

اما الشروط المتبعة للمشاركة في الالعاب الاولمبية فهي :-

- ✱ ١- كانت التعاليم والشروط تستوجب على المشاركة بالالعاب تسجيل أسمة في وقت معين قبل السباق وان يمضي في التدريب ثلاثين يوماً قبل بداية المهرجان.
 - ✱ ٢- يكون التدريب تحت اشراف المدربين والمسؤولين الذين قد أمضوا من قبل مايقارب العشرة اشهر في الاعداد والتدريب للمشاركة في الدورة.
 - ✱ ٣- كانت المرأة شبه معزولة عن المجتمع الرياضي، لايسمح لها بالمشاهدة او المشاركة وذلك باعتقادهم بان الزوجة الكاملة هي التي تتصرف لتدبير منزلها وتربية الطفل.
 - ✱ ٤- ظلت الالعاب القومية مقصورة على الرجال لفترة طويلة حتى تقرر اقامة دورة أولمبية خاصة للنساء في عيد (هيرا) وكانت المباريات النساء قاصرة على مسابقات الركض لمسافات قصيرة تجري في شهر ايلول بعد مباريات الرجال الاولمبية.
 - ✱ ٥- الالعاب الاولمبية تقام ولو كانت البلاد في حالة حرب مع عدو خارجي .
- ان مستوى هذا الالعاب هبط واصبح هدفه المشاركة في النواحي المادية ثم زاد الهبوط سقوط الاغريق تحت سيطرة - الرومان اذ فقد تلك الالعاب هويتها الاغريقية وخاصة بعد اشتراك المحترفين فيها واصبحت الالعاب الاولمبية تشكل مشكلة للرومان الذين اعتنقوا الديانة المسيحية بسبب ماكان يصاحبها من طقوس وشعائر لاتقرها تلك الديانة حتى اصبحت الديانة الرسمية للرومان لذا امر الامبراطور (ثيودوسيوس) بابطالها عام ٣٩٤ ميلادية .

م ١٤ / مدرسة البالسترا

شيد الاغريق أبنية تزاوّل فيها المصارعة فقط وسميت (البالسترا) وكانت جزءاً تابعاً الى الجمنازيوم وعندما ظهرت الحاجة لديهم الى ايجاد أماكن خاصة لتدريب الفتيان والشباب الذين ترعاهم الدولة وتعدّهم الاعداد البدني والعقلي اطلق عليها نفس أسم الاماكن الخاصة بالمصارعة (البالسترا)، وعليه اصبح هذه الكلمة تطلق على أماكن متعددة منها مايخص أماكن الإبطال ثم البالسترا يتدرب فيها الفتيان واخرة

خاصة بالشباب يتدرب فيه على الملاكمة والمصارعة وكانت البالسترا الخاصة بالفتيان تطبق برامج نظرية وعملية وكان النشاط البدني احد تلك البرامج الى جانب برامج الموسيقى والحساب والادب والغناء .

وقد وصف افلاطون هذه المدرسة " يذهب الصبي الى مدرب الالعاب الرياضي الذي يتولاه فيعدل قوامه وتقوى صحته فيصبح قوياً شجاعاً لايهاب الحرب"، وكان برامج التدريب يتناسب وعمر الفتان تتراوح اعمارهم ما بين (٧ - ١١) سنة والثانية تضم الذين تتراوح اعمارهم ما بين (١١ - ١٦) سنة .

وكانت الفئة الاولى تزاوّل الالعاب التي تتلائم واعمارهم وتشمل الركض والقفز وتسلق الحبال واللعب بالكرة، وأما الثانية فكانت تزاوّل التدريبات العنيفة كالمصارعة والملاكمة اضافة الى رمي القرص والرمح، كما مارسوا السباحة والرقص بمصاحبة الموسيقى .

م ١٥ / مدرسة الجمنزيوم

الجمنزيوم هو المدرسة أو المعهد الرياضي عند الاغريق والتي يمارس فيها الرياضيون التدريب البدني وهم عراة وتتوفر فيه كل الامكانيات والادوات والاجهزة الرياضية الخاصة بالالعاب الرياضية المعروفة لديهم.

وظهر هذا المعهد الرياضي في القرن السادس ق.م، حيث استقرت دويلات الاغريقية وقلت حروبهم فيما بينها وتلاشت غزواتهم للاقوام الاخرى بينما نجد في العصر الهوميري ليسوا في حاجة لمثل هذه الابنية المدرسية لكونهم غير مستقرين، واختيرت اماكن بناء الجمنزيوم بالقرب من اماكن عباداتهم وذلك لاعتقادهم بالارتباط الوثيق بين النشاط الرياضي وتلك المعتقدات ، كان يشرف على الجمنزيون رياضيون يختارون من القبائل حيث ترشح كل قبيلة عشرة رياضيين للاشراف عليه وبالتناوب

على مختلف معاهد الجمنازيوم وكانت مهمتهم الاشراف على سلوك الشباب داخل الجمنازيوم ، بالاضافة الى تعيينه بصفة دائمية عشرة من الادارين لكل معهد وكانوا يختارون من الرجال الذين تتوفر فيهم الصفات الاخلاقية الفاضلة.

والجمنازيوم لم تقتصر وظيفتها على النواحي الرياضية بل كانت تستخدم فيما هو اكثر أهمية واعتقادهم جاء من خلال تنمية النواحي الاجتماعية والخلقية والصحية، حيث كان التدريب البدني والعناية بالنواحي الصحية هي الحجر الاساس في برامج التعليمية الاغريقية وكان الشباب يتلقى تربية في الملاعب المخصصة وكما تقدمت مراحل العمر لدى الشباب حلت الدروس النظرية التي تلقى عليهم من قبل الفلاسفة والحكماء في المناهج التدريسية ، كان الإغريق يدلكون أجسامهم بالرماد والزيت ثم الاستحمام بعد أنتهاء التدريب أو المسابقات الرياضية وكان الانتماء الى الجمنازيوم له نظامه الخاص حيث كانت العضوية لامتحن الا للأحرار من المواطنين ومن مختلف الاعمار وكان التدريب يقوم به المدلك والمدرّب ولهما اطلاع بالنواحي الطبية مما يدل على أنهما وعلى الاخص المدرّب قد درس النواحي التدريبية دراسة علمية حتى اصبح مؤهلاً للعمل في الجمنازيوم .

وقد مرت ادارة الجمنازيوم بمراحل متعددة حتى استقرت على الشكل التالي :-

- ❖ ١- العناية بشؤون الصبيان .
- ❖ ٢- العناية بشؤون الشباب ورعايتهم .
- ❖ ٣- العناية بشؤون التدريبات الرياضية لاعداد المنافسين للمهرجانات .
- ❖ ٤- العناية بشؤون التدريب على استعمال السلاح .
- ❖ ٥- التدريب على العاب القوى ورمي السهام بالقوس .