

শারীর শিক্ষার অর্থ, সংজ্ঞা, লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

Presented by- PRATYUSH MONDAL
SACT, DEPT.OF PHYSICAL EDUCATION
SALTORA N.C COLLEGE

শাৰীৰ শিক্ষাৰ অৰ্থ

- শাৰীৰ শিক্ষা বা physical education কথাটিৰ উৎপত্তি হৈছে ল্যাটিন শব্দ 'physica' এবং 'educatio' এই দুটি শব্দৰ সমন্বয়ে।
- Physical বা শৰীৰ কথাটিৰ অৰ্থ হ'ল 'শৰীৰ সম্বন্ধীয়', যা এক বা একাধিক শাৰীৰিক বৈশিষ্ট্যৰ সাথে সম্পৰ্কযুক্ত।
- Education বা শিক্ষা কথাটিৰ অৰ্থ হ'ল পৰিকল্পিত শিক্ষাদান বা কোন নিৰ্দিষ্ট কাজৰ জন্য প্ৰস্তুতি।

সংকীর্ণ অর্থ : শরীরকে সুস্থ রাখার জন্য যে শিক্ষা।

ব্যাপক অর্থ : বিভিন্ন শারীরিক ক্রিয়াকলাপে অংশগ্রহণ এবং অভিজ্ঞতা অর্জনের মাধ্যমে শিক্ষার্থীর সুসম ব্যক্তিত্বের বিকাশ সাধন।



শারীর শিক্ষার সংজ্ঞা

সি .এ. বিউকার- শারীর শিক্ষা হলো সমগ্র শিক্ষার এক অবিচ্ছেদ্য অংশ, একটি প্রচেষ্টার ক্ষেত্র-যার লক্ষ্য হলো মানুষের কার্য সম্পাদন করার উন্নতি সাধন, যার মাধ্যম হলো সেই সমস্ত শারীরিক কার্যাবলী যা ওই সফল উন্নতি সাধনে সক্ষম।

ড. জে .পি .থমাস- শারীর শিক্ষা সাধারণ শিক্ষাই যা শারীরিক ক্রিয়াকলাপের মাধ্যমে একটি শিশুর ব্যক্তিত্বের বিকাশ ও তার দেহ ,মন ও আত্মার পূর্ণতা ঘটায়।

আর . ক্যাশিডি- শারীর শিক্ষা হলো খেলাধুলার মতো শারীরিক কাজের মাধ্যমে অর্জিত অভিজ্ঞতার সাহায্যে ব্যক্তির আকাঙ্ক্ষিত পরিবর্তনের সমষ্টি।

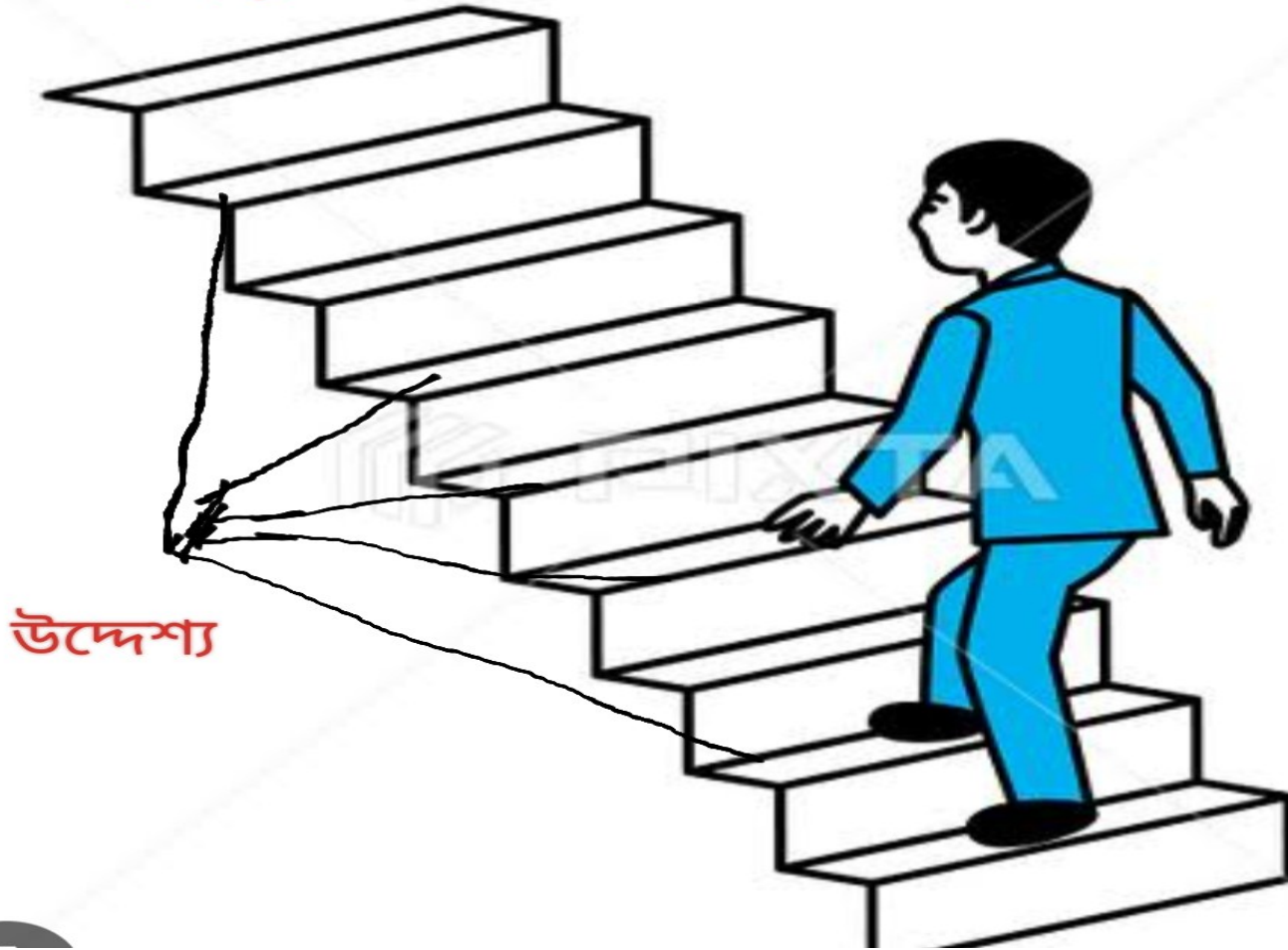
এন .পি .নেলসন- শারীর শিক্ষা এমন এক শিক্ষাব্যবস্থা যা শারীরিক কার্যাবলীর মাধ্যমে সম্পন্ন হয়। এই কার্যাবলী শিশু এবং সকল স্তরের মানুষের শারীরিক, মানসিক ও সামাজিক গুণাবলীর বিকাশ ঘটায়।

শারীর শিক্ষার লক্ষ্য

- ব্যক্তিত্বের সর্বাঙ্গীণ বিকাশ সাধন।
- শারীরিক কার্যাবলীর মধ্য দিয়ে সমগ্র ব্যক্তিসত্তার উন্নতি ঘটিয়ে সুনাগরিক গড়ে তোলা।

শারীর শিক্ষার লক্ষ্য ও উদ্দেশ্য

লক্ষ্য



উদ্দেশ্য

শারীর শিক্ষার উদ্দেশ্য

➔ উদ্দেশ্য:

উদ্দেশ্য (ভিন্ন মত)

হ্যাগম্যান	ন্যাস	হারিসন ক্লার্ক	বুক ওয়ালটার
→ 1. শারীরিক উন্নতি সাধন	→ 1. আজিক উন্নতি	→ 1. শারীরিক পটুতা	→ 1. স্বাস্থ্য
→ 2. কর্মকুশলতার উন্নতি সাধন	→ 2. স্নায়ু ও পেশীর সমন্বয়মূলক উন্নতি	→ 2. সামাজিক দক্ষতা	→ 2. অবসর জীবন
→ 3. মানসিক উন্নতি সাধন	→ 3. ব্যাখ্যামূলক উন্নতি	→ 3. সাংস্কৃতিক মূল্যবোধ	→ 3. নৈতিক চরিত্র
→ 4. সামাজিক উন্নতি সাধন	→ 4. প্রাক্ষোভিক উন্নতি		



: শারীরিক বিকাশের উদ্দেশ্য :

- দেহভ্যন্তরস্থ যন্ত্র গুলির উন্নতি সাধন ও দৈহিক শক্তি বৃদ্ধি।
- সংবহনতন্ত্র , পাচনতন্ত্র , রেচনতন্ত্র , শ্বসনতন্ত্র শক্তিশালী হয়।
- শারীরিক কার্য ক্ষমতা বৃদ্ধি পায়, মাংসপেশির অবসাদ দেরীতে আসে, কাজের প্রতি আগ্রহ বৃদ্ধি পায়।

:মানসিক বিকাশের উদ্দেশ্য:

- জ্ঞান অর্জন এবং সেই জ্ঞান সম্পর্কে চিন্তাভাবনা ও তার বিশ্লেষণ করে প্রয়োজনমতো ব্যবহারিক জীবনে প্রয়োগ।
- ব্যক্তির নিজস্ব ক্ষমতা সম্পর্কে সচেতনতা বৃদ্ধি পায়।
- ব্যক্তি নিজস্ব চিন্তাধারাকে ব্যবহারিক জীবনে প্রয়োগ করে সুস্থ জীবন যাপন করতে সক্ষম হয়। পরিবেশে নিজেকে মানিয়ে নিতে পারে।

: সামাজিক বিকাশের উদ্দেশ্য :

- সমাজের ধনী, দরিদ্র, জাতি, ধর্ম-বর্ণ-শিক্ষিত-অশিক্ষিত প্রভৃতি ভেদাভেদ দূর করে পরস্পরের মধ্যে বন্ধুত্বপূর্ণ সম্পর্ক স্থাপন করা সম্ভব।
- ব্যক্তির সামাজিক গুণাবলী ও বিভিন্ন চারিত্রিক গুণাবলী অর্জিত হয়। যেমন- সহযোগিতা, বন্ধুত্ব, সৌজন্যবোধ, সহানুভূতি, আনুগত্য ইত্যাদি।
- সুস্থ ন্যায়পরিকল্পিত মাধ্যমে গড়ে ওঠে সুস্থ সমাজ।

: গতি সঞ্চালন বিকাশের উদ্দেশ্য :

- মাংসপেশি ও স্নায়ুতন্ত্রের মধ্যে সংযোগ সাধন সহজ ও গভীর হয়। ফলস্বরূপ ব্যক্তি যে কোন কাজ অতি সহজে ও সুষ্ঠুভাবে সম্পন্ন করতে পারে।
- প্রাথমিক গতিশীল কাজ, যেমন-হাটা, দৌড়ানো, লাফানো, ঝাপানো, ছোড়া ইত্যাদি সাবলীল ভাবে করা যায়।
- খেলার বিভিন্ন কৌশল শেখা সহজ হয়।

- সাহায্যকারী পুস্তক:

১. শারীর শিক্ষার নীতি ও ইতিহাস -

ড. শুভব্রত কর

২. শারীর শিক্ষা ও খেলাধুলার রীতিনীতি-

শ্যামসুন্দর রথ

ধর্ম্যবাদ