Date / /

अंगमर्दन कुश्ती प्रशिक्षण का एक अत्यंत महत्वपूर्ण भाग था। मुक्केबाजी, शिकार करना, तैराकी, पशुओं को लड़ाना भी इस काल में लोकप्रिय था। चौगान जो अब पोलो के रूप में खेला जाता है घुड़सवारी व तलवारबाजी दरबार के प्रायः रोजमर्रा के खेल थे।

भारत में शारीरिक शिक्षा (1947 के बाद) →

1947 में आजादी के बाद शारीरिक शिक्षा और मनोरंजन के विकास के लिए भारत सरकार द्वारा कई योजनाएं शुरू की गई। शारीरिक शिक्षा समिति जिसे ताराचंद समिति के नाम से पुकारा जाता है का गठन 1948 में किया गया। शारीरिक शिक्षा एवं विहार के लिए 1950 में केन्द्रीय सलाहकार बोर्ड का गठन किया गया जिसने शारीरिक से संबंधी सभी मामलों पर केन्द्र सरकार को सलाह देनी थी। वर्ष 1953 में भारत सरकार के स्वास्थ्य मंत्रालय ने खेलों व क्रीड़ाओं के लिए एक कोचिंग स्कीम शुरू की कोचिंग स्कीम का उद्देश्य विभिन्न खेलो और क्रीड़ाओं के खिलाड़ियों को प्रशिक्षण उपलब्ध कराना था। इस समय के दौरान कोई भी व्यवसायिक तौर पर योग्य प्रशिक्षक नहीं था। योग्य प्रशिक्षक न होने के कारण यह काम उनको सौंपा गया जिन्हे अपने-अपने खेलों में महारत हासिल की थी जैसे कि हाकी में ध्यानचंद आदि। कुछ विदेशी प्रशिक्षकों की सेवाएं भी अनुबंध के आधार पर ली गई। वर्ष 1954 मे अखिल भारतीय खेल परिषद अस्तित्व में आयी। अखिल खेल परिषदों परिषद के तहत राज्य खेल परिषदों एवं जिला खेल परिषदों का गठन किया गया। शिक्षा मंत्रालय ने तीन वर्षीय डिग्री कोर्स कराने वाला एक शारीरिक शिक्षा कालेज 1957 में ग्वालियर में खोला।

बाद में इसी कालेज में दो वर्ष का स्नातकोत्तर कोर्स भी शुरू किया गया इस कालेज का नाम झाँसी की रानी के नाम पर लक्ष्मीबाई कालेज आफ फिजीकल एजुकेशन रखा गया था।
राष्ट्रीय अनुशासन योजना का निदेशालय 1960 में अलवर (राजस्थान) में खोला गया और प्रशिक्षित अध्यापकों की बढ़ती माँग को देखते हुए 1963 में मध्यप्रदेश के करवाह में भी दो निदेशालय खोला गया। 1959 में देश में शारीरिक-शिक्षा को प्रोत्साहन देने के लिए शिक्षा मंत्रालय द्वारा खेल एंव युवा कल्याण विभाग की स्थापना की गई।
वर्ष 1961 में विभिन्न खेलों के लिए विशेषज्ञ प्रशिक्षक पैदा करने के उद्देश्य से पटियाला के मोती बाग में नेशनल इंस्टीट्यूट आफ स्पोर्ट्स की स्थापना की गई।
1965 में एक नया उद्यम नेशनल फिटनेस कोर के नाम से स्थापित किया गया
वर्ष 1970 में केन्द्र सरकार ने दो उद्देश्यों को सामने रखकर ग्रामीण खेल टूर्नामेन्ट योजना शुरू की।

(i) ग्रामीण युवाओं को सम्मिलित करना (ii) सहजात प्रतिभा की पहचान ~~(iii)~~
1970-71 में केन्द्र सरकार ने स्पोर्ट टैलेंट सर्च स्कालरशिप स्कीम शुरू की जिसका उद्देश्य उभरते युवा लड़के-लड़कियों की प्रतिभा को खेलों में और अधिक विकसित करना था। यह योजना राष्ट्र ~~स्तरीय~~ व राज्य स्तर पर थी।

वर्ष 1975 में खेलों व क्रीड़ाओं में महिलाओं की भागीदारी बढ़ाने के लिए महिलाओं के लिए राष्ट्रीय चैम्पियनशिप आयोजित की गई। वर्ष 1982 में भारत में एशियाई खेलों का आयोजन हुआ। इन खेलों की मेजबानी के लिए बड़े स्तर पर ढांचागत निर्माण किया गया और खेलों के लिए बढ़िया क्वालिटी का सामान बनाने के लिए उद्योगों को प्रोत्साहित किया गया। शारीरिक शिक्षा और खेलों के विकास के लिए 1982 में भारतीय खेल प्राधिकरण (Sports Authority of India) की स्थापना की गई और सोसायटी फार नेशनल इंस्टिट्यूट आफ फिजिकल एजुकेशन एंड स्पोर्ट्स को साई में ही समाहित कर लिया गया। इसके दो विंग थे एक शैक्षणिक विंग और एक खेल विंग। वर्ष 1995 में शारीरिक शिक्षा की ~~संस्था~~ संस्था जो केन्द्र सरकार द्वारा एल. एन. सी. पी. ई. के नाम से चलाई जा रही थी को डीम्ड विश्वविद्यालय का दर्जा दे दिया गया। जिसे लक्ष्मीबाई नेशनल इंस्टिट्यूट आफ फिजिकल एजुकेशन के नाम से जाना जाता है। शारीरिक शिक्षा के क्षेत्र में एक मात्र स्वतंत्र डीम्ड विश्वविद्यालय केवल यही है। यहाँ स्कूल, कालेज, विश्वविद्यालयों के लिए शिक्षक तैयार किये जाते हैं। यहाँ शारीरिक शिक्षा में पी. एच. डी. कराने के लिए एक सुस्थापित शोध सेंटर है।