

## المحاضرة الثامنة

### التربية البدنية عند الإغريق:

الإغريق من الأقوام التي تتكلم اللغات الهندية الأوروبية وهم ليسوا من جنس واحد وعلى الأكثر من ثلاثة عروق كعرق البحر الأبيض المتوسط والأقوام الأمينية ولا سيما من كريت مع الأقوام الآرية، أما الاسبرطيون فهم أقرب إلى النورديين ويعتقد أن موطنهم الأصلي كان الواحات ومناطق الرعي في جنوب روسيا إلى بحر قزوين بينما يرجح البعض الآخر ان يكون وادي الدانوب الأعلى هو مهدهم الاصلي.

#### 1- التربية البدنية في العصر الهومييري وأهدافها ومميزاتها:

هاجرت القبائل الاغريقية القديمة إلى شبه جزيرة اليونان من شمالي أوروبا إلى جنوبها متتبعه الأنهار والسهول حتى وصل البعض منها إلى آسيا الصغرى والآخر إلى جزيرة كريت وقسم منهم تدفق على بلاد اليونان وقد خاضت القبائل الهيلينية حروبا ومعارك ضد السكان الأصليين لشبه الجزيرة حتى تمكنوا من السيطرة عليهم وبعد الاستقرار بدأت فترة زمنية من التاريخ الإغريقي عرف باسم العصر الهومييري.

#### أهداف التربية البدنية في العصر الهومييري:

- 1- اعتمد الهيلينيون على أسس تربوية أساسها الإعداد البدني لتهيئة مجتمع قوي يعتمد على القوة البدنية القتالية لذا وجب على كل فرد في المجتمع إعداد نفسه إعدادا يؤهله القتال والتغلب على الخصم.
- 2- كانت التربية البدنية للغرض العسكري بالدرجة الأساس وكانت منزلة الفرد تحدد على ضوء قوته البدنية ومقدرته القتالية.
- 3- أصبح كل مواطن جنديا مؤهلا للدفاع عن الوطن ومطالباً بالتدريب المتواصل لرفع عناصر اللياقة البدنية لديه كالقوة والمطاولة والرشاقة والسرعة وغيرها من التمارين البدنية التي يؤديها تلقائياً باعتبارها نشاطاً ترويحياً طبيعياً.

#### مميزات التربية البدنية في العصر الهومييري:

- 1- ان الرياضة والألعاب في ذلك العصر تميزت بالروح العسكرية هدفها تطوير القوة والتفوق البدني واشغال وقت الفراغ والترويح.
- 2- كانت التربية البدنية ذات طابع استعراضى اذ كان القادة ورؤسائهم الفئة الوحيدة التي تتنافس فيها للفوز بالبطولات الرياضية المختلفة فيما عدا بعض المسابقات التي كان يسمح للجنود بالمشاركة فيها مثل رفع الأثقال ورمي السهام.
- 3- كانت ملائمة لما تتطلبه حاجات المواطنين وظروفهم فأقبلوا عليها بدافع ذاتي بقصد المحافظة على لياقتهم البدنية وبالتالي على القوة واللياقة القتالية.
- 4- لم يكن هناك تنظيم بالمعنى الدقيق لعملية التدريب والإعداد الفني بالطريقة التي عرفها الإغريق في العصور اللاحقة.

#### 2- التربية البدنية في إسبرطة:

أخذ نفوذ مدينة اسبرطة يمتد الى المناطق المجاورة لها وذلك في بداية القرن الثامن قبل الميلاد حتى تمكنت من السيطرة على لاكونيا التي تشمل النصف الجنوبي في شبه الجزيرة البلقان وكان عدد الاسبرطيون الأصليون لا يتجاوز تسعة آلاف نسمة لذا كانوا يشكلون الطبقة العسكرية المسيطرة على الدولة والتي تسعى لتطبيق التقاليد الاجتماعية والسياسية الخاصة بهم و المتوارثة عن اجدادهم الهوميريين، لذا فإن الهدف الأساسي من التربية هو (التربية البدنية العسكرية لغرض إعداد جيش قوي قادر على تحقيق أهدافهم الإغريقية) وتميزت اسبرطة بهذا الاتجاه التربوي بتأثير ثلاثة عوامل هي :-

1- البيئة الجغرافية

2- النظام الاجتماعي

3- العلاقات السياسية

وقد أطلق على القبائل من أصل دورياني الاسبرطيين نسبة إلى قوة أجسامهم وقدراتهم على التحمل بسبب طبيعة البيئة التي تطلبت الكفاح المستمر وبذلك أصبحوا يمثلون الطبقة الأولى في هذا المجتمع الجديد وتليهم الطبقة المتوسطة وهم أتباعهم والطبقة الثالثة وهي طبقة العبيد سكان تلك المنطقة الأصليين.

وشمل التدريب العسكري الرجال والنساء حيث كانت النساء مطالبات بالحصول على لياقة بدنية مناسبة لاعتقادهم بأن ذلك يحقق ثلاثة أغراض هي: -

1- اعتقادهم بان الام التي تمتلك صحة جيدة وجسم قوي تلد أبناء أصحاء وأقوياء.

2- مساهمة المرأة بالدفاع عن الوطن عند الحاجة الى جانب الرجل.

3- قيام الام بالإشراف على تدريب اولادها منذ السنة الاولى ولغاية بلوغ الولد السادسة من عمره والبنات السابعة من عمرها.

### 3- التدريب البدني في اسبرطة وفق البرامج التدريبية المعدة من قبل الدولة:

كان التدريب البدني يتم وفق مفهوم اكتساب الإنسان مهارات وصفات بدنية تحقق مستوى عالي في مجال الخدمة العسكرية وكالاتي: -

1- كان التدريب البدني للنساء يبدأ منذ السابعة من العمر وحتى بلوغهن سن العشرين وهو السن الذي يسمح لهن بالزواج وبعدها تتخلى عن ممارسة التدريب البدني.

2- كان البرنامج التدريبي الخاص بالمرأة والتي تضعه الدولة يتماشى مع البرامج التي يتلقاها الرجل.

3- مارست المرأة الاسبرطية، الركن والمصارعة ورمي الحلق والسهام حتى تصبح نشيطة، فضلا عن السباحة والرقص في المناسبات الدينية الوطنية.

4- فرضت التربية الإغريقية اجراء الكشف على الأطفال عند ولادتهم من قبل أشخاص مخولين من قبل الدولة للتأكد من صحتهم واكتمال خلقهم وعدم وجود نقص أو ضعف فيهم.

5- في حالة عدم اكتمال خلقة الطفل ووجود نقص وضعف فيه، يؤخذ من والديه ويترك على قمة جبل (تاپ جنيوس) ليموت لأن المجتمع لا يقبل الا الاشخاص الاقوياء والاصحاء القادرين على الدفاع عن اسبرطة وتحقيق أهدافها.

- 6- تحملت الأم مسؤولية التربية منذ ولادة الطفل حتى دخوله المدرسة، وكان الأولاد يعتبرون مجندين الى الدولة منذ اليوم الأول لدخولهم المدرسة ويستمترون في الخدمة العسكرية حتى بلوغهم الخمسين من عمرهم.
- 7- تمر تربية الشباب بعدة مراحل تعليمية وتدريبية حيث تبدأ بالتدريب على المناورات العسكرية واستخدام الاسلحة والقيام بعمليات الاستكشاف وذلك عند بلوغ الطفل الثامنة عشر من عمره.
- 8- يبدأ الشاب بالمشاركة بالمناورات العسكرية الكبرى والمعارك الفعلية بعد بلوغه العشرين من عمره ويلزم بأداء تمارين رياضية معينة فضلا عن التدريب العسكري وبدون انقطاع.
- 9- عند بلوغ الشاب الثلاثين من عمره يمنح كافة الحقوق باعتباره قد اجتاز مرحلة الإعداد والاختبار وأصبح مواطنا يمكن الاعتماد عليه ويستمر في الخدمة العسكرية.
- 10- يعمل في تدريب الناشئين حتى بلوغه سن الخمسين.
- 11- شمل البرنامج التدريبي على رياضات الركض وفنون القتال والوثب العريض والسباحة والمصارعة والملاكمة وركوب الخيل ورمي القرص والرمح والبانكيريتيوم (ملاكمة ومصارعة) وألعاب الكرة.
- 12- كان البرنامج التدريبي متدرجا يأخذ بنظر الاعتبار التطور البيولوجي من حيث العمر والجنس، حيث كانت التمارين تعطى من السهل الى الصعب، كالركض والوثب ثم تتسلسل بالقوة والشدة مع تقديم مراحل العمر حيث تصبح أكثر صعوبة كرمي الرمح والملاكمة.
- 13- كانت التربية محدودة الأفق تنحصر في تحقيق هدف واحد هو خدمة الجانب العسكري على حساب التربية الروحية.
- 14- تجري الدولة اختبارات سنوية للتأكد من قابليات شبابها البدنية وروحهم المعنوية لمعرفة مدى شجاعة وقدرة الشباب على تحمل الألم فضلا عن تمكنهم في المهارات العسكرية.