***اسئلة واجوبة عن المحاضرة الخامسة والسادسة :***

* س\ بماذا تمیز مهرجان أولمبیا عن بقیة المهرجانات الرئیسیة؟
* س2\ ماهي الاعياد والمهرجانات التي اقيمت مع مهرجان اولمبيا ؟
* س3\ اتسمت الالعاب الاولمبية الاولى بالبساطة التامة ؟
* س4\ وكانت الروح الديمقراطية هي التي تسود المسابفات الاغريقية ؟
* 5\ س ماهي الاعياد اتلتي كانت تقام كل اربع سنوات معمهرجان اولمبيا ؟
* س6\ علل \ ظلت المرأة اليونانية في شبه عزلة عن المجتمع الرياضي؟
* س7\ فقدت الالعاب الاولمبية هويتها الاغريقية بعد سقوطها تحت سيطرة الرومان ؟
* س8\ اختيرت اماكن بناء الجمنزيوم بالقرب من اماكن عباداتهم ؟
* س9\ مازال یمارس حتى الآن سواء في الهند أو خارجها هو نظام (yoga(
* س10\ ماهو نظام اليوجا ؟
* س 11\ اين تقع روما القديمة ؟ ولماذا اصيبت الامبروطورية الرومانية بعدم الاستقرار الداخلي ؟
* س12\ماهي مميزات التربية البدنية في العصر الروماني ؟
* س13\ ماهي اهم العوامل التي ادت الى سقوط الامبراطورية الرومانية ؟
* س14\ لماذا صنفت الحضارة الرومانية ضمن العصور الكلاسيكية ؟
* س15\ املئ الفراغات التالية :

1- في عهدالامبراطور……….  تم بناء اول صالة للألعاب الرياضية العامة، ثم أصبحت مع الوقت الرياضة العنيفة والمدرجات الكبيرة واحدة من رموز القوة الرومانية.

* 2- حكم الامبراطور نيرون روما في الفترة من..... الى ...... قبل الميلاد.
* 3- زاول الرومان الرقص ضمن الشعائر الدينية و كانت الرقصات ذات ..........أما ........و ............لم يكن يلقى الاهتمام من قبلهم.
* 4- اقبل الرومان على مشاهدة نزالات المصارعة الدموية التي كان يمارسها العبيد والاسرى ويسمى ........... او .........كان يقاتل ترفيها عن الجماهير في زمن الامبراطور الروماني .
* 5- نقصد بلعبة الهاربستام ..................
* 6- دعا الكثير من الفلاسفة و في مقدمتهم ........الذي كان طبيب للرياضيين و كانت أرائه عن التربية البدنية إنها عامل مساعد على الصحة و اتزان الجسم.

س16\ عرف اربعة مما ياتي ؟

1- المجالد – 2- الوسائل العامه – 3- لعبة التريجون -4- جالينوس – 5- عيد هيرا -6- الجمنزيوم

حل الاسئلة الخامسة والمحاضرة السادسة :

س1\ تمیز مهرجان أولمبیا عن بقیة المهرجانات الرئیسیة . 1- دفع الكثیر من المدن والمقاطعات السعي للمشاركة فیه 2- سهل ایجاد مجال للتألف والتفكیر بأنهاء خلافاتهم وحروبهم 3- التفكیر بأیجاد مهرجانات وأعیاد ر یاضیة على غرار مایجري في أولمبیا فظهر مهرجان أیثمس، ومهرجان نیمیا، ومهرجان بیثیا، ومهرجان هذه المهرجانات الواقعة بین الدورات بمثابة دورات ریاضیة تمهیدیة لاعداد الابطال. ، 4- وكانت تلك المهرجانات تقام مابین مهرجان أولمبیا وأخر اي كل اربع سنوات مرة واحدة ویمكن أعتبار واعتمد الاغریق بعدة آلهة منها القدیم جداً وتوارث الابناء عن الاجداد عبادتها ومنها الاله كرونس والد ( - زیوس اله السماء . 5- المجلس الاو لمبي ویتكون من أثني عشر الها أهمهم :- زیوس ) كبیر الالهة والقسم الثاني عبد الهة جبل أولیمبوس الواقع في مقاطعة تسالیا ومقدونیا، وهم یشكلون - بوسیدون اله البحر . - ابوللو آله النور وراعي الریاضة. - أفرودیت الهة الجمال . - آیوس اله الحرب.

س2\ أیثمس، ومهرجان نیمیا، ومهرجان بیثیا، ومهرجان بناثيا.

س3- واتسمت الالعاب الاولمبية الاولى بالبساطة التامة اذ لم تتوفر ساحات جمنزيوم او معابد ضخمة فكانت السباقات تقام في الميادين التي امتدت من معبد زيوس الى مقبرة بيلو بس .وكان المشاهدون يصطفون على منحدرات الوادي لتتبع السباقات .

4س\ وكانت الروح الديمقراطية هي التي تسود المسابفات وفي المسابقات الرياضية يتقابل الفقراء من الفلاحين والنبلاء على قدم المساواة ولم يكن هناك أي تعصب ارسقراطي ضد هذه المنافسات الشعبية وكان من الاسس التي قامت عليها الالعاب اتاحة الفرصة للاستحواذ على تاج الفوز حتى لافقر المواطنين مادام من اصل مولده اغريقيا .

س5- 1- الاعياد البيثية وكان برامجها تقام سباقات المركبات والخيول والمصارعة

2- الاعياد البرزخية وكانت برامجها تشتمل على المسابقات والعاب القوى والفروسية الموسيقى .

3- مسابقات الزوارق التي كانت تقام تكريما لبوسيدون اله البحر .

س6\ ذلك لاعتقادهم بان الزوجة الكاملة هي التي تنصرف لتدبير منزلها و الإشراف على تربية أطفالها.

س7\ لانها شكلت هذه الألعاب مشكلة للرومان بعد اعتناقهم للمسيحية بسبب ما كان يصاحبها من طقوس و شعائر لا تقرها الديانة المسيحية لذلك أبطلت و ألغيت الألعاب الاولمبية من قبل الإمبراطور كريستيان ثيودوسيوس في عام 394م.

س8\ وذلك لاعتقادهم بالارتباط الوثيق بين النشاط الرياضي وتلك المعتقدات الدينية

س9\ حیث یندمج الفرد في منظومة تمرینات ذات أوضاع مقننة للغیة لقوام الإنسان و تعمل على استطالة عضلاته و مرنة مفاصله فضلا عن تنظیم عملیة التنفس إلى درجة لا تصدق، ویتم من خلال تركیز شدید ینظم العلاقة بین الجسم والعقل، بهدف إضفاء مزید من سیطرة العقل على مختلف أجزاء الجسم.

1. س10 \ هو نظام يعتمد على إيجاد ارتباط ما بين النواحي البدنية و الذهنية و الروحية و تمارينه تشمل الكثير من الحركات الخفيفة الشكلية التي تعتمد على الرأس و الذراعين و الساقين.

س11\ هي [حضارة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D8%B6%D8%A7%D8%B1%D8%A9) انبثقت عن مجتمع زراعي صغير في [شبه الجزيرة الإيطالية](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B4%D8%A8%D9%87_%D8%A7%D9%84%D8%AC%D8%B2%D9%8A%D8%B1%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%A5%D9%8A%D8%B7%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%A9) في منتصف القرن الثامن قبل الميلاد، ظهرت على طول سواحل [البحر الأبيض المتوسط](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%A8%D8%AD%D8%B1_%D8%A7%D9%84%D8%A3%D8%A8%D9%8A%D8%B6_%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%AA%D9%88%D8%B3%D8%B7) وأصبحت واحدة من أكبر [امبراطوريات](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A5%D9%85%D8%A8%D8%B1%D8%A7%D8%B7%D9%88%D8%B1%D9%8A%D8%A9) [العالم القديم](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%AE_%D9%82%D8%AF%D9%8A%D9%85).

أصيبت [الامبراطورية الرومانية](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%A5%D9%85%D8%A8%D8%B1%D8%A7%D8%B7%D9%88%D8%B1%D9%8A%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A9) بعدم الاستقرار الداخلي وبهجمات [الشعوب المهاجرة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B9%D8%B5%D8%B1_%D8%A7%D9%84%D9%87%D8%AC%D8%B1%D8%A7%D8%AA)، وهكذا انفرط عقد [الشطر الغربي من الامبراطورية](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D8%A5%D9%85%D8%A8%D8%B1%D8%A7%D8%B7%D9%88%D8%B1%D9%8A%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D8%BA%D8%B1%D8%A8%D9%8A%D8%A9) بما فيه [إيطاليا](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A5%D9%8A%D8%B7%D8%A7%D9%84%D9%8A%D8%A7_(%D9%85%D9%82%D8%A7%D8%B9%D8%B7%D8%A9_%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A9)&action=edit&redlink=1) [وهسبانيا](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%87%D8%B3%D8%A8%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A7) [والغال](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A7%D9%84%D8%BA%D8%A7%D9%84_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A&action=edit&redlink=1) [وبريطانيا](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A8%D8%B1%D9%8A%D8%B7%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A7_%D8%A7%D9%84%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7%D9%86%D9%8A%D8%A9) [وأفريقيا](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%85%D9%82%D8%A7%D8%B7%D8%B9%D8%A9_%D8%A3%D9%81%D8%B1%D9%8A%D9%83%D8%A7) وتشكلت ممالك مستقلة مكانها في القرن الخامس الميلادي.

س12\ 1- لم يهتم الرومان كما كان الأثينيون في إيجاد الكمال الجسماني و النفسي

2- خضع الرومان للخدمة العسكرية من السابعة عشرة لغاية السابعة و الأربعين

3- كانت صفات الروماني تثير المرء على العموم إلى الاحترام أكثر من المحبة

4- افتتان الشعب الروماني بالألعاب العنيفة التي أقيمت في الملاعب العامة.

5- تولى الآباء مهمة تربية أبنائهم التي انحصرت على الإعداد البدني للغرض العسكري و الصحي

1. س13\ ابتعاد الرومان عن الضوابط الخلقية الصارمة و العادات و التقاليد القديمة.
2. انغماسهم بالترف و المجون.
3. فساد الجهاز الإداري.
4. الحكم المستبد و سلب الحريات الشخصية.
5. شاع بين طبقات المجتمع الروماني التفكك العائلي و ارتفاع نسبة الطلاق و انخفاض نسبة المواليد.
6. الانحلال الديني.

كان من الطبيعي أن تعكس التربية في العصر الروماني الحديث تلك التغيرات التي طرأت على المجتمع.

7- تدفق الحشد البربري، والأساس الاجتماعي أو الاقتصادي..

8- وإنهم يعتقدون أن سقوط روما جاء ببساطة لأن البرابرة استغلت الصعوبات القائمة بالفعل في روما – والمشاكل التي شملت المدينة المتحللة “ماديا ومعنويا

9- والقليل من دون عائدات الضرائب ، والاكتظاظ السكاني ، وسوء القيادة ، والأهم من ذلك ، الأستعدادت الغير كافية للدفاع عنها

10- هناك البعض الذي يعتقد أن السقوط يعود إلى نسيج المواطن الروماني وذلك مثل جيبون . وإذا كان أحد يقبل فكرة أن سبب سقوطها يرجع في جزء منه إلى الانحلال الأخلاقي فكان سقوط روما يعود لضحية الانحلال الاخلاقي.

س14\ صنفت الحضارة الرومانية ضمن "[العصور القديمة الكلاسيكية](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%B5%D9%88%D8%B1_%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%8A%D9%85%D8%A9_%D8%A7%D9%84%D9%83%D9%84%D8%A7%D8%B3%D9%8A%D9%83%D9%8A%D8%A9&action=edit&redlink=1)" مع [اليونان القديمة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%84%D9%8A%D9%88%D9%86%D8%A7%D9%86_%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%8A%D9%85%D8%A9) التي ألهمت الكثير من [ثقافة روما القديمة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AB%D9%82%D8%A7%D9%81%D8%A9_%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7_%D8%A7%D9%84%D9%82%D8%AF%D9%8A%D9%85%D8%A9). ساهمت روما القديمة إلى حد كبير في تطوير [الحكومة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D9%83%D9%88%D9%85%D8%A9) [والقانون](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%82%D8%A7%D9%86%D9%88%D9%86) [والحرب](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AD%D8%B1%D8%A8) [والفن](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%81%D9%86) [والأدب](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A3%D8%AF%D8%A8) [والهندسة المعمارية](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B9%D9%85%D8%A7%D8%B1%D8%A9) [والتكنولوجيا](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D9%83%D9%86%D9%88%D9%84%D9%88%D8%AC%D9%8A%D8%A7) [والدين](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%82%D8%B3%D8%B7%D9%86%D8%B7%D9%8A%D9%86_%D8%A7%D9%84%D8%B9%D8%B8%D9%8A%D9%85_%D9%88%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%B3%D9%8A%D8%AD%D9%8A%D8%A9) [واللغة](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D9%84%D8%BA%D8%A9) في [العالم الغربي](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%B9%D8%A7%D9%84%D9%85_%D8%BA%D8%B1%D8%A8%D9%8A) ولا يزال [تاريخها](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D8%A7%D8%B1%D9%8A%D8%AE_%D8%B1%D9%88%D9%85%D8%A7) ذا تأثير كبير على العالم اليوم.

س15\ املئ الفراغات الاتية :

1- ...... نيرون

2- . 37 الى 68..

3- . ذات طابع حربي.. اما . الطابع التعبيري و الجمالي

4- المجالد او المصارع

5- هي عبارة عن كرة محشوة بالصوف و يتم قذفها من لاعب إلى لاعب آخر مع وجود خصم يحاول قطعها منهم في الوسط و قد اتسمت بالقوة و العنف و تستعمل فيها أحيانا مسكات المصارعة.

6- جالينوس

1. س16\ المجالد : الرومان على مشاهدة هي نزالات مصارعة الدموية التي كان الرومان يقبل على مشاهدتها وكان يمارسها العبيد والاسرى كانوا يقاتلون فيها ترفيها لجماهير في زمن الامبراطورية الرومانية ضد مجالدين اخرين والحيوانات البرية والمجرمين المدانين في حلبة تعرف بالصالة وهو عبارة عن مسرح مكون من مدرج روماني وهو اعظم واكبر صروح الامبراطورية الرومانية وكانوا يقاتلون حتى الموت لكسب الشهرة وفي القرن السادس ق.م مع انتشار المسيحية توقفت تماما .

2- الوسائل العامة : هي الوسائل التي كانت في العهد الجمهوري جزءا من الاحتفالات الدينية الكبيرة(كالألعاب الرومانية و عيد الإلهة الأم).

3- **لعبة التريجون**:

تلعب بواسطة ثلاث لاعبين يقف كل منهم في رأس مثلث و تبدأ اللعبة برمي و لقف كرتين أو أكثر في وقت واحد.

4**- جالينوس هو** احد الفلاسفة الذي كان طبيب للرياضيين و كانت أرائه عن التربية البدنية إنها عامل مساعد على الصحة و اتزان الجسم وبذلك يصبح الفرد مستعد للقيام بالأعمال البدنية و الحربية بما يمتلكه من لياقة بدنية و قد نصح بممارسة الألعاب بالكرة باعتبارها من أفضل التمارين إذ تؤثر في جميع أجزاء الجسم.

5- - الجمنازيوم:

هو المدرسة أو المعهد الرياضي عند الإغريق و التي يمارس فيها الرياضيون التدريب البدني و هم عراة و تتوفر فيه كل الإمكانات و الأدوات و الأجهزة الرياضية الخاصة بالألعاب الرياضية المعروفة لديهم، و ظهر في القرن السادس قبل الميلاد حين استقرت الدويلات الإغريقية و قلت حروبها فيما بينها، و لم تقتصر واجباته على النواحي الرياضية بل كانت تستخدم فيما هو أكثر أهمية و اعتقادهم هذا جاء من إدراكهم لدور التربية البدنية في تنمية النواحي الاجتماعية و الخلقية و الصحية لذا ارتبط بالتعليم من جهة و بالطب من جهة أخرى.

6- عيد هيرا : هو ذلك العيد الذي تقرر إقامة الدورات الخاصة بالنساء و أطلق عليها هيرا نسبة إلى زوجة الوزير التي سعت إلى إقامة دورات خاصة بالنساء و بالفعل أقيمت و أجريت في شهر أيلول بعد مسابقات الرجال الاولمبية، و كانت مقتصرة على العذارى بسباق المشي و الركض لمسافات قصيرة.