

المحاضرة السادسة

التربية البدنية في الهند وأغراضها

منذ الألف الثاني ق.م استوطن الهند فرع من فروع العنصر الآري بعد أن هزم الشعوب الأصلية هناك والتي كانت تنتمي إلى العنصر الآري الأوربي.

تميز المجتمع الهندي بصفتين:

1- الروح الطبقيّة من الوجهة الاجتماعية.

2- مذهب الحلول من الوجهة الدينية.

من الناحية الطبقيّة انقسمت الهند إلى أربع طبقات هي كآلاتي: -

1- طبقة البراهمانيين أو الكهان وشملت المعلمون والمشرعون.

2- طبقة الكشاتريا (المحاربين)

3- طبقة الفايزا (الصناع)

4- طبقة السودرا (العبيد)

من الوجهة الدينية عملوا على كبت الشخصية الفردية والامتزاج مع مبادئ (البراهما) عند الهنود.

علل/ قلة اهتمام الهنود قديما بالتربية البدنية:

1- كانت فلسفتهم الدينية لا تقر النشاط البدني حسب تعاليم (بوذا).

2- ضرورة الامتناع عن ممارسة الألعاب أو التمتع ببعض اللهو والنشاط الاجتماعي.

3- تعارض مبدأ إنكار الذات والتقشف مع الاهتمام بالبدن والصحة.

4- كان لمناخ الهند الحار تأثير سلبي اتجاه الإعداد البدني.

5- لم يعرف عن الشعب الهندي سمات النزعة العسكرية التي كانت تشجع الإعداد البدني.

● أغراض التربية البدنية في الهند:

1- زاول الهنود التمرينات البدنية للغرض العسكري وفق متطلبات الأسلحة المتوفرة، شمل التدريب

العسكري رمي السهام من الأرض أو من ظهر الحصان والفيل، إذ تميز أهل الشمال بالفروسية أما

الجنوبيون برعوا في ركوب الفيلة، واستخدموها في الحرب.

2- ساهمت بإعداد الرماح في لغرض التعبير الديني في المعابد ولغرض التسلية.

3- زاول بعض طبقات المجتمع الهندي ألعاب كرمي النرد وقذف الكرة ومسابقة المحاربيث وألعاب

الرشاقة والمصارعة والملاكمة.

4- إتباع نظام للتربية البدنية والعقلية يرمي إلى ربط الجسم والحس والعقل في إطار واحد سمي

(اليوجا) وهو نظام يعتمد على إيجاد ارتباط ما بين النواحي البدنية والذهنية والروحية وتمارينه

تشمل الكثير من الحركات الخفيفة الشكلية التي تعتمد على الرأس والذراعين والساقين.