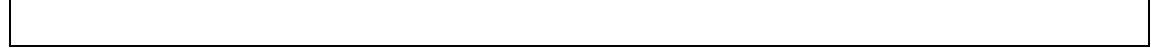


"الجمناستك الاليقاعي"

"المحاضرة الثانية"



المرحلة الثانية/ الدراسة الصباحية

أ.د. ناصون ناطق

2026-2025

"تاريخ الجمناستك الاجتماعي عند العرب"

من خلال دراستنا لتاريخ العرب لم نجد أي اشارة ترشدنا إلى ممارسة مثل هذا الضرب من النشاط الرياضي بشكله ونظامه الحالي كان موجداً عند العرب لذلك تم الاعتماد على الدراسة والتحليل لبعض المظاهر التاريخية الخاصة ومنها التراث الموسيقي.

اهتم العرب عبر مراحل التطور الاجتماعي بالألعاب الرياضية حيث اشتهروا بالصيد والقنص واستعمال السيف والرقص الدبكة) والنشيد فاذا اعتبرنا الرقص ضرباً من ضروب التربية الرياضية والعرب عرفوا هذه الرياضة ومارسوها حيث كانت حركاتهم تصويرية وفطرية تؤدي بمصاحبة ايقاعية (التصفيق، الدفء الناي...الخ).

وكان لظهور الاسلام اثر عميق في حياة العرب حيث اهتم العرب المسلمون بالنواحي البدنية والصحية فقد استلزمت الحروب الاهتمام بالأعداد البدني وهناك الكثير من مظاهر النشاط الرياضي في تعاليم الدين الاسلامي فالصلاة نموذج لحركات رياضية لأنها تحتوي على أوضاع مختلفة ومتنوعة تعمل فيها كافة مفاصل الجسم وعضلاته حيث أن مراسيم الصلاة تؤدي بوزن حركي و بإيقاع منتظم (مس مرات في اليوم)، واستخدم العرب المسلمون القرع على الطبول والاهازيج في الحروب لتحفيز جنودهم على القتال.وتشير لنا الدلائل السابقة أن العرب عرفوا هذه الرياضة حيث ربطوا حركاتهم بالإيقاع الموسيقي وان حركاتهم كانت تجري بأساليب واشكال مختلفة واخيرا

فانهم استخدموا بعض الايقاعات المصاحبة للحركة والتي مازالت تستخدم الى الان
كالتصفيق والدف والطبل.

"تاريخ الجمناستك الایقاعي في العراق"

لقد اهتمت الشعوب المتحضرة الاولى بالتربية البدنية والفنون الجميلة واعتبروها
ركنا أساسيا من اركان حضارتها واهتم العراقيون القدماء بالموسيقى واعتبروها وسيلة
للتعبير ومدعاة للفرح ونشاطاً اجتماعياً يوصي به الدين كما أن البداية الاولى لاستعمال
الأدوات الايقاعية ظهرت عند السومريين حيث ابتكروا عدة انواع من الآلات الايقاعية
كالأجراس الصغيرة والدفوف والطبول وغيرها.

وعلى الرغم من تقدم الايام والسنين لم يظهر الجمناستك الایقاعي بشكله الفعلي
والحقيقي وبصيغته القانونية وانما كان هناك ما يسمى بالتمارين السويدية (وهي تشكيلة
من التمارين البدنية النظامية البسيطة تؤدي بصورة جماعية مع مصاحبة ايقاعية) بدأت
ممارسة هذه التمارين في الربع الاول من القرن العشرين وفي بعض المدارس الخاصة
التي كان لها حظ قليل في ممارسة التربية البدنية و الجمناستك ثم ادرجت هذه التمارين
ضمن المنهج الدراسي وخصت خمس عشر دقيقة لهذه التمارين ضمن الوحدة
التعليمية ثم زاد الاهتمام بهذه التمارين حيث اقيمت دورات تأهيلية للمعلمين بهذا
النشاط.

وفي عام 1934 حدثت نقلة نوعية في درس التربية الرياضية في المدارس حيث ظهر الاهتمام بالجمناستك واضحا أن قام المسؤولين بتقسيم التربية الرياضية المدرسية الى نوعين الاول الجمناستك والثاني الالعب المنظمة وقسم الجمناستك الى خمس مراحل هي:

1- المرحلة الأولى: وتشمل الصفين الأول والثاني الابتدائي.

2- المرحلة الثانية: وتشمل الصفين الثالث والرابع الابتدائي.

3- المرحلة الثالثة: وتشمل الصفين الخامس والسادس الابتدائي.

4 - المرحلة الرابعة: وتشمل الصفين الأول والثاني للمرحلة المتوسطة.

5- المرحلة الخامسة: وتشمل الصف الرابع الثانوي.

وقد خصصت لكل مرحلة ثماني لوحات سويدية في العام الدراسي الواحد ويتم تطبيق كل لوحة خلال شهر واحد فقط .

وفي عام 1956 استحدث قسم التربية الرياضية في كلية الملكة عالية (كلية البنات) مادة الحركات الايقاعية وفي عام 1959 تم تدريس مادة التمرينات لطالبات الكلية و محتوى درس التمرينات هو عبارة عن لوح رياضي سويدي مع مصاحبة ايقاعية بالإيعاز كالطيل أو الدف واستمرت مادة التمرينات تدرس في قسم التربية الرياضية في كلية البنات ومن ثم في كلية التربية الرياضية وفي عام ١٩٧٢ ادخل الجمناستك الايقاعي بشكلة الحقيقي وحسب القانون الدولي لهذه الرياضة.