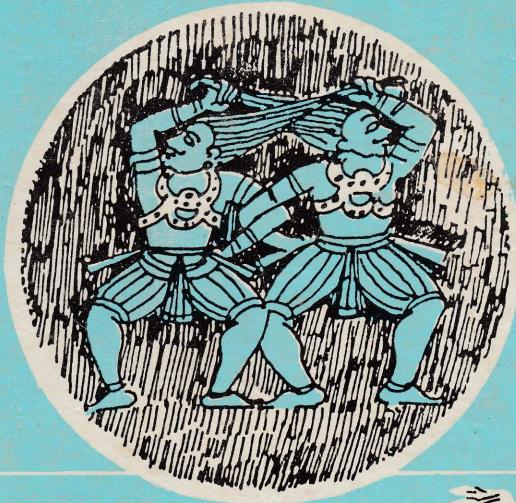


வினாயாட்டுக்களும் உடற்கல்வியும்

உடற்கல்வியின் வரலாறு



வினாயாட்டுக்களும் உடற்கல்வியும்
ஆசிரிய கல்விப்பாட நெறி

ஏழுத்தாளர்	:	டி.எல். சிறிவர்தன
நூலாக்கக் குழு	:	டப்ளியு. கே.ஜி. வெலிவிட்ட சென்னைலதா சேனாநாயக்க சுமனலதா குமாரி அபேகோண் மஹிந்த ராஜபக்ஸ
மொழியாக்கம்	:	த.ம.தேவேந்திரன் எம்.ஜே.ஏ.ஆர்.ஜிப்ரி
பதிப்பாசிரியர்	:	உ. நவரட்ஜனம்
சித்திரம்	:	டபிள்யூ. விக்கிரமசிங்க
தளக்கோலம்	:	ஏ. சிவராசா சம்முன்முகமட்மெக்னின் ரீ. எம். ஏ. ஜாயா
பாடநெறி அபிவிருத்தி	:	கே.ஏ. பியதிஸ்ஸ
பாடநெறி ஆக்கம்	:	ஆர்.பி.ஏ. ஜயசேகர
பணிப்பு	:	கலாநிதி எஸ்.டி.எல். அமரகுணசேகர



உடற்கல்வியின் வரலாறு

தொலைக்கல்வித்துறை
தேசிய கல்வி நிறுவகம்

விளையாட்டுக்களும் உடற்கல்வியும் 224
உடற்கல்வி வரலாறு 224103

உள்ளடக்கம்

பக்கம்

0.0 அறிமுகம் 3

1.0 குறிக்கோள்கள் 4

2.0 முற்சோதனை 4

பகுதி 1

3.0 பண்டைய யூகம் 5

பகுதி 2

4.0 மத்திய யூகம் 13

பகுதி 3

5.0 நவீன யூகம் 17

பகுதி 4

6.0 இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாறு 30

7.0 பொழிப்பு 41

8.0 பிற்சோதனை 42

9.0 ஒப்படைகள் 44

10.0 விடைகள் 45

0.0 அறிமுகம்

நீங்கள் பாடசாலைப் பருவத்தில் வரலாறு பற்றிய அறிவைப் பெற்றிருப்பீர்கள். வரலாற்றைக் கற்பதன் முக்கியத்துவத்தை அதன் மூலம் விளங்கிக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

நவீன வரலாற்று முறைகளை விளேகூன வரலாற்று முறை என அழைக்கலாம். இறந்த காலத்தை மீண்டும் படைப்படுதே வரலாற்றின் நோக்கமாகும். நிகழ்காலத்திலிருந்து இறந்த காலத்தை சேரும் அம்சங்களின் அடிப்படையிலேயே இறந்த காலம் படைக்கப்படுகின்றது. இவ்வமசங்களின் சாத்திய அசாத்திய நிலைகளை நிர்மாணிப்பதற்காக மேற்கூறிய விளேகூன முறை உருவாக்கப்பட்டுள்ளது. அன்மைக்கால வரலாற்றில் ஆசிரியர்களின் வரிசையில் முக்கிய இடத்தைப் பெறும் ஆரணோல்ட் டொம்பயில் “வரலாறு சம்பந்தமான கல்வி” என்ற நூலில் இவ்வாறு குறிப்பிடப்படுகின்றது.

“பண்டைய போக்குகளைப் பற்றிக் கற்றுக்கொள்வது நிகழ்காலத்துக்கும் எதிர்காலத்துக்கும் பொருத்தமான போக்குகளை உருவாக்கிக் கொள்வதற்கு முக்கிய தூண்டுதலாகும்.”

உடற் கல்வி வரலாற்றைக் கற்பதன் மூலம் இறந்த காலத்தை மீண்டும் படைப்பது மட்டுமல்லாது அதன் மூலம் உங்களுக்கு புதிய போக்குகளையும் அமைத்துக் கொள்ள முடியும். இம் மொடியுலைக் கற்பதன் மூலம் உடற்கல்வியின் நீண்ட வரலாற்றை நீங்களே அறிந்து கொள்ளலாம். அதற்காக பின் வரும் யுகங்களின் வரலாறு பற்றி நீங்கள் கவனத்தை செலுத்த வேண்டுமென நான் எதிர்பார்க்கின்றேன்.

- ★ பெள்யோவிதக் எனப்படும் புராதன நாகரிக யுகம்
- ★ நியோவிதிக் எனப்படும் நவீன நாகரிக யுகம்
- ★ மந்தை மேய்த்தல் யுகமும், விவசாய யுகமும்
- ★ கிரேக்க யுகமும், உரோம யுகமும்
- ★ இருண்ட யுகம்
- ★ மானிய முறை யுகம்
- ★ விளேகூன மறுமலர்ச்சி யுகம்
- ★ நவீன யுகம்
- ★ இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாறு

நவீன உடற் கல்வியின் சிறப்பு எத்தகையது என்பது பற்றி உங்களிடம் ஒரு உளப்பாங்கை ஏற்படுத்துவதே இந்த மொடியுவின் நோக்கமாகும்.

1.0 குறிக்கோள்கள்

- ★ நீங்கள் இந்த மொடியுலைக் கற்பதன் மூலம் உங்களுக்கு
- ★ உடற்கல்வி வரலாற்றின் யுகங்கள் பற்றிய அறிவைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு
- ★ உடற்கல்வியின் புதிய தேவைகள் தோன்றுவது பண்டைய உடற்கல்வித் தேவையின் அடிப்படையில் மாத்திரமல்ல என்பதை அறிந்து கொள்வதற்கு
- ★ உடற்கல்வியின் வளர்ச்சிக்கும், மீட்சிக்கும், சமூக பொருளாதார, மாற்றம் சம்பந்தமான செல்வாக்குகள் காரணமாயின என்ற கருத்தை ஏற்றுக் கொள்வதற்கும்
- ★ ஒவ்வொரு யுகங்களிலும் தோன்றிய முக்கிய அம்சங்களை அறிந்து கொள்வதற்கும், தொடர்பு படுத்துவதற்கும்,
- ★ உடற்கல்வி வரலாற்றைச் கற்பதன் மூலம் நவீன தேவைகளை பூர்த்தி செய்வதற்கான வழிகளைக் கண்டு பிடிக்க முடியும் என எதிர்பார்க்கப்படுகின்றது.

2.0 முற்சோதனை

இம் மொடியுலைக் கற்பதற்கு ஆயத்தமாகும் வகையில் பின்வரும் முற்சோதனைக்கு விடையளியுங்கள்.

- 1 (1) வரலாற்றைக் கற்றுக் கொள்வதன் முக்கியத்துவம் யாது?
 - அ. பாடம் என்ற வகையில் கற்றல் தேவைகளைப்பூர்த்தி செய்து கொள்வதற்கு.
 - ஆ. நவீன தேவைகளுக்காக முன்னோர்களின் அனுபவங்களைப் பின்பற்றலாம் என ஆராய்வதற்கு.
- (2) இலங்கையின் தேசிய விளையாட்டாகப் பிரகடனப் படுத்தப்பட்டுள்ள விளையாட்டு
 - அ. கரப்பந்து
 - ஆ. சிரிக்கட்

- (3) இலங்கையின் மிகப் புராதன கலாசார விழாவாகத் தொடர்ந்து நடைபெற்று வருவது
 அ. சிங்கள தமிழ் புதுவருட தினம்
 ஆ. தேசிய வீரர் தினம்
2. பின்வரும் விளையாட்டுக்கள் ஆரம்பித்த நாடுகள் வலது பக்கத்தில் உள்ளன. அதனைத் தெரிந்து அதன் இலக்கங்களை உரிய கூடுகளினுள் எழுதுக.

உங்கள் விளையாட்டுக்கள் கிருதியிலுள்ள விளையாட்டுகள் ஒப்படிக்கொள்ள

இலிம்பிக்	<input checked="" type="checkbox"/> 3	1. இந்தியா
சடுகுடு	<input type="checkbox"/> 1	2. இங்கிலாந்து
கரப்பந்து	<input type="checkbox"/> 4	3. சிரேக்கம்
கிரிக்கட்	<input type="checkbox"/> 2	4. அமெரிக்கா

முற்சோதனையை வெற்றிகரமாகச் செய்து முடித்த நாம் அடுத்து பகுதி 1 இன் மூலம் பண்டைய யுகம் சம்பந்தமாகக் கற்றுக் கொள்வோம்.

பகுதி 1

3.0 பண்டைய யுகம்

இந்த யுகம் சம்பந்தமாக 5 உப யுகங்களின் கீழ்க் கலந்துரையாடலாம். அவையாவன:

- * பிற்போக்கான யுகம்
- * இடையர் யுகம்
- * விவசாய யுகம்
- * சிரேக்க யுகம்
- * உரோம யுகம்

பிற்போக்கான யுகம்



ஆரம்ப கால மனிதன் தனது உடற் செயற்பாடுகள் மூலம் அன்றாட வாழ்க்கையின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்து கொண்டான். அச் செயல்முறையில் சீவுணோபாய் செயற்பாடு முதலிடம் பெற்றது. தமது ஓய்வு காலத்தையும் பலவேறு செயற்பாடுகள் மூலம் பயன்படுத்திக் கொண்டான். இறைவணக்கம், தன்டனை வழங்கல், ஊக்குவித்தல் போன்ற நோக்கங்களை நிறைவேற்றிக் கொள்வதற்காக நடந்ததைப் பயன்படுத்தினார்கள். புராதன மனிதனின் வாழ்க்கை இயற்கையுடன் ஒன்றி இல்லங்களிலிருந்தது. இதனால் நீர்,

நெருப்பு என்பன அவனது வாழ்க்கைச் செயற்பாடுகள் விலங்குகளுடனும் தொடர்புபட்டுக் காணப்பட்டது. உதாரணமாக விலங்குகளைத் துரத்திச் செல்லல், விலங்குகளுக்குப் பயந்து ஓடுதல், விலங்குகளுடன் போரிடுதல், மரத்தில் ஏறுதல், தேன் சேகரித்தல், நீர் குட்டைகளின் மேலாகப் பாய்ந்து கொடிகளில் தூங்கிச் செல்லல் போன்ற அம்சங்களைக் குறிப்பிடலாம்.

அடுத்து இடையர் காலத்தை நோக்குவோம்.

இடையர் யுகம்



மனிதன் கிரமமாக விலங்குகளைப் பழக்கிக் கொள்வதற்கும், விலங்குகள் மூலமாக உணவுகளைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கும் பழக்கி கொண்டான். அவர்கள் நீர் வசதி உள்ள இடங்களில் தற்காலிகமாக சூடுயேறினார்கள். இக் காலத்திலும், உடற் செயற்பாடுகள், அன்றாட வாழ்க்கையில் ஒரு பகுதியாக தொழிற்பட்டது என்பது உங்களுக்கு விளங்கும். மனிதன் கோத்திரங்களாகப் பிரிந்ததும் கோத்திர நடனங்களை ஆரம்பித்தும் இக்காலத்திலாகும். விலங்குகளை வளர்க்கும் போது திருப்பகளின் பிரச்சினையை எதிர்நோக்கியதால் விலங்குகளைப் பாதுகாக்கும் நோக்கமாக போரிட வேண்டிய அவசியம் ஏற்பட்டது. எனவே போரப் பயிற்சி முறைகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. உதாரணமாக விலங்குளின் மேல் ஏறிச் செல்லுதல், எய்தல், வீசியடித்தல் போன்ற மிகப் பிரதானமான செயற்பாடுகள் மேலும் வளர்ச்சி பெற்றன. படிப்படியாகத் தேவைகள் அதிகரித்த போது நாகரிகமும் முன்னேற்ற மடைந்தது.

அடுத்து வேளாண்மைக் காலம் சம்பந்தமான கற்றலில் ஈடுபடுவோம்

விவசாய யுகம்

விலங்குகளை மேய்த்துக் கொண்டு தனது செயற்பாடுகளை செய்து வந்த மனிதன் காலப்போக்கில் ஆற்றங்கரைகளில் தனது சூடுயேற்றத்தை ஸ்தாபித்தவுடன் புதிய நாகரிகமொன்று தோன்றியது. உடற்செயற்பாடுகள் இக்காலத்தில் முக்கியத்வம் பெற்றதற்குக் காரணம் விவசாய வேலைகளில் அதிக உடல் உழைப்பு அவசியப்பட்டதாகும். தனது தேவைகளுக்காக நீரைப் பெற்றுக் கொள்ளக்கூடிய வசதியிருந்ததால் விவசாயத் துறையில் ஈடுபட்டார்கள். இதனால் நிலச் சொந்தம், கிராமதலைமைத்துவம், சமூக இயக்கங்கள் போன்ற எண்ணக்கருக்கள் உருவாகியதோடு, அவை தொழிற்படவும் ஆரம்பித்தது. விவசாய மத்தொடர்பு காரணமாக உடற் செயற்பாடுகளுக்கு முதலிடம் கிடைத்தது. உழுதல், கொத்துதல், விலங்குகளை நடாத்துதல், அறுவடை செய்தல் போன்ற உடற் செயற்பாடுகள் அன்றாட வாழ்க்கை முயற்சியாக மாறியது. பெரிய நிலப்

பரப்பை விரைவாகக் கொத்துதல், பாரிய அறுவடையைச் சேகரித்தல் போன்ற உள்ளகத் தன்மைகள் அச்செயற்பாடு களின் உயர்ந்த நிலையாகும். நிலத்தோடு தொடர்புடைய நிலையான வாழ்க்கை ஆரம்பித்ததும் தமது கிராம பாது காப்புக்காக வேண்டி போர்ப் பயிற்சி முறைகளைச் செய்ய வேண்டிய சூழ்நிலையும் தோன்றியுள்ளது.

அடுத்து நாம் மேற்குலகில் தோன்றிய புராதன கலாசாரங்களான கிரேக்க உரோம யுகங்களைப் பற்றிக் கற்போம்.

கிரேக்க யுகம்

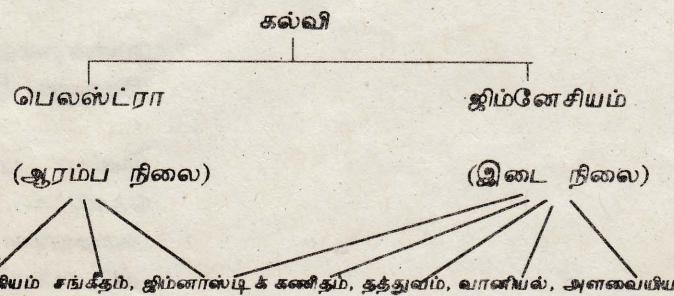


கிரேக்க யுகத்தை நோக்கும் போது பண்டைய யுகங்களை விட முன்னேற்றமான சம்பிரதாய முறையொன்று அங்கிருந்து புலனாகிறது. கிரேக்க யுகத்தின் விசேட தன்மைக்குப் பின்வரும் அம்சங்கள் முக்கிய காரணங்களாக அமைந்தன.

1. சமூக அமைப்புக்கள்
2. கலாசாரத் துறை முன்னேற்றம்.
3. தத்துவத்தை விஞ்ஞானர்தியாகக் கற்பதற்கான ஆரம்பம்

சமூக அமைப்பும், அரசாங்க நிர்வாகமும் தத்துவ எண்ணக்கரு அடிப்படையில் அமைக்கப்பட்டது. அவை ஜனநாயக அமைப்பில் காணப்பட்டன. கிரேக்க தேசத்தில் இரு தத்து வங்களின் அடிப்படையில் ஆட்சி நடைபெற்றதை அதென்ஸ் ஸ்பாட்டா போன்ற மறைந்து போன இராச்சியங்களின் நிர்வாகம் சம்பந்தமாக கூறப்பட்டுள்ள கருத்துக்கள் உறுதி செய்கின்றன. மறைந்து போன அதென்ஸ், இராச்சியத்தின் முன்மாதிரியாக அமைந்தது. அரச நிர்வாகத்தை சமூக அமைப்புள்ள ஒழுக்க ஜனநாயக எண்ணக்கருக்களின் அடிப்படையில் அமைப்பதாகும். அதற்காக வேண்டி அமைக்கப்பட்ட கல்வி முறை இரண்டு பிரிவுகளாக அமைந்தது. அவை ஆரம்ப, இடைநிலைகளாகும். உடல் உள், கல்வி, ஆக்கத்தொழிற்பாடு போன்ற துறைகளில் பரிபூரணமான மனிதனை உருவாக்குவதே அவர்கள் கல்வியின் நோக்கமாக இருந்தது.

ஆரம்ப நிலைக் கல்வி, பெலஸ்ரா என்ற ஆரம்ப பாடசாலை யிலும், இடைநிலை உயர்நிலைக் கல்வி ஜிம்னேசியம் என்ற உயர் பாடசாலையிலும் செயற்படுத்தப்பட்டது.



மேற்கூறிய பாடங்கள் பாடசாலை மூலமாகவும், விற்பயிற்சி, வாட்பயிற்சி போன்றவை பெற்றோர் மூலமாகவும் பிள்ளை களுக்கு கற்றுக் கொடுக்கப்பட்டன. அதென்ஸ் நகர மக்கள் புனுட் எனப்படும் புல்லாங்குழல் இசைப்பதற்கும், ஹோமரின் காப்பியத்தை பாத்திரமேற்று நடிப்பதற்கும், மற்றும் இலக்கிய வியப்பூட்டும் படைப்புக்களை இரசிப்பதற்கும் ஆவும் காட்டி னார்கள். அவர்களது தத்துவத்தின் படி எல்லோரும்

- ★ நடனமாடுதல்
- ★ பாட்டுப் பாடுதல்
- ★ சங்கீதம் கற்றல்
- ★ உடலமைப்பையும் கவரச்சியையும் பாதுகாத்தல்

போன்ற துறைகளில் ஈடுபடுவதே கட்டாயமாக இருந்தது. இதன் மூலம் ஆரம்ப இடைநிலைக் கல்விகளில் உடற் செயற்பாடுகளுக்கு முக்கிய இடம் கொடுக்கப்பட்டது.

மறைந்து போன ஸ்பார்டா இராச்சியத்தின் முன்மாதிரியாக அமைந்தது அரசாங்க நிர்வாகம், சமூக அமைப்பு, கல்வியும் ஒழுக்கமும் போன்ற துறைகளை அரச ஆட்சி முறையின் கீழ் நிர்வகிப்பதாகும். என்றாலும் அருகிலுள்ள அதென்ஸ் இராச்சியத்தின் ஜனநாயக இயல்புகள் இடைக்கிடை ஸ்பார்டா இராச்சியத்தினுள்ளும் ஊடுருவியதை வரலாறு எடுத்துக் காட்டுகின்றது. மறைந்து போன ஸ்பார்டா இராச்சியத்தில் காணப்பட்ட முக்கிய அமசம் இராச்சிய பாதுகாப்புக்காக அவர்கள் காட்டிய மனப்பாங்காகும். அரசாங்க நிர்வாகத்தின் முன்மாதிரியாகக் காணப்பட்டது குர தீர படை வீரர்களை உருவாக்குவதாகும். இதற்காக அவர்களது கல்விமுறை மறைந்து போன அதென்ஸ் இராச்சிய கல்வி முறையில் இருந்து மாற்றப்பட்டது.

அவர்களது கல்வியின் நோக்கங்களாக அமைந்தது

- ★ சக்தி
- ★ தாங்கும் இயல்பு
- ★ வலிமை
- ★ சூட்டு வாழ்க்கை
- ★ முகாம் வாழ்வு
- ★ கடின வாழ்க்கை

போன்றவை சம்பந்தமான அனுபவங்களுடன் கூடிய இராணுவ ரீதியிலான வாழ்க்கை முறையை ஏற்படுத்துவதாகும்.

இதைப் பரிசோதித்துப் பார்த்த முறையொன்று கீழே கொடுக்கப்படுகின்றது. ஸ்பார்டா நகரத்தைச் சேர்ந்த ஒரு பிள்ளையை ஆநாவது வயதில் இராணுவ பயிற்சிக்காக அனுப்பினார்கள், இப் பயிற்சி 18 வயது வரை தொடர்ந்து

நடைபெற்றது. அரசாங்கச் செலவு மூலமே இப்பயிற்சி அளிக்கப்பட்டது. ஆறு வயது முதல் 18 வயது வரையிலான பிள்ளைகளுக்கு இராணுவ பயிற்சி அளிப்பதற்காக முகாம்கள் அமைக்கப்பட்டிருந்தன. ஸ்பார்டா நகரத் தாய்மார்கள் பிள்ளைகள் பிறந்தவுடன் அவர்கள் சக்தியைச் சோதிப்பதற்காக பிள்ளைகளை ஒவிவ் எண்ணென்றப் பாத்திரத்தில் மூழ்கச் செய்து எடுப்பதற்குப் பழகினார்கள். அதன் பிறகு வாழ்ப் பர்கள் சக்தியுள்ளவர்களாகக் கணிக்கப்பட்டார்கள். ஸ்பார்டா நகரப் பிள்ளைகளுக்கு இராணுவப் பயிற்சி, தாக்குதல் பாதுகாப்பு துறைகளில் அளிக்கப்பட்டது. முதலாவது பயிற்சியானது உடற் பொருத்தப்பாடு பற்றியதாகும். தாக்கும் திறமைகளாவன.

- ★ சட்டி ஏறிதல்
- ★ குண்டு போடுதல்
- ★ பரிதி வட்டம் ஏறிதல்
- ★ வாட்போர்
- ★ விற்பயிற்சி
- ★ மிருகங்களின் மேல் ஏறிச் செல்லல்
- ★ வாகனம் ஓட்டுதல்
- ★ யுத்த தந்திரங்களும் புலனாய்வுமாகும் பாதுகாப்பு படைகளுக்கு உரியதாவன.
- ★ யுத்த உபாயம்
- ★ மற் போர்
- ★ தற்பாதுகாப்பு என்பனவாகும்.

பெண்களுக்கும், உடற் பயிற்சிகள் மிகவும் அவசியமானது என ஸ்பார்டா மக்கள் கருதினார்கள். சக தேசித் தாய்மார் சகதேகப் பிள்ளைகளை பெற்றெடுப்பார்கள் என்பது அவர்களின் கருத்தாகும். இக் கருத்துக்களின் அடிப்படையில் கிரேக்க யுகம் உடற் கல்வியின் பொற்காலமாக இருந்தது எனலாம். கிரேக்க கலாசாரத்தின் உயர்ந்த அம்சமாக ஒலிம்பிக் விளையாட்டைக் குறிப்பிடலாம்.

பண்டைய ஒலிம்பிக் போட்டியின் வரலாறு

மத சார்பான பல விளையாட்டு விழாக்களின் மத்தியிலிருந்து ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி ஆரம்பமானது. இப் போட்டிகளில் வெற்றியீட்டிய வீரர்களின் குணங்கள், திறமை களை கவிஞர்கள் வரினித்தார்கள். ஒவியர்கள் அவர்களின் ஒவியங்களைத் தீட்டினார்கள். பாடகர்கள் அவர்களைப் பற்றிப் பாடினார்கள், ஆட்சியாளர் வீரர்களின் வருமான வரியை நீக்கினார்கள். அதோடு அவர்களின் உருவப்படங்களையும், இராச்சியத்தின் பல பகுதிகளில் அமைத்தார்கள். மன்னர்களும், ஆட்சியாளர்களும் வீரர்களை அமைச்சரவையிலும் சேர்த்துக் கொண்டனர். இவ் விளையாட்டு பண்டைய கிரேக்க நூட்டின் ஒலிம்பியா என்ற நூட்டில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட தால் ஒலிம்பிக் என்ற பெயர் குட்டப்பட்டது. இன்றுள்ள

வரலாற்றுக் காரணிகளின் மூலம் முதலாவது ஒலிம்பிக் போட்டி நடைபெற்றது கி.மு. 776 என்பதை அறிந்து கொள்ளலாம். அப் போட்டி கிரேக்க வாசிகளுக்கு மாத்திரம் என மட்டுப்படுத்தப்பட்டது. கிரேக்க ஆண்கள் மாத்திரமே போட்டிகளில் பங்கேற்பதற்கு தகுதி பெற்றார்கள். அவர்கள் நிர்வாண கொலமாகவே விளையாட்டில் பங்கு பற்றினார்கள்.

கி.மு. 8ம், 9ம் நூற்றாண்டுகளில் கிரேக்கத்தில் பலவேறு பகுகிகளில் பலவேறு தெய்வங்களின் ஆசி வேண்டி விளையாட்டு விழாக்கள் நடைபெற்றாக குறிப்பிடப்படுகின்றது.

உதாரணமாக:

1. சீயஸ் தெய்வத்தை வணங்குவதற்காக வேண்டி அதென்ஸ் நாட்டில் ஒலிம்பிக் நகரத்தில் நடைபெற்ற விளையாட்டுப் போட்டி
2. பொசிடோன் எனப்படும் கடலுக்கு அதிபதிகளான தெய்வங்களின் ஆசி வேண்டி கொலிக் என்ற இடத்தில் நடைபெற்ற விளையாட்டுப் போட்டி.
3. சக்திக்குப் பொறுப்பான அப்பலோ தெய்வத்தின் ஆசிவேண்டி பலவேறு இடங்களில் நடைபெற்ற போட்டி.



இவ் விழாக்களில் உடற் செயற்பாடுகளுக்கு முக்கிய இடம் கொடுக்கப்பட்டது. காலப்போக்கில் முக்கியமான போட்டியாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது. அதென்கின் ஒலிம்பியா நகரத்தில் நடைபெற்ற போட்டியாகும். அது ஒலிம்பிக் போட்டி என பிரபலம் அடைந்தது. ஆரம்பத்தில் இவ் விளையாட்டுப் போட்டி ஒரு தினத்தில் நடைபெற்றது. மைதானத்தின் ஒரு பக்கத்தில் இருந்து மறு பக்கம் வரை ஒடும் ஒரு போட்டியுடன் ஆரம்பித்து பின்பு பல விளையாட்டு நிகழ்ச்சிகள் சேர்ந்த போட்டியாக மாறியது. ஒட்டம், பாய்தல் வாகனமோட்டுதல், மற்போர், எறிதல் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் முக்கிய இடம் பெற்றன. பிற்காலத்தில் இப்போட்டி 5 நாட்களுக்கு நடைபெற்றது. இப் போட்டிகளில் வெற்றி பெற்றவர்களுக்கு சீஸ் தெய்வத்தின் தேவாலய அருங்கில் காணப்பட்ட ஒவிய மரக் கிளைகளில் தயாரிக்கப்பட்ட தலைக்கிரீடம் ஒன்று பரிசாக வழங்கப்பட்டது. அதென்ஸ் நகர ஒலிம்பிக் போட்டி ஒலிம்பியாவில் அமைந்துள்ள ஒலிம்பிக் தேவாலயத்தில் கிரேக்க யுவதியினால் பளிங்குக் கட்டியின் உதவியுடன் தீப்பந்தத்தை எரிய வைத்தல் மூலம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இவ்வாறு எரிய வைத்த தீப்ம் புனிதத் தன்மையுடனும், கெளரவத்துடனும் உலக சமுதாயத்தின் முன் விளையாட்டுப் போட்டி நிறைவு பெறும் வரை அத்தீப்ம் எரிந்தது.

உரோம யுகம்



அடுத்து நாம் வரலாற்று முக்கியத்துவம் வாய்ந்த உரோம இராச்சியம் சம்பந்தமான கருத்துக்களை ஆராய்வோம். சி.மு. 500 ஆண்டு தொடக்கம் கி. பி. 500 ஆண்டு வரை ஏறத்தாழ 1000 ஆண்டு வரை பரந்திருந்த இக்காலத்தை யுத்தங்கள் நிறைந்த பிரச்சினையான காலம் என குறிப்பிடலாம். யுத்தத்திற்குத் தேவையான உடல் வலிமையையும், போரிடு வதந்கான திறமைகளையும் பெற்றுக் கொள்வதற்காக உரோமர் களுக்கு உடற்கல்வி அத்தியாவசியமாயிற்று. இக் காலத்தின் உடற்கல்வி முன்னேற்றத்தை இவ்வாறு குறிப்பிடலாம்.

வயதெல்லை அடிப்படையில் உடற் செயர்பாடுகள் அமைந்திருத்தல் ஜிம்னாஸ்டிக் செயற்பாடுகள் கட்டாயப்படுத்தப்படல், ஆளுமை வளர்ச்சியில் அதிக ஈடுபாடு காட்டுதல், வெளி விடயச் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுத்தல், யுத்தப் பயிற்சி பெறுதல் போன்றன சுகல இளைஞர்களுக்கும் கட்டாய மாக்கப்பட்டிருந்தது. அரசாங்கம் மூலம் இப் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டது. கம்பர், மார்சல் போன்ற இடங்களில் இளைஞர்கள் பயிற்றுவிக்கப்பட்டார்கள். குதிரை மேற் செல்லல், வாகனமோட்டுதல், வாட்போர், ஈட்டி எறிதல், குண்டால் வீசியடித்தல், பரிதி வட்டம் வீசுதல் போன்றன அப் பயிற்சியின் சில அம்சங்களாகும். அதிகமாக இப் பயிற்சி முறை ஸ்பார்டா யுத்தப் பயிற்சியை ஒத்திருந்தது. காலப்போக்கில் மனிதர்களுக்கிடையில் மற்போர், ஒரு குழு இரத்தம் சிந்த தோல்வி அடையும் போர் என்பன பிரசித்தி பெற்றன.

இக் காலத்தில் பிரசித்தி பெற்ற சிறந்த தத்துவ ஞானிகளாக அரிஸ்டோட்டில், ப்ளேட்டோ, ஹிபொக்ராஸ், ஆக்கிமிடிஸ், சொக்ராஸ் போன்றவர்களைக் குறிப்பிடலாம். அரிஸ்டோட்டல் உளவியலின் தந்தையாவார். ஹிபொக்ராஸ் மருத்துவ விஞ்ஞானியாவார். ஆக்கிமிடிஸ் ஒரு விஞ்ஞானியாவார். சொக்ராஸ் ஒரு தத்துவ ஞானியாவார். அளவையியலின் தந்தையாவார். கிரேக்க காலத்தோடு தொடர்புடைய ஒரு சம்பவத்தை உங்களுக்கு ஞாபகப்படுத்துகின்றேன்.

மரதன் ஓட்டம்

சி.மு.. 490ம் ஆண்டளவில் பரசியன் யுத்தம் ஆரம்பித்தது. சேரியன் மன்னனின் தலைமையில் பரசியப் படைகள் கிரேக்கத்தை ஆக்கிரமித்து. மரதன் என்ற இடத்தில் நடைபெற்ற யுத்தத்தில் பெரிய பரசியின் படை சிறிய கிரேக்க படையிடம் தோல்வியடைந்தது. இவ் வெற்றிச் செய்தியை அதென்ஸ் நகர மக்களுக்கு அறிவிப்பதற்காக வேண்டி பிடேபிட்ஸ் என்ற வீரன் அனுப்பப்பட்டான். மரதன் -அதென்ஸ் நகரங்களுக்கிடையிலான தூரம் 26 மைல்கள், 385 யார்களாகும். இத் தூரத்தைத் தொடர்ந்து ஓடிச் சென்ற அதென்ஸ் நகர மக்களுக்கு வெற்றிச் செய்தியை அளித்துவிட்டு, அவன் மரணமடைந்தான். இச் சம்பவத்தை நினைவுபடுத்துவதற்காக

கி.பி. 1896இல் கிரேக்கத்தின் அதென்ஸ் நகரில் நடைபெற்ற முதலாவது நவீன ஒலிம்பிக் போட்டியில் 26 மைல்கள், 385 யார்கள் தூரம் ஓட்டகூடிய ஒரு ஓட்டப்போட்டி நிகழ்ச்சி சேர்க்கப்பட்டது. இதுவே மரதன் ஓட்ட வரலாற்றுச் சுருக்க மாகும். அடுத்து நாம் சிறில்தவ காலம் பற்றிய கருத்துக்களைக் கற்போம்.

சிறில்தவக் காலம்

இக் காலத்தில் கிரேக்க - உரோம காலங்களில் காணப்பட்ட உடற்கல்வி முன்னேற்றம் சிறிது சிறிதாக வீழ்ச்சியடைய ஆரம்பித்தது. சிறில்தவ குருமார்கள் உலக வாழ்க்கைக்கு புறம்பாக மானசீக வழிபாட்டு முறைகளை போதித்ததே இதற்கான காரணமாகும்.

இதுவரை கற்றவற்றை மீட்பதற்காக பின்வரும் செவ்வை பார்த்தவில் ஈடுபடுங்கள்.

செவ்வை பார்த்தல் 1

பின் வரும் வாக்கியங்கள் சரியாயின் 'V' அடையாளத்தையும், பிழையாயின் 'X' அடையாளத்தையும் முன்னாலுள்ள சதுரத் தில் இடவும்.

1. பண்டைய காலங்களில் மனிதன் தனது உடல் அவயவங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்வதற்காக, உடற் செயற்பாடுகளை கற்றுக் கொள்வதற்காக விசேட வேலைத் திட்டங்களை வகுத்துக் கொண்டான். □
2. அன்றாட வாழ்க்கையில் உடற் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதென்பது விசேட அமைப்பின் கீழ் □ அல்லாத உடற் செயற்பாடுகளாகும்.
3. இடையர், வேளாண்மைக் கால மனிதனுக்கு வாழ்க்கைச் செயற்பாடுகளின் போது உரிய □ ஒய்வு நேரம் இடைத்தது.
4. கிரேக்க நாட்டின் அதென்ஸ், ஸ்பார்டா நகரங்களின் இரு வேறுபட்ட உடற்கல்வித் □ தத்துவங்கள் காணப்பட்டன.
5. மரதன் என்ற இடத்துக்கும், அதென்ஸ் நகரத்திற்கும் இடையிலான தூரம் 25 மைல்கள், □ 385 யார்களாகும்.
6. ஒலிம்பிக் போட்டி உரோம நாட்டின் படைப் □ பாகும்.

உங்கள் விஷயத்தை இம்மாட்டியலின் இப்பு விஷயத்தை ஒப்பிடுவது

7. பிளேட்டோ சிறந்த உரோம கல்வித் தத்துவ ஞானியாவார்.
8. அரச நிர்வாகம் சம்பந்தமான வோஸ் (சட்டம்) என்ற நூல் பிளேட்டோவினால் எழுதப்பட்டது.
9. மாண்சீக ஒழுக்கம் சம்பந்தமான சித்தாந்தம் உரோமத்திலேயே தோன்றியது.
10. உரோம கால இருதியில் உடற் செயற்பாடுகள் விகாரப்படுத்திக் காட்டப்பட்டது.

மொட்டியலின் பகுதி 1இன் மூலம் பண்டைய இடையார், வேளாண்மை, கிரேக்க உரோம, சிறிஸ்தவ காலங்களில் உடற்கல்வி வரலாறு பற்றி நீங்கள் கற்றீர்கள். பகுதி 11இன் மூலம் நாம் இருண்ட கால மாணியக்கால, விஞ்ஞான, புத்துயிர் கால உடற்கல்வி வரலாறு பற்றிக் கற்போம்.

பகுதி 2

4.0 மத்திய யுகம்

இது மூன்று பிரிவுகளைக் கொண்டது. அவையாவன:

- ★ இருண்ட காலம்
- ★ மாணிய முறைக் காலம்
- ★ விஞ்ஞான புத்துயிர்க் காலம்

இருண்ட காலம்

சிமு. 5ம் நூற்றாண்டில் இருந்து 14ம் நூற்றாண்டு வரை உள்ள காலத்தை ஜூரோப்பாவின் இருண்ட காலம் எனக் குறிப்பிடலாம். இக் காலத்தில் ஜூரோப்பிய இராச்சியங்கள் சிறியவையாகப் பிரிந்து ஒன்றுடன் ஒன்று யுத்தம் செய்தன. யுத்தம் செய்வதற்காக வீரர்களின் உடலமைப்பை உகப்பாக்குதல் உடற் திறமைகள் பற்றிக் கற்றல் போன்ற காரணங்களால் உடற் செயற்பாடுகளுக்கு குறிப்பிட்ட இடம் இடைத்தது. உரோமத்தில் யுவியஸ் சீசர் ஆட்சிக் காலத்தில் ஜேர்மனி உரோமுடன் சேர்ந்திருந்து, பின்பு தனிநாடாகப் பிரிந்து கொண்டது. ஜேர்மனி உரோமத்தை ஆக்கிரமிப்புச் செய்த வுடன், ஆசியா ஜூரோப்பாவில் ஆக்கிரமிப்புக்கள் அதிகரித்தன. வட பகுதிக் காடுகளில் வசித்து வந்த பாக்பேரரி. மொங்கோவிய இன மக்கள் ஆக்கிரமிப்புக்களில் முதலிடம் பெற்றார்கள். இக் காலத்தில் திட்டமிட்ட உடற்கல்வி செயற்பாடுகள் நடைபெறாவிட்டாலும், தமது பாதுகாப்பு நோக்கங்களின்

அடிப்படையிலான வாட்போர், வாட் பயிற்சி, ஜிம்னாஸ்டிக் செயற்பாடுகள், மற் போர், உடல் விருத்திச் செயற்பாடுகள் போன்றன வளர்ச்சி பெற்றன.

மாணிய முறைக்காலம்

சி.பி. 800ம் ஆண்டு முதல் 1000 ஆண்டு வரை ஜேரோப்பாவில் அரசாட்சி முறையாக இராச்சியங்கள் ஆளப்பட்டன. அரசனின் தலைமையிலான அமைச்சரவை மூலம் ஆட்சி நடைபெற்றது. அமைச்சரவையில் பிரபுக்களே அங்கம் வசித்தார்கள். இக்காலத்தில் அரசகுடும்பத்தார்க்கு கொடுக்கப்பட்ட கல்வியின் நோக்கமாக அமைந்தது பிரபுக்களை உருவாக்குவதாகும். பொதுவாக சகல இராச்சியங்களிலும் பாதுகாப்புக்காக முன்னுரிமை வழங்கப்பட்டது. இதன் மூலம் படைகளை உருவாக்கும் நோக்கம் தெளிவாகின்றது. எனவே உடற் செயற்பாடுகளிலும் ஆர்வம் காட்டப்பட்டது.

உடற் செயற்பாடுகளிலும், யுத்தப் பயிற்சிகளிலும் திறமைச் சித்தி பெறுவது பிரபுத்துவத்தைப் பெறுவதற்காக ஒரு அம்சமாக இருந்தது. பின்வரும் அம்சங்கள் இச் செயற்பாடுகளுக்குட்பட்டதாக அமைந்தது.



- ★ குதிரை மேற் செல்லல்
- ★ குதிரைச் சவாரி மூலம் யுத்தம் செய்தல்
- ★ சட்டி ஏறிதல்
- ★ சட்டியால் குத்துதல்
- ★ வாட் பயிற்சி
- ★ வாகனம் ஓட்டுதல்
- ★ கேடயம் பிடித்தல்

பிரபு ஒருவரைத் தெரிவு செய்து கொள்வதற்கான முறைகளில் ஒருவரின் யுத்த சாகசங்களைக் கண்காட்சி மூலம் காட்டுவதற் காக ‘மெலி’ ‘ஜவுட்ஸ்’ என்ற பெயர்களைக் கொண்ட போட்டிகள் நடாத்தப்பட்டது. இப் போட்டிகள் ஆயுதம் தாங்கிச் செய்யும் மற் போர்களாக இருந்தன. இரு வீரர்கள் நேருக்கு நேர் மோதுவது; குதிரைகளின் மேல் ஏறிப் போரிடுவதும் போட்டிகளின் அம்சமாகும். அதிகமாக எதிர் வீரர் விபத்துக்குள்ளாவதன் மூலம் போட்டி முடிவுற்றது.

சாதாரண வீரர்களின் பயிற்சி யுத்தப் பயிற்சியை விட வேறுபட்டுக் கணப்பட்டதால் அவர்கள் சூழுப் போட்டிகளில் ஈடுபட்டார்கள். அதன் பெறுபேறாகவே தற்போதைய காற்பந்து விளையாட்டு தோன்றியது எனப்படுகின்றது. ஜேர்மனியில் இச் செயற்பாடுகள் பிரசித்தி பெற்றுக் காணப்பட்டன. ஜேர்மனியைப் பின்பற்றி டென்மார்க், சுவிட்சர்லாந்து, பின்லாந்து, இங்கிலாந்து போன்ற நாடுகளிலும் உடற் கல்வி வேலைத் திட்டங்கள் தயாரிக்கப்பட்டன. இவையாவன.

- ★ சீட்டாட்டம்
- ★ சதுரங்க விளையாட்டு
- ★ (செரியட் ரேஸ்) எண்பவையாகும்.



இவ் விளையாட்டுக்கள் பிரசித்தி பெற்றதாக விவ்விஸ் வேர்ஸ்ட் சிஸ்ரி (Living world History) என்ற நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. அதோடு ஆடல், பாடல், வேட்டையாடுதல் போன்றனவும் இக்காலத்தில் விசேஷமாக காணப்பட்டன. வேட்டைக்குச் செல்லும் போது குதிரைகளையும், நூய்களையும் உபயோகித்துக் கொண்டார்கள். குதிரைகளைப் பராமரித்தல், நடாத்துதல், குதிரைப் போட்டிகளை நடாத்துதல் போன்ற அம்சங்கள் குறிப்பிட்ட ஒருசிலரிடம் மாத்திரம் ஒப்படைக்கப்பட்டதுவிலங்குகளுடன் போரிடலும் இக் காலத்தில் காணப்பட்ட ஒரு செயற்பாடாகும்.

அடுத்து நாம் விஞ்ஞான புத்துயிர் கால உடற்கல்வி வரலாறு பற்றிக் கற்போம்.

விஞ்ஞான புத்துயிர் காலம்

கி.பி. 1300 முதல் 1500 வரையிலான இக்காலப்பகுதியில் விஞ்ஞான முன்னேற்றத்துடன் கூடிய ஏண்டுபிடிப்புக்கள் பரிசோதனைகள் மூலமாக கலவ துறைகளும் புத்துயிர் பெற்றுக் காணப்பட்டது. இங்கிலாந்தில் ஏற்பட்ட கைத்தொழிற் புரட்சியின் மூலம் ஜூரோப்பா கைத்தொழில் மயமாக்கப்பட்டது. கைத்தொழிற்சாலைகள் நிர்மாணிக்கப்பட்டன. அதோடு சிரேக்க உரோமகாலங்களில் காணப்பட்ட கலவி முறைகள் மீண்டும் வளரத் தொடங்கின.

உடற்கல்வி ஜேர்மனியிலும், குழுவுள்ள பகுதிகளிலும் பரவியது. சர்வதேச விளையாட்டுப் போட்டிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன. உடற் கல்வியுடன் விளையாட்டும் உயர் விஞ்ஞான அடிப்படையில் தொடர்புபட்டது. சரியான சாஸ்திர முறைகளைப் பயன்படுத்தும் தேவையும் ஏற்பட்டது. பலவேறு நாடுகளிலும் பலவேறு விளையாட்டுச் சங்கங்கள் தோன்ற ஆரம்பித்தன. உதாரணமாக நீட்யோர்க்கில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட லோஸ் ஏண்ஜலஸ் விளையாட்டுச் சங்கத்தைக் குறிப்பிடலாம். கல்விச் சமத்துவத்தை ஏற்படுத்துவதற்காக பலவேறு விடயங்கள் கல்வியில் புகுத்தப்பட்டன. மாணவர்கள் ஆணுமை வளர்க்கிறிடுவது உடற்கல்விப் பாடம் முக்கியமானதாக ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டது.

★ உடற்கல்வி வேலைத் திட்டங்களில் ஜிம்ஸாஸ்டி முறைகளும் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டன.

★ ஹூக்கி, கூடைப்பந்து, காற்பந்து, கிரிக்கட் (மென்பந்து, வேகப்பந்து), றகர், மெய்வல்லுஞர் விளையாட்டு, குத்துச்சண்டை, மற்போர், பாரம்

தூக்குதல், நீச்சல் பட்மின்டன், வாட்போர் போன்ற விளையாட்டுக்கள் அறிமுகம் செய்யப்பட்டன.

- ★ பாடசாலைகளுக்கிடையிலான விளையாட்டுப் போட்டிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன.
- ★ பர்ட்சையும் அளவிடும் மதிப்பீட்டிற்காக பயன்படுத்துப் பட்டது.
- ★ விளையாட்டு மைதானம், விளையாட்டு உபகரணங்கள் சம்பந்தமான அவதானம் கூடியது.
- ★ பாடசாலை வேலைத் திட்டங்களில் சங்கீத நடனக் கலைகளும், புகுத்தப்பட்டது.



மாணவனின் தேவைகளையும், விருப்பையும் அடிப்படையாகக் கொண்டு மேற்கூறிய அம்சங்கள் தயாரிக்கப்பட்டன. எனவே சகல அம்சங்களுக்கும் கூடிய கல்விமுறை ஒன்று தொன்றியது.

பகுதி 111ல் கற்ற விடயங்களை மீண்டும் ஞாபகப்படுத்திக் கொள்வோம்.

செவ்வை பார்த்தல் 3

பின்வரும் வாக்கியங்கள் சரியாயின் (V) அடையாளத்தையும், பிழையாயின் (X) அடையாளத்தையும் எதிரேயுள்ள சதுரத்தில் இடவும்.

1. இருண்ட காலத்தில் ஜோராப்பிய இராச்சியங்களுக்கிடையில் யுத்தம் நடைபெற்றதால் உடற்கல் விகுஞ்ச சரியான இடம் வழங்கப்படவில்லை. □
2. மாணியக் காலத்தில் விலங்குகளை வேட்டையாடுதல் உடற் செயற்பாடுகளில் முக்கிய அம்மாக இருந்தது. □

3. மானியக் காலத்தில் பிரபுக்களைப் பயிற்றுவிப் பதற்கு உற்சாகம் காட்டப்படவில்லை.
4. விஞ்ஞான புத்துயிர்க் காலத்தில் கல்வியும், உடற்கல்வியும் தத்துவத்தின் அடிப்படையில் அமைந்திருந்தது.
5. விஞ்ஞான புத்துயிர்க் காலத்தில் ஏற்பட்ட விஞ்ஞான முன்னேற்றம் காரணமாக உடற்கல்வி வீழ்ச்சியடைந்தது.
6. விஞ்ஞான புத்துயிர்க் காலத்தில் உருவான மாணவரை மையமாகக் கொண்ட கல்வியின் எண்ணக்கரு, உடற் கல்விக்கும் பொதுவானதாக இருந்தது.

உங்கள் விஷைகளை இம்மொடியுலின் இறுதி பிழுள்ள விஷைகளுடன் ஒப்படுங்கள்

மொடியுலின் உம் பகுதியைக் கற்று முடித்த நாம் அடுத்து 111ம் பகுதியான உடற் கல்வி நவீன காலம் பற்றியும், நவீன ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் பற்றியும் கற்றுக் கொள்வோம்.

பகுதி 3

5.0 நவீன யுகம்

ஜோன் பேர்னாட் பேஸ்டோ
1723 - 1793

பிளேன்த்ரோயினும் பாடசாலை

ஜேர்மனியிலேயே நவீன உடற் கல்வி அபிவிருத்தியில் ஆரம் பம் ஏற்பட்டது. ஜேர்மன் ஜிம்னாஸ்டிக் வேலைத்திட்டங்களில் அதிகமாக விசேஷமானதும், செயற்கையானதுமான உடற்பயிற்சிச் செயற்பாடுகள் அடங்கியிருந்தன.

நவீன உடற்கல்வி வழிகாட்டிகளில் ஒருவரான ஜோன் பர்னாட் பேஸ்டோ என்பவர் 1774ல் ஜேர்மனியின் டெசோ நகரில் பிளேன்த்ரோயினும் என்ற இயற்கையான பாடசாலை யொன்றை ஆரம்பித்தார். இப்பாடசாலையிலேயே முதன் முதலில் நவீன ஜேரோப்பாவில் உடற்கல்வி ஒரு பாடமாக கற்பிக்க ஆரம்பிக்கப்பட்டது. மாணவர்களுக்குப் பொருத்த மான ஜிம் னாஸ் டி க் முறையும் முதன் முதலில் இப்பாடசாலையிலேயே ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

- ★ சங்கீதம்
- ★ நடனம்
- ★ வாட்போர்
- ★ விலங்குகளின் மேல் ஏறிச் செல்லல்
- ★ குதிரைகளின் மேல் கரணம் அடித்தல்
- ★ போன்ற இயற்கையான பயிற்சிகள் இங்கு ஆரம்பிக்கப்பட்டன.

ஜேர்மன் ஜிம்னாஸ்டிக்
தந்தை ஜே.எல்.எப்.
குள்ஸ்முதன்

கி.பி. 1784ல் வி.பி.சால்ஸ்மன் என்பவர் செபென் தோல் என்ற இடத்தில் பேஸ்டோலன் பிளென்த்ரோயினும் போன்ற ஒரு பாடசாலையை ஆரம்பித்தார். கி.பி. 1786ல் அப்பாட சாலையில் உடற்கல்விக்குப் பொறுப்பாக ஜே.எல்.எப். குள்ஸ்முதன் என்பவர் இருந்தார். இவர் ஜிம்னாஸ்டிக்கின் தந்தை என அழைக்கப்பட்டார்.

இக்காலகட்டத்தில் நெசிகல் என்பவர் டென்மார்க்கிலும், பீ.எச்.லீத் என்பவர் ஸ்வீடனிலும் உடற் பயிற்சிச் செயற் பாடுகளை ஆரம்பித்தனர். இம்முறைகள் ஜிம்னாஸ்டிக் உடற்பயிற்சி முறைகளை ஒத்திருந்தன.

ஆரவிக்ஜான் டிராஸ்மன்
அமைப்பு

கி.பி. 1810ல் பேராசிரியர் ஆரவிக்ஜான் பர்லின் நகர பாடசாலையொன்றில் வேலை செய்யும் போது உடற் செயற்பாடுகள் கற்பித்தல் துறையை விரிவாக்கினார். ஜேர்மனி முழுவதும் பரவிய டான்மரீன் அமைப்பின் ஆரம்ப அமைப்பாளர் இவராகும்.

ஸ்வீடனைச் சேர்ந்த எச்.பி. கீலெயன் என்பவர் இங்கிலாந்தில் இராணுவ கடற்படை நிலையங்களில் ஜிம்னாஸ்டிக் பாட நெறியை ஆரம்பிப்பதற்கு உதவினார். ஜேர்மனியைச் சேர்ந்த பேராசிரியர் சார்ஸ்லெபெக், சார்ஸ்லெபோலன், பிரான்ஸிலீஸ் லீபத் போன்ற மூவரும் அமெரிக்காவிற்கு வருகை தந்ததன் மூலம் அந்நாட்டு ஜிம்னாஸ்டிக் முறைகள் அமெரிக்காவினுள் ஊடுருவல் செய்தன. 19ம் நூற்றாண்டின் இறுதிக் கால கட்டத்தில் அமெரிக்காவினுள் ஊடுருவல் செய்தன. 19ம் நூற்றாண்டின் இறுதிக் கால கட்டத்தில் அமெரிக்காவிலும் ஐரோப்பாவிலும் உடற்கல்விப் பாடம் செயற்கையானதாக மாறியதோடு உடல் அவய வளர்ச்சி, உடற் பயிற்சி, சுகாதாரம் என்பன அதன் நோக்கங்களாகக் காணப்பட்டன.

கல்வி, உடற்கல்வித் தத்துவத்தில் விளையாட்டும், மெய்வல் லுனர் விளையாட்டும் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டன. கல்வியில் இயற்கைச் செயற்பாடுகளை அடிப்படையாகக் கொண்ட உடற்கல்வித் தத்துவத்தை அமெரிக்காவில் பரப்புவதற்கு காரணகர்த்தாவாக இருந்தவர்கள் ஹாதர் ஹெல்சி களிக், தோமஸ் பீவுட் ஆகிய இருவருமாகும். ஆசிரியர் ஜேம்ஸ் விலியம்ஸ், ஜே.பி.நேஸ் போன்றவர்கள் இக்கருத்துக்களைப் பிரசித்தப்படுத்துவதற்காக ஒத்துழைத்தார்கள்.

நவீன கால உடற்கல்விக் கற்பித்தலின் போது நாம் கவனத் தில் கொள்ள வேண்டிய இரு காரணிகள் உண்டு. அவையாவன.

1. மேலைத்தேச நவீன உடற்கல்வி வரலாறு.
2. கீழைத்தேச உடற்கல்வி வரலாறு.

அவற்றில் மேற்குலசின் உடற்கல்வி வரலாற்றின் நவீன செயற்பாடுகளின் தன்மை வேறுபடுவதற்கு காரணமாயிருந்தால் இந்த மொடியூலின் மூலம் மேற்குலக நவீன கால வரலாற்றை உங்கள் முன் சமர்ப்பிக்கின்றேன்.

- ★ ஜேர்மனியைச் சேர்ந்த ஆசிரியரான லூர்க்கிள் ஜான் வெளியக்க செயற்பாடுகளின் ஆரம்பகர்த்தாவாகக் கருதப்படுகின்றார். அவர் வெளியகத்தில் ஏணி, கயிறு, கிடைக்கோள்கள் போன்ற உபகரணங்களைப் பாவித்து செய்யும் செயற்பாடுகளை அறிமுகம் செய்தார்.
- ★ இக்காலத்தில் ஜேர்மனிக்கும், இங்கிலாந்துக்கும் இடையே யுத்தம் ஏற்பட்டதன் காரணமாக யுத்தப் பயிற்சிக்காக ஜேர்மனியில் டாண்மீன் அமைப்பு உருவாக்கப்பட்டது.
- ★ இதன் பின்பு இங்கிலாந்தில் திறந்த வெளியரங்கு எனப்படும் வெளியக்க செயற்பாடுகள் பாடசாலைகளில் அறிமுகம் செய்யப்பட்டது.
- ★ சர் ஹென்றி லிங், சீன ஜெக் குசோ ஆகிய இருவரும் உயிரியல் விளையாட்டுப் பிரிவில் கூடிய கவனம் செலுத்தினார்கள் அவையாவன.
- ★ உடலியல்.
- ★ உடலமைப்பியல்

இப்பாடங்களைக் கற்ற அவர்கள் ஜிம்னாஸ்டிக் செயற்பாடுகள் விசேஷமாக உடற்கல்வியில் சேர்க்கப்பட வேண்டும் என்ற கருத்தை வலியுறுத்தினார்கள். பிளேன்துரோயினும் பாடசாலைகளில் ஜிம்னாஸ்டிக் போட்டி களை ஆரம்பிப்பதற்காக குசோ பெரிதும் உதவினார்.

சர்வதேச வியாபாரத்துறை ஆரம்பித்தவுடன் நாடுகாண பயணங்கள் மூலமாக அமெரிக்கா கண்டுபிடிக்கப்பட்டது. அமெரிக்காவின் உடற்கல்வி முன்னேற்றம் சம்பந்தமான கருத்துக்களை அடுத்துக் கவனிப்போம்.

அமெரிக்கா

குறுகிய காலத்தில் வளர்க்கி பெற்ற நாடுகளில் அமெரிக்காவும் ஒன்றாகும். இங்கிலாந்து, ஐரோப்பிய பாரம்பரியங்களுடன் வளர்ந்த சமூகப் பின்னணி இதன் வளர்க்கிக்குத் தூண்டுகோலாக அமைந்தது. அமெரிக்காவில் பல இன மக்கள் குடியேறியதாலும், பல கலாசாரக் கலப்பினாலும் மக்கள் டையே நெருங்கிய தொடர்புகள் ஏற்படவில்லை. ஆனாலும்

இவர்களிடையே விளையாட்டுப் போட்டி கள் நடைபெற்றதால் தொடரப்பற்ற நிலை குறைந்தது.

17ம் நூற்றாண்டு அமெரிக்காவின் முக்கிய காலமாக அமைந்தது. விசேடமாக கல்வி முன்னேற்றம் தத்துக்காக,

- ★ பேஸ்டன்
- ★ ஹேலாட் உவிலியம்
- ★ மேரிலன்ட்
- ★ பிரின்ஸ்டன்
- ★ சிங்ஸ்டன்

போன்ற பல்கலைக்கழகங்கள் உருவாக்கப்பட்டன. பொதுவாக இவற்றில் உடற்கல்வி அம்சங்கள் போதிக்கப்பட்டன.

1779ல் சென்ற செல்வீன்யா பல்கலைக் கழகத்தைச் சேர்ந்த பிராங்களின், நோவா வெப்ஸ்ட, ஆசிய இருவரும் உடற் செயற்பாடுகள் உள்ளடக்கிய கல்வித் திட்டமொன்றை அமைத்தார்கள்.

இத்திட்டம் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டவுடன் அமெரிக்காவின் கல்வியின் முக்கிய திருப்பமொன்று ஏற்பட்டது. கல்வியில் உடற் செயற்பாடுகள் உள்ளடக்கப்பட்டதால் பாடசாலைகளின் தொகையும், பாடசாலை மாணவர்களின் தொகையும் படிப்படி யாக அதிகரிக்கலாயிற்று. இவ்வேலைத்திட்டத்தின் கீழ் விசே சமாக உடற்பயிற்சி அணிவகுப்பு மரியாதை, ஜிம்னாஸ்டிக் போன்ற செயற்பாடுகள் முதலிடம் பெற்று கல்விப் பாட நெறியில் சேர்க்கப்பட்டதால் உடற் செயற்பாடுகள் முக்கியத்துவம் பெற ஆரம்பித்தது. இதன் பெறுபேறுகள் கூடைப்பந்து, கரப்பந்து போன்ற உலகப் புகழ் பெற்ற விளையாட்டுக்கள் அமெரிக்காவின் ஹோஸ்யோ பல்கலைக்கழகம் மூலம் உருவாக்கப்பட்டன.

கல்வி மூலம் எதிர்பார்க்கப்படும் சமூக பொருளாதார இலக்குகளின் அடிப்படையில் 1937இல் அமெரிக்க கல்வி முறையின் மாற்றங்கள் சம்பந்தமான மதிப்பீட்டுக்குழு சமர்ப்பித்த அடிப்படைத் தேவைகள் பின்வருமாறு:

1. உடற் சக்தி (வலு)
2. உடல் உறுதிப்பாடு (பாதுகாப்பு)
3. முன்னேற்றமடைந்து செல்லும் கலாசார பங்களிப்பைப் பெறுதல்.
4. செயற்பாட்டுடன் கூடிய நெகிழும் தன்மையுடைய ஆளுமை
5. பொருத்தமான வாழ்க்கை வட்டம்
6. பொருளாதார பாதுகாப்பு நிலை

7. உள்பொதுகாப்பு நிலை
8. சமமான சந்தர்ப்பம்
9. சுதந்திரம்
10. சாதாரண நடைமுறை

கல்வியைப் பயன்படுத்துவதும் அடிப்படை நோக்கங்களாவன சுயவிளக்கம் சம்பந்தமான மனப்பாங்கை விருத்தி செய்தலும், மனிதனின் உடல், உள், சுகாதார நிலையைப் பூரணப்படுத்துவதுமாகும். மேற்கூறிய அடிப்படைத் தேவைகளில் கீழே கோடிட்டு காட்டப்பட்டுள்ளவற்றை அவதானிக்கும் போது கல்வியில், உடற்கல்வியின் செல்வாக்குப் பற்றி தெளிவாகப் புரிந்து கொள்ளலாம்.

அடுத்து நாம் நவீன உலக ஒலிம்பிக் விளையாட்டு சம்பந்தமாகக் கற்போம்.

நவீன ஒலிம்பிக் விளையாட்டு

1896 - ஜூலை

சி.பி. 1896இல் நவீன ஒலிம்பிக் போட்டி முதன் முதலாக கிரேக்கத்தின் அதென்ஸ் நகர ஒலிம்பியா விளையாட்டரங்கில் நடைபெற்றது. சி.மு. 394 திடோரன்ஸ் என்ற உரோம சர்வாதிகாரி ஒலிம்பிக் போட்டி களை தடை செய்த பின்பு மேற்படி போட்டி மறுசீரமைக்கப்பட்டு நடாத்தப்பட்டது. இவ்வாறு ஒலிம்பிக் போட்டியை சீரமைப்பதில் பியர் டி பெடின் என்ற பிரான்ஸ் நாட்டைச் சேர்ந்தவர் ஈடுபட்டார். சமுதாயத்தில் காணப்பட்ட வாதபேதங்கள், பிரிவினை, மஸ்ப்பாங்குகள், சமூக விரோதச் செயல்கள் போன்றவற்றை விளையாட்டில் பங்குபற்றுவதன் மூலம் இல்லாமல் செய்யலாம் என்பது அவரது நம்பிக்கையாகும். 1859லும் 1870லும் இரண்டு தேசிய மட்டப் போட்டிகளை நடாத்துவதற்கு இந்த நம்பிக்கை அவருக்கு உதவியது.

ஒலிம்பிக் விளையாட்டின் நோக்கமாவது, 'சுகல விளையாட்டுக்களும் சுகல உலக மக்களுக்குமாகும்.' என்பதாகும்.

1892ல் கலூரிடாட் என்பவர் மூலம் பரிசு நகரத்தில் விளையாட்டுச் சங்கம் ஒன்று ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

இங்கிலாந்தில் பயிலுனர் மெய்வல்லுனர் விளையாட்டுச் சங்கமொன்று ஸ்தாபிக்கப்பட்டது. இச் சங்கங்களும் நாடுகளும் கலந்து வோசித்து 1900இல் ஒலிம்பிக் போட்டிகளை நடாத்தத் தீர்மானித்தாலும், பின்பு 1896இல் நடாத்துவதற்கு தீர்மானிக்கப்பட்டது. இதன் மூலம் 1896 ஏப்ரல் மாதம் நீதிக்கு நவீன ஒலிம்பிக் விளையாட்டு ஆரம்பமானது. இதன் பின்பு ஒவ்வொரு 4 வருடங்களுக்கு ஒரு முறை இப்போட்டி உலகின் பல்வேறு நாடுகளிலும் நடைபெற்றது.

1900	-	பாரிஸ்
1904	-	சென்ற லூயிஸ் - அமெரிக்கா
1906	-	அதென்ஸ் (உத்தியோகப்பற்றற்ற)
1908	-	இலண்டன்
1912	-	ஸ்டொக்ஹோம்
1916	-	நடைபெறவில்லை - (பேர்லின்)
1920	-	அன்ரிவெர்ஸ்
1924	-	பாஸ்
1928	-	அமெஸ்ட்ராம்
1932	-	லொசன்சவிஸ்
1936	-	பேர்லின்
1940	-	நடைபெறவில்லை (டோக்ஷியோ)
1944	-	நடைபெறவில்லை (இலண்டன்)
1948	-	இலண்டன்

1952ல் இருந்து இன்றுவரை நடைபெற்ற இடங்களை எழுதுக.

ஒவிம்பிக் போட்டியை தொடர்ந்து நடைமுறைப்படுத்த வேண்டி அமைக்கப்பட்ட குழு சம்பந்தமாக அவதானிப்போம்.

ஒவிம்பிக் குழு

1894ல் பியர் டி குபதின் என்ற மதகுருவின் தலைமையின் கீழ் ஒவிம்பிக் குழு அமைக்கப்பட்டது. சகலருக்கும் சமத்துவமான முறையில் சகலரும் தேவைக்கேற்ற முறையில் உடற் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுவதற்கு வசதிகளைச் செய்து கொடுப்பது குழுவின் முக்கிய கடமையாகும்.

1927 ஏப்ரல் மாதம் 17ந் திகுதி சிரேக்க அரசினால் ஒவிம்பிக் விளையாட்டை நினைவுக்கும் நினைவுச் சின்னமொன்று தயாரிக்கப்பட்டு ஒவிம்பியாவில் ஒவிக்கப்பட்டது. தேசிய ஒவிம்பிக் குழுவின் கொடி 5 வளையங்கள் ஒன்று சேர்ந்த அமைப்பில் வெள்ளைநிறக் கொடியில் பதிந்திருக்கும். அது நீலம், கறுப்பு, சிவப்பு, மஞ்சள், பச்சை நிறங்களைக் கொண்டுள்ளதோடு, அந்நிறங்கள் ஐந்தும் ஐந்து கண்டங்களையும் பிரதிநிதித்துவம் செய்கின்றது. படத்தைப் பாருங்கள்.

இதன் நோக்கமாவது
அதிக வேகத்துடனும்
அதிக உயரத்துடனும்
அதிக சக்தியுடனும் என்பதாகும்.

எல்டியஸ்

ஒவிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி களில் பங்குபற்றியுபவர்கள் யாவரும் ஒவிம்பிக் குழுவின் அங்கத்தவர்களாக புதிவு செய்து கொள்ள வேண்டும்.

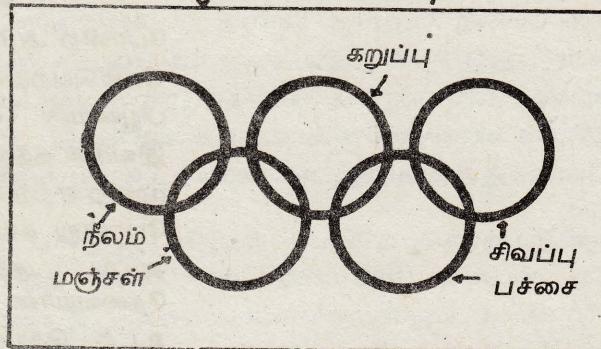
சிடியஸ்

பயிலுனர்கள் போட்டியிடுவதற்கு முன்பு
பின்வரும் பந்தியைப் படித்து கையொப்ப
மிடல் வேண்டும்.

போர்டியஸ்

I the undersigned declare on my honour that I am an amethuer
according to the rules of Amethuerism.

இலிம்பிக் கொடி



இன்றான் பொருந்திய 5 விளையங்கள்

★ ஒவிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டிகளின் சட்டதிட்டங்களுக்குமொத்தம் அட்போட்டிகளில் விசுவாசமாகப் பங்குபற்றுவோம் எனவும், எமது நாட்டின் கௌரவத்திற்கும் விளையாட்டின் மகிழ்ச்சுக்கும் பங்கம் விளைவிக்காத வகையில், உண்மையான விளையாட்டு வீரனின் மனப்பாங்குடன் அவற்றிற் பங்குபற்ற விரும்புகிறோம் எனவும் இத்தால் சத்தியைப் பிரமாணங்களெய்கின்றோம்.

இலிம்பிக் சத்தியைப் பிரமாணம் Olympic Oath

We swear that we will take part in the olympic games in loyal competition which govern them and desire of participating in them in the true spirit of sportsmanship for the honour of our country and the glory of sports.-

நாம் பொதுவாகவும், அவற்றின் சட்டதிட்டங்களுக்கும் மதிப்பளித்தும், உண்மையான வீரர்களாக போட்டிகளில் பங்குபற்றுவதற்காக விருப்பத்துடனும், எமது நாட்டின் கௌரவத்தையும், விளையாட்டின் அபிமானத்தையும் பாதுகாத்து ஒவிம்பிக் போட்டியில் பங்குபற்றுவதாகச் சத்தியைப் பிரமாணம் செய்கின்றோம்.

மேற்குலக உடற்கல்வி வரலாறு பற்றிய அறிவைப் பெற்ற நீங்கள் அடுத்து கீழைத்தேய நாடுகள் சிலவற்றின் உடற்கல்வி வரலாறு பற்றி கற்றுக் கொள்ளலாம்.

சீனா

கிரேக்க, உரோம காலங்களைப் போன்று சீன கலாச்சாரமும் பழமை வாய்ந்ததாகும். தமது ஆக்கங்களான
கைத்தறி, கைத்தொழில்
எழுத்து
அரச நிர்வாகம்
சமூக அமைப்பு

போன்ற அம்சங்களைக் கொண்டது. சீன வரலாற்றில் முக்கியம் பெற்றவராக கி.மு. 551 இல் தோன்றிய பொன் பியூஸயல் என்ற தத்துவ ஞானியைக் குறிப்பிடலாம். இவரின் தத்துவத்தின் அடிப்படையில் பாரம்பரிய வாழ்க்கை முறை ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்டது. உரோம சம்பிரதாயத்தைப் போன்று கல்வியின் ஓர் அம்சமாகத் தமது நாட்டின் பாதுகாப்பு குறிப்பிடப்பட்டிருந்தது. அதற்காக நாட்டிற்குத் தேவையான சிறந்த வீரர்களை உருவாக்கும் நோக்கத்துடன் உடற் செயற்பாடுகளுக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்பட்டது. இச் செயற்பாடுகளின் வியத்தகு பெறுபேறாக கி.மு. 250 - 210 காலத்துக்கிண்டையில் அமைக்கப்பட்ட சீனப் பெருஞ்சுவரைக் குறிப்பிடலாம். இது 1500 மைல்கள் நீளமான 25 அடி உயர் மான 15 அடி அகலமான சுவராகும்.

சீனக் கலாசாரத்தின் மற்றொரு சிறந்த தத்துவ ஞானியாக "லாஷூஸே" என்பதைக் குறிப்பிடலாம். இவரின் தத்துவம் 'லாஷூஸீம்' என்றழைக்கப்பட்டது. இத் தத்துவத்தின் மூலம்,

அன்பு

கருணை

சிக்கனம்

நீதி வழுவா நிலை போன்ற ஒழுக்கக் கோட்பாடுகளை வளர்த்துக் கொள்வது முக்கியமாக அமைந்தது. சீனச்சுவர் பொற்காலமாக கி.பி. 600-900 இடைப்பட்ட காலத்தைக் குறிப்பிடலாம். இக் காலத்தில் மற்போர், தற்பாதுகாப்பு போர்முறைகள் முக்கிய உடற் செயற்பாடுகளாகத் தொழிற் பட்டன. உதாரணமாக, குஸ்பூங்கைக் குறிப்பிடலாம். உற்பத்தித் துறையில் உலகில் பிரசித்தி பெற்ற இடமாக சீனாவிலுள்ள சங்காய் நகரத்தைக் குறிப்பிடலாம்.

யப்பான்

பழைய வரலாற்றைக் கொண்ட கீழைத்தேய நாடுகளில் யப்பானும் ஒன்றாகும். விசேஷமாக மற்போர், கராட்டி, வாட்போர் போன்ற செயற்பாடுகளில் யப்பான் பிரசித்தி பெற்றுக் காணப்பட்டது.

1972இல் யப்பானில் தயாரிக்கப்பட்ட கல்வித் திட்டத்தில் உடற்கல்விக்கு முக்கிய இடம் கொடுக்கப்பட்டது. இம் உலக மகா யுத்தத்தோடு தமது நாட்டுக்குப் பொருத்தமான பிரஜை களை உருவாக்கிக் கொள்வதற்காக ஆரம்ப நிலைப் பாடசாலை களில் ஜிம்னாஸ்டிக் செயற்பாடுகளும், இராணுவ பாதுகாப்பு முறைகளுடன் கூடிய உடற்கல்வி வேலைத் திட்டங்களும் நடைமுறைப்படுத்தப்பட்டன. நவீன ஒலிம்பிக் போட்டிகளில் யப்பான் முதன்முறையாக 1912ல் பங்குபற்றியது. அதன் பெறுபேறாக 1924ல் உடற்கல்வி ஆராய்ச்சி நிலையமொன்று அமைக்கப்பட்டது. இம் உலக யுத்தத்திற்கு பின்பு யப்பான் ஐநாயக நாடாக மாறியதனால் தனிநபர் மட்டத்தில் கல்வி பரவியது. இதன் மூலம் பாடசாலை வேளையில் வாரத்திற்கு 3 மணித்தியாலம் உடற்கல்வி பாடத்திற்காக ஒதுக்கப்பட்டது.

ஐடுதல், பாய்தல், விழுதல் போன்ற செயற்பாடுகளுடன் கூடைப்பந்து பேஸ்போல் (Base Ball) என்பன் கட்டாய மாக்கப்பட்டது. சகல பாடசாலைகளிலும் போன்று சகல பல்கலைக்கழகங்களிலும் உடற்கல்விப் பாடம் கட்டாயமாக கப்பட்டது.

1963இல் ஜப்பானில் நடைபெற்ற விளையாட்டு வாரத்தில் பங்குபற்றுவதற்காகவும், பார்வையிடுவதற்காகவும் உலகின் பல பாகங்களில் இருந்தும் வீர, வீராங்கணைகளும், ரசிகர்களும் வருகை தந்தார்கள். தேசிய மெய்வல்லுனர் போட்டியையும் அவர்கள் நடத்தினார்கள். யப்பானில் விளையாட்டுக்கள் உடற் செயற்பாடுகளில் அதிகமானோர் பங்கு பற்றினார்கள். விளையாட்டுத் செய்திகளை வாசித்தல், போட்டிகளைப் பார்வையிடுதல், தொலைக்காட்சி மூலம் போட்டிகளைப் பார்வையிடுதல், கைத்தொழிற்சாலைகளில் வேலை செய்வோர் நாளொன்றில் 1/2 மணி நேரம் உடற் செயற்பாடுகளில் ஈடுபடுதல் போன்ற அம்சங்கள் பிரசித்தி பெற்றுக் காணப்பட்டது.

யப்பானில் புகழ் பெற்ற விளையாட்டாக மற்போர் விளங்குகிறது. இது 2000 ஆண்டுகள் வரை பழைய வாய்ந்தது. சிறந்த செயற்றிறஞ்சைய யப்பானின் உடற்கல்வி நிலையம் மிகவும் உயர்ந்ததாகும்.

1964ல் டோக்கியோவில் 18வது ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி நடைபெற்றது. இதில் யப்பானின்

மற்போர்

ஐடோ

கென்டோ

போன்ற விளையாட்டு நிகழ்ச்சிகளும் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டன. இச் சுத்தில் வெளியுலகத்தில் தொன்றிய சகல

விளையாட்டுக்களும் யப்பானிலும் அறிமுகம் செய்யப்பட்டன.
இதன் காரணமாக இரண்டாவது முறையாக 1972இலும்
யப்பானில் ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி நடைபெற்றது.

இந்தியா

வட இந்தியாவில் குடியேறிய ஆரியர்கள் சிறந்த உடல், உள் வலிமையுடையவர்கள் என்பதை வரலாறு மூலம் நாம் அறிந்து கொள்ளலாம். அவர்கள் ஆரம்பத்தில் இருந்து அம்பு ஏறிதல், மற்போர், ஒடுதல், பாய்தல், போன்ற செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டார்கள்.

மற்ற நாடுகளைப் போன்றே இந்தியாவிலும் தமது நாட்டுப் பாதுகாப்பிற்காக இராணுவத்தைத் தயார் செய்வது முக்கிய அம்சமாக இருந்தது. இதனால்,

- யுத்தப் பயிற்சி
- வாட்போர்
- விற் பயிற்சி, போன்ற செயற்பாடுகள் கல்வியுடன் இணைந்து காணப்பட்டன.

உயர்ந்த இனமாக மதிக்கப்படும் பிராமண, அரசு குல வம்சத்தவர்கள்,

- பிராண்யாமம்
- குரிய நமஸ்காரம்
- யோக அப்பியாசம்

ஆகிய செயற்பாடுகளில் ஈடுபட்டார்கள் என்று கூறப்படுகின்றது.

இந்திய வரலாற்று நூல்களான மகாபாரதம், இராமாயணம் போன்றவற்றில் கூறப்பட்ட இராட்சதனின் வீர தீர்ச் செயல் களின் அடிப்படையை இக்காலத்தில் உடற் செயற்பாடுகள் முன்னேற்றமான நீலையில் இருந்துள்ளதை புரிந்து கொள்ளலாம். விசேषமாக இராம, இராவண யுத்தத்தில் அம்பு, வில் போன்ற ஆயுதங்கள் மாத்திரம் பயன்படுத்தப்பட்டதாக இராமாயணத்தில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

- நாலந்தா
- காஞ்சிபுரம்
- தக்சசீலா
- விக்கிரமசீலா
- ஹ்ரி தான்யாகடக

போன்ற பல்கலைக்கழகங்கள் உருவானதையுடுத்து மாண வர்கள்

- வாற்போர்
- மற்போர்
- குத்துச்சண்டை

- நடனம்
 - சங்கீதம்
 போன்ற செயற்பாடுகளைக் கற்றார்கள்.

இந்தியாவின் உடற்கல்வி முன்னேற்றத்தோடு நகர, விராமப் புறங்களில் பல விளையாட்டுக்கள் ஆரம்பிக்கப்பட்டன.

- கபடி
 - சட்டுக்கு
 - கோ-கோ

போன்ற உபகரணங்களற்ற விளையாட்டுக்கள் பிரசித்தி பெற்றன. கபடியாட்டம் ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியிலும் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது. வெளிநாட்டு ஆக்கிரமிப்பு காரணமாக இந்திய உடற்கல்வி நிலை வீழ்ச்சியடைந்தது. வெளிநாட்டு ஆதிக்கத்தின் போது சிறிஸ்தவ மிஷனரிகள் மூலம் நிர்வாகக் கல்வி முறைகள் மேற்கூர்த்திய பழக்க வழக்கங்களினால்

- ஜிம்னாஸ்டிக்
 - அணிநடை (அணிவகுப்பு மரியாதை)
 - தாள், லய அப்பியாசங்கள் போன்ற செயற்பாடுகள் அறிமுகப்படுத்தப்பட்டன.

விளையாட்டின் முக்கியத்துவம் காரணமாக காற்பந்து, சிரிக்கட், ஹெக்கி, டெளிஸ், மெய்வல்லுனர் விளையாட்டு, கொல்ப், படகோட்டம் போன்ற நிகழ்ச்சிகள் இப் பாடநெறியில் சேர்க்கப்பட்டன.

வெ.எம்.சி.ஏ. (சிறிஸ்தவ இணைஞர் சங்கம்) கல்லூரி

1920இல் எம்.லீ.பக் என்பவரால் வெ.எம்.சி.ஏ.கல்லூரி ஆரம்பிக்கப்பட்டவுடன் இந்திய உடற்கல்வித் துறையில் புதிய அத்தியாயம் ஒன்று உருவாயியது. சர்வதேச அந்தஸ் துப் பெற்ற இக் கல்லூரியை பயிற்சி பெறுவதற்காக பல நாடுகளில் இருந்தும் மாணவர்கள் வந்தார்கள். அதிகமான இலங்கையர்களும் இந் நிலையத்தில் பயிற்சி பெற்றுள்ளார்கள்.

இந்தியாவில் பரவியிருந்த உடற் செயற்பாடுகளை இரு பிரிவுகளில் வகுக்கலாம். அவையாவன

- மார்தா முறை
 - அபாடா முறை

உடற்பயிற்சியுடன் நெருங்கிய தொடர்புடைய இம்முறைகள் ஜேர்மனியில் லூக்கிக் ஜானிலால் அமைக்கப்பட்ட டர்ன்மரின் அமைப்பை ஒத்ததாகும்.

சோவியத் சோஷலிஸக் குடியரசு

சோவியத் சோஷலிஸக் குடியரசின் உடற் கல்விப் பிரிவு மத்திய அரசினால் தெரிவு செய்ப்பட்ட ஒரு குழு மூலம் நிர்வகிக்கப்பட்டது. இக் குழுவில் இளைஞர் அமைப்பு பிரதிநிதிகள் விஞ்ஞானிகள் விளையாட்டு வீரர்கள், மக்கள் சுகாதார பிரிவினர், ஆகியோர் அங்கம் வகித்தார்கள்.

உழைப்பிற்காக, பாதுகாப்பிற்காக தயாராக இருப்பதே அவர்கள் நோக்கமாகும். உடற்கல்வி முழுவதும் இராணுவ அமைப்பில் மேற்கொள்ளப்பட்டது. அரசினால் சகல வசதி களும் செய்து கொடுக்கப்பட்டது. செயற்பாடுகளில் ஈடுபடு வதற்கு எவ்வித பணமும் அறவிடப்படவில்லை. பாடசாலைகளில் மாத்தீரயின்றி சமூக நிலையங்கள், விளையாட்டுச் சங்கங்கள், நீச்சல் தடாகங்கள் போன்ற மக்களின் தேவைகள் அனைத்தும் அரசினால் வழங்கப்பட்டன. அவற்றிற்குத் தேவையான ஆலோசகர்கள் பயிற்சியாளர்கள், அரச கொடுப் பனவுகளுடன் நியமிக்கப்பட்டார்கள். உடற் கலாசாரம், விளையாட்டு முன்னேற்றம் போன்றவற்றைக் கருத்திற் கொண்டு சட்டங்களும் இயற்றப்பட்டன. கால்மாக்ஸ், பெட்டிக் ஏஞ்சல்ஸ் போன்ற சமூக விஞ்ஞானிகளால் உடற் கல்விக்கு பெரும் சேவைகள் ஆற்றப்பட்டன. விசேஷமாக தொழிலாளர்களுக்கு உடற் செயற்பாடுகள் மூலம் சிறந்த வினைத்திறனை பெற்றுதிடியும் என்பது இந்த விஞ்ஞானிகளின் கருத்தாக இருந்தது. எல்லோருக்கும் சம உரிமைகளை வழங்கி, சமமான வாழ்க்கை முறையை ஏற்படுத்துவதே சோசலிச நாடுகளின் நோக்கமாகும். உடற் செயற்பாடுகளின் மூலம் திறமைகளை விருத்தி செய்து கொள்ளும் முறை இரண்டு, மூன்று வயதில் இருந்தே ஆரம்பிக்கப் பட்டது. இத் திறமைகள் 11-15 வயதுக்கிடையில் முன்னேற்ற மட்டந்தது. இதற்கு உதாரணமாகக் குண்டு போடுதல் போட்டியில் உலக சாதனையை ஏற்படுத்திய வீரரான “புளோஸ் பெரி புளோப்” என்பவரைக் குறிப்பிடலாம். தனது 17 வது வயதில் இச் சாதனையை அவர் நிலை நாட்டினார்.

செவ்வை பார்த்தல்-3

பகுதி கீஜக் கற்று முடித்த நீங்கள் அவ் விடயங்களை உறுதி செய்து கொள்வதற்காகப் பின்வரும் செவ்வை பார்த்தலைச் செய்யுங்கள்.

‘அ’ பகுதியிலுள்ள வாக்கியத் தொடர்களின் எதிரே உள்ள கூடுகளில் ‘ஆ’ பகுதியில் உள்ள வாக்கியத் தொடர்களின் பொருத்தமானதைத் தெரிந்து அதன் இலக்கத்தைக் குறிப்பிடுங்கள்.

‘அ’ பகுதி

1. ஜோன் பர்னாட் பாஸிடோ என்பவர்
2. “ஜிம்னாஸ்டிக் பொதயங்” என்ற நூலின் ஆசிரியர்
3. அமெரிக்காவில் சிறிஸ்துவ இளைஞர் சங்கம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.
4. கரப்பந்து விளையாட்டு ஆரம்பமானது.
5. அன்றைய இந்தியாவில் சூரிய நமஸ்காரம், யோகாசன பயிற்சிகளைச்செய்வதற்கு அனுமதி கிடைத்தது.
6. ஜேர்மனியின் டர்ன்மரின் அமைப்பை ஒத்தது.
7. சீனாவில் உருவான தற்பாதுகாப்புப் போர் முறையானது.
8. 1812ல் யப்பானினால்.
9. 1963ல் சர்வதேச விளையாட்டு வாரம்
10. 1964, 1972 போன்ற வருடங்களில்

‘ஆ’ பகுதி

1. அமெரிக்காவின் ஹொலீயோக் பல்கலைக்கழகத்திலாகும்.
2. குங்பு என்னும் போர்முறையாகும்.
3. பிராமண அரசு குலங்களுக்கு மாத்திரமாகும்.
4. கல்வித் திட்டமொன்று தயாரிக்கப்பட்டது.
5. புளைந்தரோபினும் பாடசாலை ஆரம்பிக்கப்பட்டது.
6. இந்தியாவின் ஆபாடா முறையாகும்.
7. பெடரிக் குத்ஸ் முதல் என்பவராகும்.
8. ஒலிம்பிக் விளையாட்டுப் போட்டி யப்பானில் நடைபெற்றது.
9. போர்ட்டன் என்பவராலாகும்.
10. டோக்கியோவில் நடைபெற்றது.

நவீன காலம், நவீன ஓலிம்பிக் விளையாட்டு சம்பந்தமான கற்றலையடுத்து இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாறு சம்பந்தமான கற்றலில் ஈடுபடுவோம்.

பகுதி 4

6.0 இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாறு

இறுதியாக இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாற்றைச் சுருக்கமாக நோக்குவோம். இலங்கையின் உடற்கல்வி வரலாற்றைக் கற்பதற்கு வசதியாக வரலாற்றுக் காலங்களை யுகங்களாகப் பிரித்துக் கொள்வோம்.

அனுராதபுரக் காலம்

இக் காலத்தின் முக்கிய அம்சங்களாக இரு காரணிகளைக் குறிப்பிடலாம்.

1. பந்துகாபய ஆட்சிக்காலம்
2. துட்டகைமுனு ஆட்சிக்காலம்

இளவரசன் பந்துகாபயன் நீர் விளையாட்டில் ஈடுபட்டிருக்கும் போது மாமன்மார்களிடமிருந்து தப்புவதற்காக மரப் பொந் தொன்றில் ஒளிந்திருந்து தப்பிய கதை மூலம் இளவரசர்கள் நீச்சல் பற்றி கற்றிருந்தமையை வரலாற்று வாயிலாக அறிய வாம்.

துட்டகைமுனு அரசனிடம் பெரிய இராட்சத்துக்கள் இருந்ததாக மகாவுமசம் கூறுகிறது. அவர்களில் ஒருவனான உலுஸ்ஸேதேவ என்பவன் புகழ் பெற்ற வில்லான் ஆவான்.



துட்டகைமுனு அரசனின் இராட்சத்துக்கள் மூவரான நந்தமித்ர, சுரனிமல, தடாசேன போன்றோர் வாட்போர், விற்பன்னர் கள், யுத்த சேவைகளில் முப்படைகளும், பஞ்சாயுதங்களும் ஈடுபடுத்தப்பட்டதாக மகாவுமச நூலில் காணப்படுகின்றது. நாட்டின் உள், வெளி பாதுகாப்பிற்காக இராணுவம் அத்து யாவசியமாக இருந்தது. சேனாதிபதி இராணுவத்தின் தலைவராக இருந்தார். மேற்கூறிய வீரர்கள்

யானைப்பயிற்சி

குதிரைப் பயிற்சி

அம்புப் பயிற்சி

போன்ற உடற் செயற்பாடுகளில் பயிற்சி பெற்றனர்



கஜபாகு ஆட்சிக் காலத்தில் நீல இராட்சத் கதை மூலமும் இராணுவத்தினருக்கு யுத்த முறைகள் பயிற்றுவிக்கப்பட்டது புலனாகின்றது. இச்சான்றுகள் சிலப்பதிகார நூலில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது



தேவநம்பியதிஸ்ஸ மன்னன் மாண் வேட்டைக்குச் சென்ற கதை உங்களுக்கு நினைவு இருக்கும். மகிந்தனின் வருகை யோடு இவங்கையில் பெளத்தமதம் வளர்ச்சி பெற்றது. இதன் அடிப்படையில் நோக்கும் போது பண்டைய இவங்கையர்கள்

வாட்போர்

மற்போர்

விற்பயிற்சி

நீர் விளையாட்டு போன்ற பல செயற்பாடுகளில் சடுபட்டிருந்தார்கள் என்பது தெளிவாகின்றது.

அனுராதபுரக் காலத்தின் ஆரம்ப இறுதி நிலைகளில் ஏற்பட்ட ஆக்கிரமிப்பு செயல்களால் நாட்டின் கல்வி அபிவிருத்தித் துறைகள் பாதிக்கப்பட்டன. இராசதானியின் பாதுகாப்பே முக்கியத்துவம் பெற்றது. யானை, குதிரை, வாகன, காலாட்படைகளை எந்நேரமும் தயாராக வைத்திருப்பதே இராணுவதளபதியின் கடமையாக இருந்தது.

பொலன்றுவைக் காலம்

இக் காலத்தில் மகா பராக்கிரமபாகு ஆட்சியின் போது இராம நாட்டுடன் ஏற்பட்ட வெளிநாட்டு யுத்தத்தில் நுவரகிர என்ற தளபதியின் கீழ் சென்ற படை வெற்றிவாகை சூடியது. இதன் மூலம் இக்காலத்திலும் அடிக்கடி ஏற்பட்ட ஆக்கிரமிப்புக்களால் நாட்டின் அபிவிருத்தி பாதிக்கப்பட்டது, என்பது தெளிவாகின்றது. ஆனால் நாட்டின் பாதுகாப்பு நோக்கமாக இராணுவப் பயிற்சி முறை மிகவும் உயர்ந்த நிலையில் இருந்துள்ளதை மேற்கூறிய வெற்றி எடுத்துக் காட்டுகின்றது.

இதன் பின்பு காணப்பட்ட

தம்பதெனியா யுகம்

குருணாகல் யுகம்

கம்பளை யுகம்

கோட்டை யுகம்

போன்ற காலங்களை நோக்கும் போது தமது நாட்டுப் பாதுகாப்பிற்காக எந்நேரமும் படைகள் தயார் நிலையில் வைக்கப்பட்டிருந்ததை வரலாறு மூலம் அறியலாம். இக்காலங்களில் உடற் செயற்பாடுகளில் குறிப்பிடக்கூடிய விசேஷங்கள் காணப்படாவிட்டாலும், இராணுவப் பயிற்சியின் காரணமாக உடற் செயற்பாடுகளில் பயிற்சி அளிக்கப்பட்டன. அதனால் அம்புப் பயிற்சி, வாட்போர், யானைப் பயிற்சி குதிரைப் பயிற்சி போன்ற செயற்பாடுகள் தொடர்ந்து நடை பெற்றன.

கண்டி யுகம்

சிங்கள இராசதானியின் இறுதிக் காலமான கண்டி யுகத்திலே பழைய முறையில் இராணுவப் பயிற்சி, உடற் செயற்பாடுகள் நடைபெற்றன. இக் காலத்தில் இராணுவத்தின் தலைவராக இருந்தவர் கஜநாயக என்பவராவார்.

கஜநாயக நிலமே

செயலாளர்

மொழைட்டாளர்

சுதவிய

குதிரை வாயம்

கண்ணிப்பொறி

எருமைப் பட்டி

விற்பயிற்சி

யானைப்பந்தி

போன்ற பயிற்சிக் கூடங்களுக்கு

வெள்ளை மாட்டு

பொறுப்பாக இருந்தனர்.

ப்பட்டி

போன்ற விலங்குப் படை
களுக்கு பொறுப்பாக
இருந்தனர்.

பயிற்சிக்காகத் தனியான பயிற்சிக் கூடங்கள் அமைக்கப்பட்டிருந்தது. இக் காலத்தின் முக்கிய அம்சமாகும் சுதவிய கண்ணிப் பொறிக்கூடம் இதற்கு சிறந்த எடுத்துக் காட்டாகும். திறமைசாலிகளுக்கு சலுகைகள், பதவி உயர்வுகள் இக்காலத்தில் வழங்கப்பட்டன. விளையாட்டின் முன்னேற்றத் திற்காக 'இலங்கம் மடுல' என்ற ஒரு நிலையமும் அமைக்கப்பட்டது. கண்டியைச் சூழவுள்ள சிராமங்களின் பெயர்களை நோக்கும் போது அங்கு உடற் செயற்பாடுகள் நடைமுறைப் படுத்தப்பட்டது உறுதியாகின்றது.

அங்கம்மன்

ஷேவாகற்ற

ஷேவாவிஸ்ஸ

ஹாரிகடுவ

கடுகண்னாவ

கண்ணொறுவ போன்ற சிராமங்களில் அரச ஆட்சிக் காலத்தில் சிராம சலுகைகள், அல்லது உடற் செயற்பாட்டு நிலையங்களாக பயன்படுத்தப்பட்டதை அறியலாம். வரலாற்று செதுக்கல்கள், சுவர் ஒலியங்கள் மூலம் உடற்செயற்பாடுகளின் முன்னேற்றத்தை விளங்கிக் கொள்ளலாம். அக் காலத்தில் குடியேற்ற கோத்திரங்கள், சுதவிய, மருவலிய என இரண்டாகப் பிரிக்கப்பட்டிருந்தன. சகல அங்கம் மெடில்லகமவிலும் (பயிற்சிக்கூடம்) ஆட்டங்களும், யுத்தப் பயிற்சி முறைகளும் செய்யக்கூடிய இலங்கமடுல்ல ஒன்றும் காணப்பட்டது.

பயிற்சிக்கூடத்தில் பயிற்சியளிக்கப்பட்ட நிகழ்ச்சிகள் பின் வருமாறு:

பாய்தலும் கரணமடித்தலும்

மற்போர்
 சிலம்படி
 கோலாட்டம்
 வாட்போர்
 குதிரைப்போர், குதிரையோட்டம்
 யானைப் பயிற்சி
 விற்பயிற்சி (அம்பு)

மேற்கூறிய விளையாட்டுக்களும், உடற் செயற்பாடுகளும் அதிகமாக இந்தியப் பழக்கவழக்க அடிப்படையில் அமைக்கப்பட்டிருந்தது புலனாகின்றது. அவற்றில் சிவவற்றைக் கீழே தருகின்றேன்.

1. தண்டத்துடன் போர் செய்தல்.
இது தஞ்சாவூர் தென்னிந்திய போர் முறையோடு ஒத்த தாகும்.
2. வாட்போர் முறை, ராஜபுடானாவில் நடைபெறும் போட்டிக்கு ஒப்பானது.
3. கோழிப்போர், இலங்கையிலிருந்து மறைந்தாலும் இந்தியாவில் அசில் என்ற பெயர் கொண்டு செய்யப்படுகின்றது.
4. இலங்கையில் காணப்படும் போர்த் தேங்காய் அடித்தல், கொம்பிமுத்தல் என்பன சிங்களவர்களுக்கு விசேஷமான மதத்தோடு தொடர்புடைய விளையாட்டுக்களாகும்.
5. ஆடும் ஊஞ்சல், பொய்க்கால் போன்ற விளையாட்டுக்களை சிங்களவருக்கு உரித்தானவை என குறிப்பிடலாம்.

குருணாகல் கொழும்பு கிராம அருகே உள்ள விகாரையில் காணப்படும் மரச்செதுக்கல்

19ம் நூற்றாண்டு

அடுத்து நாம் வெளிநாட்டு ஆகசிரமிப்பின் கீழ் இலங்கையில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் பற்றிக் கற்போம். இலங்கையில் வரலாற்றுக் காலம் முதல் சம்பிரதாயழூர்வமாக நடைபெற்ற



மல்யுத்தம்	வாட்போர்
கொம்பிமுத்தல்	தண்டப்போர்
யானைப்போர்	யானை விளையாட்டு
காளைப்போர்	செம்மறியாட்டுப் போர்
கடாப்போர்	கீரியும், பாம்பும் சண்டை
கோழிப்போர்	

போன்ற மனித விலங்குகளுடன் தொடர்பான பழைய விளையாட்டுக்கள் சம்பந்தமாக நாம் பெருமைப்படலாம். காலப் போக்கில் நடைபெற்ற வெளிநாட்டு ஆக்சிரமிப்பு காரணமாக இந்த தேசிய விளையாட்டுக்களுக்கு சாவுமனி அடிக்கப்பட்டது.

இந்த அற்றுப் போன சம்பிரதாயமான விளையாட்டுக்கள் பற்றி ஆராய்ந்து அது சம்பந்தமான விளைக்கத்தைப் பெறுவது முக்கியமானதாகும். அக்காலத்தில் நடைபெற்ற விளையாட்டுக்களில் இப்போது தொடர்ந்து ஒவ்வொரு வருடமும் நடைபெற்று வரும் சிங்கள், இந்து புதுவருட விளையாட்டு விழாக்களில் காணப்படும் செயற்பாடுகள் அடங்கியிருந்தன.

- ★ சறுக்குமரமேறுதல்
- ★ நபான் அடித்தல்
- ★ ஆடும் ஊஞ்சல்
- ★ டாம் விளையாட்டு
- ★ பாண்டு விளையாட்டு
- ★ தலையணை விளையாட்டு
- ★ தேங்காய் துருவுதல்
- ★ தென்னோலை பின்னல்
- ★ கண்ணை முடிக்கொண்டு முட்டி உடைத்தல்

போன்ற செயற்பாடுகள் கிராமப்புறத்திற்கு உரித்தான பொழுதுபோக்கான செயற்பாடுகளாகும். இச் சந்தர்ப்பத்தைச் சார்ந்த வேறு சந்தர்ப்பங்களில் இத் தேசிய விளையாட்டுக்களை பார்வையிடவோ அல்லது அவை பற்றிக் கேள்விப்படவோ முடியாது.

போர்த்துக்கேய காலம்

வி.பி. 1505இல் போர்த்துக்கேயர் இலங்கையில் கடற்கரையோரப் பகுதிகளைக்கப்பற்றியதால் பல பகுதிகள் அவர்களது ஆட்சியின் கீழ் வந்தன. போர்த்துக்கேய இராணுவ வீரர்கள் தமது ஓய்வு நேரங்களில் கடலோரங்களில் ஜரோப்பாவில் பிரசித்தி பெற்ற விளையாட்டுக்களில் சடுபட்டதால் அவை படிப்படியாக இலங்கை மக்களிடமும் பரவியது. இதில் முலிடம் பெறுவது, கிரிக்கட் விளையாட்டாகும். என்றாலும் உடற்கல்வி சம்பந்தமாகக் கற்பதற்கு இலங்கையருக்கு அக்காலத்தில் பூரண சுதந்திரம் இருக்கவில்லை.

ஒல்லாந்தர்காலம்

1972இல் ஒல்லாந்தர் இலங்கையைக்கைப்பற்றியபோது பண்ணைய சம்பிரதாய முறைகளில் மாற்றங்கள் ஏற்பட்டன. எனவே ஒல்லாந்தர் ஆட்சியில் தேசிய விளையாட்டுகளுக்கோ அல்லது சம்பிரதாய பூரவமான விளையாட்டுகளுக்கோ உரிய இடம்கிடைக்கவில்லை.

ஆங்கிலேயர் காலம்

1796இல் ஆங்கிலேயர் இலங்கையை ஒல்லாந்துரிடபிருந்து கைப்பற்றிக் கொண்டனர். 1815இல் ஐரோப்பிய சம்பிரதாய நிர்வாக முறையின் கீழ் முழு இலங்கைக்கையும் ஆட்சி செய்ய ஆரம்பித்தனர்.

1869இல் இலங்கையில் கல்வித் தினைக்களாம் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. அக்காலம் முதல் உடற் கல்விப் பாடமும் பாடசாலைகளில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. நகரப் பகுதிகளில் உள்ள சில உயர்ந்த பாடசாலைகளில் மாணவப்படைகள், தொண்டர் படைகள் உருவாக்கப்பட்டதன் மூலம் அப்போது உடல் அப்பியாசம் என்ற ரீதியில் உடற் கல்வி இலங்கையில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

1879இல் இப் பாடசாலைகளில் கற்ற சகல மாணவமாணவிகளும் உடற் பயிற்சியில் ஈடுபடுத்தப்பட்டார்கள். சுற்று நிருபங்களும் தயாரிக்கப்பட்டன. இதற்காக உடற்பயிற்சி ஆசிரியர்கள் நியமிக்கப்பட்டார்கள். சிவில் உத்தியோகஸ்தரான செக்ஸ்டனின் பிரேரணை அடிப்படையில் 1900 இல் பாடசாலைகளில் எல்லே விளையாட்டு ஆரம்பிக்கப்பட்டது. பாடசாலைகளுக்கிடையிலான போட்டியும் நடைபெற்றது. உடற் பயிற்சி அப்பியாசங்களின் மூலம் கிடைத்த அனுகூலங்கள் பாடசாலைகளில் மேலதிக நோக்கத்தை ஏற்படுத்தியது.

1902 இல் சகல பாடசாலைகளிலும் உடற் பயிற்சி கட்டாயமாக்கப்பட்டது.

1933இல் உடற் கல்வி பாட அமைப்பு பகிரங்கப்படுத்தப்பட்டவுடன் எமது நாட்டில் உற்பத்தி செய்யப்பட்ட உபகரணங்கள் மூலம் பந்து விளையாட்டுக்கள் ஆரம்பிக்கப்பட்டது. உள்நாட்டு முறையான கோலாட்டம் இச் செயற்பாடுகளில் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டது.

1938 இல் கடமையாற்றிய கல்விப் பணிப்பாளர் குத்துச் சண்டை விளையாட்டை பாடசாலைகளுக்கு சிபாரசு செய்தார்.

1941இல் கண்டி போகம்பர மைதானத்தில் உடற்பயிற்சி கண்காட்சி ஒன்று நடைபெற்றது.

வீ.டப்ளியூ.டப்ளியூ, கண்ணங்கர அறிக்கையின்படி உடற் கல்விக்கு விசேட சேவைகள் நடைபெற்றதற்கான காரணங்கள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இதனை நோக்குவோம்.

**வீ.டப்ளியூ.டப்ளியூ, கண்ணங்கர
அறிக்கை**

1943ல் விசேட கல்வித் தெரிவுக் குழுவின் (வீ.டப்ளியூ.டப்ளியூ, கண்ணங்கர) அறிக்கையின்படி கல்வியிலும் ஏற்பட்ட மறுமலர்ச்சி காரணமாக உடற் கல்வியிலும் உற்சாகம் ஏற்பட்டது.

1947ல் கல்விப் பாடத்திட்டத்தில் உடற்கல்விப் பாடமும் ஒரு பாடமாகச் சேர்க்கப்பட்டது. ஆசிரிய பயிற்சிக்காக ஆசிரிய

பயிற்சிக் கல்லூரிகள் ஆரம்பிக்கப்பட்டதும், அங்கு சகல ஆசிரிய, ஆசிரியைகளுக்கும் உடற் கல்விப்பாடும் கற்பிக்கப்பட்டதும் முக்கிய அம்சங்களாகும்.

இலவசக் கல்வி முறையின் விருத்தியோடு மகரகம் ஆசிரியர் கல்லூரியிலும், ஏனைய ஆசிரிய கல்லூரிகளிலும் உடற்கல்விப் பாடும் விருப்பத்துக்குரிய பாடமாகக் கற்பிக்கப்பட்டது. அதோடு ஆரம்பநிலை, இடைநிலைப் பாடசாலைகளில் உடற் செயற்பாடுகள் கற்பிக்கப்பட்டது. இக் காலங்களில் உடற் கல்வித்துறை புத்துயிர் பெற்று வளர ஆரம்பித்தது.

இச் சந்தர்ப்பத்தில் சகல மாணவர்களிலும் மகா வித்தியாலயங்களும், மத்திய மகா வித்தியாலயங்களும் உருவாக்கப்பட்டன. அப் பாடசாலைகளில்

சங்கீதம்

நடனம்

சாஸ்திரக் கல்வி

மனவெழுச்சி வளர்ச்சி

விளையாட்டுக்கள்

போன்ற செயற்பாடுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டன. இவற்றின் வளர்ச்சியை மதிப்பிடுவதற்காகப் போட்டிகளும் நடைபெற்றன. தொடர்ந்து 1972ம் ஆண்டு உடற்கல்வித்துறையில் ஒரு திருப்புமுனை ஏற்படுத்தப்பட்டது. இங்கு மூன்று புதிய யோசனைகள் முன்வைக்கப்பட்டன. ஆண்டு 1 தொடக்கம் ஆண்டு 5 வரை, ஆண்டு 6 தொடக்கம் ஆண்டு 11 வரை ஆண்டு 12 தொடக்கம் 13 வரை பிரிவுகளாகப் பிரிக்கப்பட்டு உடற்கல்வித் திட்டம் தயாரிக்கப்பட்டது.

1972ன் கல்வி மீளமைப்புத் திட்டமுறை

முதலாம் வகுப்பு முதல் ஜந்தாம் வகுப்பு வரையிலான பாடங்கள்.

- மதம்
- கல்வி நோடகம்
- இரண்டாவது மொழி
- உடல், அழியற் செயற்பாடுகள்
- ஆக்கச் செயற்பாடுகள், சூழல்

6 ம் தரத்திலிருந்து 9ம் தரம் வரை

- சமயம்
- முதலாவது மொழி
- இரண்டாவது மொழி
- கணிதம்
- விஞ்ஞானம்
- சமூகக் கல்வி
- அழியற் கல்வி

- சுகாதாரமும் உடற் கல்வியும்
- தொழில் முன்னிலைப்பாடம் 1
- தொழில் முன்னிலைப்பாடம் 11

முதன்முறையாக உடற்கல்விப் பாடம் பரிட்சைச்சூரிய பாடமாகச் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டதாலும், செய்முறைப் பரிட்சை நடைபெற்றதாலும் முக்கியத்துவம் பெற்றது. வருடாந்தம் தொடர்ந்து நடைபெற்று வரும் முன்னேற்ற அறிக்கை முக்கிய இடம் பெறுகின்றது. இந்தப் படிவத்தில் பின்னையின் உயரம், நிறை, வயது சில செயற்பாடுகளின் ஆற்றல் போன்றவை குறிப்பிடப்படுவதன் மூலம் முன்னேற்றம் அறியப்பட்டது. இங்கு தரப்பட்டுள்ள பி.ஜே. படிவத்தை உற்று அவதானிப்பதன் மூலம் அது சம்பந்தமான விளக்கத்தைப் பெறலாம்.

மகரகம் ஆசிரியர் கல்லூரியில் அடிப்படைப் பாடநெறியாக உடற்கல்விப் பயிற்சி தெரிவு செய்யப்பட்டதால், அப்போது உடற்கல்விப் பிரிவிற்குப் பொறுப்பாக இருந்த எச். எஸ். ஆர். குணவர்தன என்பவரின் திட்டப்படி மாவட்ட ரீதியில் உடற்கல்விப் பரிசோதகர்கள் நியமிக்கப்பட்டார்கள். அதோடு இந்தியாவிலுள்ள ‘சாதராபாத்’ விளையாட்டுக் கல்லூரியில் பயிற்சி பெறுவதற்காக ஆசிரிய ஆசிரியைகள் அனுப்பப்பட்டார்கள். பயிற்சியை முடித்தவர்கள் பாடசாலைகளிலும், ஆசிரிய கல்லூரிகளிலும் நியமிக்கப்பட்டார்கள். 1972இல் மகரகம் உடற் கல்விப் பயிற்சிக்காக புதிய பிரிவு ஒன்றை உருவாக்குவதென்று தீர்மானிக்கப்பட்டது. ஆரம்பமாக 30 ஆசிரியர்கள் பயிற்றுவிக்கப்பட்டார்கள். இவ்வாண்டில் யாழ் பலாலி ஆசிரியர் பயிற்சிக் கலாசாலையிலும் விசேஷ உடற் பயிற்சிப் பிரிவு ஆரம்பிக்கப்பட்டது. பின்பு இப் பயிற்சி 1975ல் கட்டுக்குருந்தை ஆசிரிய கல்லூரியிலும் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

இக்காலகட்டத்தில் ஆதாவது 1965ல் அரசாங்கத்தின் யோசனைப்படி விளையாட்டு அமைச்சர் ஏற்படுத்தப்பட்டது. வி.ஏ.சுகததாஸ விளையாட்டுத்துறை அமைச்சராக நியமிக்கப்பட்டார். விளையாட்டுத்துறை அமைச்சர் மூலம் சகல உதவி அரசாங்க அதிபர் பிரிவுகளுக்கும் விளையாட்டுத்துறை உத்தியோகத்தர்கள் நியமிக்கப்பட்டார்கள். விளையாட்டு உபகரணங்கள் வழங்கப்பட்டு கிராம செவையாளர் பிரிவு போட்டிகள், மாவட்ட போட்டிகள், அகில இலங்கைப் போட்டிகள் என்பன நடைபெறுவதற்கு ஏற்பாடுகள் செய்யப்பட்டு அதோடு சர்வதேச தொடர்புகள் ஏற்படுத்தப்பட்டு, மாற்றுத் திட்ட அடிப்படையில் விசேஷ பயிற்சியாளர்கள் அழைக்கப்பட்டு பயிற்சி முகாம்கள் அமைக் கப்பட்டது. விளையாட்டுத் துறையின் வளர்ச்சியை மேலும் ஊக்குவித்தது

நகரப்புறங்கள் போன்று கிராமப்புறங்களிலும் விளையாட்டுத்துறை முன்னேற்றமடைய ஆரம்பித்தது.

1978ன் கல்வி மீளமைப்புத் திட்டத்தின் கீழ் உடற் கல்வியில் யோகப் பயிற்சியும் சேர்த்துக் கொள்ளப்பட்டது.

1984 தேசிய பாடசாலை விளையாட்டுப் போட்டி ஆரம்பிக்கப் பட்டது. மற்றொரு முக்கிய அம்சமாகும். தேசிய விருதைப் பெறுபவர்களுக்கு

விசேட சான்றிதழ்கள் வழங்கப்படுதல்
வரண்க சான்றிதழ் வழங்கல்

ஆசிரிய நியமனம் வழங்கல் போன்ற ஊக்குவிப்புக்கள் காரணமாக உடற் கல்வியின் உற்சாகம் மேலும் அதிகரித்தது.



தொலைக்கல்வி ஆசிரிய பயிற்சி நெறியின் கீழ் சகல ஆசிரிய ஆசிரியைகளுக்கும் உடற்கல்விப் பாடம் கட்டாயமாக்கப்பட்டுள்ளது.

புதிய நியமனம் பெற்ற சகல ஆசிரிய ஆசிரியைகளுக்கும் 3 வார கால ஆசிரிய முன் சேவைப் பாடநெறி மூலம் உடற் கல்வி சம்பந்தமான விளக்கத்தைப் பெற்றுக் கொடுப்பதும் முக்கியம்சமாகும். அதுமட்டுமன்றி விரைவான வேலைத் திட்டத்தின் கீழ்

பொலன்னறைவை
இறிக்கடுவை

மாதம்பை போன்ற நிலையங்களில் 3 மாதப் பயிற்சியின் கீழ் 1500 உடற்கல்வியாசிரியர்களுக்கு பயிற்சி யளிக்கப்பட்டுள்ளது.

இவ்வாசிரியர்களும், ஆசிரியைகளும் உடற்கல்வி உதவியாசிரியர்களாக பாடசாலைகளுக்கு நியமனம் செய்யப்பட்டுள்ளனர்.

கல்விப்பீடங்கள் என்ற கொள்கையின் கீழ் 1985ல் பண்டார வளையில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட உடற்கல்வி கல்வியியல் கல்லூரி மற்றுமோர் மைல் கல்லாகும். இந்திருவகத்தில் மூன்று வருடங்கள் உடற்கல்வி பயிற்சி நெறியில் பயிற்சி பெற்ற பயிலுனர் கள் உடற்கல்வி போதனாசிரியர்களாக பாடசாலைகளுக்கு நியமனம் பெற்றுள்ளனர்.

கொத்தணி முறை உருவானபின் விளையாட்டுக் குழுக்களின் மூலம்,

விளையாட்டு வீரர்களையும் வீராங்கனைகளையும் பயிற்றுவித்தல்.

- பாடசாலை இலவங்களுக்கிடையிலான விளையாட்டுப் போட்டிகளை நடாத்துதல்.
- கொத்தணி மட்டத்திலான போட்டி
- கோட்டப் பிரிவுகளுக்கிடையிலான போட்டிகள் மாகாண மட்டத்திலான போட்டிகள்

அவில இலங்கை நீதியில்/ தேசிய பாடசாலை போட்டிகள் நடாத்தப்படுதலை உடற்கல்வியின் முக்கிய நிகழ்வுகளாகக் குறிப்பிடலாம்.

உடற்கல்வி அபிவிருத்தியின் அடுத்த ஒரு கட்டமாக பிரிவு மட்டத்தில் விளையாட்டு இணைப்பு அதிகாரிகள் நியமனம் செய்யப்பட்டு பிரிவின் விளையாட்டு, உடற்கல்வி செயற்பாடுகள் ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டமையைக் குறிப்பிடலாம்.

இவற்றுக்குப் புறம்பாக தேசிய இளைஞர் சேவை மன்றத் தினால் விளையாட்டுச் செயற் திட்டங்கள் நடைமுறைப்படுத்தப் படுவதனையும் குறிப்பிடலாம். இளைஞர்களினதும், யுவதிகளினதும் விளையாட்டுத்துறை அபிவிருத்தியின் பொருட்டு அதிக அக்கறையுடன் செயலாற்றுவதனையும் இங்கு குறிப்பிடலாம். குறிப்பாக தேசிய விளையாட்டாகக் கருதப்படும் கரப்பந்தாட்டத்தை தேசிய இளைஞர் சேவை மன்றம் அவில இலங்கையிலும் போட்டிகள் நடாத்துவதற்கும், முகாம்கள் நடாத்துவதற்கும், பயிற்சிக்குழுக்கள் அமைப்பதற்கும் ஒழுங்கு செய்துள்ளமை நவீன உடற்கல்வி வளர்ச்சிக்கும் முன்னேற்றத் திற்கும் பெருந் துணையாக அமைந்தது.

அடுத்து நாம் சுதந்திரமுள்ள தேசிய இனம் என்ற வகையில் விளையாட்டுப் பிரிவு அடைந்துள்ள அபிவிருத்தியை ஆராய் வோம்.

**1948ம் ஆண்டின் பின்
இலங்கையில் உடற்கல்வி
அபிவிருத்தி**

1948ம் ஆண்டு வண்டனில் வைட்சீட் விளையாட்டரங்கில் நடைபெற்ற ஒலிம்பிக் போட்டியில் இலங்கையைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்திய ‘டங்கன் வைட்’ என்பவர் பெற்ற வெள்ளிப் பதக்கத்தின் மூலம் இலங்கையும் ஒலிம்பிக் வரலாற்றில் இணைந்து கொண்டது.

1950ம் ஆண்டு வண்டனில் நடைபெற்ற பொதுநலவாய் நாடுகளுக்கிடையிலான விளையாட்டுப் போட்டிகளில் இலங்கையைப் பிரதிநிதித்துவப்படுத்திய டங்கன் வைட் தங்கப் பதக்கமொன்றையும் பெற்றுத் தந்துள்ளார்.

1958ல் டோக்கியோவில் நடைபெற்ற மூன்றாவது ஆசிய மெய்வல்லுனர் போட்டியில் இலங்கையைப் பிரதிநிதித்துவப் படுத்திய என். எதிர்வீரசிங்கம் என்பவரினால் உயரப் பாய்தல் போட்டியில் தங்கப் பதக்கமொன்று வெற்றி கொள்ளப் பட்டது.

1970ல் நடைபெற்ற ஆசியப் போட்டிகளில் கலந்து கொண்ட எஸ்.எல்.பி. ரோசா என்பவரினால் 5000 மீற்றர், 10000 மீற்றர் போட்டிகளில் தங்கப் பதக்கம் வெற்றி கொள்ளப்பட்டது.

1974ல் ஆசியப் போட்டியில் டபிள்யூ, விமலதாச் என்பவர் 400 மீற்றர் ஓட்டப் போட்டியில் புதிய சாதனை புரிந்து தங்கப் பதக்கத்தைப் பெற்றுக் கொண்டார். ஏ.பி.ரேமசந்திர, கே.ஜி.சகபந்து, சனில் குணவர்த்தன, டபிள்யூ. விமலதாச் ஆசியோரினால் மீ. 400X4 அஞ்சல் நிகழ்ச்சியில் புதிய சாதனை புரிந்து தங்கப்பதக்கம் பெறப்பட்டது.

1989ல் தெற்காசிய மெய்வல்லுனர் போட்டிகளில் இலங்கையைப் பிரதிநிதித்துவப் படுத்திய ருவன் சந்திரதிலக, டிக்மா பீட்டர்சன் என்பவர்களினால் இரண்டு தங்கப் பதக்கங்கள் வெற்றி கொள்ளப்பட்டன.

1987ல் நடைபெற்ற தெற்காசிய மெய்வல்லுனர் போட்டிகளில் திலகா ஜினதாச் தங்கப் பதக்கம் ஒன்றினைப் பெற்றார்.

1969ல் இஸ்லாமாபாத் தெற்காசிய மெய்வல்லுனர் போட்டியில் விசிதா அமரசேகர ஈட்டி எறிதல் நிகழ்ச்சியில் புதிய சாதனையை நிலை நிறுத்தினார்.

1990ல் நடைபெற்ற ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டியில் கலந்து கொண்ட இலங்கை வீரர் எஸ்.எஸ். திசாநாயக்கா மீ. 200 ஓட்ட நிகழ்ச்சியில் வெள்ளிப் பதக்கத்தைப் பெற்றார். 16 ஆண்டுகளின் பின்பு பெற்ற வெற்றியாகும்.

1991ல் இலங்கையில் முதன்முதலாக தெற்காசிய நாடுகளுக்கிடையிலான விளையாட்டு விழா நடைபெற்றது. இது இலங்கையின் விளையாட்டுத்துறை சரித்திரத்தில் பொறிக்கப்பட வேண்டிய விடயமாகும். இங்கு குறிப்பாக மெய்வல்லுனர் நிகழ்ச்சிகளில் இலங்கை ஆகக் கூடிய தங்கப் பதக்கங்களை வென்றெடுத்தது. கே.ஏ. கருணாரதன், மரதன் ஓட்டத்திலும், சிரியானி குலவன்ச உயரம் பாய்தல் நிகழ்ச்சியிலும் புதிய ஆசிய சாதனைகளை நிலை நிறுத்தினார்.

எனினும் இலங்கையின் உடற் கல்விக்கு கல்வித்துறையினால் எதிர்பார்க்கப்பட்ட இடத்தை அடையப்படவில்லை. அதற்கான காரணம் கல்வியில் காணப்பட்ட போட்டி நிலை காரணமாக பெற்றோர்களின் மத்தியிலும், மாணவர்களின் மத்தியிலும் உடற் கல்விக்கான சிறந்த மனப்பாங்கு காணப்படவில்லை. அதி கவனத்திற்குரிய பாடசாலைகளில் அன்றி ஏனைய பாடசாலைகளில் உடற் கல்விக்கு அவ்வளவாக அக்கறை காட்டப்படவில்லை.

1965ல் இவங்கையில் இருந்து பாடசாலை மெய்வல்லுளர் சூழவென்று சர்வதேச போட்டிகளில் பங்கு கொண்டுள்ளது. 1969ல் 24 மாவட்டங்களிலும் இருந்து 8000 மாணவர்கள் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் பங்குபற்றியுள்ளனர்.

இதுவரை பாடசாலைகளில் உடற்கல்விப் பாடத்திட்டமாக 1933ல் அமுலில் இருந்த உடற்கல்விப் பாடத் திட்டமும் பின்பற்றப்பட்டு வந்தது. அப் பாடத்திட்டத்திற்குப் புறம்பாக வேறு பரிகாரங்கள் காணப்படவில்லை.

இப்போது நாம் உடற்கல்வியின் வரலாறு என்ற மொடியூலைக் கற்று முடித்துள்ளோம். அவற்றின் உள்ளடக்கத்தை பொழிப் பாக பின்வருமாறு காட்டலாம்.

7.0 பொழிப்பு.

பெவியோலிதிக், நியோலிதிக் யுகங்களில் ஆரம்பிக்கப்பட்ட மனித வரலாற்றுடன் வெளிப்படுத்தப்பட்ட உடற்கல்வியின் வெளிப்பாடும் ஒன்றுடன் ஒன்று சமமாக வெளிப்படுத்தப் பட்டது என்பதை உங்களால் ஸூகிக்க முடியும்.

இம் மொடியூலின் விடயங்களை மீட்டுப் பார்க்கும் போது மிகப் புராதன காலத்தைப் போலவே உடற்கல்வியின் பொற்காலம் விரிவில் உங்களால் மறக்க முடியாது. கிரேக்க உரோம யுகங்கள் சி.மு. 796ல் இருந்து சி.பி. 100 வரையான காலமாகக் காட்டப்படுகிறது. அதன் பிரதிபலனால் ஒவிம்பிக் விளையாட்டுக்கள் சமாதான நோக்கத்தை பிரதிபலித்தது உங்களுக்கு நினைவிருக்கலாம்.

அப்பொற்காலம் அழிந்து போகும் போது இருஷ்ட காலத்தில் ஆக்கிரமிப்புகள், கலவரங்கள், மனிதர்களுக்கிடையில் வேற்றுமைகள், சூழப்பங்கள், பயங்கரச் சங்கடங்கள் நிலவியதனால் மனிதர்களுக்கிடையில் அழிவு ஏற்பட்டது.

ஜனநாயகம் தோன்றியதுடன் கல்வியில் மறுமலர்ச்சி ஏற்பட்டது. கல்வி மறுமலர்ச்சிக் காலத்தில் தோன்றிய அறிவியலாளர்கள், தத்துவஞானிகள் போன்றவர் களினால் மீண்டும் அபிவிருத்தி தோற்றம் பெற்றது. உடற் கல்வி முன்னேற்றம் கருதி பல்வேறு அனுபவங்கள் செயற் பாடுகள் விருத்தியடைந்து ஒன்றிணைந்ததால் நவீன ஒவிம்பிக் தோன்றியமையும் தேசிய இளைஞர்களுக்கிடையில் சமாதானமும், சமீட் சமூம் வளர்ச்சியடையக் காரணமாயிற்று. இத்தோடு தொடர்பான உலகின் பல்வேறு நாடுகளிலும் இவங்கையிலும் விளையாட்டுக்கள் உடற்கல்வி, விருத்தியடைந்தமை பற்றி

நீங்கள் விளங்கியிருப்பீர்கள் என நினைக்கின்றேன். புராதன உடற் தொழிற்பாட்டுக் கலாசார வெளிநாட்டு ஆக்கிரமிப்புடன் எம்மை விட்டு அகன்றதுடன் வெளிநாட்டு ஆசாபாசங்களுடன் கட்டியெழுப்பப்பட்ட உடற் கல்வி முறை இலங்கையில் நிலவுவதையும் நீங்கள் விளங்கிக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

தேசிய விளையாட்டாக கரப்பந்தாட்டத்தைக் குறிப்பிடுவது இதற்கு நல்ல உதாரணமாகும்.

8.0 பிற்சோதனை

இப்போது நீங்கள் உடற் கல்வி வரலாறு என்னும் மொடியு வைக் கற்று முடித்துள்ளீர்கள். நீங்கள் கற்றவற்றை மீட்டல் செய்வதற்கு பின்வரும் பிற்சோதனைக்கு விடை யளியுங்கள். கீழ்த்தாரப் பட்டுள்ள விளக்கங்களின் மூலம் இந்த குறுக்கெழுத்துச் சட்டத்தைப்பூரணப்படுத்துக.

(1) பின்வரும் வசனங்களைத்தொடர்புபடுத்துக.

‘அ’ பகுதியில் காணப்படும் வாக்கியத்தை ‘ஆ’ பகுதியில் உள்ள வாக்கியத்துடன் தொடர்பு படுத்தி பொருத்தமான இலக்கத்தைச் சதுரத்தினுள்ளிடுக.

‘அ’

1. கூடைப்பந்தாட்டம், கரப்பந்தாட்டம் என்ற விளையாட்டுக்கள் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

2. நாலந்தா/ விகரமசீலி/ தக்சிலா

3. சீனாவின் லாஜுசே என்பவரினால்

4. யப்பானில் தோன்றிய உயிர்காப்பு

5. சோவியத் நாட்டின் உடற்கல்விச் செயற்பாடு

‘ஆ’

1. தொம்சன் கண்காட்சியைப் பின்பற்றியதாகும்

2. இவசமாக வழங்குதல் சிபாரசு செய்ப்பட்டுள்ளது.

3. அமெரிக்க ஹோலியோக் சர்வகலாசாலையிலாகும்.

4. இந்தியாவில் அன்று காணப்பட்ட பிரசித்தமான கல்வி நிலையம்

5. ஜாடோ, கெண்டோ, சூமா என்பன.

2. பின்வரும் கூற்றுக்கள் சரியாயின் 'V' எனவும் பிழையாயின் 'X' எனவும் அடையாளமிடவும்.

1. புராதன காலத்தில் வாளை ஏந்தியவர் வாள் வீச்சாளன் என அழைக்கப்பட்டான். ()

2. புராதன மன்னர்களது காலத்தில் கஜநாயக நிலமே யுத்ததுதுக்குச் சென்றான். ()

3. கொம்பு இமுத்தல் என்பது மிருகங்களுடன் நடக்கும் சண்டையாகும். ()

4. 1879ல் இலங்கைப் பாடசாலைகளில் உடற்பயிற்சி ஆரம்பிக்கப்பட்டது. ()

5. 1972ல் உடற் கல்விப் பாடம் இலங்கையின் பாடத்திட்டத் தில் இருந்து அகற்றப்பட்டது. ()

3. பொருத்தமான சொற்களை இட்டு இடைவெளியை நிரப்புக.

1. மரதன் ஓட்டப் போட்டி நடத்துவது நினைவு செய்வதற்காகும்.

2. பியர்ட், குபடின் பிரபு நாட்டைச் சேர்ந்தவர்.

3. ஒவிம்பிக் கமிட்டில் ஆரம்பிக்கப்பட்டது.

4. ஜந்து வளையங்களும் என்ற நிறங்களைக் கொண்டது.

5. டங்கன் வைட் என்பவர்போட்டியில் வெற்றி பெற்றார்.

உங்கள் விளைவை மொடியுள்ள இறுதியிலுள்ள விளைவை ஒப்படிக்கொள்ள

தந்போது நீங்கள் இம்மொடியுலைக் கற்று முடித்துள்ளீர்கள் ஆகையால் அதனைச் சிறப்பாகக் கற்றதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்வதற்காகப் பின்வரும் ஒப்படைகளைச் செய்யவும்.

9.0 ஒப்படைகள்

ஒப்படை 1 பின்வரும் 4 பகுதிகளுக்கும் விடையளிக்குக.

1. புராதன சீலா யுகத்தில் இருந்து நவீன யுகம் வரையில் உடற்கல்வித் தொற்றப்பாடுகளை ஒரு அட்வணைமூலம் காட்டுக.
2. ஒவியிக் போட்டி களின் வெளிப்பாடுகளுக்கும் முக்கியத் துவத்துக்குமான 5 காரணங்களைக் குறிப்பிடுக.
3. வெளிநாட்டுத் தலைமீடுகளுடன் உடற்கல்வியில் ஏற்பட்ட மாற்றங்கள் தொடர்பாக தெளிவான விளக்கமொன்று தருக. (150 சொற்கள்)
4. இலங்கையில் தற்போது நடைமுறையில் உள்ள விளையாட்டு, உடற்கல்வி தொழிற்பாட்டு நிறுவனங்களின் செயற்பாட்டைத் தெளிவுபடுத்துக.

ஒப்படை 2 1. உடற்கல்வியின் பொற்காலமாகக் கூறப்படும் கிரேக்க காலத்தின் வளர்ச்சியையும் வீழ்ச்சியையும் விளக்குக.

2. நவீன உடற்கல்வியின் வளர்ச்சிக்கு அடிப்படையாக அமைந்த அறிவியலாளர்களினதும் ஒவியர்களினதும் பெயர்ப்பட்டியலொன்று தயாரிக்குக.
3. மேல் நாட்டில் வளர்ச்சியடைந்த உடற் தொழிற்பாடுகள் தொடர்பான விரிவான விளக்கமொன்று தருக.
4. இலங்கையின் புராதன காலத்தே தேகாப்பியாசத் தொழிற்பாடுகள் எவ்வளவு தூரம் நவீன தொழிற்பாடுகளுடன் தொடர்புடையது என்பதற்கு உங்களது அபிப்பிராயங்கள் தருக.

ஒப்படை 3 1. மரதன் ஓட்டப் போட்டியின் ஆரம்பத்தைத் தொடர்பு படுத்தி கதையொன்று எழுதுக.

2. புராதன காலத்தில் இருந்து நவீன யுகம் வரை வியாபித்திருந்த தேகாப்பியாச செயற்பாடுகளின் அட்வணையொன்று தயாரிக்குக.
3. நவீன உடற் கல்விப் பாடத்தை ஒழுங்கு படுத்தும் போது முக்கியமான மனிதர்கள் நாடுகள் தொடர்பான 10 வாக்கியத் தொகுதிகளை அமைக்குக.

10.0 விடைகள்

முற்சோதனை

1. (1) (ஆ)
- (2) (அ)
- (3) (அ)

2. 3, 1, 4, 2.

செவ்வை பார்த்தல் 1

- | | | | |
|----|------|-----|------|
| 1. | பிழை | 6. | பிழை |
| 2. | சரி | 7. | பிழை |
| 3. | சரி | 8. | சரி |
| 4. | சரி | 9. | பிழை |
| 5. | பிழை | 10. | சரி |

செவ்வை பார்த்தல் 2

- | | | | |
|----|------|----|------|
| 1. | சரி | 4. | சரி |
| 2. | பிழை | 5. | பிழை |
| 3. | பிழை | 6. | சரி |

செவ்வை பார்த்தல் 3

- | | |
|---|----|
| 1 | 6 |
| 2 | 7 |
| 3 | 8 |
| 4 | 9 |
| 5 | 10 |

பிற்சோதனை

- | | |
|-----|---|
| (1) | 3 |
| (2) | 4 |
| (3) | 1 |
| (4) | 5 |
| (5) | 2 |

2. (1) சரி
- (2) பிழை
- (3) பிழை
- (4) சரி

3. 1. பிரடாபிட்ஸ்
2. பிரான்ஸ்
3. 1894
4. நீலம், கறுப்பு, சிவப்பு, மஞ்சள், பச்சை.
5. சட்டவேலி ஒட்டம்

விளையாட்டு செயற்திட்ட அதிகாரிகள்

கரப்பந்து

மெய்வல்லுனர்
விளையாட்டு

வலைப்பந்து

விளையாட்டு அம்சங்களை விரிவுபடுத்தும் போது விளையாட்டு செயற்திட்ட அதிகாரிகளை நியமித்தல்.

கரப்பந்து - மெய்வல்லுனர் விளையாட்டு - வலைப்பந்து - ஜிம்னாஸ்டிக் - மாணவ அழகன் - விளையாட்டுச் செயற்திட்ட அதிகாரிகளை நியமித்தல்

மாவட்ட மட்டத்தில்

பிரதேசக் கல்விப் பணிப்பாளர்

பிரதான கல்வி அதிகாரி/கல்வி அதிகாரி

வட்டாரக் கல்வி அதிகாரி

மாவட்ட செயற்திட்ட அதிகாரிகள்

கரப்பந்து

மெய்வல்லுனர்
விளையாட்டு

வலைப்பந்து

விளையாட்டின் முன்னேற்ற அடிப்படையில் மாவட்ட செயற்திட்ட அதிகாரிகள் நியமிக்கப்படுவார்கள்.

வட்டார மட்டத்தில்

வட்டாரக் கல்வி அதிகாரி (பொது)

தொழில்நுட்பச் செயலாளர்

நிர்வாகச் செயலாளர்

பாடசாலை மட்டத்தில்

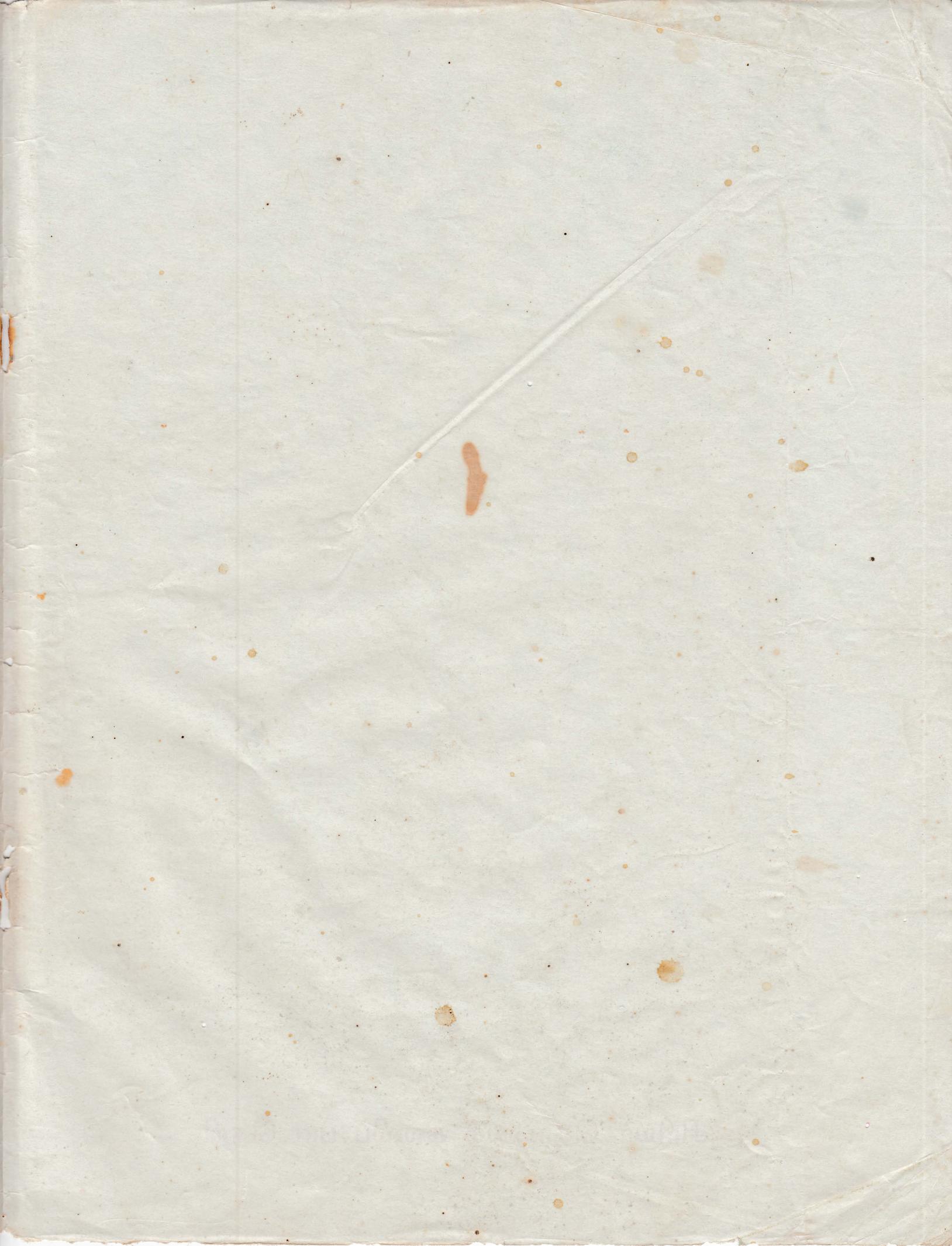
அதிபர், பிரிவுத் தலைவர்கள்

உடற்கல்வி
உதவி ஆசிரியர்கள்

விளையாட்டு சம்பந்தமான
விசேட வகுப்புடைய ஆசிரியர்கள்

குறிப்பு

குறிப்பு



ஆசிரியர் தொலைக் கல்விப் பாடநெறி

அரசாங்க அச்சகை கூட்டுத்தாபனம், இலங்கை.