التربية البدنية في العصر الإسلامي

-التربية البدنية في الحضارة الإسلامية: اهتم المجتمع الإسلامي بالتربية البدينة بهدف التربية الجسمية المأثورة على أهمية ممارسة المسلم للرياضة و على أهمية العناية بالجسم. للمسلم، كما اهتم بالعديد من الرياضات، و تشير العديد من الآيات القرآنية والأحاديث الشريفة و الأقوال قال الله سبحانه و تعالى في كتابه الحكيم: "وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة و من رباط الخيل ترهبون به عدو الله و عدوكم و آخرين من دونهم لا تعلمونهم الله يعلمهم و ما تنفقوا من شيء في سبيل الله يوف إليكم و أنتم لا تُظلمون" الآية 60 من سورة الأنفال بعد ذلك فله عذاب أليم" الآية 94 سورة المائدة "يا أيها الذين آمنوا ليبلونكم الله بشيء من الصيد تناله أيديكم ورماحكم ليعلم الله من يخافه بالغيب فمن اعتدى..."

وكذلك الأحاديث التي رويت عن الرسول (ص) و التي تدل على اهتمام المجتمع الإسلامي بالتربية البدنية و إدراكه لأهميتها للفرد المسلم .". قال رسول الله (ص): "إن لربك عليك حق و إن لبدنك عليك حق و إن لأهلك عليك حقا، فأعط كل ذي حق حقه وقال رسول الله (ص): " اغتنم خمسا قبل خمس حياتك قبل موتك و صحتك قبل سقمك، و فراغك قبل شغلك و شبابك قبل هرمك، و غناك قبل فقرك ."لقد حفلت سيرة الرسول (ص) بالكثير من المواقف التي دعا فيها إلى ممارسة الرياضة، بل لقد مارسها بنفسه و حث المسلمين على التمسك بها، و يمكن لهذه السيرة العطرة أن تصنف على ضوء علاقتها بالرياضة بحيث يمكن أن تقسم إلى :أقوال الرسول (ص) وتوجهاته بشأن الرياضة: اهتم رسول الله (ص) أشد الإهتمام بحث المسلمين على ممارسة الرياضة و الاهتمام بقوة أجسامهم فيقول: "المؤمن القوي خير و أحب إلى الله من المؤمن الضعيف و في كل خير كما قال "رحم الله امرءا أراهم من نفسه قوة". و ذكر (ابن القيم) أن حمل الإثقال عمل مباح كالصراع (المصارعة) و مسابقة الأقدام (الجري) فقد مر رسول الله (ص) بقوم يربعون حجرا ليعرفوا الأشد منهم فلم ينكر عليهم ذلك .و عن سلمة بن الأكوع أن رجلا من أنصار لا يُسبق (من سرعة عدوه) فأخذ يتحدى أناسا أن يسابقوه إلى قال رسول الله صلى الله عليه وسلم خير رجالتنا (مشاتنا) سلمة بن الأكوع. المدينة، فقام له سلمة بن الأكوع استأذن من الرسول 'ص) فسابق الرجل حتى سبقه ابن الأكوع إلى المدينة، و و لقد كانت بعض الرياضات تؤدى في ساحات المساجد، فقد قال رسول الله (ص) للأحباش وهم يلعبون بحرابهم في المسجد "دونكم يا بين أرفدة لتعلم اليهود أن في ديننا فسحة".