

## مفهوم آسیایی ورزش همگانی و تأثیر آن بر نهضت المپیک

نویسنده: دکتر جو - هو چنگ - از کره جنوبی

استاد دانشگاه کیانگ هی، ستول کره جنوبی  
عضو کمیسیون ورزش همگانی کمیته بین المللی  
المپیک

رئیس آکادمی المپیک کره جنوبی  
رئیس سابق انجمن ورزش همگانی آسیا،  
اقیانوسیه

برگردان از: دکتر محمد خبیری  
استادیار دانشکده تربیت بدنی و  
علوم ورزشی - دانشگاه تهران

هدف این مقاله، بررسی گسترش تاریخی مفهوم ورزش همگانی، رابطه آن با مفهوم جهانی نهضت ورزش همگانی و تأثیر آن بر روند المپیک آسیا است. نکات اساسی در این مقاله عبارتند از:

الف) نظام سنتی فئودالیتة آسیا، ظهور نهضت ورزش همگانی را به تعویق انداخت.  
ب) مفهوم آسیایی ورزش همگانی تلفیقی است از ایده‌های سنتی و جدید، که با مفهوم جهانی ورزش همگانی همخوانی دارد.  
ج) هدف نهایی نهضت ورزش همگانی، رواج ورزش در بین تمام مردم بر اساس دیدگاه کوبرتن و المپیک است.

ورزش همگانی، جنبشی اجتماعی است. هدف آن درک روح المپیک است، که اظهار می‌دارد: ورزش متعلق به نوع بشر بود، فراتر از اختلافات نژادی و طبقاتی است (۱). حرکت ورزش همگانی در آسیا به منظور بهبود سلامتی، آمادگی جسمانی و شخصیت - که در اثر توسعه صنعتی صدمه دیده - ایجاد گردیده است. فعالیت نهضت ورزش همگانی در آسیا، تا سال ۱۹۶۰ شروع و پیگیری نشده بود. این نهضت تقریباً در سالهای اخیر، در کشورهای غربی که دوره انتقالی به سوی لیبرالیسم و دموکراسی را می‌گذراندند، صورت گرفت. به هر حال، وقتی آسیاییها، ایده ورزش همگانی را گرفتند، با اشتیاق فراوان آن را توسعه دادند. به وسیله جنبش ورزش همگانی، آسیاییها به طور مطلوبی به پاسخگویی به این آرزوی در پیش روی ادامه دادند.

پیردکوبرتن، بنیانگذار بازیهای المپیک جدید، ابداع‌کننده شعار «ورزش همگانی»، در نامه به اعضای کمیته بین‌المللی المپیک در سال ۱۹۱۹ این شعار را ایراد کرد. (۲) بنابراین، ما نمی‌توانیم جنبش ورزش همگانی را از المپیک جدا کنیم؛ به این دلیل که آنها یک هدف مشترک اساسی دارند. ولی، به آن اندازه که بازیهای المپیک درک می‌شوند، جنبش جهانی بسیار وسیعتر المپیک، یعنی ورزش همگانی، درک نمی‌شود. بازیها قسمتی از جنبش المپیک هستند و در نتیجه، در شکل‌گیری آنها عوامل بسیاری شامل خانواده المپیک، جنبش ورزش همگانی، تغییرات سیاسی جهانی و به همان نسبت اختلافات جامعه شناختی، اقتصادی، فرهنگی، و حتی طبیعت مذهبی نقش دارند.

### توسعه تاریخی جنبش ورزش همگانی در آسیا

به همان گونه که مفهوم ورزش را در زمینه تاریخی مورد بررسی قرار می‌دهیم، توسعه بازی که پایه اساسی ورزش است، می‌تواند به عنوان نتیجه جسمانی، عقلانی، عاطفی، و رشد انسانی در نظر گرفته شود. ما معتقدیم تا زمانی که اجتماع بشری وجود دارد، بازی، مسابقات و ورزش از عناصر

قطعی زندگی انسان است.

تمدن چین باستان دارای یک سنت بسیار قوی در ورزشها بوده است. در سه هزار سال پیش از میلاد مسیح، یک نظام تمرین جسمانی - فردی به نام «جست و خیزهای پنج حیوان»<sup>۱</sup> ابداع گردید. حرکات خرس، پرنده، ببر، میمون و آهو در برنامه آمادگی جسمانی در هم آمیخته شد. درک کیفیاتی نظیر قدرت، سرعت، چابکی، ظرافت و توان از طریق این نوع برنامه تمرینی، مشکل نیست. همچنین از طریق نمایش فعالیتهایی نظیر تیراندازی، ارابه رانی، رقص و کشتی علاقه وافر به تربیت بدنی وجود داشت. حتی یک نظام تمرینات بهداشتی به نام «کنگ فو»<sup>۲</sup> تقریباً ۲۵۰۰ سال قبل از میلاد شناخته شده است و بیش از سه هزار سال این ورزش مورد استفاده قرار گرفته است.<sup>(۳)</sup>

سابقه تاریخی نشان داده که فعالیت تربیت بدنی در آسیا به طور گسترده‌ای بر اساس مهارتهای جنگی و روح مبارزه‌ای سربازان شکل گرفته است. تربیت بدنی شامل اصول تعلیم و تربیت باستان و بر پایه بودیسم و کنفوسیوس بوده است. فلسفه چگونگی ارتقای سیرت بشری، شخصیت و پرهیزکاری او نظیر صداقت، احترام، شجاعت و صداقت، در تربیت بدنی باستان فراهم بوده است. ولی به طول کلی، بر اثر فقدان یک نظام دموکراتیک در آسیا، تربیت بدنی محدود به اقشار خاصی نظیر پرنسپل نظامی بوده است.

شاید اولین کشوری که سیاست سراسری ورزش برای توده‌ها را شروع کرد، ایالات متحده آمریکا بود، هنگامی که دولت مرکزی زیر نظر دات دیوید آیزنهاور<sup>۳</sup> (۱۹۶۹-۱۸۹۰)، سنی و چهارمین رئیس جمهور، شورای عالی آمادگی جسمانی جوانان را در سال ۱۹۵۶ به وجود آورد. به هر حال، همانگونه که عنوان شورای عالی نشان می‌دهد، این جنبش محدود به جوانان بود.<sup>(۴)</sup>

در سال ۱۹۵۷ رئیس شورای عالی ورزش، دکتر پال وایت<sup>۴</sup> جهت مداوا و بازپروری بیماری قلب رئیس جمهور وقت آمریکا، آیزنهاور، استفاده از شنا و گلف را تجویز کرد. ایالات متحده آمریکا اولین کشوری بود که استفاده از ورزش را برای سلامتی و آمادگی جسمانی بزرگسالان یا

1. The frolics of five Animals

2. Gong Fu.

3. Dwight David Eisenhower

4. Dr. Paul White

افراد ضعیف پیشنهاد کرد و این روش را «نسخه ورزش»<sup>۱</sup> نام نهاد (۵).  
سالها قبل از اینکه شعار ورزش همگانی مطرح شود، رئیس جمهور آمریکا، جان اف. کندی<sup>۲</sup>،  
در سخنرانی برای ملت آمریکا به تاریخ جولای ۱۹۶۱، چنین اظهار می دارد: «قدرت دموکراسی ما  
فراتر از سلامت جمعی مردم ما نیست». او بر «افزایش تسهیلات و صرف وقت برای فعالیتهای  
جسمانی» تأکید ورزید (۶).

سایر دولتها برای ارتقای تمرینات ورزشی در بین شهروندان خود سیاستهایی را اعمال کردند.  
در قرن ۱۹ شاهد توسعه ورزش ژیمناستیک در اسکاندیناوی و آلمان، و حرکت «سوکل»<sup>۳</sup> در  
«بوهمیا»<sup>۴</sup> بودیم. در سالهای ۱۹۲۰، دولت جمهوری ویمار،<sup>۵</sup> شهروندان آلمانی را به ورزش تشویق  
می کرد. در سال ۱۹۳۱ اتحاد جماهیر شوروی به برنامه توده ای شرکت در تمرینات بدنی موسوم به  
«برای کوشیدن و دفاع کردن آماده باش»<sup>۶</sup> (۷).

هر کشوری در تاریخ خود کم و بیش سیاستهای ملی مشابهی داشته است. به هر حال، ما از این  
پس برای بررسی زمینه تاریخی حرکت، بر حرکتی که با عنوان «ورزش همگانی» تعریف شده اند  
تأکید خواهیم داشت. بنابراین، جنبش ورزش همگانی تا قبل از صدور منشور اروپاییان، شروع  
نگردید تا اینکه اروپاییان به طور اخص طبقه بندی خوبی را نشان دادند و حرکت را برای خود و  
ملتهای درون قاره اروپا بدقت تعریف کردند. این حرکت در سال ۱۹۶۶ به وسیله شورای اروپا و به  
عنوان یک هدف اساسی دراز مدت برای برنامه ورزشها آغاز گردید؛ از این رو، از جهت محدوده  
واژه، نه از نظر ایدئولوژی، شعار «ورزش همگانی» اولین بار در جهان در سال ۱۹۶۶ مورد استفاده  
قرار گرفت.

در نتیجه، در سالهای ۱۹۷۰، کشورهایی که برنامه های ورزش همگانی داشتند، در آن تجدید  
نظر کرده، آن را گسترش دادند. همچنین آسیاییها هم وظیفه ابداع برنامه های ورزش همگانی را  
متقبل شدند. به هر حال، امروزه میزان شرکت کنندگان آسیایی در این حرکت نسبت به سایر  
قسمتهای جهانی کمتر است. ولی کوشش برای شعایر و برنامه های خاصی که در آسیا در حال اجرا

1. Exercise prescription

3. Sokol

5. Weimar

2. John F. Kennedy

4. Bohemia

6. Ready for labour and Defence

است، نشان می‌دهد که این جنبش به طور فعالی در حال تعقیب است. به عنوان مثال، در چین دیده شده (و در سایر کشورهای خاور دور هم وجود دارد) که در اول وقت در خیابانها و پارکها ورزشهای صبحگاهی برای شهروندان بسیار زیادی برگزار می‌گردد. در جمهوری خلق چین به تنهایی، تعداد افراد شرکت‌کننده در تمرین روزانه «هنر بوکس سایه»<sup>۱</sup> به نام «تائیچی»<sup>۲</sup> بالاتر از یک صد میلیون نفر تخمین زده می‌شود (۸).

سایر برنامه‌هایی که در حال حاضر در آسیا اجرا می‌شوند عبارتند از:

(الف) ژاپن: «برنامه فعال سالهای ۱۹۸۰»<sup>۳</sup> برای جلوگیری از افزایش میزان مریضی.

(ب) ماکائو: سبزی زندگی کردن<sup>۴</sup>، هماهنگ کردن محیط طبیعی با فعالیتهای آمادگی جسمانی.

(ج) لائوس: برنامه ورزش جوانان در رادیو و تلویزیون.

(د) هنگ کنگ: حرکات ورزشهای گوناگون برای نخبگان.

(ه) هندوستان: کوشش در جهت ترویج ورزشهای سنتی.

(و) اندونزی: ورزشهای روستایی برای تمام برنامه‌ها.

(ز) اشغالگر قدس: برنامه مورد علاقه شنا در دریای جلیلی.

(ح) فیلیپین: ورزش برای هر فرد.

(ط) عربستان سعودی: لذت بدون رقابت.

(ی) سنگاپور: برنامه شهروندان بزرگسال.

(ک) سری لانکا: ارزش در ورزشهای همگانی به منظور همزیستی.

(ل) جمهوری یمن: برنامه روز دوی المپیک.

(م) جمهوری اسلامی ایران: روز المپیک و هفته تربیت بدنی و ورزش برای همه.

(ن) کره جنوبی: برنامه ارتقاء ورزش هودوری<sup>۵</sup> (سمبل المپیک سئول).

(س) استرالیا: «ورزش برای پیشرفت جوانان» و «ورزش برای زنان» زمینه‌های ارتقا هستند (۹).

توسعه برنامه‌های ورزش همگانی سبب رشد آگاهی عمومی نسبت به ایده المپیک خواهد شد؛

---

1. The Art of shadow Boxing  
2. Taichi  
3. Active 80-splan  
4. Living green  
5. Hodori

در نتیجه، درک حرکت المپیک و اهداف آن باعث نشر روح المپیک در همه می شود. (۱۰).

### مفهوم جهانی حرکت ورزش همگانی

یک جنبش، کوششی جمعی و منظم است برای تصحیح، تغییر، یا توسعه کمبودهایی که در نظامهای اجتماعی وجود دارد، و شهروندان به طور داوطلبانه در آن جنبش شرکت می کنند (۱۱). ورزش همگانی، وظیفه ارتقای رفاه و آسایش تمام شهروندان و همچنین تعلیم و تربیت آنها را عهده دار است.

ورزش همگانی با سیاست ورزشهای جامع ارتباط دارد. هدف ورزش همگانی کوشش برای رواج دادن ورزش بین تمام اقشار جامعه است که این کار آثار بهداشتی، اجتماعی، تعلیم و تربیتی و توسعه فرهنگی دارد. ورزش همگانی نماینده یک سیاست برای ورزش است که بر فراهم کردن بهترین فرصتهای ممکن برای بیشترین تعداد مردم، تحریک شرکت کنندگان با سطوح عملکردهای مختلف، نسبت به ورزش تأکید وافر دارد. اصطلاح «ورزش همگانی» یک شعار است و در صدد تشویق عموم برای اظهار نظر کردن و شرکت در ورزش همچنین دعوت از آنان برای تلاش در جهت فراهم کردن فرصتها برای همه مردم است. این امور باید به شکلی تدوین و طراحی شوند تا هر شرکت کننده با بلند همتی و تواناییهای خود، حق قهرمان شدن را داشته باشد.

### الف) مفهوم ورزش

امروزه در حدود ۵۰ ورزش در جهان بخوبی شناخته شده است. این ورزشها بازیهای المپیک در سطح جهانی تا دویدهای آرام روزانه فردی را شامل می شود. آیا این دویدهای آرام یا راه رفتن نوعی ورزش است؟ پیش از اینکه ورزش همگانی برای اولین بار تعریف شود، مفهوم ورزش کم و بیش با ابهام همراه بود. پیشتر، ورزش شامل فعالیتهایی بود که نوعاً طبیعت رقابتی و مسابقه ای داشتند. به هر حال، دویدن، تا جایی که به ورزش دو و میدانی، فوتبال، راگبی، یا شیبه به اینها ارتباط نداشته باشد، ورزش نیست و به صورت یک تمرین بدنی باقی خواهد ماند. به نظر می آید هر زمان ما درباره ورزش صحبت می کنیم، تنها تمرینات جسمانی در ورزشهای سازمان یافته، دارای قانون و دستورالعمل را در نظر داریم که تا زمانی که آنها را رعایت کنیم می توانیم به بازی و مسابقه پردازیم. ورزش سازمان یافته می تواند به انواع مختلف تمرینات بدنی، حرکات، و رفتار تقسیم شود.

هیچکس نیست نتواند پایه‌های یک حرکت را انجام دهد، مانند گرفتن که حتی بچه‌ها هم می‌توانند آن را انجام دهند. اگر این نوع حرکات ساده به عنوان یک قسمت از حرکت تلقی شود، در نتیجه ورزش می‌تواند به وسیله هر کس مورد استفاده قرار گیرد و به عنوان یک تمرین یا ورزش طبقه‌بندی گردد. بنابراین، دویدن آرام یا حرکات نرمشهای سوئدی بر روی کف اتاق نیز قسمتی از ورزش هستند.

منشور اروپا در سال ۱۹۶۶ ورزش را در چهار گروه طبقه‌بندی کرد. این چهار طبقه عبارتند از:

۱. بازیها و ورزشهای رقابتی؛

۲. فعالیتهای در فضای باز؛

۳. حرکات ظریف و زیبا؛

۴. فعالیت برای آمادگی جسمانی.

این توصیف، مفهوم ورزشی همگانی شد و در سال ۱۹۷۷ رسمیت جهانی یافت. بعد از اینکه این منشور اعلام گردید، واژه‌های «تربیت بدنی» و «تفریحات سالم» در اروپا تغییر پیدا کردند و به واژه «ورزش» تبدیل شدند. در آسیا، «ورزش» زیر چتر واژه تربیت بدنی به کار می‌رود، گرچه مفهوم ورزش همگانی پذیرفته شده است.

ب) کیفیت زندگی

در هر حال و هر زمان، نوع بشر زندگی می‌کند، بدن برای حرکت و ارتباط یک پیش نیاز است. بنابراین، بدن ما چیزی است که از نظر تمام فرهنگهای مختلف مشترک است. ما می‌توانیم از طریق زبان بدنی ارتباط برقرار کنیم، بازی و حرکت کنیم، بدون اینکه سبک زندگی یکدیگر را بفهمیم. زندگی ما بر پایه جسم ما است. این معنی زیادی برای کیفیت زندگی دارد، حتی تحت شرایط شدید غیر مطلوب. ورزش و مسابقات می‌توانند در برخوردهای اجتماعی، و شرکت در تحکیم روابط اجتماعی، حتی در شرایط غیر مطمئن زندگی، ساعات خوشی را فراهم کنند. آیا تجارب نشان داده شده در بازی بچه‌ها، در مسابقات بدنی در بین جوانان، و در فستیوالهای کهنسالان، به عنوان قسمتی از حق انسانی برای لذت بردن و شاد بودن در زندگی نیست؟ کیفیت زندگی منحصر به ثروت مادی نیست. حرکت ورزش همگانی باید در توسعه کیفیت زندگی شرکت داشته باشد، چیزی که برای بشر بسیار مهم است.

فستیوال بازی اخیر، ۲۸ آپریل ۱۹۹۱، در کره جنوبی و در پارک المپیک نمونه‌ای واقعی از غنای کیفیت زندگی از طریق ورزش را نشان داد. این فستیوال، که ۳۸ ورزش مدرن و بازیهای سنتی را نشان داد، حدود پنجاه هزار نفر را جذب کرد. بچه‌ها با والدین، فامیله‌ها، دوستان، و اقوام برای شرکت در ورزش و بازیها آمده بودند و وقت خوشی را با عشق و دوستی سپری کردند. بازیهای فستیوال فرصتی را برای آنها فراهم ساخت تا لحظات خاصی را از طریق بازی دست در دست هم حلقه بزنند پیاده‌روی کرده بخندند و تمرین کنند. چهره‌های با نشاط و نورانی شرکت‌کننده‌ها مرا نسبت به اهمیت این نوع وقایع متقاعد ساخت. آیا تجارت شادی‌بخش، از طریق نمایش عشق و دوستی، کیفیت حقیقی زندگی نیست؟

### ج) حق به دنبال خوشحالی بودن

اگر قبل از هر چیز حقی وجود داشته باشد، این حق شامل سلامتی و خوشحالی است. همه ما یک بدن داریم، در نتیجه، همه ما حق داشتن بدنی سالم همچنین حق شرکت کردن در زندگی فعال با کمک این بدن را داریم. ما حق داریم تجاربی با بدنمان داشته باشیم، و به این دلیل است که ورزش همگانی برای احقاق حقوق بشر و برای تساوی در بین مردم مبارزه می‌کند.

ماده ۱ منشور تربیت بدنی و ورزش تصریح می‌کند که «پرداختن به تربیت بدنی و ورزش حقی است واجب برای همه» همان‌گونه این ایده و اصل اولیه برای ورزش همگانی است (۱۲).

هر انسانی حقی اساسی برای دسترسی به تربیت بدنی و ورزش را دارد، چیزی که برای رشد و توسعه شخصیت او ضروری است. آن منشور تصریح می‌کند که آزادی برای رشد جسمانی، ذهنی و قوای روحی از طریق تربیت بدنی و ورزش باید از دو جهت نظام آموزشی و سایر جنبه‌های زندگی اجتماعی تضمین گردد، و هر فرد باید بر طبق سنت ملی ورزشی خود، برای پرداختن به تربیت بدنی و ورزش، توسعه آمادگی جسمانی، و رسیدن به سطوحی از موفقیت فرصتهای کافی، داشته باشد، که موفقیتی مبتنی بر تواناییهای اوست.

دولت کره جنوبی همچنین اهمیت درون‌ارتباطی بین بهداشت و نشاط را مطرح ساخت و آن دو را از بشر دانست. در مقدمه قانون اساسی کره جنوبی چنین آمده است: «ما، نسل ما، دختران و پسران ما، باید پیوسته آزادی، سلامتی، و نشاط ما را تأمین کنند (۱۳). در کره جنوبی، دولت وظیفه دارد حقوق فردی افراد را از تجاوز احتمالی مصون نگه دارد.



ماده ۱۰ می‌گوید که «همه افراد بشر دارای شأن و ارزشند» و این ماده قانون «حق تحقق نشاط را برای همه مردم تضمین می‌کند». و ماده ۳۶/۳ می‌گوید که «سلامت هر فرد باید به وسیله ملت حفظ شود» (۱۴).

کوبرتن، همچنین، حق به دنبال تعالی بودن، عشق، و بهبود را اظهار می‌کند (۱۵). این حقوق بخشی از حرکت ورزش همگانی و ایده‌آلهای آن است، و اصولی جهانی است، همان مفهومی که ورزش همگانی در آسیا دارد. به عبارت دیگر، مفهوم ورزش همگانی در آسیا، شبیه به تعریف شورای عالی ورزش همگانی اروپاییان از مفهوم ورزش همگانی است و می‌تواند به عنوان یک حرکت توسعه ورزش درک شود تا پایه‌های اخلاقی برای زندگی بشری با ارزشهای ورزشی هدیه شده به کل جامعه سالم را تشکیل دهد. گرچه بعضی از حرکتها در زمانهای مختلف و تحت شرایط متفاوت شکل گرفته‌اند، مفهوم ورزش همگانی امروز نیز نظیر آنهاست.

چگونه ورزش همگانی می‌تواند بر حرکت المپیک تأثیر بگذارد  
اهداف حرکت ورزش همگانی مکمل اهداف حرکت المپیک و از راههای اصولی است. آرمانهای حرکت المپیک، همانگونه که در منشور المپیک بیان شده، عبارتند از:  
- افزایش توسعه کیفیتهای بدنی و اخلاقی که پایه‌های ورزش هستند؛  
- تعلیم و تربیت افراد جوان از طریق ورزش با درک بهتر از روح روابط با هم و دوستی، تا از طریق آن به ساخته شدن جهانی بهتر و مسالمت‌آمیزتر کمک شود؛

- نشر اصول المپیک در سرتاسر جهان، تا به وسیله آن حسن نیت جهانی ایجاد گردد؛  
- گردآوردن ورزشکاران جهان در فستیوال ورزشی بزرگ چهار سال یک بار، یعنی بازیهای المپیک.

حرکت ورزش همگانی از راه گسترش دمکراسی کردن ورزش، فواید عینی اجتماعی و بهداشتی آن را نشان دادن، توسعه ورزش به عنوان یک فعالیت اوقات فراغت، و برهم زدن مفهوم تجارتی شدن کامل ورزش، می‌تواند تأثیر مثبتی بر جنبش المپیک. این حرکت، هدف مشترک توسعه سلامتی، تقویت دمکراسی و نشر صلح برای همه افراد را به ارمان خواهد آورد.

## دمکراسی کردن ورزش

ورزش همگانی یک دمکراسی کردن ورزش است - و این بدان معنا است که برای هر فرد فعالیت ورزش قابل دسترس باشد. ورزش همگانی هنگامی تحقق می‌یابد که گران نبوده، عملی باشد. برنامه‌های ورزش همگانی باید به گونه‌ای طراحی شود که حداقل فضا و منابع مادی را به خود اختصاص دهد، تا بتواند صرف نظر از وضعیت اقتصادی، برای هر زن یا مردی قابل دسترس باشد. باید توجه خاصی به افراد معلول، کهنسال، و زنان معطوف گردد تا آنها را در این حرکت تشویق و متحد کند. از پروفیسور «چارمیلا کاسکوا»<sup>۱</sup> از «دانشگاه چارلز»<sup>۲</sup> درباره وضعیت ورزش زنان نقل شده که «... آن یک وضعیت اسفناک است... [آن] زنان در روی زمین نمی‌توانند لذتی را که با ورزش و فرهنگ بدنی، برای بشر به ارمغان آورده شده احساس کنند... امکان توسعه آمادگی جسمانی و فرهنگ بدنی ملتها بدون شرکت زنان ممکن نیست» (۱۶). این جملات ممکن است از طرف هر قشر دیگر جامعه ایراد شود. ورزش همگانی باید نظامی ایجاد کند تا در سایه توسعه عملکرد آمادگی جسمانی تمام سنین و قشرهای جامعه و زنان و مردان امکان زندگی طولانی فراهم گردد.

## بهداشت و فواید اجتماعی آن

کوبرتن، احیاکننده بازیهای المپیک، توسعه‌دهنده ورزشها نبود - او یک طلبه و یک معلم بود، و اولین فرد در دنیای مدرن بود که تشخیص داد از طریق سازماندهی ورزشها و بازیها برای ورزشکاران، می‌توان به فواید جسمانی بیشتری دست یافت. او همچنین تصور می‌کرد که مطلوبیت فرهنگی و کیفیات معنوی و اخلاقی وجود دارند که کسب شدنی‌اند. او تاریخ یونان را که طی ۱۲۰۰ سال نقش مهم تمدن یونان در بازیهای المپیک را به نمایش گذارده بود، مورد بررسی قرار داد. او می‌دانست که خدایان یونان تنها فرزانه و باهوش نبودند بلکه از نظر بدنی نیز کامل بودند؛ یک الهام به نوع بشر که در پی توسعه همه جانبه‌ای از جهت جسمانی، ذهنی و معنوی باشد.

گفته کوبرتن را دوباره نقل می‌کنم، او می‌گفت «عضلات به منظور تعالیم معنوی هستند» (۱۷). او از ورزش به عنوان یک وسیله برای تهذیب اجتماعی یاد می‌کند - یک مقابله علیه شیاطین اعتیاد به مشروبات الکلی. او می‌دانست ورزش عاملی است برای کسب منافع بهداشتی و اجتماعی.

1. Jarmila Kaskova

2. Charles University

عامل قابل ملاحظه دیگر در ورزش، ارتباط آن به توسعه صنعتی و علوم فنی است که سبب فراهم آمدن شرایط نامطلوب در محیط شده است. زندگی و حیات طبیعی بشر و رشد بعدی او در معرض خطری به نام عوارض تمدن قرار گرفته است. ورزش به عنوان یکی از بهترین روشهای مقابله با آثار تمدن است، تمدنی که سلامتی نفوس را به خطر انداخته است.

### ورزش به عنوان فعالیتی برای اوقات فراغت

ویژگی جامعه افزایش حجم اوقات فراغت است. ورزش همگانی باید به اندازه کافی بلند همت و موفق باشد تا این اوقات را برای مردم پر کند. اهمیت ویژه این جنبه ورزش در ارائه اشکال مختلف و جذاب برنامه برای مردم جوان است. ورزش همگانی می تواند با ارائه سرگرمیهای مفید به عنوان یک راه چاره از فاجعه‌هایی نظیر اعتیاد به الکل، سیگار، دارو، ایدز و ... جلوگیری کند.

برنامه‌های اوقات فراغت و ورزشهای تفریحی برای بچه‌ها و جوانان بسیار خاص هستند و نقش آنها بسیار پراهمیت است. این برنامه‌ها بر تعلیم و تربیت، فرهنگ و رشد جسمانی نسل تأثیر بسزایی دارند. برنامه‌های اوقات فراغت و ورزش باید بچه‌ها را قادر سازند تا درباره پایه‌های اساسی ورزش فراگیرند و همچنین بتوانند با کسب مهارت‌های ضروری، به صورت همیشگی به آنها بپردازند. تربیت بدنی در مدرسه باید به بچه‌ها بیاموزد تا به طور دائم به فعالیتهای ورزشی علاقه‌مند شوند.

فعالتهای ورزشی اوقات فراغت - آمادگی و تمرینات اصلاحی، بازیهای در فضای باز، و بسیاری از بازیهای سرگرم‌کننده - در توسعه برنامه‌های هر جامعه نقش بسیار مهمی ایفا می‌کند. برنامه‌های اوقات فراغت برای نوع بشر برای سلامت جسمانی و شرایط روحی ما ضروری است. این برنامه‌ها بر فرهنگ و کار ما تأثیر می‌گذارند. در نقطه مقابل ورزش قهرمانی، که تأکید اصلی اش بر رقابت است، ویژگیهای اصلی فعالیتهای ورزش همگانی، داشتن عملکرد تفریحی است و خارج از خط آرمانهای جنبش المپیک نیست، و در آن تأکید اصلی تنها بر رقابت نیست.

### تعادل در ورزش

من بشدت تحت تأثیر این واقعیت هستم که تجارتي شدن ورزش بزرگترین سرگرم‌کننده زمان

ماست و ممکن است بر ساختار ورزش به میزانی که خارج از درک امروز یا فردا و خارج از کنترل باشد، تأثیر بگذارد. به این دلیل ما به ورزش همگانی به عنوان یک متعادل‌کننده نیاز داریم. ما واقعاً باید هماهنگی را در تلویزیون، در مطبوعات و در رسانه‌های عمومی مشاهده کنیم. ما به ورزش همگانی در بازیهایمان نیازمندیم - و به میدانهای ورزش، و در پارکها جایی که کارگران ما استراحت می‌کنند، نه فقط بر صفحات تلویزیون یا سینما.

من هم مانند شما از دیدن یک قهرمان که در سکوی المپیک به دریافت مدال نائل می‌شود، افتخار می‌کنم. ولی من باید به فکر هزاران هزار مردم بی‌نام و نشان باشم که حق لذت بردن، تجربه کردن و ماجراجویی در ورزش را دارند. این تعادل را ما هنوز ندیده‌ایم. ما بر دریافت‌کننده‌های مدال طلای المپیک، انسانهای ممتاز، بیش از حد تأکید می‌کنیم، در صورتی که باید توجه خود را به سوی فواید ورزش همگانی معطوف کنیم. موفقیت در ورزش، در رده اول بودن، مدال دریافت کردن، یا کسب امتیاز، تا جایی که ورزش همگانی به آن اعتقاد دارد، نهایت کار نیست. بنابراین در این حرکت، هیچ کس برنده یا بازنده نیست. در مقابل، همه قهرمان و برنده‌اند. بالاتر از همه، آنها بر خود و بر رخوتشان پیروز هستند. در این حالت، ما مفتخریم که مطابق با گفته اصیل پیر دکوبرتن زندگی می‌کنیم و آن این است که «مهم نیست که برنده شویم، بلکه مهم حضور و شرکت کردن است» (۱۸).

حقیقت این است که حرکت جهان ورزش، به طور مستقیم تحت تأثیر اصلی ارزش سرگرم‌کنندگی ورزش است. این چیزی نیست که ما می‌خواهیم. ما نمی‌خواهیم مردم جهان تماشاچی ورزش باشند، بلکه ما می‌خواهیم مردم جهان همه ورزشکار باشند. در نتیجه، من به همان عبارت بنیادی بر می‌گردم که: «ما باید تعادل را در ورزش پیدا کنیم.» ورزش فقط هیجانی نیست که به تماشاچیان سرایت می‌کند. ورزش چیزی است که باید داخل آن شد و آن را تجربه کرد. تصور کنید یک استادیوم ورزشی فوتبال را با ۲۲ بازیکن و هشتاد هزار تماشاچی. چه می‌شود اگر به جای اینکه ۲۲ نفر با توپ بازی کنند، تمام هشتاد هزار تماشاچی در آن بازی، شرکت داشته باشند؟

- 1- Chang, Ju Ho, "Sport for All and the international Olympic Committee", paper presented at the 3rd World Sport for All Congress, Tampere, Finland, 1990.
- 2- Samaranch, Juan Antonio, "Sport for All - Today's Greatest Social Challenge to International Sport". Keynote address at the opening of the Sport for All international Congress, D. S. B., Frankfurt, Germany, 1986.
- 3- Calhoun, Donald W., "Sport in the people's Republic of China", Sport, Culture, and Personality, Human Kinetics Campaign, Illinois 1987, p.1.
- 4- Bucher, Charles A., "Physical Education Milestones, Changing Concepts of Physical Education: Foundations of Physical Education, The C. V. Mosby Co., St. Louis, 1973, p. 249.
- 5- Meshizuka, T., "On the Past, present, and Future of Sport for All", a manuscript for his lecture at the ICSS Conference, Singapore, May 1983.
- 6- Park, Roberta J. "Orientations of the President's Council on physical Fitness and Sports The Official Journal for ICHPER-ASIA, Autumn 1990, Seoul, Korea.
- 7- Chang, Ju Ho, "Historical Development and Principles of the Sport for All movement", presented at Han Yong university international Seminar, Seoul, 1985.
- 8- Chang, Ju Ho. "Sport for All and the international Olympic Movement:, paper presented at the international Olympic Symposium by the Ministry of Sport and KOE, Hyatt Hotel, Seoul, Korea, 1985.
- 9- Palm, Jorgen, "Sport for All is a World-Wide movement" keynote address at the opening of the Trimand Fitness International Conference Toronto Canada, 18th - 23th Suxe 1989.
- 10- Plam, Jorgen, "Olympic Movement and sport for All". Paper presented at the Seoul Olymipcs sports seminar, Korean Olympic committee, seoul, Korea, 13th-17th November, 1989.
- 11- Chang, Ju. Ho, "The sport for All leaders in Fostering Cooperation in the Asian community", Keynote address at the international Symposium on the Development of professional Leadership in Fitness and sport for All, Kagoshima, Japan, 19th-21st November 1990.
- 12- Coghlan, John F., " Philosophy of sport for All:", a manuscript for his lecture at ICSSPE, Singapore, May 1983.
- 13- Ministry of Youth and Sport, "Book of Laws of the Republic of Korea", compiled by the Ministry of Sports, Government Press, 1989.
- 14- Ibid.
- 15- Landry, Fernand, "The Olympic Movement. Grandeurs and Paradoxes of its Development Successes", paper presented at the Seoul Olympiad Anniversary conference, Seoul, Korea, 12th-16th September 1989.

- 16- Kostkova, Jarmila, "Sport for All and Women in the Third World", Fundamentals of Sport for All international Congress, Frankfurt, Germany, 1989.
- 17- Brunde, Avery, "Olympic Philosophy", international Olympic Academy, Olympia, Greece, 1963.
- 18- Han Yang Soon, "Olympism", Korea Broadcasting System, Seoul, Korea, 1985.

