المحاضرة الثامنة

**التربية الأثينية والتربية البدنية**

**1- التربية البدنية في العصر الاثني الاول:**

في بداية تاريخ أثينا كانت حضارتها وحضارة مدينة اسبرطة تستمد جذورها من أسس حضارية واحدة وخاصة في القرون الأولى ولكن بعد ذلك أخذت كل من أثينا واسبرطة تسعى في تكوين مجتمع له ميزاته الخاصة ومتأثر بنظرة كل منهما إلى النواحي التربوية للاثني القديم ديمقراطيا وأكثر تقدما من المجتمع الاسبرطي وعلى الرغم من ذلك فقد كانت أغلبية السكان في أثينا من طبقة العبيد التي تحملت كافة الأعمال وبذلك توفر للأثنين مزيدا من أوقات الفراغ التي استغلت بشكل جعل المواطن الاثني يحسن استثماره للوقت في خدمة الدولة من خلال مزاولة التدريب البدني والعمل على رفع المستوى الثقافي والفكري لمجتمعه وكان الهدف من التربية الجديدة إيجاد المواطن المتكامل والمتوازن في النواحي البدنية والعقلية والمعنوية والجمالية من قبل البرنامج التي تطبق خلال مراحل نمو الفرد والتي تبدأ المرحلة الأولى منها منذ الولادة حتى السادسة أو السابعة وتكون الأم أو المرضعة هي المسئولة عليه ثم تبدأ المرحلة الثانية وهي مرحلة التعلم في المدرسة الرياضية (البالسترا) والتي تطبق فيها برامج التربية البدنية إذ كان الشباب يمارسون العاب رياضية كالوثب العريض والمصارعة وتصاحب التمرينات أحيانا العزف على الفلاوت فضلا عن وجود شخص يقوم ويوضح كيفية أداء التمرينات ويصحح الأخطاء كما خصص لكل مرحلة من المراحل مكان خاص لمزاولة التدريب وعندما يبلغ الشاب الرابعة عشر أو السادسة عشر من عمره يترك البالسترا ويلتحق ب (الجمنازيوم) ويبدأ بتطبيق منهج تدريبي جديد يتركز على الركض لمسافات مختلفة القصيرة منها والمتوسطة والطويلة فضلا عن ما تعلمه سابقا في البالسترا من التمرينات والألعاب وهناك أيضا مدرسة (الديداسيكليوم) وهي مدرسة الموسيقى والتي تطبق فيها برامج في الأدب والموسيقى وشيئا من البرامج الرياضية.

كانت المثل العليا عند الأثينيين في العصر الأول في مقدمة الدوافع التي شجعت الفرد على تنمية قدراته العقلية والبدنية لخلق شخصيته المثالية المتكاملة المتوازنة دون المبالغة في الاهتمام بناحية على حساب أخرى والقادرة على خدمة أثينا بكل كفاءة ومقدرة في زمن السلم والحرب.

كانت تربية الطفل في المجتمع الاثني الأول أقل تأثرا بالتوجيه والتنظيم عن المجتمع الإسبرطي حيث إن الدولة لا تشرف على إعداده أو تقرير مصيره وبقائه أم لا لأنها لم تنشئ بيئة خاصة كما في اسبرطة لتقرر ذلك بعد الكشف عليه عند ولادته مباشرة لذا ترك للأب مسؤولية الإبقاء عليه أو عدمه.

**2- التربية البدنية في العصر الاثني الثاني**

طرأ بعض التغيير في هذا العصر على مفاهيم التربية، إذ كان الفرد يركز على تنمية قدراته وقابليته لتحقيق التقدم الذاتي لإعداده كرجل حكيم وعدم تطوير النواحي التي تساعد في إعداده كرجل عامل وبالتالي التركيز على البرامج التربوية العلمية وترك برامج الإعداد البدني.

إن نمو الاتجاه الفلسفي قد أضعف ارتباط الاثني بأهداف الدولة وتشجيعه على العمل لإشباع رغباته واختيار أهدافه الشخصية ونمط سلوكه في الحياة وهكذا ساد مبدأ إرضاء الفرد على التربية في العصر الاثني الثاني، لذا قلت عناية الشباب بالإعداد البدني وانتشر مبدأ الاحتراف الرياضي واقتصر التمرين البدني على المتخصصين بحكم وظائفهم وبذلك تكونت في المجتمع الاثني طبقة من مدربي الرياضة وذوي الخبرة والكفاءة والمقدرة على التدريب ولديهم اطلاع ومعرفة بعلم التشريح ووظائف الأعضاء وعلم التغذية وعلاقتها باللياقة البدنية.

كما ظهر العديد من الفلاسفة في هذا العصر سنتناول البعض منهم:

* **الفيلسوف (افلاطون):**

وهو في مقدمة الفلاسفة الذين نادوا بضرورة ممارسة المرأة للتدريب البدني أسوة بالرجل إلا أنه وضع الموسيقى في منزلة أفضل من الرياضة وهذا لا يعني أنه كان ضد القوة البدنية والصحة بل على العكس كان ينادي بضرورة إدخال الطفل بعد الثالثة من عمره إلى دار الحضانة ليلعب تحت إشراف مسئولة عن ساحة اللعب وعندما يبلغ السادسة ولغاية السادسة عشرة من عمره يدخل مدرسة حكومية إذ يقضي الخمس سنوات الأولى في التربية العسكرية والتدريب على أيدي أخصائيين في رمي الرمح والسهام وركوب الخيل، وفي سن العاشرة يتعلم الآداب و العزف على الفلوت، أن هذه الآراء تدعو إلى ضرورة وجود موازنة بين التربية البدنية والتربية العقلية كما كان ضد مبدأ الاحتراف الرياضي.

* **الفيلسوف (زينوفون):**

فتأثر بالتربية الاسبرطية ومجد التربية العسكرية واقترح برنامجا تدريبيا مقسما إلى أربع مراحل هي: -

1- مرحلة الفتيان

2- مرحلة الشباب

3- مرحلة الرجولة

4- مرحلة الشيخوخة

على أن تتبنى الدولة مسؤولية التعليم وتدريب الشباب على ايدي مدربين

* **الفيلسوف (ارسطو):**

فانه يرى ان الانسان يمر بحياته بأطوار ثلاثة وهي: -

1- طور النشأة البدنية وهو الطور الأول من الطفولة.

2- طور النفس النزوعية أي نشأة الحاسية والغريزة.

3- طور نشأة القوى الناطقة أو الطور العقلي.

كان أرسطو يعتقد أن الصحة العقلية تعتمد على الصحة البدنية كما ان المثل الأخلاقية للشباب يمكن تنميتها عن طريق التربية البدنية لذا اقترح ضرورة تدريب الطفل لغاية بلوغه الرابعة عشر من عمره، إذ يتم تعليمه النواحي العلمية ولمدة ثلاث سنوات وعند بلوغه السابعة من عمره يوضع له برنامج تدريب عنيف ولغاية العشرين وكان ينادي بضرورة مزاولة التدريب البدني طيلة حياة الإنسان.

واخيرا لابد من القول إن الآراء التربوية التي نادى بها الفلاسفة (افلاطون وزينوفون وارسطو) كان يتقبلها اقلية ضئيلة من المجتمع الاثيني لان معظم الشعب الاغريقي في ذلك الوقت كان محروما من التعليم لأن اكثريتهم من طبقة العبيد التي لا نصيب لها من التربية والحرية.

الالعاب الاولمبية قديما

مهرجان اولمبيا

منذ أكثر من عشرة قرون قبل الميلاد بدأت الروح القومية تجمع الإغريق وقد أذكت عدة عوامل الشعوب بضرورة الوحدة ومنها الأعياد الدينية والرياضية ففي مطلع كل صيف كان الإغريق يخرجون إلى العراء ويتجمعون بالقرب من معابدهم ومقدساتهم ويقيمون شعائرهم الدينية وينشدون الأناشيد تعظيما لآلهتهم وبمرور الأيام اضافوا لتلك التمثيليات مسابقات رياضية والتي كانت تنتهي بتغلب ملك شاب على ملك عجوز شرير ويرمزون بذلك بتغلب الربيع على الشتاء، ثم تطورت تلك التمثيليات الى مسابقات رياضية ذات قواعد وتعليمات وأصبح هدفها تمجيد المواهب البشرية في كل ميادين التفوق ثم تركزت تلك الأعياد الدينية والرياضية حتى اصبحت اربعة تقام في عدة مناطق من بلاد الإغريق ومع ذلك كان اهتمام الإغريق يتميز بالأعياد التي تقام تمجيدا للإله زيوس في أولمبيا مما جعلها اعيادا قومية يشارك فيها جميع الشعب الاغريقي وتذكر المصادر أن أول دورة أولمبية أقيمت في عام 776 ق.م، وأصبح هذا العام بداية التقويم الأولمبي الذي أرخ به الإغريق، أقامها لأول مرة [بيس ستراتس](https://ar.wikipedia.org/w/index.php?title=%D8%A8%D9%8A%D8%B3%D8%B3%D8%AA%D8%B1%D8%A7%D8%AA%D8%B3&action=edit&redlink=1) حاكم [أثينا](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D8%AB%D9%8A%D9%86%D8%A7) المتوفى عام 527 ق. م. في مدينة أولمبيا (وإليها تنسب الألعاب) في اليونان القديمة.

ولم تكن في أولمبيا في بادئ الأمر ابنية دائمة أو ملاعب ومدرجات بل شيدت تلك المباني تدريجيا وكانت اولمبيا مدينة يحل بها كل عام من مختلف المدن والمقاطعات الإفريقية الكثير من أبناء تلك البلاد وكانت التقاليد الاغريقية تحرم على الأجانب الاشتراك في الالعاب الاولمبية في حين كان الإغريقيون يحرصون على إقامة المهرجان الأولمبي في الايام القمرية من شهري اب وايلول ودوريا كل أربع سنوات ويبدأ عادة في اليوم العاشر أو الحادي عشر الى اليوم الخامس أو السادس عشر وشملت الأيام الخمسة على احتفالات تقديم القرابين واقامة المسابقات الرياضية والولائم احتفالا بالنصر والختام، حيث تقام في اليوم الأول الطقوس الدينية وتقديم القرابين وعرض مواكب المتسابقين أما في اليوم الثاني فتقام مسابقات الصبيان وتشمل الركض والمصارعة والملاكمة وسباق الخيل والألعاب الخماسية والتي تشمل بدورها (القفز العريض والركض وقذف القرص ورمي الرمح والمصارعة)، أما اليوم الثالث فتقام مسابقات الرجال في القفز والمصارعة والركض للمسافات القصيرة والطويلة حوالي ثلاثة أميال وبالملابس العسكرية، وفي اليوم الرابع تجري مسابقات اللعبة الخماسية للرجال اضافة الى سباق العربات وسباق الخيل ويخصص اليوم الخامس لعرض مواكب الفائزين وتقديم الضحايا والقرابين وكان الفائزون يضعون على رؤوسهم أكاليل من أغصان الغار والزيتون، وكان يحق للمتسابق الاشتراك بأكثر من مسابقة، وكان البرنامج قابل للتغيير حسب ظروف وأحداث المهرجان.

**أما شروط الاشتراك بالمسابقة** **فهي كالاتي:-**

1. يتوجب على المشارك بالألعاب تسجيل اسمه في وقت معين قبل السباق.
2. أن يمضي المشارك في التدريب 30 يوما قبل بداية المهرجان وتحت اشراف المدربين.
3. أن يمضي المدربين والمسؤولين ما يقارب 10 أشهر في الإعداد والتدريب للمشاركة في الدورة.

وعلى الرغم من ما بلغته الالعاب الاولمبية من مكانة لدى الإغريق فقد ظلت المرأة اليونانية في شبه عزلة عن المجتمع الرياضي إذ لم يسمح لها المشاركة والمشاهدة وذلك لاعتقادهم بأن الزوجة الكاملة هي التي تنصرف لتدبير منزلها والإشراف على تربية أطفالها وقد ظلت الالعاب الاولمبية مقتصرة على الرجال لفترة طويلة حتى تقرر اقامة مسابقات أولمبية خاصة بالنساء في عيد (هيرا) واقتصرت على مسابقات الركض لمسافات قصيرة وأجريت في شهر أيلول بعد مسابقات الرجال الاولمبية.

واستمرت إقامة الألعاب الاولمبية حتى في وقت الحرب ولكن مستوى الألعاب هبط مع مرور الوقت، وأصبح هدف المشاركة فيها النواحي المادية ثم زاد الهبوط سقوط الإغريق تحت سيطرة الرومان اذ فقدت الالعاب هويتها الإغريقية وخاصة بعد اشتراك المحترفين فيها وشكلت الالعاب مشكلة للرومان بعد اعتناقهم للمسيحية بسبب ما كان يصاحبها من طقوس وشعائر لا تقرها الديانة المسيحية لذلك أبطلت والغيت الالعاب الاولمبية من قبل الامبراطور كريستيان ثيودوسيوس في عام 394 م.

**مهرجان هيرا:**

حرم على النساء المشاركة في الالعاب الا ان حصلت حادثة اذ رافقت ام بطل ابنها الى السباق وبعد فوزه قامت بالصراخ وبحسب القوانين وجب قتلها إلا أنها نجت لكونها كانت أم لبطل وابنة بطل سابق وبعد هذه الحادثة تقرر اقامة الدورات الخاصة بالنساء وأطلق عليها هيرا نسبة الى زوجة الوزير التي سعت إلى اقامة دورات خاصة بالنساء وبالفعل أقيمت وكانت مقتصرة على العذارى بسباق المشي والركض لمسافات قصيرة.

**البالسترا:**

هي التسمية التي أطلقت على العديد من الأماكن التي يمارس فيها الإغريق المصارعة والتمارين البدنية ومنها بالسترا الابطال، و البالسترا الخاصة بالفتيان والتي تطبق فيها برامج نظرية وعملية وكان النشاط البدني أحد تلك البرامج فضلا عن برامج الموسيقى والحساب والآدب والغناء وأخرى خاصة بالشباب يتدربون فيها على الملاكمة والمصارعة.

**الجمنازيوم:**

هو المدرسة أو المعهد الرياضي عند الإغريق والتي يمارس فيها الرياضيون التدريب البدني وهم عراة وتتوفر فيه كل الامكانيات والادوات والاجهزة الرياضية الخاصة بالألعاب الرياضية المعروفة لديهم، وظهر في القرن السادس قبل الميلاد حين استقرت الدويلات الاغريقية وقلت حروبها فيما بينها، ولم تقتصر واجباته على النواحي الرياضية بل كانت تستخدم فيما هو أكثر اهمية واعتقادهم هذا جاء من إدراكهم لدور التربية البدنية في تنمية النواحي الاجتماعية والخلقية والصحية لذا ارتبط بالتعليم من جهة وبالطب من جهة أخرى.