

التربية البدنية في العصر الإسلامي

-التربية البدنية في الحضارة الإسلامية: اهتم المجتمع الإسلامي بال التربية البدنية 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 والأقوال قال الله سبحانه و تعالى في كتابه الحكيم: "وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة و من رباط الخيل ترعبون 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 تظلمون" الآية 60 من سورة الأنفال بعد ذلك فله عذاب أليم" الآية 94 سورة المائدة "يا أيها الذين آمنوا ليبلوكم الله بشيء من الصيد تناهه أيديكم و رماحكم ليعلم الله من يخافه بالغيب فمن اعتدى..."

وذلك الأحاديث التي رويت عن الرسول (ص) و التي تدل على اهتمام المجتمع الإسلامي بالتربيـة البدنية و إدراكـه لأهميتها لـلفرد المـسلم . حقـه". قال رـسول الله (ص): "إـن لـربك عـليـك حقـ و إـن لـأهـلـك عـليـك حقـا، فـأعـطـ كل ذـي حقـ و قال رـسول الله (ص): "اغـتـمـ خـمـسا قـبـلـ خـمـسـ حـيـاتـكـ قـبـلـ مـوتـكـ وـ صـحتـكـ قـبـلـ سـقـمـكـ، وـ فـرـاغـكـ قـبـلـ شـغـلـكـ وـ شـبابـكـ قـبـلـ هـرمـكـ، وـ غـنـاكـ قـبـلـ فـقـرـكـ . "لـقد حـفـلتـ سـيـرـةـ الرـسـوـلـ (صـ) بـالـكـثـيرـ مـنـ الـموـاـقـفـ الـتيـ دـعـاـ فـيـهـاـ إـلـىـ مـارـاسـةـ الـرـيـاضـةـ، بـلـ لـقـدـ مـارـسـهـاـ بـنـفـسـهـ وـ حـضـ الـمـسـلـمـينـ عـلـىـ التـمـسـكـ بـهـاـ، وـ يـمـكـنـ لـهـذـهـ السـيـرـةـ الـعـطـرـةـ أـنـ تـصـنـفـ عـلـىـ ضـوءـ عـلـاقـتـهاـ بـالـرـيـاضـةـ بـحـيثـ يـمـكـنـ أـنـ تـقـسـمـ إـلـىـ: أـقـوـالـ الرـسـوـلـ (صـ) وـ تـوـجـهـاتـهـ بـشـأنـ الـرـيـاضـةـ: اـهـتـمـ رـسـوـلـ اللهـ (صـ) أـشـدـ إـلـهـتـمـاـ بـحـثـ الـمـسـلـمـينـ عـلـىـ مـارـاسـةـ الـرـيـاضـةـ وـ الـاـهـتـمـاـ بـقـوـةـ أـجـسـامـهـمـ فـيـقـوـلـ: "الـمـؤـمـنـ الـقـويـ خـيرـ وـ أـحـبـ إـلـىـ اللهـ مـنـ الـمـؤـمـنـ الـضـعـيفـ وـ فـيـ كـلـ كـمـاـ قـالـ "رـحـمـ اللهـ اـمـرـءـاـ أـرـاهـمـ مـنـ نـفـسـهـ قـوـةـ".

الـخـيـرـ " وـ نـكـرـ (ابـنـ الـقـيمـ) أـنـ حـمـلـ إـلـتـقـالـ عـلـمـ مـبـاحـ كـالـصـرـاعـ (المـصـارـعـ) وـ مـسـابـقـ الـأـقـدـامـ (الـجـريـ) فـقـدـ مـرـ رـسـوـلـ اللهـ (صـ) بـقـوـمـ يـرـبـعـونـ حـجـراـ لـيـعـرـفـواـ الـأـشـدـ مـنـهـمـ فـلـمـ يـنـكـرـ عـلـيـهـمـ ذـلـكـ . وـ عـنـ سـلـمـةـ بـنـ الـأـكـوـعـ أـنـ رـجـلـ مـنـ أـنـصـارـ لـاـ يـسـبـقـ (مـنـ سـرـعةـ عـدـوـهـ) فـأـخـذـ يـتـحدـىـ أـنـاسـاـ أـنـ يـسـابـقـوـهـ إـلـىـ قـالـ رـسـوـلـ اللهـ صـلـىـ اللهـ عـلـيـهـ وـ سـلـمـ خـيرـ رـجـالـتـناـ (مشـاتـنـاـ) سـلـمـةـ بـنـ الـأـكـوـعـ الـمـدـيـنـةـ، فـقـامـ لـهـ سـلـمـةـ بـنـ الـأـكـوـعـ اـسـتـأـذـنـ مـنـ الرـسـوـلـ (صـ) فـسـابـقـ الرـجـلـ حـتـىـ سـبـقـهـ اـبـنـ الـأـكـوـعـ إـلـىـ الـمـدـيـنـةـ، وـ لـقـدـ كـانـتـ بـعـضـ الـرـيـاضـاتـ تـؤـدـيـ فـيـ سـاحـاتـ الـمـسـاجـدـ، فـقـدـ قـالـ رـسـوـلـ اللهـ (صـ) لـلـأـحـبـاشـ وـ هـمـ يـلـعـبـونـ بـحـرـابـهـمـ فـيـ الـمـسـجـدـ "دـونـكـمـ يـاـ بـيـنـ أـرـفـدـةـ لـتـعـلـمـ الـيهـودـ أـنـ فـيـ دـيـنـنـاـ فـسـحةـ".