Psychological Considerations in Sports

K. Malathi
Ph.D., Research Scholar (Full Time), P.G. & Research Department of Tamil
Arignar Anna Government Arts College, Cheyyar, Tiruvannamalai

Dr. P. Devi
Associate Professor, P.G. & Research Department of Tamil
Arignar Anna Government Arts College, Cheyyar, Tiruvannamalai

மலர்: 10

சிறப்பிதழ்: 1

மாதம்: ஜனவரி

வருடம்: 2026

P-ISSN: 2454-3993

E-ISSN: 2582-2810

DOI:
https://doi.org/10.5281/zenodo.18981502

Abstract
Psychology is designed to describe the activities and events related to the mind. The words mind, soul, and spirit refer to the meaning of the mind. Man evolves into play by unleashing and expressing his natural instincts. The psychological element of play is responsible for the motivation for play. Play is said to be a game that is enjoyed, and an activity that gives pleasure is called a game. Games take place due to the functioning of the body parts. From the beginning of the game to the end, certain principles are followed. The five elements of space, air, water, land, and fire are involved. Scientific power is also present in the game. In the end, classical games prove that the mind-body unity engineering of the Tamil society is evident.
Keywords: *Psychology, Psychological Components, Psychology and Sports, Sports Ethics, Gender equality in Sports, Sports and the Five Elements, Teamwork and Sports, Sports Useful for Life, Sports and Science, Psychological thoughts in Sports*

References

1. Prof. S. Chandanam, Psychological Fundamentals of Education, Published by Palaniappa Brothers, Chennai, 1981.
2. Prof. K. Nagarajan, Educational Psychology, Published by Sriram Publishing House, Chennai.
3. Karu Nagarajan, Tamilian's Mind, Published by Ulagath Tamil Research Institute, Chennai.
4. A. Thirunagalingam, Folklore and Principles, Published by Yazhini Publishing House, Puducherry.
5. A. Pichai, Games in Tamil Culture, Published by Kabilan Publishing House, Chennai, 1983.
6. Rattina Pugazhendi, Village Games, Published by Vikatan Prasuram.
7. N. Tamilarasi, Folk Games, Tamilmati Publishing House, Thanjavur. 2006.
8. A. Papa, Socialization Theory, Volume – 1.
9. Sengai Boduvan, Ancient Games, Edition: Selvi Publishing House, Chennai.

விளையாட்டில் உளவியல் சிந்தனைகள்

திருமதி க. மாலதி
முனைவர் பட்ட ஆய்வாளர் (முழுநேரம்), முதுகலைத் தமிழாய்வுத்துறை
அறிஞர் அண்ணா அரசு கலைக்கல்லூரி, செய்யாறு, திருவண்ணாமலை

முனைவர் பெ. தேவி
இணைப் பேராசிரியர், முதுகலைத் தமிழாய்வுத்துறை
அறிஞர் அண்ணா அரசு கலைக்கல்லூரி, செய்யாறு, திருவண்ணாமலை
(இணைவு: திருவள்ளுவர் பல்கலைக்கழகம், சேர்க்காடு, வேலூர்)

ஆய்வுச் சுருக்கம்
உள்ளம் தொடர்பான செயல்களையும் நிகழ்வுகளையும் எடுத்துரைப்பதாக உளவியல் அமைந்துள்ளது. மனம், அகம், ஆன்மா ஆகிய சொற்கள் உள்ளம் என்ற பொருளை குறிப்பிடுகின்றன. மனிதன் தன் இயல்பூக்கங்களை கட்டவிழ்த்து வெளிப்படுத்துவதே விளையாட்டாக பரிணமிக்கின்றது. விளையாட்டு உந்துதலுக்கு உளவியல் கூறாகிய இயல்பூக்கம் காரணமாகிறது. விளையாட்டினை விரும்பியாடும் ஆட்டம் எனவும், மகிழ்ச்சித் தரக் கூடிய ஒரு செயலை விளையாட்டு எனவும் கூறுகின்றனர். உடல் உறுப்புகளின் செயல்பாட்டினாலேயே விளையாட்டுகள் நடைபெறுகின்றன. விளையாட்டினைத் தொடங்குவதற்கு முன்பிலிருந்து விளையாடி முடிப்பது வரை சில நெறிமுறைகளை பின்பற்றுகின்றனர். ஐம்பூதங்களான ஆகாயம், காற்று, நீர், நிலம், நெருப்பு இடம்பெற்றுள்ளன. விளையாட்டில் அறிவியல் ஆற்றலும் அமைந்துள்ளன. முடிவில் செவ்விலக்கிய விளையாட்டுகள் தமிழர் சமுதாயத்தின் மன உடல் ஒற்றுமை பொறியியல் என்பதை நிரூபிக்கிறது.
திறவுச் சொற்கள்: *உளவியல், உளவியல் கூறுகள், உளவியலும் விளையாட்டுகளும், விளையாட்டு நெறிகள், விளையாட்டில் ஆண் - பெண் பாகுபாடின்மை, விளையாட்டும் ஐம்பூதமும், கூட்டுணர்வும் விளையாட்டும், வாழ்க்கைக்குப் பயன்படும் விளையாட்டுக்கள், விளையாட்டும் அறிவியலும், விளையாட்டுகளில் உளவியல் சிந்தனைகள்*

உளவியல்

உள்ளம் தொடர்பான செய்கைகளையும் நிகழ்வுகளையும் எடுத்துரைப்பது “உளவியல்” (Psychology) எனப்படும். உளவியல் என்னும் சொல் கிரேக்க மொழிச் சொற்களான “சைக்கி” (Psycho) என்ற உள்ளத்தைக் குறிக்கும் சொல்லையும் “லோகஸ்” (Logus) என்னும் அறிவியலைக் குறிக்கும் சொல்லையும் மூலமாகக் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டது.[1]

மனம், அகம், ஆன்மா ஆகிய சொற்கள் எல்லாம் உள்ளம் என்னும் பொருளைக் குறிப்பன. உள்ளத்தை “அகம்” என்றும் குறிப்பிடுவர். அகம் என்பது “உள்” என்ற பொருளைத் தருவது. “அம்” சாரியை சேர்ந்து “உளம்” தோன்றியிருக்க வேண்டும்[2] என்று திரு.நாகராஜன் குறிப்பிடுகிறார்.

உளவியல் கூறுகள்

ஆஸ்திரிய நாட்டு உள மருத்துவரான சிக்மண்ட் ஃபிராய்டு உளவியல் பகுப்பாய்வில் வல்லவர். இவர் பல்வேறு உளவியல் கருத்துக்களை ஆராய்ந்து வெளிப்படுத்தி உள்ளார். இவர் மனப்பரிணாம வளர்ச்சியையும் நனவிலி மனக்கோட்பாட்டையும் அறிவுப்பூர்வமான அடிப்படையில் விளக்கியதோடு அல்லாமல், மனத்திற்கும் உடலுக்கும் இடையேயான உறவை அதாவது உடலில் உதவியோடு மனம் தன் தேவையை நிறைவேற்றிக்கொள்ளும் இயல்பையும் விளக்கியுள்ளார். அவர் வகுத்துக் காட்டும் வகைமை நோக்கு மனம் என்பதை நனவு மனம், நனவடங்கு மனம், நனவிலி மனம் என மூன்று பிரிவுகளாக விளக்கியுள்ளார்.

உளவியலும் விளையாட்டுகளும்

உளவியல் அறிஞரான சிக்மண்ட் ஃப்பிராய்டு மனிதனிடத்தில் தொடக்கநிலையிலிருந்து இன்றைய காலம் வரையிலும் இரண்டு வகை இயல்பூக்கங்கள் படிந்துள்ளன. ஒன்று எதிரெதிர்பால் மீது விருப்பம். மற்றொன்று சண்டையிடும் உந்துதல்3 என்பதாகும். இரண்டு இயல்பூக்கங்களையும் மனிதன் குறிப்பிட்ட நேரங்களில் வெளிப்படுத்துகின்றான். ஆனால், இந்த வெளிப்பாடு வடிவங்கள் காலத்துக்காலம் மாறுபடுகின்றன. சமூக ஒழுங்கிற்கு ஏற்ப மாறுபடுகின்றது.

மனித சமூகத்தின் இயல்பூக்கங்களை இயல்பாக வெளிப்படுத்துவதற்கு ஏற்ற விதத்தில் சமூகத்தில் ஒரு கட்டுகளற்ற தன்மை. அதாவது தடைகளேதும் அற்ற நிலைமை இருத்தல் வேண்டும் என்பது ஒரு விதமாகும். இயல்பூக்கங்களுடன் போராடி, அவற்றை வெற்றி கொள்ளுந்திறன், மிக்க அறிவியல் மேம்பாட்டைச் சமூகம் அடைதல் வேண்டும் என்பது இரண்டாவது விதியாகும். இவையிரண்டில் ஏதேனும் ஒன்று யதார்த்த நிலையில் நிரந்தர நிறைவின்மையும் முரண்பாடும் இருந்து கொண்டே இருக்கும். இதை மனித சமூகம் விளையாட்டின் மூலமே வெளிப்படுத்துகின்றன என்று துணிந்துக் கூறலாம்.

குழந்தைப் பருவத்திய இணைவுச் சிந்தனை முறையோடு விளையாட்டைப் பொருத்திப் பார்த்தல் சாலச்சிறந்த விளைவினை உண்டாக்கும் வன்முறைச் செயல் இன்றிக் காட்டுமிராண்டிச் சமூகம் நாகரிகச் சமூகமாக மாறியிருக்காது என்பது உண்மையே. பிராய்டு சொல்வதுபோல் மனிதச் சமூகம் நிரந்தர துறைவின்மையிலும் முரண்பாட்டுக் குள்ளும் சிக்கியுள்ளது. இதன் தீர்வே விளையாட்டாகப் பரிணமிக்கிறது என்றும் கொள்ளலாம்.

ஒரு செயலை விளையாட்டாக கருத வேண்டுமானால் ஐந்து அம்சங்களைக் கொண்டிருக்க வேண்டும் என்று உளவியல் அறிஞர் “ஒட்டார் பெய்ன்” கூறுகிறார்.

1. அமைப்புடைய ஆட்டமாக இருக்க வேண்டும்.
2. போட்டியை ஏற்படுத்துவதாக இருக்க வேண்டும்.
3. இரண்டு அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட நபர்களோ, குழுக்களோ இருக்க வேண்டும்.
4. வெற்றியை நிர்ணயிக்கும் விதியை கொண்டிருக்க வேண்டும்.
5. பலராலும் ஏற்றுக்கொள்ளத்தக்க விதியை உள்ளடக்கி இருக்க வேண்டும்.

ஆகிய ஐந்து அம்சங்களை “ஒட்டார்பெய்ன்” கூறுகிறார். “செயல்களின் தொகுப்பே ஒவ்வொரு விளையாட்டிற்கும் மூலக்காரணியாக அமைகிறது.4

விளையாட்டு நெறிகள்

விளையாட்டைத் தொடங்குவதற்கு முன்பிலிருந்து விளையாடி முடிப்பது வரை சில நெறிமுறைகளைப் பின்பற்றுகின்றனர். விளையாடுவதற்கான இடத்தைத் தேர்ந்தெடுப்பதிலிருந்து அது தொடங்கி விடுகிறது. ஆடப்படும் ஆட்டத்திற்கேற்ப இடத்தைத் தேர்வு செய்கின்றனர். அணி பிரித்து விளையாடும் விளையாட்டு எனில் கூடியிருப்பவர்கள் தலைவரை முடிவு செய்வதுண்டு.

அணிக்குத் தேவையான உறுப்பினர்களை உத்தி பிரித்தல் முறையில் தேர்ந்தெடுப்பர். உத்தி பிரித்து முடிந்ததும் எந்த அணி முதல் ஆட்டத்தைத் தொடங்குவது என முடிவு செய்வதற்காக “ஒட்டாஞ்சில்லியை” எடுத்து, அதில் ஒரு பக்கம் எச்சில் துப்பி, அப்பகுதியை மழை என்றும் இன்னொரு பகுதியை மா(வா)னம் என்றும் கருதி, மேலே சுண்டி விட வேண்டும். அதற்கு முன்பு மானமா, மழையா எனக் கேட்க, ஏதேனும் ஓர் அணித்தலைவர் “மானம்” என்றோ, “மழை” என்றோ குறிப்பிடுவான். அவன் கேட்டது விழுந்தால், அவன் அணி முதலில் விளையாட வேண்டும்.5 இன்னும் ஆட்டத்திற்கேற்ற தனித்தனி விதிமுறைகளும் உள்ளன.

விளையாட்டில் ஆண் - பெண் பாகுபாடின்மை

தமிழர்கள் ஆண் - பெண் என்று வேறுபாடின்றி இருபாலரும் விளையாடியுள்ளனர். ஆனால், விளையாட்டுக்கள் பல்வேறுபட்ட வயதினருக்கும் ஆண் - பெண் இருபாலருக்கும் வேறுபடுகின்றன. இளம் குழந்தைப் பருவத்தில் விளையாடும் விளையாட்டை ஆண் - பெண் இருவருக்கும்

தனித்தனியாகப் பாகுபடுத்தவில்லை. இருவருக்கும் ஒரே வகையான விளையாட்டுக்களை வழங்குகின்றன.

சிறுமியர் தங்களது இளம்பருவத்தில் சிறுவர்களுடன் சேர்ந்து விளையாடினாலும், அவர்கள் பருவமடையும் வயதை நெருங்கும்போது ஆண்களோடு சேர்ந்து விளையாட அனுமதிக்கப்படுவதில்லை என்கிறார் ச.முத்துச்சிதம்பரம். பொதுவாக ஆண்பாலர் விளையாட்டுக்கள் கடின முயற்சியினதாகவும் பெண்பாலர் விளையாட்டுகள் எளிமையானதாகவும் காணப்படுகிறது. வீர விளையாட்டுகளான சிலம்பம், வேட்டை, ஏறு தழுவுதல், மல் முதலிய விளையாட்டுக்களும், பிற வீர விளையாட்டுகளும் ஆண்களுக்கே உரித்தானவையாக உள்ள நிலையில் சிலம்பம், மல், கபடி, பந்தாட்டம் போன்ற பல விளையாட்டுகளில் பருவமடைந்த பெண்கள் ஆண்களுக்கு சலித்தவர்கள் அல்ல என்ற நிலையில் இன்றளவும் பெண்கள் தங்களுக்குள்ளே குழுவாக விளையாடி வருகிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத்தக்கது.

விளையாட்டும் ஐம்பூதமும்

தமிழர் விளையாட்டுகளில் ஐம்பூதங்களும் இடம்பெற்றுள்ளன. சான்றாக ஆகாயம் என்ற பூதம் அம்புலி அழைத்தல் போன்ற விளையாட்டிலும், காற்று என்பது பட்டம் அல்லது கதலி விளையாட்டிலும், நீர் விளையாட்டிலும், நிலம் பல விளையாட்டுகளிலும் நெருப்பு, பூக்குழி, கார்த்திகை, மாளி சுற்றுதல் விளையாட்டிலும் இடம்பெறுவதே காணமுடிகின்றது. இவற்றை கருத்தில் கொண்டு காணும்போது தமிழர் விளையாட்டுக்கள் இயற்கையோடு இணைந்த விளையாட்டாகவே இருந்துள்ளன.

கூட்டுணர்வும் விளையாட்டும்

கூட்டுக்குடும்ப வாழ்வு முறை தமிழர் சமுதாய அமைப்பில் முக்கிய இடம் வகிக்கிறது. இந்த முறை விளையாட்டிலும் விழாக்களிலும் கூட வெளிப்படக் காணலாம். இம்முறை பல்வேறுபட்ட தமிழ்ச் சமூகங்களைப் பிணைத்து வைத்துள்ளது. குடும்பம் - இனம் - குலம் - சமூகம் - கிராமம் என்று குடும்பத்தில் தொடங்கிக் கிராமம் முழுவதும் கூட்டாகத்தான் முடிவரையும்.6 பெரும்பாலான தமிழர் விளையாட்டுகளில் போட்டி வம்சம் இல்லை. விளையாட்டுகள் தோழமை உணர்வை வளர்க்கவே பெரிதும் பயன்படுகின்றன. கூடி விளையாடுவதன் மூலம் விளையாட்டின் விதிமுறைகளைக் கற்றுக் கொள்வதோடு அதனை மதித்துக் கட்டுப்பட்டு நடக்கக்கூடிய இயல்பும் குழந்தைகளுக்குத் தானாகவே வந்துவிடும். குழுவில் ஆற்றலும் திறமையும் மிகுந்தவன் தலைவனாகி விடுகிறான். இதுபோன்ற பண்புகள் குழந்தைகளைச் சமூக மயமாக்குவதில் முக்கியப் பங்காற்றுகின்றன.

வாழ்க்கைக்குப் பயன்படும் விளையாட்டுக்கள்

தமிழர்கள் வாழ்க்கைப் பாடத்தைக் குழந்தைகளுக்கு விளையாட்டின் வழியாகக் கற்றுக் கொடுத்துள்ளனர். ஒரு சமூகத்தில் பிறந்த குழந்தை குழந்தைகள், குழந்தைப் பருவம் முதல் அச்சமூகத்தின் மரபுகள் பழக்கவழக்கங்கள், சட்டத்திட்டங்கள், எதிர்பார்ப்புகள், நெறிமுறைகள் ஆகியவற்றுக்கேற்பப் படிப்படியாக வளர்ச்சிப் பெற்று அச்சமூகத்தில் ஒருவராகச் செயலாற்ற விளையாட்டுகள் உதவி புரிகின்றன. மேலும் விளையாட்டுகள் சமூக நியதிகளையும் மதிப்பீடுகளையும் மறைமுகமாகவும் மகிழ்ச்சியான சூழலிலும் மனதில் பதிய வைக்க உதவுகின்றன.

சில்லி (தெள்ளாக்கு) என்பது ஒரு விளையாட்டு என்றாலும் வாழ்க்கைத் தத்துவத்தைக் குறியீடு களால் விளக்கும் விளையாட்டாகும். இயல்பாக இரண்டு கால்களால் நடப்பது போலன்றி ஒரு காலால் நொண்டி அடித்துச் செல்வது கடினம். புவியீர்ப்பு விசைக்கு ஈடு கொடுத்து உடல் கீழே சாய்ந்துவிடாமல் ஒன்றைக்காலால் நடப்பதற்குக் கடினமான பயிற்சியும் முயற்சியும் அவசியம். அதுபோல சில்லியைக் கட்டத்துக்குள் சரியாகப் போட பயிற்சியும் நிதானமும் தேவை. நிலத்தில் கீரப்படும் கோடுகளும் கட்டங்களும் வாழ்வில் குறுக்கிடும் நிகழ்வுகளாகவோ தடைகளாவோ கூடக் கருதலாம்.

ஊழையும் உப்பக்கம் காண்பர் உலைவின்றித்
தாழாது உஞற்று பவர்[7]

என்பர் திருவள்ளுவர். நொண்டியடித்துச் செல்வதைக் கடின உழைப்புக்கு ஒப்பிடலாம்.

கடின உழைப்பு, விடா முயற்சி, நிதானம் இவற்றின் மூலம் வாழ்வில் ஏற்படும் தடைகளைக் கடக்கலாம். வாழ்வில் அடுத்த கட்டத்திற்கு நம்மை நகர்த்த மேற்கண்ட பண்புகள் உதவும். தடைகளைத் தாண்டி தாண்டிச் செல்வது வாழ்வில் முயன்றால் உயரலாம் என்ற தன்னம்பிக்கையை ஏற்படுத்துவதாக இந்த விளையாட்டு அமைந்துள்ளது. வெற்றிகளின் எண்ணிக்கை அதிகமாகும்போது ஆட்டம் இனிதாகிறது. தன்னுடன் விளையாடுவோரை ஏமாற்றாமல் விளையாடுவதன் மூலம் சமூகத்தில் பிறரை ஏமாற்றாமல் உழைத்து முன்னேற வேண்டும் என்ற வாழ்வியல் பண்புகளை இந்த விளையாட்டு நம் சிறுவர்களிடம் ஏற்படுத்துகிறது என்பது மனங்கொளத்தக்கது.

மேலும் “நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம்” என்ற பழமொழிக்கேற்ப விளையாட்டு நல்ல உடற்பயிற்சியை அளிப்பதோடு சிந்தனையை ஒருமுகப்படுத்தவும், அறிவை விரிவு செய்யவும், விரைவாகச் செயலாற்றவும், கூர்மைத்திறன் பெறவும் உடல் வலிமையையும், முன்னோக்குத் திறம் வளர்க்கவும், எண்ணியதை எண்ணியாங்கு நிறைவேற்றவும் விளையாட்டுகள் உதவுகின்றன. ஒன்றிரண்டு விளையாட்டுகளில் மக்கள் வளர்ச்சிக்கும் மன அமைதிக்கும் பாதிப்பு என்ற போதிலும் தமிழ் இலக்கியம் காட்டும் சமூக வாழ்வில் விளையாட்டுகள் உயர்ந்த மதிப்பைப் பெற்றிருந்தன.

விளையாட்டும் அறிவியலும்

பண்பாட்டுத் தொன்மை, இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்வு, நம்பிக்கை முதலியவற்றைத் தமிழர் இலக்கியங்களில் பலவற்றில் காணலாம். காற்றாடி விளையாடுவதும் இயற்கையோடு இயைந்த வாழ்க்கை முறைக்குச் சான்றாகும். உலர்ந்த பனை ஓலை, காற்று என இயற்கைப் பொருட்களைக் கொண்டே விளையாடப் பழகிய தொன்மையை, பண்பாட்டுத் தொடர்ச்சியை இந்த விளையாட்டு வெளிப்படுத்துகிறது. சூரிய ஒளி, காற்று ஆகிய இயற்கை வளங்களை இன்று ஆற்றல்களாகப் பயன்படுத்த அறிவியல் முன்னேற்றம் உதவுகிறது. அவற்றுக்கெல்லாம் அடிப்படையாகக் காற்றை ஆற்றலாக மாற்றி விளையாடும் வகையில் தமிழ்ச்சிறார்களின் அறிவு அமைந்திருக்கிறது. காற்றாடி மூலம் மின்சாரம் தயாரிக்கும் பணிக்குக் காற்றாடி வடிவமே பயன்படுகிறது. விளையாட்டு என்பது அறிவியல் கண்டுபிடிப்புகளுக்கு முன்னோடியாக விளங்குகிறது என்பதற்கு காற்றாடி மிகச்சிறந்த எடுத்துக்காட்டாகும்.

விளையாட்டுக்களில் உளவியல் சிந்தனைகள்

தமிழர் விளையாட்டுக்கள் அனைத்தும் சிந்தனை மொழி, கலாச்சாரம், பண்பாடு, கணிதம், நிர்வாகம், வாழ்க்கைமுறை, விடாமுயற்சி, தன்னம்பிக்கை போன்ற பண்புகளை வளர்ப்பதற்காக உள்ளன. விளையாட்டுக்கள் உடல்நலத்துக்கும் உள்ள மகிழ்வுக்கும், தோழமை உணர்வுக்கும் விளையாட்டு உதவுவதோடு பண்பாட்டை வெளிப்படுத்தும் வாயிலாகவும் அது விளங்குகின்றது8 என்று பிச்சை அவர்கள் கூறுகிறார். விளையாட்டுக்களை பொறி இயக்கம், அறிவியக்கம், போட்டி, விளையாட்டு, கூட்டு விளையாட்டு என்றும் விளையாட்டுக்களைப் பாகுபாடு செய்வதும் உண்டு. மானிடவியலாளர் உடல்திறன், மனத்தந்திரம், வாய்ப்பு நிலை ஆகிய மூன்றும் அவற்றின் கலப்பால் தோன்றும் நான்கும் ஆக ஏழு வகைகளாக விளையாட்டைப் பாகுபடுத்துகிறார்.9 பால், அகவை, இடம், கருவி, உடலின் பங்கு, மனத்தின் பங்கு ஆகிய நோக்குகளில் விளையாட்டைப் பாகுபாடு செய்யலாம்10 என்றும் சிலர் கருதுவர். இலக்கியங்களில் காணப்படும் விளையாட்டு களில் உளவியல் சிந்தனைகள் நிறைந்துள்ளன.

அம்புலி அழைத்தல்

உயர்வுள்ளல் பற்றிய சிந்தனையைக் குழந்தை மனதில் வித்திட்டு வளர்க்கிறது அம்புலி அழைத்தல் விளையாட்டு.

ஊசல்

ஊசல் விளையாட்டு உடலினை உறுதி செய்கிறது. விட்டுக்கொடுக்கும் மனப்போக்கை வளர்க்கிறது. இயற்கைச் சூழலை அனுபவித்து இவ்விளையாட்டை விளையாடப்படுகிறது.

எண்ணி விளையாடல்

எண்ணி விளையாடல் மூலம் கணிதத்திறன் வளர்கிறது. எண்ணி விளையாடும் எண்ணப் பொழுதுபோக்கு உணர்வு மேலோங்கியிருப்பினும் குறிப்பிட்டவர்களின் வருகையை எதிர்நோக்கும் எதிர்பார்ப்பு இவ்விளையாட்டில் அதிகம் காணப்படும்.

கண் புதைந்து ஒளிந்தாடல்

தேடிக்கண்டுபிடித்து வெற்றிபெற வேண்டுமென்ற உறுதியை வளர்க்கிறது. இயற்கைச்சூழலில் தயக்கமின்றிச் சுதந்திரமாக விளையாடும் உணர்வினை உறுதிப்படுத்துவது. மறைவாக இருக்கும் பொருளை விழிப்புடன் தேடுவதற்கான பயிற்சி இவ்விளையாட்டின் மூலம் கிடைக்கிறது. இதனால் கண்டறியும் திறன் வளர்கிறது.

கழங்கு

கழங்கு விளையாட்டு சுறுசுறுப்பினை ஏற்படுத்துகிறது. காய்களைத் தூக்கிப்போட்டு விளையாடுவதால் பிடிக்கும் திறன் மேம்படுகிறது. கையும், கை நரம்புகளும் வலுப்படுகிறது. விரல் நரம்புகள் செயல்படுவதால் இரத்த ஓட்டம் அதிகரிக்கும் தன்னம்பிக்கை இவ்விளையாட்டின் வாயிலாக வளரும்.

கவன்

உடலினை உறுதி செய்து, கண்களுக்கும் கைகளுக்கும் பயிற்சி கிடைக்கிறது. இதன்மூலம் ஒரு பொருளை குறி பார்த்து எறியும் திறன் வளர்கிறது.

சிறுபறை

சிறுவர்களின் கலை உணர்வை வளர்த்ததோடு புதியது காணும் வேட்கையினையும் வளர்த்துள்ளது. ஆளுமைத் தன்மையை உயர்த்திக் கொள்ளவும் கூடி விளையாடும் தன்மைக்கும் வகை செய்கிறது.

சிறுசோறு ஆக்கல்

சேர்ந்துழைக்கும் கோட்பாடு வளர்த்து சுவையான உணவு சமைக்கும் கலை வெளிப்பட ஏதுவாயிற்று. சோறு சமைக்கும் கலை வெளிப்பட ஏதுவாயிற்று.

சொல் விளையாட்டு

சொல் விளையாட்டின் மூலம் பேசும் திறன், மொழித்திறன் மற்றும் நாவிற்கு பயிற்சிக் கிடைக்கின்றது.

நீர் விளையாட்டு

தனித்திறமை வெளிப்பாட்டுக்கு வகை செய்தது. நீரினை அடக்கி ஆளுந்திறன் வெளிப்படுதல், நீர் விளையாட்டினால் உடல் உறுப்புகளுக்கு நல்ல பயிற்சி கிடைக்கிறது.

பந்து விளையாட்டு

பந்து விளையாட்டில் விளையாடுவதற்கு பந்தினை தாங்களே செய்து உள்ளனர். பந்து செய்வதில் தங்கள் திறமையையும் தொழில் நுணுக்கத்தையும் வெளிப்படுத்தியுள்ளனர்.

மல்

ஒருவரின் உடல் வலிமையை வெளிப்படுத்தக் கூடிய விளையாட்டுப் போட்டி, பொறாமை ஆகியவைகள் இவ்விளையாட்டின் மூலம் தவிர்க்கப்படுகிறது. உடல்நலம் ஆரோக்கியமாக இருக்க ஊட்ட உணர்வுகளை மேற்கொள்கின்றனர்.

வள்ளை

பெண்களின் உடல் வலிமையைப் பெருக்கியதோடு பாடும் ஆற்றலும் வெளிப்பட ஏதுவாகிறது. தனக்கென வாழாமல் மற்றவர்களுக்காகவும் தொழில் மேற்கொள்ளத் தூண்டியது.

வில் விளையாட்டு

இலட்சியம் ஒன்றினை மனதில் வைத்துக் கொண்டு அதனை அடைவதற்கு உதவியுள்ளது. முதன்மையாக வருதல் வேண்டும் என்ற ஆர்வத்தை வளர்க்க துணை செய்துள்ளது.

வேட்டை

குறிக்கோளில் வெற்றி பெறுவது, கூட்டமாகச் செயல்படுவது மனித ஆற்றலை வெளிப்படுத்துகிறது.

விளையாட்டுகளில் உளவியல் தன்மைகள் நிறைந்துள்ளதாகக் காணப்படுகிறது. விளையாட்டினால்

உடல் உறுப்புகள் ஒவ்வொன்றும் இயக்கம் பெறுகின்றன. சில விளையாட்டுக்களில் உடல் உறுப்புகள் முழுமையாகவும் சில விளையாட்டுகளில் பொறிபுலன் மட்டும் இயக்கம் பெறுகின்றன. சில விளையாட்டுக்கள் அறிவு, இயக்கம் முறையிலும் நடைபெறுகின்றன.

அடிக்குறிப்புகள்

1. பேரா.எஸ்.சந்தானம், கல்வியின் உளவியல் அடிப்படைகள், ப.2
2. கரு.நாகராஜன், தமிழர் கண்ட மனம், ப.91
3. ஆ.திருநாகலிங்கம், நாட்டுப்புறவியலும் கோட்பாடுகளும், ப.126
4. அ.பிச்சை, தமிழர் பண்பாட்டில் விளையாட்டுகள், ப.4
5. இரத்தின புகழேந்தி, கிராமத்து விளையாட்டுகள், ப.16
6. ஆ.பாப்பா, சமூகமயமாதல் கோட்பாடு தொகுதி - 1, ப.256
7. திருக்குறள். 620
8. செங்கை பொதுவன், பழங்கால விளையாட்டுகள், ப.35
9. மேலது, ப.34
10. மேலது, ப.39

துணைநூற்பட்டியல்

1. பேரா.எஸ்.சந்தானம், கல்வியின் உளவியல் அடிப்படைகள், பதிப்பு : சென்னை பழனியப்பா பிரதர்ஸ், 1981.
2. பேரா.கி.நாகராஜன், கல்வி உளவியல், பதிப்பு: ஸ்ரீராம் பதிப்பகம், சென்னை.
3. கரு.நாகராஜன், தமிழர் கண்ட மனம், பதிப்பு: உலகத்தமிழாராய்ச்சி நிறுவனம், சென்னை.
4. ஆ.திருநாகலிங்கம், நாட்டுப்புறவியலும் கோட்பாடுகளும், பதிப்பு: யாழினி பதிப்பகம், புதுச்சேரி.
5. அ.பிச்சை, தமிழர் பண்பாட்டில் விளையாட்டுகள், பதிப்பு: சென்னை கபிலன் பதிப்பகம், 1983.
6. இரத்தின புகழேந்தி, கிராமத்து விளையாட்டுகள், பதிப்பு: விகடன் பிரசுரம்.
7. ந.தமிழரசி, நாட்டுப்புற விளையாட்டுக்கள், தமிழ்மதி பதிப்பகம், தஞ்சாவூர். 2006.
8. ஆ.பாப்பா, சமுக மயமாதல் கோட்பாடு, தொகுதி - 1.
9. செங்கை பொதுவன், பழங்கால விளையாட்டுக்கள், பதிப்பு : செல்வி பதிப்பகம், சென்னை.