينمو العقل عن طريق الكتب، ولذلك فقد قسم اليوم المثالي إلى ثلاثة فترات وهي على النحو التالي:

- فترة للنوم
- فترة للنمو العقلي
- فترة للعب والترويح.

وكان يرى كومينوس أن للعب أهمية في حياة الطفل لونه من الوسائل التربوية لتحقيق التوازن بين النمو الجسمي والنمو العقلي.

**روجر أشام: (1515م - 1568م)**

يعد روجر أشام من التربويين البارزين في الحركة الإنسانية في إنجلترا ممن كان لهم دور هام في تطوير الفكر التربوي، و لقد نادى بأهمية التربية البدنية في إعداد المحاربين و يكتونها من الوسائل التربوية للاستجمام وتوفير الراحة العقلية للفرد و قد حث روجر أشام على ممارسة الشباب لأوجه النشاط الرياضي والتي من أهمها: الجري و القفز و الرقص و التنس و الصيد و السباحة و المصارعة و الرماية بالقوس و ركوب الخيل.

**ليون ألبرتي: ( 1404م - 1476م)**

لقد أكد ألبرتي على أن الشخصية المتكاملة للفرد يجب أن تنمو من خلال التدريب البدني و لذا يرى أنه يجب على الشباب المشاركة في أوجه النشاط البدني التي تنمي المهارة و القوة الجذ و ذلك كتمارسهم لألعاب الكرة و الوثب و السباحة و البارزة و ركوب الخيل.

كما أشار ألبرتي إلى أهمية التربية البدنية في تربية الفرد و ذلك لكونها وسيلة تربوية هامة لتنمية و بناء الجسم و زيادة المقاومة الطبيعية لجسمه من ثم وفاته من الإصابة بالأمراض و يعد ليون ألبرتي من أبرز المربين في الحركة الإنسانية و ممن كان دور في المجال التربوي في إيطاليا.



## المحاضرة رقم 12: 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 اللواتم 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 أثينا:** الذي كان يقام في ديلفي، التي كانت تقع شمال خليج كورنثيا، و كان يقام تعظيما للإله أبولو (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 10 أشهر 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.

و لم 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 5 أيام 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 إيذاناً 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 للرجال 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 94 بعد 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 اعتباراً 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 حضره خمسة وسبعون 75 عضواً، تقرر إقامة أول دورة عام 1986م بأثينا، و كاد المشروع ، يفشل لولا الدعم المادي للميونير المصر ذو الأصل اليوناني

وتقام الألعاب الأولمبية الحديثة كل 4 سنوات و مدتها 16 يوم و تشرف عليها 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 الاتحاديات 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 رسمياً بحفل الافتتاح و تنتهي بحفل ختامي يمثل كل دولة مشاركة 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 فيها ضئيلة جدا.

وتتخذ الحركة الأولمبية الحديثة شعارا لها هو: الأسرع....الأعلى....الأقوى.

كما تتخذ لها رمزا يتضمن خمس حلقات متشابكة من الألوان 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 ألغى امتياز المدينة المختارة و لا يجوز أن تأجل الدورة.
- تختار اللجنة الأولمبية الدولية المدينة التي تقام بها الدورة و يكون ذلك قبل 6 سنوات 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 تتم 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 هذه الدورة.

- المراجع باللغة العربية:

1. أمين أنور الخولي (1996): أصول التربية البدنية والرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. - - - - - (1996): الرياضة والحضارة الإسلامية، دار الفكر العربي، القاهرة.
3. مصطفى السايح وحسن عبد المنعم (2007): فلسفة التربية البدنية والرياضة.
4. محمد خير علي مامسر (2001): الموسوعة التاريخية لتطور الحركات الرياضية في الحضارات القديمة والحديثة.

- المراجع باللغات 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 ; éducation 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 v république la conquête de l'éducation nationale 1969-1981, Vuibert,

