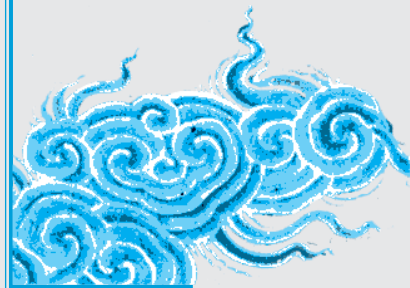


مقدمه

تربیت بدنی از یک دیدگاه علم است و پیشینه تاریخی دارد و از دیدگاه دیگر همچون سایر دانش‌ها با بهره‌مندی از تجارب گذشتگان تکامل پیدا می‌کند، به‌ویژه اینکه علوم انسانی یکی از مبانی اساسی و بنیادی رشته تربیت بدنی و ورزش است. در بررسی پیشینه تربیت بدنی و ورزش علاوه بر بررسی منابع مربوط به تاریخ عمومی، تاریخ تعلیم و تربیت، وضعیت اجتماعی و فرهنگی گذشتگان، باید منابع ادبی و تربیتی را نیز بررسی کرد. از این‌رو آثار ادبی به‌ویژه اثر حماسی ایران (شاهنامه فردوسی) یکی از منابع مهم برای تقویت مبانی علوم انسانی و ورزش کشور است. نقش ارزنده و تاریخ بسیار



جایگاه تربیتی ورزش در ایران باستان

بهرام بهرامی پور

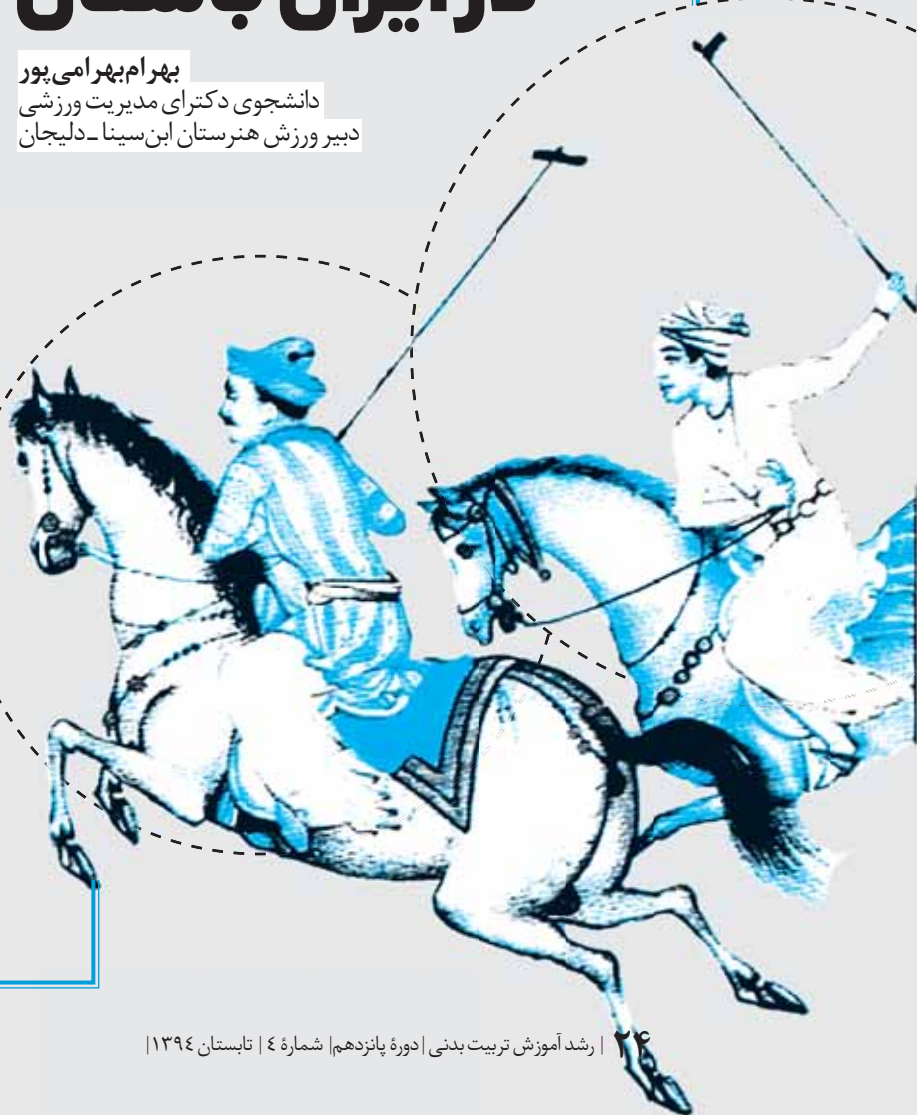
دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی
دبیر ورزش هنرستان ابن سینا - دلیجان

درخشان فرهنگ تعلیم و تربیت و تمرینات نظامی - ورزشی کشورمان در دوران گذشته، محقق را بر آن داشت تا به مرور و مطالعه ادبیات و تاریخ فرهنگ ورزشی ایران بپردازد. اهمیت ورزش و تربیت بدنی در میان ایرانیان ریشه در اصول اعتقادی داشته است. زیرا وزیدگی و تندرستی از ضروریات حیاتی هر قوم و نژاد بوده است. اگرچه در گذشته و تاریخ ایران فعالیت‌های بدنی زیادی با اهداف نظامی و تفریحی صورت می‌گرفت، ولی شاهکار بزرگ فردوسی از جنبه فرهنگ تربیت بدنی و ورزش کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بررسی وضعیت تربیت بدنی و ورزش در دوران گذشته می‌تواند راهبرد و چشم‌اندازی برای ورزشکاران حال و آینده کشور باشد. اطلاعات و یافته‌های این تحقیق می‌تواند مقدمه‌ای برای آشنایی با وضعیت تربیت بدنی و ورزش آن دوران باشد، تا ضمن حفظ میراث گذشتگان بتوان تحول و تکامل آن میراث را در جامعه ورزشی ارتقا بخشید. ورزشکاران، مربیان، دبیران و سیاست‌گذاران ورزشی با بهره‌گیری از فرهنگ پهلوانی و سلحشوری ایرانیان می‌توانند ضمن گسترش توانایی‌های جسمانی و ورزش در جهت پرورش عقلانی و اخلاقی گام بردارند، افرادی مانند استرابون، کنت دکوینو، پروفیسور پوپ، پروفیسور گیرشمن و کریستی ویلسون و دیگران با تحقیق و بررسی، میراث ارزنده تاریخی، فرهنگی و تربیتی ما را ارج نهاده‌اند و آن را به ایرانیان و جهانیان باز شناسانده‌اند. بررسی تاریخ ایران ثابت کرده است که از نخستین کشورهای دارای سبک در امر آموزش و پرورش خانواده‌ها و روش‌های نوین تعلیم و تربیت بوده است که در ادامه این بررسی به جزئیات آن خواهیم پرداخت.

کلیدواژه‌ها: تعلیم و تربیت، ایران باستان، ورزش

اهداف تعلیم و تربیت دوره‌های مختلف تاریخی

در ایران باستان اهداف تربیت به هفت بخش: اجتماعی و ملی، اخلاقی، مذهبی، عضویت در حیات خانوادگی، صحتی و بدنی، دانش و هنر، حیات خانوادگی تقسیم شده بود. ایران قدیم یکی از بزرگ‌ترین هدف تربیتی خود را حفظ صحت و بقای خصایص خوب نژادی دانسته است زیرا کاملاً به ارتباط صحت جسمانی با سلامت روحانی اعتقاد داشتند. شعار



**ورزشکاران،
مربیان، دبیران و
سیاست‌گذاران
ورزشی با بهره‌گیری
از فرهنگ پهلوانی
و سلحشوری
ایرانیان می‌توانند
ضمن گسترش
توانایی‌های
جسمانی و ورزش
در جهت پرورش
عقلانی و اخلاقی
گام بردارند**

همه‌جانبه اجتماعی و فرهنگی، مردم از رفاه و فراغتی بیشتر از دوران پیش برخوردار شده بودند و به اهمیت ارزش توانایی و سلامت بدن در حکم وسیله‌ای مهم برای فراهم آوردن یک ارتش سلحشور و دستگیری از ناتوانان پی برده بودند تا آن‌جا که نیرومندی و پهلوانی را همراه با جوانمردی، چشم‌پاکی، فروتنی، راستی و بسیاری از سجایای اخلاقی و ناتوانی و سستی را مایه ناراستی می‌دانستند. چنانکه در شاهنامه می‌خوانیم:

**ز نیرو بود مرد را راستی
ز سستی کژی آید و کاستی**

پهلوان‌ها و یلان در هنگام صلح، پاسداران کشور بودند و هنگام جنگ سرداران سپاه و گاه نتیجه جنگ به نتیجه نبرد پهلوانان دو طرف بستگی داشته است. بالاترین آرمان جوان ایرانی این بود که قهرمان نبردها و میدان‌های بزرگ باشد. هخامنشی می‌خواست جوانان را صاحب روح پهلوانی و جوانمردی نماید که پایه اخلاق سالم است، برای این منظور به تربیت بدنی و نطق و خطابه متوسل می‌شدند. به طوری که سجایای اخلاقی را به وسیله شرح اوصاف برجستگان و بزرگان به جوانان می‌آموختند. بنا به گفته استرابون: «موزگاران اوصاف و شرح حالات قهرمانان و کردارهای برجسته پهلوان‌های قدیم و خدمات برجسته مردان بزرگ را همزمان برای جوانان باز می‌گفتند و برای مزید تأثیر این تعلیمات، بعضی اوقات از موسیقی هم استفاده می‌کردند.

**برنامه‌های تعلیم و تربیت در ایران
باستان**

به‌طور کلی برنامه تعلیم و تربیت در ایران سه قسمت عمده داشت: پرورش دینی و اخلاقی، تربیت بدنی و تعلیم خواندن و نوشتن و حساب برای طبقات خاص. آموزش‌های اولیه بیشتر جنبه دینی داشت و این نوع آموزش به‌واقع رایج‌ترین و همگانی‌ترین نوع تعلیم و تربیت به‌شمار می‌رفت که معمولاً در خانه و معبد‌ها انجام می‌پذیرفت و هر کس موظف می‌شد تا ۱۳ شبانه‌روز را صرف تربیت دینی نماید. گرچه از برنامه آموزشی و روش تعلیم و تربیت دوره اشکانیان اطلاعات صحیح و دقیقی در دست نیست، ولی مشابه روش‌های آموزشی

سه‌گانه «پندار نیک، گفتار نیک، کردار نیک» رویکردی مهم برای پرورش هماهنگ همه ابعاد مختلف آدمی بود که این موضوع بر اهداف و روش‌های تربیت بدنی و ورزشی نیز تأثیر گذاشت. توجه و رعایت بهداشت و سلامتی، تلاش برای داشتن فرزندان سالم، اهمیت شجاعت و دلیری، راستی، درستی، سحرخیزی و کسب خرد، جایگاه برنامه‌ها و روش‌های تربیت ورزشی ایران را ارتقا می‌بخشید. همچنین در این دوران، مرض، آلودگی، پلیدی و عدم صحت را از آثار اهریمن می‌دانستند و هر ایرانی پاک باید خود و فرزندان خود را صحیح و سالم نگه می‌داشت. هر فرد ایرانی می‌بایست برای جامعه عضوی مفید و سودمند می‌بود و به تربیت جسمانی اهمیت می‌داد. در عصر مادها دو هدف بزرگ آموزشی؛ غلبه بر بدی‌های محیط و سعی برای حفظ و پرورش ملیت خود در مقابل بیگانگان، بیشتر مورد نظر بود و برای رسیدن به این اهداف به اسب‌سواری، تیراندازی و شکار می‌پرداختند.

اهم اهداف آموزشی در عهد هخامنشیان عبارت بود از: بسط سازمان و تشکیلات ارتش و تقویت آن، تربیت و پرورش کارگزاران سالم برای اداره کشور، ایجاد راه‌های ارتباطی و آموزش فنون راه‌سازی و تربیت متخصصین امور مربوط، تقویت روحیه حس همکاری و جوانمردی در فرزندان با شرکت دادن آن‌ها در ورزش‌های گوناگون و کارهای گروهی.

یکی از خواسته‌های ایرانیان از خدای خود، نیروی تن بود و بدین ترتیب ورزش و تربیت بدن راه خود را گشود و جزو یکی از اهداف برنامه آموزشی این دوره قرار گرفت. به‌طور کلی ورزش نه‌فقط هدف عملیات نظامی و جنگی داشت، بلکه برای سلامت نفس و نیروی جسمانی بود، چون انسان قوی، شجاع و راسخ و راست‌کردار مورد احترام عموم و انسان ضعیف، زبون و ناراست و محکوم به شکست است. اشکانیان ضمن حفظ رسوم و آداب و هدف‌های اساسی هخامنشیان برای ایجاد آمادگی لازم در میان مردم، آموزش‌های نظامی را در درجه اول اهمیت قرار دادند. ورزش بدنی و تربیت نظامی در میان اشکانیان متداول و معنی یک مرد پارتی مترادف با مرد جنگی بوده است، تا جایی که مهارت و قدرت تیراندازی جنگ‌آور پارتی زبانه‌زد جهانیان بوده است.

در عهد ساسانیان هدف‌های آموزش و پرورش تنوع لازمه زمان خود را داشت و آموزش دینی بیشترین سهم را در عهد ساسانی به خود اختصاص داده بود. البته اهداف دیگری نیز مانند اهداف نظامی، اقتصادی و سیاسی وجود داشت. در زمان ساسانیان بر اثر پیشرفت



زمان تحصیل و طول مدت آموزش در ایران باستان ۳ مرحله آموزش خانوادگی، عمومی و اختصاصی به نسبت رشد قوای جسمانی، نیازها و اهداف اجتماعی وجود داشت

هخامنشیان بود. برنامه آموزشگاه‌ها از لحاظ مواد آموزش و تعلقات خانوادگی و اجتماعی چندگانه بود. پاره‌ای از درس‌ها چون فراگیری متون و آداب و رسوم مذهبی و ملی، خواندن و نوشتن و حساب همگانی بود، علاوه بر آموزش‌های مذکور فرزندان نجیب‌زادگان و گروه‌های مرفه به بازی چوگان، شطرنج، شمشیربازی، سوارکاری، شکار، تیراندازی و کشتی نیز مشغول می‌شدند. معلمان و مربیان این دروس و ورزش‌ها از ماهرترین، ورزیده‌ترین و پاک‌دامن‌ترین افراد انتخاب می‌شدند. در آموزشگاه‌ها، اول و آخر هر روز، برنامه سوادآموزی اجرا می‌شد و میان برنامه‌ها به ورزش و تعلیمات عملی دیگر اختصاص داشت. $\frac{1}{3}$ روز صرف سوادآموزی و آموزش‌های سوارکاری می‌شد و $\frac{2}{3}$ آن تعلق به برنامه‌های دیگر داشت. در دوره ساسانیان نیز مانند ادوار پیشین، معبدها به منزله آموزشگاه‌هایی بودند که وظایف فرهنگی و آموزشی به‌عهده آن‌ها بود.

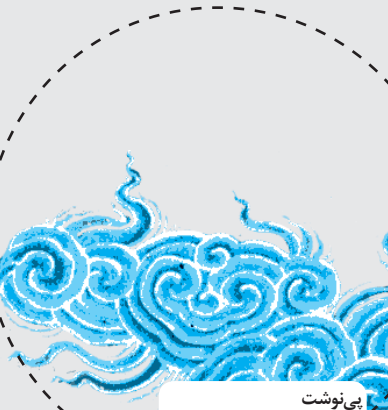
آموزش نظامی و تربیت‌بدنی از مهم‌ترین تعلیم آن دوره برای نوجوانان و جوانان بود که هدف آن پرورش روحیه سلحشوری و لشکرکشی، جنگاوری و حفظ وحدت ملی و دفاع از مرزها بوده است. به عبارت دیگر هدف آموزش و پرورش تبدیل فرزندان به شهروندانی جنگجو بود. در این دوران سه مرحله تربیتی متمایز ۷ تا ۱۲ سالگی، ۱۲ تا ۱۵ سالگی و ۱۵ تا ۲۰ سالگی وجود داشت. فرزندان تا سن پنج سالگی در اختیار مادر و از پنج سالگی تا هفت سالگی تحت سرپرستی پدر بودند، در این سن به مدرسه وارد می‌شدند و تا رسیدن به سن ۷ سالگی قطعاتی از متون آیینی را حفظ می‌کردند. ۱۵ سالگی سن پایان تعلیم تربیت‌بدنی و اخلاق بوده است و جوانان در ۲۰ سالگی مورد امتحان دانشمندان قرار می‌گرفتند. تعلیمات عالی تا سن ۲۰ یا ۲۴ سالگی ادامه می‌یافت و به بعضی از فرزندان اشراف تعلیمات خاصی می‌دادند که برای فرمانداری استان‌ها و تصدی مشاغل دولتی مهیا

شوند، ولی فرا گرفتن فنون جنگ برای همه مشترک بود.

آن‌ها خواندن، نوشتن، علوم مقدماتی، راستگویی، تیراندازی و سواری را در محیط مکتب‌خانه یا آموزشگاه فرا می‌گرفتند. در مرحله آموزش اختصاصی که مصادف با زمان بلوغ و رشد هیجانات است، بعد از بازشناسی استعدادها نوجوانان را برای پذیرش در رشته‌های تخصصی بالاتر ارشاد می‌کردند و آموزش و پرورش در این مرحله، شکل پیچیده و جدی‌تری به خود می‌گرفت، نوجوانان ۱۰ سال بعد از کارآموزی در طبقه مردان کامل پذیرفته می‌شدند و تحت فرمان رؤسای خود قرار می‌گرفتند تا هر جا که وجود مردان نیرومند و خردمند برای حفظ منابع عمومی لازم شود به خدمت گماشته شوند. مراحل اول و دوم آموزش برای دختران و پسران یکسان بود و تغییرات از مرحله سوم آموزش ظاهر می‌شد، این تقسیم‌بندی در سراسر دوره هخامنشی رواج داشت و در دوره سلوکیان رو به ضعف نهاد؛ و در زمان اشکانیان و ساسانیان دوباره رونق گرفت. آنچه مسلم است مکان استقرار مدارس ویژه آموزش فنون نظامی مانند مدارس تربیت‌بدنی در عهد هخامنشی بیشتر در محل‌های سرگشاده و میدان‌های وسیع بوده است و سایر آموزشگاه‌های صنعتی و حرفه‌ای نیز مراکزی متناسب با نوع آموزش خود داشته‌اند.

از جمله مواد تحصیلی، مهارت در تیراندازی با کمان، سواره یا پیاده، ژوبین‌اندازی، نیزه‌زنی، کشتی و راه‌پیمایی بوده است و آن‌ها را به ریاضت و تحمل در مقابل سختی‌ها، ورزش، بردباری و پافشاری عادت می‌دادند. عادت دادن به سحرخیزی از مختصات زندگی تحصیلی ایرانیان باستان بوده است و گزنفون می‌نویسد که: «کاخ پادشاهی و ایوان خانه‌ها در میدان پهنی ساخته شده بود که آن را آلوترا^۱ یعنی میدان آزاد می‌نامیدند. آن‌ها هوای آزاد را برای تربیت جوانان بر جایگاه‌های محصور و سرپوشیده برتری می‌دادند. این میدان دور از هیاهوی دادو ستد و بازار قرار داشت، چون قال و مقال آن‌ها را در نزدیکی محل تربیت زینده نمی‌دانستند. میدان‌های مزبور به ۴ قسمت تقسیم شده بود: قسمت اول ویژه کودکان، قسمت دوم برای نوجوانان، قسمت سوم برای مردان و قسمت چهارم برای کهن‌سالانی بود که از عهده خدمات لشکری بر نمی‌آمدند. نوجوانان و جوانان توسط افسران رسمی ارتش، کارزار دیده و مردان کارآموده در امور کشوری تعلیم می‌دیدند. در این مرحله آنان را با سلاح





1. Eleothenra

پی‌نوشت

منابع

- اصلاح‌نخانی، محمدعلی. «نقش ورزش و فعالیت بدنی در رشد و اعتدالی فرهنگی جامعه». زیور ورزش، دانشگاه شهید بهشتی، شماره ۱۳، مهرماه ۱۳۸۰.
- بیژن، اسدالله. «سیر تمدن و تربیت در ایران باستان». انتشارات ابن‌سینا، چاپ دوم، ۱۳۵۰.
- بهرامی‌پور، بهرام. «فرهنگ تربیت‌بدنی و ورزش در ایران». پایان‌نامه دوره کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان، ۱۳۸۴.
- حکمت، علیرضا. «آموزش و پرورش در ایران باستان». مؤسسه تحقیقات و برنامه‌ریزی، چاپ اول، ۱۳۵۰.
- خوشکام، غزال. «پایان‌نامه پیشینه ورزش در متون نظم فارسی از نظر ابعاد و ویژگی‌ها و جلوه‌ها تا قرن ۵ هجری دانشگاه آزاد اسلامی، رشته تربیت‌بدنی، ۱۳۸۰».
- درانی، کمال. «تاریخ آموزش و پرورش ایران قبل و بعد از اسلام». انتشارات سمت، چاپ اول، ۱۳۷۶.
- صدیق، عیسی. «تاریخ فرهنگ ایران». نشر دانشگاه تهران، چاپ پنجم، ۱۳۴۹.
- ضمیری، محمدعلی. «تاریخ آموزش و پرورش ایران و اسلام». نشر راهگشا، چاپ پنجم، ۱۳۷۴.
- «فرهنگ تربیت‌بدنی». فصلنامه ورزشی، نشر سازمان تربیت‌بدنی، شماره ۱۳، ۱۳۶۶.
- کارزونی، جعفر. «تاریخ پهلوانی در کرمانشاه در دو قرن اخیر». جلد دوم، ۱۳۷۴.
- کاظمینی، کاظم. «نقش پهلوانی و نهضت عبیری در تاریخ اجتماعی و حیات سیاسی ملت ایران». نشر بانک ملی، چاپ اول، ۱۳۴۳.
- کریمی، جواد. «نگاهی به تاریخ تربیت‌بدنی جهان». نشر دانشگاهی، چاپ اول، ۱۳۶۴.
- وکیلان، منوچهر. «تاریخ آموزش و پرورش در ایران و اسلام». نشر دانشگاه پیام نور، ۱۳۷۸.

برای ساختن افرادی با فرهنگ، شرایط مناسبی را برای پر کردن اوقات فراغت و لذت بردن و غنای فرهنگی ورزش فراهم آورد. در واقع نقش ورزش و تربیت بدنی به‌عنوان یک پدیده تربیتی سازنده و مفید در غنای فرهنگی هر جامعه از آن جهت حائز اهمیت است که امروز تعداد علاقه‌مندان به ورزش به مراتب بیشتر از شرکت‌کنندگان آن است. نقش ورزش در انتقال میراث فرهنگی و ارزش‌های اخلاقی و انسانی جامعه خود به ملت‌های دیگر دوچندان است، این پدیده اجتماعی عصر حاضر، با ایجاد همبستگی، همکاری، گذشت، فداکاری، دوستی، صمیمیت و بسیاری از ارزش‌های انسانی و اجتماعی دیگر نقش مهمی در موفقیت و پیروزی دارد و به آسانی می‌تواند ضمن انتقال فرهنگ از یک نسل به نسل دیگر، از یک ملت به ملت دیگر، نشان‌دهنده غنای فرهنگی یک جامعه پویا و رو به رشد باشد.

از وضعیت برنامه‌ها و روش‌های تعلیم و تربیت در دوره‌های مختلف تاریخی ایران باستان می‌توان گفت که عمده‌ترین بخش‌ها و مواد تعلیم و تربیت کودکان و نوجوانان عمدتاً تربیت‌بدنی و ورزش بوده است. در عین حال که هدف پرداختن به امور ورزشی در جهت جنگجویی و دفاع از وطن و سرزمین بوده ولی باز امور اخلاقی و دینی و پرورشی نیز نادیده گرفته نمی‌شد و عمده‌ترین برنامه‌ها و روش‌های خود را بر مبنای اخلاق و دین بنا می‌نهادند تا بتوانند افراد بسیار سالم و قوی و در عین حال مقید به اصول دینی و پهلوانی تربیت کنند. همچنین برگزاری مسابقات و تفریحات گوناگون در دوره‌های مختلف تاریخی ایرانیان باستان را می‌توان نشان‌دهنده توجه و علائق ایرانیان به حفظ روحیه سالم و شاداب افراد جامعه دانست. مقایسه وضعیت تعلیم و تربیت پیشین ایران با وضعیت آموزش و پرورش حال حاضر جهان حاکی از آن است که آنچه که انسان‌ها امروز به‌دنبال آن هستند در ایران باستان مورد توجه بوده است. از جمله برگزاری مسابقات مختلف ورزشی، انجام ورزش‌های همگانی، اهمیت دادن به ورزش و فعالیت، توجه به تعلیم و تربیت صحیح افراد جامعه، توجه به ورزش بانوان، سلامتی روح و روان، استعدادیابی در ورزش، تفریحات سالم و مفید و غیره. هرچند هنوز به‌دلایل مختلف از وضعیت مطلوب فاصله داریم ولی باید بدانیم که با این‌گونه تفکر و بینشی که نسبت به تعلیم و تربیت در ایران باستان وجود داشته، شایسته است به‌گونه‌ای حرکت کنیم که پرچم‌دار الگوهای مناسب تعلیم و تربیت و ورزش در جهان باشیم.

رسمی جنگی ورزش می‌دادند و تیراندازی، شکار، اسب‌سواری و پرش از اسب در حال تاخت و عبور از رودخانه‌ها را به آنان می‌آموختند. صبحگاهان ورزش‌ها و عملیاتی مانند ژوبین و تیراندازی و بعدازظهر ساختن ادوات شکار، فلاحه، کشت و کار، درختکاری و امثال این‌ها را می‌آموختند و تربیت را با ریاضت، تحمل گرما، سرما و گرسنگی توأم می‌کردند. در پایان سنین جوانی یعنی ۲۴ سالگی به آموختن کردارهای قهرمانی، تربیت ذهنی و خواندن مشغول می‌شدند، شنا و ورزش‌های دیگر که قسمتی از تعلیم و تربیت جوانان بود بی‌گمان باید تکرار آن‌ها را در ساعات بیکاری و روزهای کارآسائی و جشن‌های ملی جزو تفریحات عمومی، محسوب کرد. در مورد آموزش دختران، دختران طبقات بالای اجتماع نظیر شاهان، درباریان و امرا از آموزش‌هایی نظیر چوگان بازی، سوارکاری نیز برخوردار می‌شدند. در زمان ساسانیان آموزشگاه‌های تربیت‌بدنی خاص اطفال، بزرگان و درباریان دایر شد و در زمینه ورزش فقط به ایجاد آموزشگاه‌های درباری محدود نمی‌شد بلکه کادر مجرب و متخصصی را برای آموزش ورزش‌ها تربیت می‌کردند. آن‌ها متخصصینی را به نام اندرزد یا اسپوارگان مأمور پادگان‌های مختلف می‌کردند تا فنون سواری و طرز استفاده از اسلحه و شیوه‌های رزمی را آموزش دهند. سنگ‌نیشته‌ها و اسناد معتبر دیگر و دعاهایی که از زبان شاهان و سایرین بیان شده است این حقیقت را نشان می‌دهد که کودکان از ۵ سالگی به تمرین تیراندازی می‌پرداختند و در سنین بالاتر آموزش‌های سنگین ورزشی را می‌دیدند. اکثر مورخین انجام مسابقات ورزشی را در عهد باستان گزارش کرده‌اند. این نظم و توجه به مسابقات ورزشی در آن دوره تاریخی، کمتر در ملتی سابقه داشته است. برای پی بردن به نحوه آموزش تربیت‌بدنی در این دوره بهتر است به کارنامه یکی از بزرگان درباری هنگام ارائه به خسرو پرویز توجه شود: «استادی من در سواری و کمان‌داری چنان است که سوار هم‌اورد باید بسیار خوشبخت باشد تا بتواند از تیر من جان بدر برد و در گوی و چوگان به اندازه‌ای ورزیده‌ام که دیری نیاید تا به هم‌اورد خویش چیره شوم و در نیزه‌ورزی نیز استادم.»

نتیجه‌گیری

تربیت‌بدنی و ورزش نیز قادر است در کنار شکل دادن به استعداد‌های جسمانی، حرکتی، روانی و اجتماعی افراد، ضمن ایجاد زمینه‌های سالم و مفید