

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسة الاولية (الصباحية – المسائية)

فلسفة و تاريخ التربية الرياضية

اعداد

الاستاذ المساعد هبه حميد وادي

المدرس المساعد دنيا عبد المنعم محمد علي

الفصل الاول

المدخل في تاريخ التربية الرياضية

المبحث الاول :- التاريخ الانساني تعريفه ومفهومه

التاريخ اصطلاحاً: هو جملة الاحوال والاحداث التي يمر بها الفرد او المجتمع كما يصدق القول على الظواهر الطبيعية والانسانية.

يعرف التاريخ في اللغة تعريف الوقت، وتاريخ الشيء وقته وغايته

والتاريخ ايضا علم يبحث في الوقائع والحوادث الماضية وحقيقته كما قال ابن خلدون "انه خبر عن الامتاع الانساني الذي هو عمران العالم ، وما يعرض لطبيعة ذلك العمران من الاحوال مثل التوحش والتأنس والعصبيات. واصناف التغلبات للبشر بعضهم على بعض وما ينشأ عن ذلك من المالك والدول ومراتبها وما ينتحله البشر باعمالهم ومساعدتهم من الكسب والمعاش والعلوم والصنائع وسائر ما يحدث في ذلك العمران بطبيعته من الاحوال" الا ان بعض المؤرخين يقتصر على ذكر الاخبار والوقائع من دون ان يذكر اسبابها وبعضهم الاخر يابى الاقتصار على التعريف بالحوادث الماضية فيمحص الاخبار ويعلل الوقائع ويستبدل بالتسلسل الزماني ترتيبا سببيا يرجع فيه الحوادث الى اسبابها والوقائع الى احوالها، فاذا جعل المؤرخ همه تمحيص الاخبار ونقد الوثائق والاثار كان تاريخه انتقاديا واذا استخرج من ذكر الاحوال الماضية عبرة تتم بها فائدة الاقتداء لمن يروم ذلك في تربية النشء كان تاريخا اخلاقيا واذا عني بأخبار الدول وعلاقتها بعضها ببعض لإفادة منها في تدبير الدولة كان تاريخه سياسيا واذا تجاوز ذلك كله الى تعليل الوقائع لمعرفة كيفية حدوثها واسباب نشوئها كان تاريخه فلسفيا؟

مرت كلمة تاريخ بتطورات عديدة في الثقافة العربية ، فقد بدأت بمعنى التقويم والتوقيت في صدر الاسلام واحتفظت بهذا المعنى لفترة ثم صارت بمعنى اخر هو تسجيل الاحداث على اساس الزمن لتحل كلمة التاريخ تدريجيا محل ما كان .

اذن فالتاريخ :

هو تسجيل ووصف وتحليل للأحداث التي جرت في الماضي على اسس علمية محايدة للوصول الى حقائق وقواعد تساعد على فهم الحاضر والتنبؤ بالمستقبل.

المبحث الثاني :- اهمية دراسة تاريخ الحركة الرياضية

ان الحياة في ماضيها وحاضرها وحدة عضوية تتفاعل فيها مختلف العناصر وتتكامل وهي ملتقى مؤثرات متداخلة . لذلك لا يمكن للانسان تفهم حدثاً من الاحداث الا اذ تفهم الحياة كلها كما انه لا يمكن ان يدرك جزءاً من التاريخ ادراكاً صحيحاً الا اذ فهم التاريخ البشري بكامله الذي يشمل الحياة البشرية الماضية بجميع مظاهرها تجاه الاعداد البدني او التربية الرياضية، مما تقدم يتضح لنا اهمية دراسة تاريخ التربية الرياضية لارتباطها بالتاريخ الانساني منذ عصور ما قبل التاريخ حتى الوقت الحاضر لدى مختلف الاقوام والشعوب والاطلاع على المفاهيم التي اعطيت من قبلها للتربية الرياضية باعتبارها وسيلة تحقيق اغراض معينة اختلفت باختلاف نظرة تلك الاقوام اليها.

وتتجلى اهمية دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضة بمايلي:-

١. تسهم في تحديد الخطأ والصواب وغرس المفاهيم التربوية الاخلاقية
٢. ان التاريخ الرياضي الموثق يعرفنا بالأحداث والحقائق ومدى صدقها
٣. يعرفنا بالأحداث والوقائع ومصاحبها من تغيرات في اقامتها واساليب تطورها ومنهجها وبرامجها
٤. يعرفنا التاريخ الرياضي عن مكان القوة والضعف في ممارسة النشاط البدني والتربوي الذي سارت عليه
٥. يطلعنا على الجوانب المشرقة للإنجازات الرياضية التي حققها الابطال لكي نفتقد اثرها ونقف عند جوانبها السلبية لتجاوزها واصلاح عيوبها وتجنبها والابتعاد عنها
٦. نستلهم من دراسة تاريخ التربية البدنية والرياضة العبر للمستقبل من خلال بث الروح الجديدة وشحن همم الرياضيين في التنافس في خير الصلاح والعطاء

الهدف من دراسة تاريخ التربية الرياضية

ان الهدف من دراسة تاريخ التربية الرياضية بما يلي:-

١. استخدام التاريخ او الاستفادة منه في سبيل تحقيق اغراض تؤمن بها وتعمل على تحقيقها في سبيل الاستفادة من تجارب شعبنا والشعوب الاخرى في هذا المجال.

٢. ان كل مشكلة من مشكلات التي تعترض تطور حركة التربية الرياضية لها جذورها واسبابها.
٣. وضع استراتيجية للتخطيط العلمي يعتمد على دراسة التاريخ الرياضي للنهوض بمستوى الرياضة في قطرنا
٤. القضاء على المفاهيم الخاطئة ونشر المفاهيم الحديثة للرياضة والتي تهدف الى تطوير الفرد بدنيا وعقليا واجتماعيا ونفسيا
٥. استخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الاخطاء وتجنب الوقوع فيها .

الفصل الثاني

تاريخ التربية البدنية والرياضة في المجتمعات القديمة

المبحث الاول :

التربية البدنية في المجتمع البدائي

لم تكن التربية البدنية في المجتمعات البدائية برامجها منظمة ولم تكن تزاولها في اوقات معينة اذ ان الرجل البدائي لم يكن بحاجة الى تخصيص وقت معين لممارسة الانشطة البدنية اذ انها تشكل الجزء الاكبر من حياته اليومية من خلال سعيه للحصول على قوته اليومي او حماية نفسه من البيئة المعادية ، لذا نجد الانسان البدائي ذا جسم قوي واجهزة عضوية سليمة ، وقد اظهرت الدراسات ان لميول الانسان القديم دورا كبيرا في ممارسة نشاطه البدني ومن هذه الميول البحث عن الطعام والرغبة في الحماية من الاعداء والزواج والتكاثر والرغبة في استخدام العقل والعضلات والخوف من المجهول واللامالوف ، وطبيعة الانسان الانسان الاجتماعية ومن كل ذلك نشأ الصيد والقتال وفي الوقت الحاضر النشاط الحركي سواء كان هذا النشاط عملاً او لعباً فيتوقف على العامل النفسي الدافع لنشاط معين، فالعمل يتصف بالحاجة والضرورة وله صفة الاجبار بشكل عام ، اما اللعب فداو فعه داخلية وتلقائية وغرضه المتعة والترويح.

ومن هنا تتضح لنا اهداف التربية البدنية في المجتمع البدائي وهي:-

١. تهدف التربية البدنية ان يتعلم الفرد كيف يبقى حياً منذ الطفولة فالطفل يتعلم اولاً قواعد السلامة ثم يتعلم مع ازدياد عمره كيف يوفر لنفسه الطعام والمأوى والكساء.

٢. التدريب على فن الدفاع عن النفس والايمان بعقائد الجماعة والعشيرة وحمايتها وعليه فأن للتربية البدنية في المجتمع البدائي مكاناً مرموقاً .

وكانت للتربية البدنية في المجتمع البدائي ثلاثة اغراض رئيسية :-

أولاً :- الكفاية البدنية

أدت الكفاية البدنية دوراً متميزاً في بقاء الانسان لأنها الركيزة الاساسية التي اعتمد عليها في مواجهة الاخطار الطبيعية والاعداء وكذلك بقاء العشيرة تعتمد على تمتع

اعضائها بصفات بدنية كالرشاقة والقوة والسرعة والمطاولة اللازمة لمواجهة المصاعب لذا كانت القبيلة تشجع الاهتمام بالكفاية البدنية باعتبارها وسيلة لزيادة الضمان في فرص البقاء.

ثانياً:- التماسك الاجتماعي (الشعور بالانتماء الى الجماعة)

ان التماسك الاجتماعي ضرورة قصوى للإنسان البدائي وقد ساعدت التربية البدنية على خلق فرص لتنمية الوعي الاجتماعي وتقويته ولقد اصبح النشاط البدني بعد ذلك وسيلة لتعليم الاطفال والفتيان تقاليد القبيلة وكانت الرقصات العشائرية والحركات الجماعية والالعاب بمثابة اداة استغلها قادة القبائل لتنمية الروح الجماعية

ثالثاً:- الترويح

عرف الانسان البدائي الترويح خلال مطاردته للحيوانات يومياً التي زاولها لاجل الحصول على غذائه هذا فهو لم يوجه كل طاقته نحو العمل بل كان يسعى لخلق لحظات للراحة عن طريق الرقص واللعب،

لم يعرف المجتمع البدائي المدرسة النظامية بمفهومها الحالي وكان الوالدان يقومان بتربية الاطفال اذ كان عليه ان يقوم بتقليده والده في رمي الحربة او الرمح وكانت الظروف هي التي تتحكم في تعليم الاطفال المهارات الحركية التي يحتاج اليها اي عنصر من عناصر اللياقة البدنية التي لا بد ان يحصل عليها ويطورها.

المبحث الثاني :

التربية البدنية في حضارة وادي الرافدين والاثار المكتشفة التي فيها مشاهد رياضية:-

حضارة العراق القديم او ما يسمى (بلاد ما بين النهرين - وادي الرافدين) احتلت هذه الحضارة مكانة بارزة في التاريخ البشري القديم، وساهمت بشكل ملحوظ في تقدم المجتمعات القديمة التي كانت تعيش الى جوارها في مجالات عديدة واصبحت مثلاً رائعاً يضرب به لدرج سكان هذه البلاد في تقدم الحياة الانسانية وتطورها.

في هذه العصور كانت التربية تهدف الى جعل الناشئ يشق طريقه في الحياة العملية معتمداً على نفسه وتولى مهمة التربية الكهنة فقاموا بتعليم الكتابة ودراسة التاريخ المتعلق بملوكهم وابطالهم وعرفوا القصص والشعر الحماسي وكانت المهارات العسكرية تشكل الجزء الاساسي من برامج التربية البدنية وممارسة الالعاب تعد وسيلة للاحتفاظ باللياقة البدنية من اجل الاستعداد الدائم للدفاع عن الوطن وكان ابناء النبلاء يتلقون بجانب الدرس تهذيباً يتولى القيام به بعض العبيد وكان الاطفال يمارسون اللعب والسباحة ويتلقون دروسها تحت اشراف مسؤولين ووجدت بعض الادلة التي تثبت ان

الشباب من ابناء الطبقات العليا كانوا يتلقون دروساً تعليمية في التمرينات البدنية وكذلك السباحة والرماية والقوس والنشاب وركوب الخيل.

اغراض التربية البدنية في العراق القديم :-

١. الغرض العسكري:-

كان السومريون في عصر فجر السلالات يثمنون التدريب البدنية لايجاد الجيوش القوية لأسناد دولتهم وحمائتها من الاطماع الاجنبية والدفاع عن تربة الوطن لذلك اوجدوا نظاما يعد الاول من نوعه في تاريخ الحضارات من حيث الاسلحة والحرب وقد حفظت لنا القطعة الاثرية المعروفة بأسم (راية اور) بعض اساليب القتال التي عثر عليها في المقبرة الملكية وكذلك القطع الاثرية التي عثر عليها في لكش مثل " نصب النسور" واستعمل العراقيون القدماء ايضا العربات الحربية في المعارك وهذا ما نلاحظ في (راية اور) اذ نشاهد في الحقل الاعلى من العربة الملكية وبجانبها الملك الذي يقود الجيش كما نشاهد في المشهد الاسفل اربع عربات حربية وهي متشابكة في القتال مع جيش العدو وهي تتسع لاربعة مقاتلين.

وفي بداية عصر فجر السلالات اصبحت القوة العسكرية اكثر فاكثر في القوات المتماسكة من راكبي العربات والمشاة الكثيفة ، وان الاسلحة ذلك الوقت هي الرمح والسيف والسيف المقوس الذي على هيئة اوراق الشجر ثم استعمل القوس والسهم. كما تذكر النصوص المسمارية الكثير عن التجنيد العسكري (قانون حموراي) وفي العصر الاشوري تطورت الجيوش المتدربة القوية بشكل كبير كما تطورت الاسلحة المستخدمة كالمقالع والرماح الطويلة والفؤوس والعربات الخفيفة ذات العجلتين والدبابات او الكباش لدك الحصون والمدن.

ونتيجة الفتوحات الخارجية في زمن الدولة الاكدية وخاصة في زمن سرجون الاكدي فقد تطور نظام الجيش واسلوب تدريبه ونوع اسلحته، وكذلك تطور اسلوب الحرب ونظامه وتعبئته الذي كان يعتمد على خفة الحركة والمناورة في الهجوم والدفاع معتمدا على الاسلحة الخفيفة وادخلوا نظام مبارزة رجل لرجل وهذا يتطلب لياقة بدنية عالية تعتمد على تطوير جميع عناصر اللياقة البدنية كالسرعة والقوة والمطاولة والخفة والرشاقة ويأتي ذلك من خلال التدريب الشاق المتواصل وفق برامج تدريبية منظمة.

٢. الغرض البيئي:- لقد كان للعامل البيئي الذي ساعد على العناية بالاعداد البدني

من قبل العراقيين القدماء هو عنف البيئة الطبيعية لبلاد وادي الرافدين قديماً لذا كانت تدعو الى تدريب بدني عنيف للسيطرة عليها والمتتبع لاساطير وادي الرافدين مثل اسطورة الخليقة البابلية الشهيرة يمكن معرفة الجهود التي بذلها العراقيون الاوائل للسيطرة على بيئتهم النهرية الصعبة اذ يمكن تفسيرها انها رمز اسطوري لسيطرة الانسان على تلك البيئة وترويضها لصالحه.

٣. الغرض الديني:-

كان للعامل الديني اثره دعم الاعداد البدني وتمثل في مزاوله الكهنة للمصارعة واننا نعتقد اساس هذا الدعم هو العامل العسكري اذ اعطيت المصارعة قدسية لدفع العراقيين لمزاولتها لانها كانت تشكل الاساس في اعداد المقاتل العراقي لان القتال قديما كان يعتمد على الاشتباك القريب .
اما الغرض الترويحي فلم يكن لدى العراقيين غرضا اساسيا ولكنه عرف ضمناً.

الاثار المكتشفة في حضارة العراق القديم التي فيها مشاهد رياضية :-

توجد في المتحف العراقي ببغداد والمتاحف الجنوبية العديد من القطع الاثرية التي فيها مشاهد رياضية تعود الى العصر السومري (فجر السلالات) والبابلي والاشوري وهي تمثل مختلف الالعاب الرياضية.
المصارعة :-

١. عثر على لوح من الرخام يمثل القسم الاسفل من ثلاث مراحل من نزال المصارعة بين مصارعين عثر عليه في خفاجي ويقدر زمنه بنحو (٢٦٠٠ ق.م) وتمثل الوضعية الاولى القسم التحضيري للمسكة والشكل الثاني كسر مركز الثقل في المصارعة الحرة والشكل الثالث انتهاء المسكة وانتصار القائم بتطبيقها وعدول عن خصمه بنظرة الى الخلف .

٢. عثر على كسرة من لوح من الحجر في تل حرميل نقش بمشهد يمثل مصارعين في وضعية التهيؤ للنزال يقدر زمنها بحدود (٢٦٠٠ ق.م) كما عثر على قطعة شبيهه بالاولى وفيها نزال مصارعة تعود الى الفترة الزمنية ذاتها .

٣. عثر عام ١٩٣٦ في منطقة خفاجي من قبل الدكتور سبايرز استاذ بجامعة بنسلفانيا على قطعة اثرية تعود الى عصر فجر السلالات السومري ويقدر زمنها بنحو (٢٦٠٠ ق.م) على شكل تمثال برونزي لمصارعين يحمل كل منهما جرة فوق راسه وان وضعية المصارعين وانتصاب الرأس تدل على ان كل منهما يحاول جهد الامكان ابقاء جرته فوق رأسه كما ان مسكتها تدل ان كل منهما يحاول اخلال توازن الاخر لاسقاط جرته وهذا يجعلنا نعتقد ان المصارعين يمارسان مصارعة تختلف في ممارستها وقوانينها عن المصارعة التي عرفناها في القطع الاثرية السابقة لانها تعود الى الفترة الزمنية ذاتها اي بحدود (٢٦٠٠ ق.م) انها نوع من المصارعة المتطورة يمكن تسميتها بمصارعة التوازن .

٤. عثر على قطعة اثرية رخام ابيض ذات عروق منشورية الشكل سميت (مسلة بدره) تحتوي على ثمانية مشاهد اربعة منها افقية واربعة اخرى عمودية المشهد الرئيس لهذه المسلة خاص بالمصارعة ويتكون من نزالين او مرحلتين المرحلة الاولى منه الوضع الابتدائي الذي يعين شكل الوقوف، ووضع المسك من اجل اداء المسكة والمرحلة الثانية فيه وتمثل وضع اداء المسكة الذي يظهر فيها واضحا كسر مركز الثقل احدهما من اجل حمله

ورميته على الارض وهذا النوع من المسكات هو مايسمى اليوم بالمصارعة الحرة.

والى اليسار مشهد جانبي فيه رجلان واقفان ومتجهان الى اليمين حيث المصارعة جارية ويحمل كل منهما عصا صغيرة ترمز العصا احيانا الى السيطرة والسيادة وهذا يفترض انهما يقومان بمهمة خاصة لعلها مراقبة المصارعين اي (التحكيم) ووفق تعليمات وانظمة خاصة بهذه اللعبة.

والمشهد الموجود على الجانب الخلفي للمسلة فالقسم الاعلى من تتألف من ثلاثة اشخاص عراة راکعون على الركبة اليمنى والساق اليسرى منتصبية (وضعية الركبة والنصف) واليدان الاعلى ويرتدي الثلاثة الحبل الغليظ الخاص بالمصارعة ، وان مشهد هؤلاء الاشخاص الثلاثة في حركة مستمرة وهم متأهبون للانتقال للوضعية الاخرى والقدم اليمنى مرفوعة لهذا الغرض وهذا يعني ان المصارعة كانت تصاحبها العاب رياضية اخرى ربما انهم عداؤون في وضعية التهيؤ للمباشر بالركض.

٥. توجد في المتحف العراقي قطع اثرية فيها مشاهد نزلات مصارعة لها علاقة بعيد رأس السنة الذي يعود الى (٥-٨ الالف سنة قبل الميلاد) وكان يقام لغرض انزال المطر .

-: الملائكة:-

اثبتت التنقيبات بأن السومريين قد زاولوا الملائكة واستعملوا اقدم قفاز في تاريخ الملائكة وكانوا يرتدون لباساً خاصاً بالملائكة يتكون من تنورة قصيرة تمتد الى الركبة وهو بذلك يختلف عن لباس المصارعة مما يدل على مدى تطور الالعاب لديهم اذ اوجدوا لكل لعبة زياً خاص بها.

١. عثر على ختم اسطواني يمثل بداية نزال (مصارعة ملائكة) من العصر السومري الاخير في حدود (٢٠٥٠ ق.م) في تل حرمل.

٢. عثر على مجسم فخاري يعود الى العصر البابلي يقدر زمنه (٢٠٠٠-١٧٥٠ ق.م) ويمثل مشهد ملائكة ويلاحظ ان كلا الملائكين يرتدي الملابس الخاصة بالملائكة اضافة الى كفوف خاصة.

-: السباحة:-

ان طبيعة ارض بلاد الرافدين ووجود النهرين العظيمين دجلة والفرات والاراضي التي تغمرها المياه في جنوب العراق واطلاله على الخليج العربي كان عملا ودافعا لممارسة السباحة والغوص وقد عثر على قطعة تعود الى العصر الاشوري يظهر في ثلاث جنود احدهم في وضعية السباحة بطريقة الصدر، بينما الاخران وهما يعتليان

القربة المنفردة المنفوخة ويضعها كل منهما تحت صدره ويمسك بيسراه احد رأسي القربة ويوظف يمينه كمجذاف يعمل حركة صوب الجهة المطلوبة

التجديف :-

ان اوضح صورة معبرة عن التشابه بين سكان منطقة الاهوار في جنوب العراق الحاليين واسلافهم السومريين تبرز من خلال اعتمادهم الرئيس في معظم اوجه انشطتهم على القوارب ويرى بعض الباحثين ان القوارب المستخدمة حالياً انما هي صور طبق الاصل للقوارب القديمة من حيث شكلها ومواد صناعتها واسلوب تسييرها.

الصيد:-

مارس العراقيون الصيد اذ عد من الوسائل المهمة في اعداد المقاتلين وانه من الالعاب المسلية في اوقات الفراغ ومارسه الملوك خاصة صيد الاسود اذ عثر على مسلة صغيرة تعود الى ٣٠٠٠ ق.م فيها مشهد لصيد الاسود وكلنوا يصيدون الماعز والغزلان والاستعانة بالكلاب لذلك.

المبارزة :

يعد السيف من اقدم الاسلحة التي عرفت في بلاد الرافدين كما يظهر في (راية اور) التي تعد من اثنان وانبس القطع الاثرية وهي مصنوعة بطريقة التطعيم بالاصداف والاحجار الملونة الجميلة مثل حجز اللازورد وقد قسمت الى حقول وان الاشتباك مع العدو يظهر ان السلاح الشائع هو الرمح والسيف المقوس وكذلك السيف على هيئة اوراق الشجر وان العراقيين الذين اوجدوا نظام المبارزة رجل لرجل كما نجد جلامش يستعمل السيف في قتاله ضد الوحش خمبانيا.

وقد عرفت حضارة بلاد وادي الرافدين العديد من الاحتفالات والمهرجانات التي كانت تقام في المناسبات الدينية والوطنية والعسكرية ، مروراً على بعض الشواهد المدونة او المصورة لهذه المهرجانات فأنها تعكس لنا دلائل الخطط المبرمجة لتنفيذ هذه الاحتفالات فمثلاً كانت احتفالات رأس السنة البابلية تستغرق لحد عشر يوماً من نيسان ويشهد كل يوم منها نوعاً من الممارسات والفعاليات على الرغم ان طابع الطقوس الدينية وقراءة الادعية والتراتيل كان يغلب الاحتفالات ولكنها تكشف عن جانب اخر بأنها كانت احتفالات تخضع لمراسيم وبرامج معدة ومعها معدات وملابس خاصة وانها تكرر سنوياً ومن جانب اخر فان صورة بعض القوارب المحفورة على الاختام الاسطوانية تكشف لنا بوضوح عن الطابع الاحتفالي لهذا القوارب اذ يصادف قارباً حور مقدمته ومؤخرته بحيث يوحي شكله بشكل حيوان معين وهو يحمل عرش الاله.

ان هذه الصورة توضح ايضا جانب المعدات واللوازم والملابس التي تستخدم مثل هذه المناسبات مما يؤكد كونها مهرجانات مبرمجة ودورية ومن دلائل برمجة الاحتفالات

ما يذكر عن قراءة لاسم (شهر اب) العراقي القديم فإنه كان يدعى (شهر جلامش) وان ايامه التسعة الاولى كانت تقترن بفعاليات من رياضة المصارعة ربما تثنينا لذكرى البطل المصارع وهناك الكثير من الباحثين يعتقدون ان العراقيين القدماء كانت لهم العبا رياضية تقام سنويا على غرار الالعاب الاولمبية وان الالعاب العراقية واقامتها انتقلت فيما بعد الى الفينقيين الذين نقلوها بدورهم الى بلاد الاغريق وهناك الكثير من الادلة تثبت ان (هرقل) هو جلامش العراقي بل ان الكثير من حوادث ملحمة جلامش قد تأثر بها (هيوميروس) في ملحمة الالياذة الاغريقية. ان معظم المهرجانات والاحتفالات في العراق القديم كانت من نوع الاحتفالات الجماهيرية الواسعة اذ كان يشارك في احيائها معظم الناس وكان الكهنة ورجال الدولة والملك يحضرون هذه الاحتفالات احياناً. ومن جانب اخر وصل الينا تراث الحضارة العراقية القديمة الشيء الكبير من دلائل الالعاب الرياضية المختلفة منها ماجاء في مشهد او صورة تمثال واخر جاء موصوفا ببراعة في تسجيلات ادبية ودينية. وبسبب كثرة نواذر هذه الاشارات عن المصارعة والملاكمة والسباحة والفروسية والتجذيف والصيد والركض وغيرها عدها البعض من النشاطات الحياتية العامة التي كانت تشهد مشاركة واسعة فعاليتها ولم تكن الالعاب الرياضية تجري لهدف اللعب والتسلية وللترويح فحسب وانما كانت مجموعة عوامل تدفع للممارسة هذه الالعاب وتشجع عليها.

ومن نماذج الفنية المبتكرة التي تؤكد اهمية بعض الممارسات والفعاليات الرياضية (مسلة الاسود) المشهورة التي يحدد زمنها الى (الالف الرابع ق.م) نحتت بالاسلوب البارز صورة رجال يطعنون برماحهم او يرمون بسهامهم اسودا وبالتالي فإن المشهد وغيره يؤكد ضرورة تطوير المهارات على استخدام الاسلحة القديمة وتنمية القابليات البدنية لاغراض الحروب فحسب وانما لاغراض الدفاع عن النفس ضد الحيوانات الكاسرة ولاجل صيد ومن بين الالعاب الرياضية التي كانت تخضع للمنافسة من اجل اختبار اللاعب الافضل هي رياضة الركض للمسافات البعيدة فمن الامور المؤكدة ان الملوك والحكام كانوا يستخدمون نوعا من الموظفين يشبهون (ساعي البريد) الى حد كبير يحملون الرسائل والوامر والتعليمات التي يبعثون بها الى حكام المدن والمقاطعات التابعة لهم وكان مثل هؤلاء يقومون الابناء المسافرين ممن يتميزون بالقدرة على الركض السريع لمسافات طويلة اذ تعتمد على سرعتهم ومطاولتهم بتحقيق بعض الامور العسكرية وخاصة اوقات الحروب لذلك فإن اختبارهم كان يخضع لمباريات منظمة من دون شك وصولاً الى تحديد الافضل،

وكانت الفروسية والرماية والالعاب المائية والتدريبات البدنية تعتبر مساوية للتعليم الذي تميز باهتمامه بالناحية الذهنية حيث كانت بابل تمجد بطولات المحاربين وهذا يعني ان الركنين الاساسيين للمهرجانات الرياضية كانا معروفين في العراق القديم لاعداد البرامج وتكرر اقامتها دوريا وسنوياً لان العراق القديم عرف المهرجانات والاحتفالات.

المبحث الثالث:

التربية البدنية في مصر القديمة .

اول من اعطى مفهوماً فلسفياً للتربية البدنية والرياضة هم المصريون القدماء واعتبروها جزءاً لا يتجزأ من التربية العامة ولهذا كانت الصفة الغالبة على برامج التربية في المدارس المصرية القديمة قد شملت تربية الابدان الى جانب تربية العقول وكان للطبيعة المصرية اثر في تحبيب الرياضة الى نفوس واقبال المصريين على ممارستها على مدى فصول السنة بالاضافة الى طبيعة حياتهم وظروفهم التي دفعتهم الى ذلك. ان غالبية الناس يعملون في الزراعة وكان ذلك يتطلب العمل بالحقول باستمرار . مارس الشعب المصري الالعاب الرياضية باشكال والوان مختلفة وابتكروا العاباً اخرى كالمصارعة والملاكمة وحمل الاثقال والقفز الطويل والتحطيب والعدو وهناك الكثير من الاثار المصرية القديمة التي حفظت وصورت تلك الفنون والالعاب الرياضية بقواعدها واطواعها المختلفة.

احتل اللعب مكانة خاصة في نفوس الاطفال وكان فلسفة ذلك لتنمية مواهبهم وخاصة في نفوس الاطفال وكان فلسفة ذلك هو لتنمية مواهبهم وقدراتهم العقلية والبدنية وكان تشجيع الاباء واضحاً وعرفوا الالعاب الجماعية ووضعوا قواعد خاصة لها وكان الغرض من ذلك هو التسلية والمتعة وكسب صحة الاجسام ورشاققتها كان الاولاد يشاركون في المصارعة ويشجعون ويقبلون على ممارستها سواء كان ذلك عن ادراك او وعي تربوي من قبل الاباء او رغبة من الابناء في ممارستها لعنفها وتوفر لها متعة تشبع رغباتهم واطهار مواهبهم.

كانت السباحة تأتي في مقدمة الالعاب التي زاوالها المصريون القدماء واثبتت بعض لوحاتهم التي رسموها على جدران معابدهم انهم عرفوا السباحة وهي واجبة التعلم لانها تلعب دوراً اساسياً في انقاذ حياته وحياة زملائه ، كما توجد الكثير من اللوحات الاثرية التي تبين ان المصريين قد توصلوا الى عمليات انقاذ الغريب وهم اول من استخدم التنفس الاصطناعي عند انتشار الغريق كما انها كانت تعتبر من الالعاب المائية وكان للاغنياء منهم احواض سباحة بهم في منازلهم ، اذ كانت السباحة من الرياضات المحببة الى نفوس المصريين ووضعوا لها رمزا هيروغلوياً فاتقنوها واهتموا بها ووضعوا القواعد والاسس الفنية فنقشوها على الجدران ووصفوها في الملاحم والاساطير ونظموا لها سباقات بين الشباب.

كما كانت رياضة التجذيف معروفة لديهم ويذكر ان "منحوتب " قد تبارى مرة مع مائتي شاب ضد تيار ماء في نهر النيل وقد تفنن بها المصريون وصنعوا مختلف انواع سفن التجذيف والقوارب الشراعية وكانت من الهوايات المفضلة لدى الكثير من الشباب والمستحبة للنساء اللواتي كن يمتلكن قوارب خاصة صنعت وزخرفت بشكل جميل وكن يخرجن للتجذيف في البحيرات ونهر النيل والاحواض الخاصة بالقصور في مختلف المناسبات وتصاحبها ضربات المجاذيف ودق الطبول والالات الموسيقية واصوات الغناء

وتوجد الكثير من القطع الاثرية واللوحات التي تمثل مشاهد مصارعة منها لوحات من الدولة القديمة اشترك في اوضاعها صبية صغار، ولوحات من الدولة الوسطى ادى اوضاعها فنية محترفون ولوحات من الدولة الحديثة اشترك في اوضاعها فنية مجنون اهم تلك اللوحات التي تمثل مشاهد مصارعة صغيرة عثر عليها في مقبرة (بتاح حتب) وتعود الى الدولة القديمة وفيها ستة اوضاع للمصارعة مع العاب خفيفة اخرى يؤديها صبية صغار وكذلك عثر على كثير من المشاهد تعود الى (٢٠٠٠ ق.م) تقريباً في مقبرة بني حسن وعثر على لوحة فيها ٢١٩ وضعا للمصارعة لا يتشابه فيها وضع مع اخر وتعود الى الالف الثاني قب الميلاد.

اما المبارزة فهي احدى الرياضات التي تفرعت من المصارعة وظهرت نتيجة لتطور الرياضة بعد ان دخلت الى التدريبات العسكرية وتمارينها فظهرت المصارعة بالاسلحة والمبارزة بالسيف واصبحت المبارزة بالسلاح من الالعاب والمباريات الشعبية المستحبة والشائعة بين المصريين اذ ظهرت في نقوشهم المبارزة بالعصي ، وقد برعوا في رمي السهام ويذكر ان "منحوتب" كان يصيب هدفا نحاسياً سميكا فيخرقه سهمه كما تمكن من اصابة اربعة اهداف من عربته فاخترقتها السهام وكانت بسمك ثلاث بونصات وكانت المسافة بين هدف واخر عشرة امتار.

مارس المصريون بعض الالعاب الشبيهة برفع الاثقال في القرن العشرين قبل الميلاد . وكانت الممارسة تتكون من رفع غرارة مملوءة بالرمل حتى ثلاثة ارباعها وترفع بذراع واحدة عالياً مع الحفاظ بها قدر الامكان عالياً.

كانت الملاكمة هي اللعبة الرياضية التي اعتمد عليها الجيش المصري في تدريب المقاتلين وقد عثر على صورة لرجل يسدد لكمة الى وجه خصمه والخصم يحاول صدها بيديه وتعود الى القرن الرابع عشر قبل الميلاد.

برع المصريون القدماء بالعباب الجمباز والالعاب الاستعراضية الجماعية التي يشترك فيها الفتيان والفتيات وتتمثل بالحركات البهلوانية المعروفة حالياً (بالعباب الاكروباتيك) التي تجمع بين الرشاقة والتنافس كما مارسوا العابا حقيقية تشبه بعض الالعاب الجمناستك الحالية، وكان هناك نوعين الفرق الاستعراضية واحدة خاصة بأحياء الحفلات والاعياد الدينية وتجمع بين الحركات التوقعية للحركة والتمثيلية التعبيرية كرقصات البالية وهناك حفلات خاصة يقيمها الاشراف في مناسبات مختلفة ، وكان المشاركون من اعضاء الفرق يرتدون الازياء الرياضية المختلفة. وكانت العاب الكرة للبنات بحيث تلعب بكرة في كثير من الاحيان في وقت واحد بيدين منفرجتين او بيدين متقاطعتين على الصدر كما يفعل لاعبو السيرك الان.

لقد رمزت الفنون المصرية الى فلسفة التربية البدنية والرياضة وبينت فيهما طائفتين من الرياضة البدنية هما:-

١. طائفة يسيرة الاداء بسيطة الاوضاع تستهدف الرشاقة وتربية البدن بالاضافة الى الترويح واللهو وكانت تلعب قرب الدور واماكن التعليم يؤدي فيها المشاركون حركات شبيهة بالجمباز.
٢. طائفة من الالعاب يتطلب ادائها جهداً بدنياً كبيراً مهارة فائقة وتمارين مستمر ويؤديها الهواة المحترفين والعسكريين مثل المصارعة والسباحة والركض والقفز والتجديف.

المبحث الرابع :

التربية في بلاد فارس

سكن سكان بلاد فارس في بيئة مناخية اختلفت عن البيئة التي عاش فيها الهنود في المنطقة الواقعة بين بحر قزوين شمالاً والخليج العربي جنوباً، وينحدر اصل الفرس الى الجنس الاري استقروا فيها في القرن الثامن عشر قبل الميلاد ، وتمتعت بلاد فارس بمقومات جغرافية صعبة تمثلت بمناخ متقلب على مدار السنة ووجود الهضاب والمرتفعات الجبلية العالية والوديان العميقة ورغم ذلك فقد كونت حضارة كبيرة عام (٥٥٨-٣٣١ ق.م) سقطت على يد الاسكندر الاكبر (الاسكندر المقدوني)

وقد تجلت اهداف التربية في بلاد فارس بالاتي:-

١. تحقيق الاستقرار الاجتماعي عن طريق حماية نظام الحكم والتوسع على حساب الشعوب الاخرى.
 ٢. هدفها كان محددًا في اعداد الفرد بدنيا للغرض العسكري لغزو الشعوب المحيطة بهم والاعتداء عليهم والتوسع على حسابهم بذلك اعتمدت التدريب البدني على كأساس لتلك النظرة التربوية مما احدث خللاً في الجوانب التربوي الاخرى.
 ٣. تحملت العائلة مسؤولية ابنائها حتى السابعة من العمر اذ يصبح تحت اشراف الدولة واغلب الظن انها كانت مقصورة على ابناء الطبقة العليا واما بناء الفقراء فقد كانوا لايتلقون الا تربية محددة جدا.
- وفق هذا المفهوم كانت التربية البدنية تحتل المكانة الاولى في النظام التربوي الفارسي وقد اشرف على تدريبها رجال الطبقة العليا من مجتمعهم وتجري التدريبات في الفناء الملكي او في الساحات العامة وفق برامج اعدت من قبل الدولة ويبدأ من بلوغ الطفل السابعة من عمره حتى احواله على التقاعد اذ يقسم على المراحل الاتية :-

١. من السابعة حتى الخامسة عشر يتعلم فيها الاسس الاصولية للتدريب البدني العسكري.

٢. مت الخامسة عشر حتى بلوغه الخمسين يلتحق في صفوف الجيش،

٣. بعد اكماله الخمسين واحالته على التقاعد يكلف بمهمة التدريب.

ان مرحلة الاعداد كانت تخضع لبرنامج اوضحه "هيرودوت" بقوله يشمل ثلاث نواح هي (ركوب الخيل- استخدام القوس والنشاب- قول الصدق) من سن الخامسة حتى العشرين، فضلا عن تمارين الصباح وتشمل الركض ورمي الحجارة بالمقلاع ورمي الرمح والمشي للمسافات طويلة.

المبحث الخامس:

التربية البدنية في الهند

برجع تاريخ الهند الى الجنس الاري التي كانت تسكن اودية الهند الخصبة وتعرضت اراضيها الى الغزو من قبل الشعوب الارية الوافة من نهر الدانوب في اوربا وترتب على ذلك اقامة حضارة عريقة يرجع تاريخها الى اكثر من خمسة الالف سنة ظهرت فيها العديد من الامبراطوريات التي شقت طريقها في الحياة وكونت علاقات تجارية وثقافية مع الحضارات الشرقية كحضارة وادي الرافدين ووادي النيل مماكان له الاثر في تقدمها الحضاري.

وكان للعوامل البيئية ، ونشأة الاديان والطائفية وقيام النظام الطبقي أثره في تكوين حضارة على وفق نموذج غير قابل للتعديل أو التغيير وتختلف بأصولها عن اصل الشعوب المستوطنة.

ويتميز المجتمع الهندي بفئتين :-

أ. الروح الطبقيّة من وجهة الاجتماعية.

ب. مذهب الحلول من الوجهة الدينية

ت. فمن الناحية الطبقيّة كان المجتمع الهندي مقسم طبقات لكل منها حقوقها وامتيازاتها، ولايجوز الارتقاء من احداها على الاخرى كما لايجوز التزاوج فيما بينها.

يتكون المجتمع الهندي من اربع طبقات :

١. طبقة البراهماتيين: وهي الطبقة التي تتمثل برجال الدين (الكهان) الذين يتحكمون في امور وشؤون الحياة والدولة ويحتفظون بحقوقهم.

٢. طبقة الكاشترية او طبقة المحاربين: وهي الطبقة التي تتمثل في شؤون وادارة الحكومة والجيش في وقت السلم والحرب.

٣. طبقة الفايزا: هي الطبقة التي تمثل من يعمل في المهن الحرة من تجارة وصناعة وزراعة وكانت اغلبية هذه الطبقة تمثل الجنس الاربي النقي وكان ابنائها يتمتعون بالتربية والتعليم المدرسي.
٤. طبقة السودرا: هي الطبقة الدنيا وتعمل في مجال تقديم الخدمات الاجتماعية العامة ويمثلون سكان الهند الاصليين.

اما الناحية الدينية فقد كان المجتمع الهندي يتسم ب:-

١. العمل على كبت الشخصية الفردية والامتزاج مع مبادئ البراهما المعبود المقدس عند الهنود.
٢. كانت فلسفتهم هي التأثير في ما من شأنه تدعيم الاعتماد على النفس اضعاف كل احساس بالمسؤولية الفردية واطعاف كل ما يدعو الى الطموح للوصول الى الافضل .
٣. على الرغم ان الهنود كانوا يسعون وراء الهدف الديني الا ان تربيتهم كانت تسعى لغرض عملي مهني.
٤. ان النظام الاجتماعي لايمتح الطفل الفرصة لنمو مواهبه ، وانطلاق قدراته وانما كان يتقيد بحقوق وواجبات الطبقة التي ينتمي اليها.

مع كل ما تقدم لم تكن التربية البدنية مهملة اذ زاولها الجنود للغرض العسكري وفق متطلبات الاسلحة المتوفرة كان النبلاء من العسكريين يركزون على بعض الفنون الحربية كالرمي بالقوس والسهم والمبارزة وصيد الحيوانات والتدريب على فنون القتال وركوب الفيلة وقيادة العربات واستخدموا الاسلحة الحربية كالحراب والمقالع وقد شاعت لعبة (البولو) بين ابناء هذه الطبقة والتي كانوا يمارسونها اوقات فراغهم.

والتدريب العسكري كان يشمل رمي السهام من الارض او من ظهر الحصان او الفيل وقد تميز سكان القسم الشمالي من الهند بالفروسية اما القسم الجنوبي فقد برعوا في ركوب الفيلة واستخدمها في الحرب. وقد شملت التعاليم الدينية الارشادات الصحية من حيث طهارة البدن ونقاء الروح وكان الاستحمام يرمز الى تخليص البدن من الخطايا وقد انتشر الزهد بين الهنود، قام اولئك الزاهدون القدماء باتباع نظام للتربية البدنية والعقلية يرمي الى ربط الجسم والحس والعقل في اطار واحد (اليوجا) ونظام يعتمد على ايجاد ارتباط ما بين النواحي البدنية والذهنية والروحية وتمارينه تشمل الكثير من الحركات الخفيفة الشكلية التي تعتمد على الذراعين والرأس والساقين.

المبحث السادس :

التربية البدنية في الصين

تعد الحضارة الصينية من اقدم الحضارات البشرية التي احتفظت بحالتها الحضاري دون ما تغيير لألاف السنين وكانت التربية تتصف بروح المحافظة وتهدف الى ان تجمع في الفرد روح الماضي، وان تنشئة على عادات فكرية وعملية كالعادات الماضية مما ادى الى الاحتفاظ بذلك النموذج الثابت لمجتمعهم على مر السنين من خلال نظامهم الاسري الذي استند على تقديسهم للأسرة والاجداد وهذا ما جعل الحضارة الصينية في جميع عصور تاريخها الطويل مشابه لذاتها واحدة في صفاتها وكان للحياة الرتيبة والجمود هي الصفات التي تميز الشعب الصيني منذ اكثر من ثلاثة الالف سنة وكانت الاسرة متماسكة اجتماعياً تضم الاحفاد والابناء والاحداد والاقارب وكان لزاماً على الفرد ان يطيع مسؤول العائلة والخضوع المطلق للأسرة مما ساعد على الاستقرار الاجتماعي. ولكنه كانت من العوامل التي اعاقت التطور الفكري.

وانطلاقاً من هذه المفاهيم كان الغرض الرئيس للتربية الصينية منحصراً في الابقاء على كيان الدولة من خلال تدريب الفرد على الواجبات التقليدية التي تساعد على المحافظة على تراث الماضي فقط دون الالتفاف الى الحاضر والمستقبل.

اضافة لما تقدم كانت الصين تتبع سياسة انعزالية ولا ترغب في اقامة صلات وعلاقات مع الدول المجاورة لها او غيرها ومما ساعد على الحياة الانعزالية طبيعة الارض وتضاريسها اضافة الى بناء سور الصين العظيم قد زاد من تلك الانعزالية التي اخرت الكثير من النواحي بحياة الصين القديمة منها التربية البدنية حيث الشعور بالاطمئنان وعدم الخوف من الاعتداء قد اثر في الاعداد العسكري الذي اساسه اللياقة البدنية.

ومع ذلك خلال هذه الفترة التي سادت فيها هذه النظرة تجاه التربية البدنية قد حدث تحول في التفكير الصيني التقليدي في مرحلة (شودنيا شتي) ١١٣٢-٢٤٩٠ ق.م اذ اخذت التربية الصيغة العملية المتزنة فاتجهت الى العناية بالعقل والجسم والطفل. وتعتقد بعض المصادر ان اسرة "تشو" التي جاءت عام ١١١٥ ق.م قد اوجدت مدارس اهلية كان من ضمن مفاهيمها التدريسية النواحي التربوية وفي كلية (تنج جوكان) يشمل التعليم فيها الطقوس الدينية والرقص والرمي وكان السن لدخول المدارس الابتدائية ثماني سنوات وللثانوية خمسة عشر سنة وكانت البرامج تتلائم وفصول السنة ففي فصلي الربيع والصيف كان الطلاب يزالون الرمي بالقوس والنشاب والرقص ويدرسون الموسيقى بينما تدرس القراءة والكتابة والطقوس الدينية في الخريف والشتاء،

مارس الشعب الصيني الوان متعددة من الانشطة البدنية والرياضية ومنها كرة القدم التي صنعت من شرائط الجلد والكرة المفتوحة التي ظهرت لاحقاً وكانت تمارس بنوعين او ثلاثة واحدة منها كان هدفها شبيها بقوس النصر وكان ارتفاعها يتراوح ما

بين (٣٠-٤٠ قدم) وتلعب بالتناوب في التصويب على الهدف وقد حددت قواعد اللعبة كالجري بالكرة والهجوم وعدد المخالفات وكان الفائز يكافأ بالأزهار.

اضافة الى كرة القدم عرفت الملاكمة التي غلب عليها طابع العنف والخشونة كانت تمارس ضمن التدريبات العسكرية ، كما عرفوا " البانكرتيوم" وهو خليط من المصارعة والملاكمة وكانت تستخدم فيها العصي والرماح وكانت بعيدة كل البعد عن الجانب الانساني، ورغم ذلك فقد تولع في ممارستها ومشاهدتها ابناء الطبقة الاستقرائية، عرف الصينيون رياضة "الجوجستو" التي مارسها لغرض الدفاع عن النفس ضد الاشخاص الخارجين عن القانون وبتحديد عام (٢٠٠ ق.م) ادخلت رياضة المناطحة فكان المتسابقون يرتدون جلود الثيران ويضعوا لها قروناً فوق رؤوسهم ويحمل كل متسابق زميل له وتبدأ المصارعة بمحاولة اسقاط اللاعب المحمول.

ومن الالعاب الاخرى التي مارسها الشعب الصيني القديم بعض الالعاب الفكرية كالعبة الشطرنج التي كانت منتشرة في الوسط العسكري لغرض الترفية والراحة النفسية اثناء اقامة المعسكرات الشتوية وقد تركت الاثار صور واضحة للعبة جر الحبل والمغازل ومسك الالعاب النارية وسباق الخيل والمصارعة لذا يمكن تصنيفها الى مايلي:-

١. الالعاب الرياضية ذات الاداء والترفيه وتشمل المبارزة وكرة القدم والعباب الجليد والصيد من اجل التسلية.
 ٢. الالعاب الرياضية التي تهدف الى المحافظة على اللياقة البدنية والترفيه عن النفس وقضاء وقت الفراغ.
 ٣. مختلف اشكال التدريب البدني لاغراض عسكرية مثل الرماية وقيادة العربات الحربية والركض لمسافات طويلة.
 ٤. توجهات دينية وعقائدية تتمثل في الاحتفالات الدينية وتأسيس المدارس التي تهتم بتعليم الطقوس الدينية.
- عرف الصينيون التمارين العلاجية ذلك لاعتقادهم بأن الخمول يسبب بعض الامراض والتمارين العلاجية غرضها حفظ الجسم في حالة عضوية لائقة حيث كانوا يعتقدون بأن الامراض تنتج بسبب عدم قيام الاجهزة الداخلية بوظيفتها وهذه التمارين تشمل حرمان الركوع والانثناء والرقود والوقوف وبعض التدريبات للتنفس وقد سميت (كونج فو) وهي تتشابه تمرينات انج سويدية.

الفصل الثالث

تاريخ التربية البدنية والرياضة في الحضارات القديمة

المبحث الاول :

الاغريق

يعود اصل الاغريق الى الاقوام الهند اوربية الذين نزحوا من بلادهم الاصلية في الشرق الاوسط وسكنوا بلاد الاغريق والتي تتكون من ثلاث اشباه جزر هي (الاسبانية، الايطالية، البلقانية) التي تعتبر موطن الاغريق الاصلي الذي يربط الشرق بالغرب وتعد بلاد الاغريق اول دولة اوربية يصلها التحضر بحكم طبيعة موقعها الجغرافي نحو اسيا الصغرى من الجنوب مما يسر لها سبل الاتصال بالحضارات الشرقية القديمة كحضارة وادي الرافدين ووادي النيل وكان نتائج هذه الاتصال تأثرهم بالمدينيات الشرقية لكن في تطور مستقل وعندما نضجت فنونها وادابها وعلومها عكست ذلك على غيرها من الحضارات في تقدمها وتطورها.

لقد ساهمت عدة عوامل لنشأة وتقدم هذه الحضارة وهذه العوامل هي:-

١. العامل الجغرافي المميز المتكون من الجبال والوديان والحقول التي تعد صالحة للزراعة .
٢. العمل المناخي حيث تمتعت بلاد الاغريق بمناخ معتدل في الوسط وبارد في الشمال ودافئ في الجنوب ساعد هذا التنوع المناخي على ممارسة اوجهة مختلفة منها الدينية والرياضية اضافة الى ممارسة الاعمال التجارية والقضاء والفنون والاداب واقامة الاحتفالات والاعياد الموسمية العامة.
٣. العامل الاجتماعي ارتبطت الشعوب الاغريقية ومنذ قدمها ارتباطاً وثيقاً بحبها للدين واقامة الشعائر والطقوس الدينية تكريماً للالهة وكذلك حبها للموسيقى والفنون والاداب الالعب الرياضية.
٤. العامل الديني امن الاغريق بوجود عدد كبير من الالهة وعل رأسها الالهة "زيوس" الاله الاكبر وكانت له مكانة في قلوب الشعب فتقام له الولائم والاحتفالات،

مميزات التربية البدنية في العصر الهوميري بمايلي:-

١. الرياضة والالعاب في ذلك العصر كانت تتميز بالروح العسكرية وهدفها تطوير القوة والتفوق البدني وفي الوقت نفسه اشغال وقت الفراغ والترويح.
٢. كانت ذات طابع استعراضى، اذ كان القواد والرؤوساء هم الفئة الوحيدة التي تنافس فيها للفوز بالبطولات الرياضية المختلفة فيما عدا بعض المسابقات كان للجنود بالمشاركة فيها مثل رفع الاثقال ورمي السهام.
٣. كانت ملائمة لما تتطلبه حاجات المواطنين وظروفهم فاقبلوا عليها بدافع ذاتي يقصد المحافظة على لياقتهم البدنية وبالتالي على القوة واللياقة القتالية.
٤. لم يكن في هذا العصر تنظيم بالمعنى الدقيق لعملية التدريب والاعداد الفني بالطريقة التي عرفها الاغريق.