NEP 1st semester
Physical Education

Topic: *1.3. Nature of Physical Education*

Md Nasiruddin Pandit (H.O.D.)

State Aided College Teacher (S.A.C.T.)

Department of Physical Education

Plassey College, Plassey, Nadia.

শারীরশিক্ষার প্রকৃতি (Nature of Physical Education)

শারীরশিক্ষার মূল বিষয়বস্তু হল ‘মানুষের অঙ্গসঞ্চালন (Human Movement)'। আগে আমরা দেখেছি যে শারীরশিক্ষা হল মৌলিক শিক্ষার অবিচ্ছেদ্য অঙ্গ ও সাধারণ শিক্ষার লক্ষ্যে পৌঁছানোর মাধ্যম। অন্য একটি দৃষ্টিকোণ থেকে বিচার করে বলা যায় যে, শারীরশিক্ষা হল বিদ্যালয় পাঠ্যক্রমের অবিচ্ছেদ্য অঙ্গ। বিদ্যালয় পাঠ্যক্রমের অন্তর্ভুক্ত বিষয় হিসেবে শারীরশিক্ষা মানুষের অঙ্গসঞ্চালনগুলি বুঝতে সাহায্য করে এবং একইসঙ্গে অঙ্গসঞ্চালনের সঙ্গে সম্পর্কিত মানুষের পরিবেশ ও জীববৈজ্ঞানিক উপাদানগুলি নিয়েও শারীরশিক্ষা বিষয়ে আলোচিত হয় ও অধ্যয়ন করা হয়।

শারীরশিক্ষার প্রকৃতি (Nature of Physical Education)

যেহেতু প্রকৃতিগতভাবে শারীরশিক্ষা মানুষের অঙ্গসঞ্চালনের বিভিন্ন মাত্রাগুলিকে প্রাধান্য দেয়, তাই মানব অঙ্গসঞ্চালনের বিভিন্ন মাত্রার সাপেক্ষে শারীরশিক্ষার প্রকৃতি বা স্বরূপ অনুধাবন করা যায়।

1. অঙ্গসঞ্চালনের শিক্ষা বা অঙ্গসঞ্চালন সম্পর্কিত শিক্ষা **(Education about movement)**
2. অঙ্গসঞ্চালন বা শারীরিক সঞ্চালনের মাধ্যমে শিক্ষা **(Education through movement)**
3. অঙ্গসঞ্চালনের মধ্যে শিক্ষা **(Education in movement)**
4. শারীরশিক্ষা শিক্ষা বিভাগ না পেশাগত বিভাগ **(Physical education an educational discipline or professional discipline)**

1. অঙ্গসঞ্চালনের শিক্ষা বা অঙ্গসঞ্চালন সম্পর্কিত শিক্ষা (Education about movement):

অঙ্গসঞ্চালনের শিক্ষা বা অঙ্গসঞ্চালন সম্পর্কিত শিক্ষা বলতে বোঝায় এমন একটি প্রজ্ঞামূলক প্রণালী যার মাধ্যমে মানুষ সাধারণ ও স্বতঃস্ফূর্ত অঙ্গসঞ্চালন থেকে শুরু করে জটিল ও সংগঠিত অঙ্গসঞ্চালন শিখতে পারে ও সেগুলির সম্পর্কে সঠিক ধারণা লাভ করে।

প্রাথমিক শ্রেণি থেকে শিশুরা অন্যান্য বিষয়ের অধ্যয়নের পাশাপাশি ড্রিল, মার্চিং, ক্যালিস্থিনিক্স, ছন্দবদ্ধ কর্মসূচি, সাঁতার, দৌড়, লাফ, নিক্ষেপ প্রভৃতি অঙ্গসঞ্চালনমূলক কর্মসূচিতে অংশ নিতে থাকে। এই অঙ্গসঞ্চালনগুলি প্রকৃতপক্ষে শিশুকে শিখতে হয়। প্রাথমিক স্তরে আনন্দ, বিনোদন ও মজার জন্য শিশু এগুলি শিখলেও পরবর্তীকালে এই কর্মসূচিগুলিতে পারদর্শিতা লাভ করার জন্যই শিশুরা এগুলিতে অংশগ্রহণ করে।

2. অঙ্গসঞ্চালন বা শারীরিক সঞ্চালনের মাধ্যমে শিক্ষা (Education through movement):

শারীরশিক্ষা হল শারীরিক অঙ্গসঞ্চালনের মাধ্যমে শিক্ষা। এটি হল শারীরশিক্ষার ব্যবহারিক বা প্রয়োগমূলক দিক। এটি অঙ্গসঞ্চালনের এমন একটি মাত্রা যার মাধ্যমে নৈতিক মূল্যবোধ, মনোভাব, সৌন্দর্যমূলক ভাবনা, সামাজিকতা ও মানবতার গুণাবলি প্রভৃতি লাভ করা সম্ভব হয়।

শারীরশিক্ষায় অংশগ্রহণ করার মাধ্যমে একজন শিশু দলগত কাজে নিজেকে মানিয়ে নেওয়ার শিক্ষা লাভ করে। এগুলিতে অংশ নিলে সে সামাজিক আইনকানুন মানার শিক্ষা অর্জন করে, স্বাস্থ্য ও স্বাস্থ্যবিধি সম্পর্কিত জ্ঞান লাভ করে এবং খেলাধুলোর নিয়মকানুন বিষয়ে পারদর্শী হয়ে ওঠে। এগুলিকে আমরা বলি ব্যক্তিগত প্রচেষ্টার মাধ্যমে জ্ঞান লাভ।

3. অঙ্গসঞ্চালনের মধ্যে শিক্ষা (Education in movement)

শারীরশিক্ষার সংজ্ঞাগুলি পর্যালোচনা করে দেখা যায় শারীরশিক্ষা এমন কর্মসূচিগুলিকে প্রাধান্য দেয় যেগুলির বিশেষ গুণাবলি বর্তমান এবং যেগুলির মাধ্যমে ব্যক্তির শারীরিক, মানসিক, সামজিক ও প্রাক্ষোভিক উন্নয়ন সম্ভব। এই কার্যক্রমগুলি ব্যক্তি বা দলের সামনে শারীরিক উন্নয়নের পাশাপাশি সাংস্কৃতিক উন্নয়নের সুযোগ তৈরি করে। অঙ্গসঞ্চালনের মধ্যে শিক্ষা বলতে বোঝায় শারীরিক অঙ্গসঞ্চালনের মাধ্যমে সুখকর অভিজ্ঞতা লাভ করা এবং এই অভিজ্ঞতাকে জীবন গঠনের কাজে ব্যয় করা। এই অভিজ্ঞতা ব্যক্তি নিজস্ব প্রচেষ্টার দ্বারা লাভ করতে পারে। তাই এক কথায় বলা যায় শারীরশিক্ষা হল এমন একটি শিক্ষা প্রণালী যা অঙ্গসঞ্চালনের মধ্যেই শিক্ষার লক্ষ্যে পৌঁছানোর পথ খুঁজে নিতে সাহায্য করে।

4. শারীরশিক্ষা শিক্ষা বিভাগ না পেশাগত বিভাগ (Physical education an educational discipline or professional discipline)

শারীরশিক্ষার ‘জ্ঞানভাণ্ডার' বৈচিত্র্যময় মানব অঙ্গসঞ্চালনের নিরিখে বহুবর্ণে রঞ্জিত হয়েছে। একটি জাতিকে সামগ্রিকভাবে সক্ষম বা সুস্থ করার জন্য বা কোনো ক্রীড়াবিদকে উচ্চদক্ষতা প্রদর্শনের জন্য যে কর্মসূচি প্রয়োজন তা প্রস্তুতির উদ্দেশ্যে একটি সমৃদ্ধ ও জ্ঞানপুষ্ট নীতি প্রদান করে শারীরশিক্ষা। তাত্ত্বিক ও বৈজ্ঞানিক হিসেবে শারীরশিক্ষাবিদগণ যে জ্ঞানভাণ্ডারে শারীরশিক্ষাকে সমৃদ্ধ করেছেন তা শারীরশিক্ষাকে একটি শিক্ষা বিভাগে পরিণত করেছে। একটি শিক্ষাবিভাগের বৈশিষ্ট্য যদি হয় সুগঠিত তত্ত্বগত ভিত্তি এবং সমৃদ্ধ জ্ঞানভাণ্ডার, একটি পেশার বৈশিষ্ট্য হবে ব্যবহারিক প্রয়োগ এবং সামাজিক পরিসেবা। কোনো শিক্ষা বিভাগ বা জ্ঞানক্ষেত্র একাধারে তাত্ত্বিক শিক্ষা বিভাগ ও পেশা হতে পারে। শারীরশিক্ষা একটি পেশা কারণ শারীরশিক্ষাবিদগণ শিক্ষক, স্বাস্থ্যশিক্ষার নেতা, ক্রীড়া বিজ্ঞানী, শারীরিক সক্ষমতা কর্মসূচির নির্দেশক, ক্রীড়া পরিচালক ও বিশিষ্ট কোচ হিসেবে মানবসেবায় ব্রতী হন এবং নির্দ্বিধায় এরা স্বাস্থ্য, সক্ষমতা, উৎকর্ষতা ও দক্ষতার বার্তা সমাজের বিভিন্ন স্তরে ছড়িয়ে দেন।

ওপরের আলোচনা থেকে শারীরশিক্ষার প্রকৃতি বা স্বরূপ সম্পর্কে আমরা বিশেষভাবে জানতে পারি। শারীরশিক্ষা শরীরের জন্য শিক্ষা নয়। শারীরশিক্ষা অঙ্গসঞ্চালনের বিভিন্ন মাত্রার ভিত্তিতে অঙ্গসঞ্চালন সম্পর্কিত শিক্ষা, অঙ্গসজ্ঞালনের মাধ্যমে শিক্ষা এবং অবশ্যই অঙ্গসঞ্চালনের মধ্যেই এই শিক্ষার বীজ রোপিত থাকে। শারীরশিক্ষার তত্ত্বগত ভিত খুবই শক্তিশালী এবং বিভিন্ন বিজ্ঞান, কলা ও সাহিত্য এবং দর্শণ থেকে এর নীতিগুলি গ্রহণ করা হয়েছে। অপরদিকে শারীরশিক্ষাবিদগণ দীর্ঘকালীন প্রশিক্ষণের দ্বারা নিজেদের পেশা প্রস্তুত করে থাকেন। শিক্ষক, ক্রীড়াবিজ্ঞানী, ক্রীড়া নির্বাহক, প্রশিক্ষণ প্রভৃতি বিভিন্ন পেশার পথ প্রস্তুত করে শারীরশিক্ষা।