

المحاضرة رقم 04

التربية والتربية البدنية في مصر القديمة وأغراضها

1-نبذة تاريخية عن مصر القديمة:

سكن الإنسان في مصر في فجر التاريخ أي منذ العصر الحجري أي حوالي (3200 ق.م) وكانت تسكن هذه البلاد، قبائل متعددة تتنازع فيما بينها إلى أن تمكن الملك (مينا) أحد ملوك الأسرة الأولى من توحيد مصر وجعل منها دول قوية لفترة طويلة من الزمن حكم خلالها ست أسر في الفترة (3100 - 2270 ق.م) حيث عرفت هذه الفترة بعصر الدولة القديمة، ومرت مصر بحروب طاحنة مع الهكسوس انتهت بطردهم من البلاد في بداية حكم الأسرة الثامنة عشر، حيث عرف هذا التاريخ بعصر الدولة الحديثة من 1573 1085 ق.م) وشهدت مصر تطورا عظيما في قوتها العسكرية وتمكنت من الوصول إلى أسيا) وفلسطين ولبنان وسوريا وعاشت مصر في عصر تقدمت فيه الفنون والعلوم والتجارة، إذ ساهمت الحضارة المصرية في تقدم العلوم والعمارة وصناعة الأدوات المنزلية ووضعوا الكثير من الأسس التي تقوم عليها الزراعة والري وتقدموا في علم الفلك والحساب والهندسة وكذلك الفنون.

2-أغراض التربية في مصر القديمة:

للتربية في مصر القديمة عدة أغراض تضمنت الاتي- :

- اهتم المصريون القدماء اهتماما خاصا بالتربية والتعليم.
- تم بناء المدارس واستيعاب الأطفال وقد ورد في وصية أحد حكمائهم لابنه (امنح قلبك للعلم وأحبه كما تحب أمك فلا يعلوا على الثقافة شيء).
- تبدأ تربية الأبناء منذ السنة الأولى بتعويد الطفل على خشونة العيش والتحمل إذ يجبر على السير حافي القدمين وحليق الرأس وطعامه الرئيسي خبز الذرة.
- تقوم إلام بتقديم بعض المبادئ الأولى الدينية والخلقية للطفل.
- يسمح للطفل في السنة الرابعة من عمره بقضاء بعض الوقت مع ألعابه من دمي وتماسيح.
- ليست هناك معلومات دقيقة حول المدارس المنظمة في مصر القديمة، وكانت المدرسة تسمى (بيت التعليم).

- شمل المنهج الدراسي الدين وآداب السلوك والقراءة والكتابة والحساب والسباحة والتمارين البدنية.

أما أغراض التربية البدنية في مصر تضمنت الآتي:

1- أعطى المصريون القدماء للتربية البدنية المفهوم القائل بأن التربية البدنية جزءا متما للتربية العامة.

2- كانت التربية البدنية ضمن المنهاج العام للتربية والتعليم في المدارس إلى جانب الإعداد العلمي والخلقي والديني.

3- كان المصريون شعبا يميل لمزاولة التمارين البدنية سواء كانت للغرض العسكري أو الديني أو الترويحي وذلك نتيجة لطبيعة حياتهم الأولى وقبل استقرارهم في دويلات وأسر حاكمة اعتمدت في معيشتها على الصيد والدفاع عن النفس.

4- إعداد المحاربين والجنود من الشباب والرجال وتدريبهم على اكتساب عناصر اللياقة البدنية والمهارة الحركية.

5- مارس المصريون الصيد واحتل جزءا كبيرا من وقت فراغهم فضلا عن اعتمادهم عليه في المأكل والملبس ومارسوه بمختلف أنواعه.

6- عدت السباحة في مقدمة الألعاب التي زاولها المصريون القدماء وهذا ما أثبتته اللوحات على جدران معابدهم إذ عرفوا السباحة بطريقة الزحف.

7- توصل المصريون إلى عمليات إنفاذ الغريق والتي عدت من الألعاب المائية، إذ كان للأغنياء منهم أحواض سباحة خاصة في منازلهم كما مارست المرأة هذه الرياضة.

8- عرف المصريون رياضة التجديف ويذكر أن (منحوتب) تبارى مرة مع مائتي شاب ضد تيار الماء في نهر النيل.

9- وجدت الكثير من القطع الأثرية التي مثلت مشاهد مصارعة اشترك فيها فنية مجنونون عثر عليها في مقبرة (بتاح حتب) وفيها ستة أوضاع من المصارعة.

10- مارس المصريون بعض الألعاب الشبيهة برفع الأثقال تكونت من رفع غرارة مملوءة بالرمال حتى ثلاث أرباعها، ترفع بذراع واحدة عاليا مع الحفاظ عليها عاليا قدر الإمكان.

11- مارس المصريون القدماء رياضة الملاكمة.

12- برع المصريون في رمي السهام ويذكر أن (منحوتب) كان يصيب هدفا نحاسيا سميكا فيخرقه سهمه، كما تمكن من إصابة أربع أهداف من عربته فاخرقتها السهام وكانت بسمك ثلاث بوصات والمسافة بين هدف وآخر عشرة أمتار.

13- من الألعاب التي برعوا بها المبارزة بالعصي وألعاب التوازن وألعاب الكرة للبنات وكانت تلعب بأكثر من كرة بان واحد بيدين منفرجتين أو متقاطعتين على الصدر كما يفعل لاعبو السيرك الآن.

14- مارس المصريون ألعابا تشبه ألعاب الجمناستيك الحالية أو الكروبايكية.