

الجامعة المستنصرية

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

# فلسفة تاريخ التربية الرياضية والبدنية

المرحلة الاولى

الدراسة الصباحية والمسائية

اعداد

المدرس

داليا عامر الحفاجي

## المحاضرة الثانية : التربية البدنية في حضارة وادي الرافدين و

## أهدافها و إغراضها و الآثار المكتشفة التي فيها مشاهد للألعاب

### الرياضية

في العصور الماضية الطويلة لتطور البشرية اعترى مفهوم التربية البدنية الكثير من التغيرات ، وقد لعبت الكثير من المتغيرات والمعتقدات الدينية والثقافية والفلسفات السياسية و الدراسات النفسية والبحوث العلمية والسلوكية دورا كبيرا في تطوير **تاريخ التربية البدنية** وممكن ان نعرفه (هو الذي يزودنا بالمعرفة عن التغيرات الاجتماعية و عن طبيعة الرياضة نفسها و تطور الألعاب الرياضية، كون إن الرياضة تشارك في تطوير مهارات الإنسان الأساسية.

وكل مجتمع له ظروفه الخاصة وهذا جانب من الأحداث التاريخية في **حضارات العصور القديمة الشرقية والغربية :**

أولا : التربية الرياضية في حضارة العراق .

ثانيا : التربية البدنية في الصين .

ثالثا : التربية البدنية في بلاد فارس .

رابعا : التربية البدنية في حضارة مصر القديمة .

خامسا : التربية البدنية في حضارة الرومان .

سادسا : التربية البدنية في حضارة الاغريق .

سادسا : التربية البدنية في حضارة الهند

### **اولا - التربية البدنية في حضارة وادي الرافدين**

قامت في بداية الألف الثالث قبل الميلاد دويلات متفرقة في مدن مختلفة في جنوب العراق حكم كل منها سلالة مستقلة و تطورت حينها الكتابة و أصبحت ملائمة للتدوين فاخذ ملوك السلالات يصفون حروبهم و أعمالهم و يسطرون ذلك على ألواح الطين و الحجر، و بذلك انتقل العراقيون إلى عهد جديد أطلق عليه المؤرخون العصر التاريخي أو فجر السلالات و امتد ما بين نهاية عصر جمدة نصر(٢٩٠٠ ق.م) و بداية عهد الإمبراطورية الاكديّة السرجونية

عام (٢٣٥٠ ق.م) و هو من أغنى ادوار العراق من الوجهة الثقافية، و قد وجدت آثار في سبار (أبو حبة) و شوربال و كيش (تل الاحيمر) و أورك (الوركاء) و لكش و اشنوني (تل اسمر).

وتتمثل أهداف التربية في حضارة العراق القديمة بالاتي:-

١. جعل الناشئ يشق طريقه في الحياة العملية معتمدا على نفسه.
٢. تولى الكهنة مهمة التربية فقاموا بتعليم الكتابة و دراسة التاريخ المتعلق بالملوك و الأبطال و عرفوا القصص و الشعر الحماسي.
٣. شكلت المهارات العسكرية جزءا أساسيا من برامج التربية البدنية و كانت ممارسة الألعاب تعد الوسيلة للاحتفاظ باللياقة البدنية من اجل الاستعداد الدائم للدفاع عن الوطن.
٤. كان الشباب من أبناء النبلاء يتلقون دروسا تعليمية في التمرينات البدنية و السباحة و الرماية و القوس و النشاب و ركوب الخيل تحت إشراف معلمين مسئولين.

## ٢- أغراض التربية البدنية في العراق القديم

للتربية البدنية في العراق القديم عدة أغراض هي كالآتي:

### أ. الغرض العسكري :

لقد دلت لنا القطع الأثرية التي عثر عليها في المقبرة الملكية و منها (رابية أور) و(نصب النسر) على أن السومريين كانوا يمتنون التدريب البدني لإيجاد الجيوش القوية لحماية الدولة و الدفاع عنها، لذا نجد أن صنف المشاة هو الغالب على بقية الصنوف، كما استعملوا العربات الحربية و السيوف المختلفة كالسيف المقوس و السيف على هيئة أوراق الشجر فضلا عن القوس و السهم، و مع مرور الزمن تطور نظام الجيش و أسلوب تدريبيه و نوع أسلحته فضلا عن تطور أسلوب الحرب و نظامه الذي كان يعتمد على خفة الحركة و المناورة في الهجوم و الدفاع كما ادخل نظام المبارزة رجل لرجل و الذي تطلب لياقة بدنية عالية اعتمدت على تطوير عناصر اللياقة البدنية من خلال التدريب الشاق المتواصل وفق برامج تدريبية منظمة كما تذكر النصوص المسمارية الكثير عن التجنيد العسكري (قانون حمورابي)، و في العصر الأشوري تطورت الجيوش المدربة القوية بشكل كبير و هذا يدل على وجود برامج تدريبية متطورة، كما تطورت الأسلحة المستخدمة كالمقالع و الرماح الطويلة و الفؤوس و العربات الخفيفة ذات العجلتين و الدبابات أو الكباش لذلك الحصون و المدن.

### ج . الغرض الديني:

لقد كان للعامل الديني أثرا في دعم الإعداد البدني و تمثل ذلك في مزولة الكهنة للمصارعة و التي عدت أساسا لدعم العامل العسكري، لأنها شكلت الأساس في إعداد المقاتل العراقي حيث اعتمد القتال قديما على الاشتباك القريب.

### د . الغرض الترويحي:

لم يكن لدى العراقيين الترويح غرضا أساسيا و لكنه عرف ضمنا.

اما الحضارة الاكدية فتمكن ملكهم سرجون الاكدي سنة (٢٣٧١ - ٢٣١٦) ق.م في هذه الفترة ان يطور القوة العسكرية ونظام تدريب الجيش ونوع الاسلحة وادخل **(نظام المبارزة رجل لرجل)** وكان هذا النظام يتطلب قوة بدنية لياقة عالية التي تعتمد على تطوير جميع عناصر اللياقة البدنية سواء السرعة والرشاقة والقوة..... الخ بعد انهيار الدولة الاكدية ظهرت الدولة البابلية وقسمت الى عصر بابل القديم والوسيط والحديث وكان من اشهر ملكوها هو حمورابي الذي امتدت دولته حتى البحر المتوسط واهم مآقام به هذا الملك اصدر مجموعة من القوانين التي اهتمت بالشؤون العسكرية والتجنيد .

في العصر البابلي مارسوا التدريب البدني بالدرجة الاولى للغرض العسكري ومارسوا الرماية والفروسية .

بعد ذلك ظهرت حضارة الاشوريين وتمكن ملكهم شيلنصر تكوين جيش قوي بالاضافة الى الفتوحات العسكرية وكانوا يعتمدون على تدريب ابنائهم على القوة والسرعة مما يدل على وجود تدريب متطور وتمكن الاشوريين من صنع الاسلحة مثل البروج الحربية .

### ٣- اهم الالعاب التي مارسها العراقيون القدماء :

وجدت العديد من القطع الأثرية التي تعود للعصور السومرية و البابلية و الآشورية و التي فيها مشاهد رياضية مثلت مختلف الألعاب منها ما يأتي:

#### ١. المصارعة :

عثر على لوح من الرخام يمثل القسم الأسفل منه ثلاث مراحل من نزال المصارعة بين مصارعين عثر عليه في خفاجي و يقدر زمنه بنحو ٢٦٠٠ ق.م، الوضعية الأولى تمثل القسم التحضيري للمسكة و الشكل الثاني مثل كسر مركز الثقل في المصارعة أما الشكل الثالث فقد مثل انتهاء المسكة و انتصار القائم بتطبيقها و عدول خصمه بنظرة إلى الخلف فضلا عن العديد من الآثار التي دلت على ممارسة هذه اللعبة.

#### ٢. الملاكمة :

زاولوا الملاكمة و استعملوا أقدم قفاز في تاريخ الملاكمة إضافة إلى ارتدائهم لباس خاص بالملاكمة تكون من تنورة قصيرة امتدت إلى الركبة، و عثر على مجسم فخاري يعود إلى العصر البابلي يقدر زمنه بحدود ٢٠٠٠ ق.م مثل مشهدا للملاكمة.

#### ٣. السباحة:

عدت طبيعة ارض بلاد الرافدين و وجود النهرين العظيمين عاملا و دافعا لممارسة السباحة و الغوص، و قد عثر على قطعة تعود إلى العصر الآشوري يظهر فيها ثلاث جنود احدهم في وضعية السباحة بطريقة الزحف بينما الآخران يعتليان القرية المفردة المنفوخة و يضعها كل منهما تحت صدره و يمسك بيساره احد رأسي القرية و يوظف يمينه كمجداف يعمل حركة صوب الجهة المطلوبة.

#### ٤. التجديف:

مارس القدماء التجديف بالزوارق و الاكلاك و القفة الكبير و الصغير.

#### ٥. المبارزة :

عد السيف من أقدم الأسلحة التي عرفتها بلاد وادي الرافدين كما يظهر في (راية أور) و هي تظهر أن السلاح الشائع في الاشتباك مع العدو هو الرمح و السيف المقوس و كذلك السيف على هيئة أوراق الشجر.

## ٦. الخيل و العربات :

استعمل العراقيون العربات في القتال بل إنهم أول من عرف العربية في التاريخ.

## ٧. مصارعة الحيوانات :

عدت ملحمة **كلكامش** من أشهر ما ذكر و وصف فيه عن مصارعة الثيران و الحيوانات المفترسة.

## ٨. الرقص :

مارس العراقيون القدماء الرقص خلال الطقوس الدينية و المناسبات المختلفة، و من المشاهد البابلية التي دلت على ذلك، مشهد راقص بمصاحبة العزف على القيثارة، كما عثر على أواني فخارية عليها رسوم راقصات.

## ٩. الصيد :

مارس العراقيون الصيد حيث عد من الوسائل المهمة في إعداد المقاتلين فضلا عن انه من الألعاب المسلية في أوقات الفراغ، و مارسه الملوك، خاصة صيد الأسود، إذ عثر على مسلة صغيرة تعود إلى ٣٠٠٠ ق.م فيها مشهد لصيد الأسود كما كانوا يصيدون الماعز و الغزلان باستخدام كلاب الصيد.

## اهم الاثار المكتشفة في العراق :

- ١- في العصر البابلي كان هنالك اهتمام كبير بأوجه نشاط التربية البدنية لدى العراقيين القدامى وخاصة الغرض العسكري بالدرجة الاساس وكانت الفروسية، والرماية، الالعب المائية، والتدريب البدني يعتبر مساوياً للتعليم الذي تميز باهتمامه بالناحية الذهنية .
- ٢- ومن ابراز اثار العصر البابلي هو المجسم الفخاري الذي يقدر زمنه ٢٠٠٠- ١٧٥٩ ق.م ، ويمثل مشهد ملاكمة ويلاحظ أن كل من الملاكمين يرتدي الملابس الخاصة بالملاكمة .
- ٣- ومن العصر الأشوري القطعة التي يظهر فيها ثلاث جنود احدهم في وضعية السباحة بطريقة الزحف ولوحة أخرى تمثل طريقة الرمي بالقوس والثالثة لوحة صيد الاسود، وفي المتحف العراقي الكثير من التحف التي تدل على ان العراقيين القدماء قد مارسوا التجديف.

- ٤- مارس السومريين المصارعة حيث كانت رياضة المصارعة لديهم تختلف في ممارستها وقوانينها عن رياضة المصارعة اليوم .
- ٥- كما مارس السومريين الملاكمة حيث أثبتت التقنيات بأن السومريين قد زاولوا الملاكمة واستعملوا اقدم قفاز في تاريخ الملاكمة وكانوا يلبسون ملابس خاصة بالملاكمين تتكون من تنورة تمتد لحد الركبة وكذلك عثرة على ختم أسطواني يمثل بداية النزال ( الملاكمة) .

س/ لماذا لقب العصر السومري بفجر السلالات او عصر الدويلات ؟

ج/ لان حضارة سومر كانت الجذور الاساسية لحضارة العراق ومنها انبثقت السلالات الاخرى اشور وبابل واكد .

س/ لماذا اصبح العراق الواجهة الثقافية بين حضارات العالم القديم ؟

ج/ بسبب اختراعهم للكتابة والتدوين .

س/ لماذا اصبحت الحضارة السومرية من اعظم الحضارات بين حضارات العالم القديم

س/ عرف مايتي ؟

فجر السلالات - العصر التاريخي - الختم الاسطواني - سرجون الاكدي - راية اور

نظام المباراة رجل لرجل .

س/ عرف ملحمة كلكامش ؟ وعلى ماذا كانت تنتص ؟

هي اهم ملحمة في الادب العالمي التي عبرت وبكل امانه عن دور السومريين والبابليين والاشوريين والاكديين في بناء حضارة العراق وجعلها الواجهة الثقافية بين حضارات العصور القديمة .

ملحمة جلجامش تعتبر خير دليل مادي لمؤرخون الرياضة والالعب والتربية البدنية والتربة البدنة في العالم لما حوته من نصوص ومعان ترق الى عمق الفلسفة العراقية القديمة التي نضع بلاد الرافدين في مقدمة دول العالم المتحضر رياضياً