**(৫) শারীরশিক্ষার পেশা-প্রস্তুতি ও দর্শন (Professional preparation of physical Education and philosophy) ঃ**

শারীরশিক্ষা ক্ষেত্রে দর্শনের প্রয়োজনীয়তা সম্পর্কে বলতে গিয়ে জেগলার (১৯৬৪) বলেছেন—"দর্শন, শারীরশিক্ষা এবং/বা স্বাস্থ্যশিক্ষার শিক্ষক (এবং বিনোদন অধিকর্তা) প্রভৃতি ব্যক্তিদের সম্মুখে নিজস্ব পেশার সামগ্রিক চিত্র উন্মোচন করে। তাই ব্যক্তিগত শিক্ষা ও দর্শনের নিরীখে তারা শারীরশিক্ষা সম্পর্কে একটি মানসিক চিত্র অঙ্কন করতে পারে"।

শারীরশিক্ষক ও শিক্ষাবিদগণের আচার-আচরণ ও ব্যবহারিক নীতি দর্শন দ্বারা নিয়ন্ত্রিত হয়। শিক্ষা প্রতিষ্ঠানে ও সমাজে শারীরশিক্ষা সম্পর্কে একটি উত্তম ও সুউচ্চ ধারণা প্রতিষ্ঠা করার মহান দায়িত্ব থাকে শারীর শিক্ষাবিদ্, শিক্ষক ও ছাত্রদের উপর। এখানেই শারীরশিক্ষার দর্শনের মূল ভূমিকা লক্ষিত হয়।

## বিভিন্ন দার্শনিক মতবাদের আধারে শারীরশিক্ষা সম্পর্কে আলোচনা

### ভাববাদ (Idealism)

যে সমস্ত দার্শনিক মতবাদগুলি প্রচলিত আছে তার মধ্যে ভাববাদ সর্বপ্রাচীন বলে গণ্য করা হয়।

এই মতবাদের সমর্থকদের মধ্যে উল্লেখযোগ্য হলেন—বৈদিক যুগের ভারতীয় ঋষিগণ, সক্রেটিস, প্লেটো, বার্গসন, এমারসন, কান্ট, হেগেল, বার্কলে প্রমুখ।

এই মতবাদকে শিক্ষাক্ষেত্রে তথা শারীরশিক্ষায় প্রয়োগ করতে যারা উল্লেখযোগ্য ভূমিকা নিয়েছিলেন, তারা হলেন—

প্লেটো, কমেনিয়াস, ফ্রলো, পেস্তালৎসি, দয়ানন্দ, বিবেকানন্দ, রবীন্দ্রনাথ, মহাত্মা গান্ধী, শ্রীঅরবিন্দ, সর্বপল্লী রাধাকৃষ্ণান ইত্যাদি।

**ভাববাদের মূল বক্তব্য ঃ**

(১) বিশ্বব্রহ্মাণ্ডের এক নিয়ন্ত্রক আছেন, তিনিই ঈশ্বর। তিনি সমস্ত জ্ঞানের উৎস।

(২) জড়জগৎ ও শরীরের চাইতে অধিকতর গুরুত্বপূর্ণ হলো মন ও আত্মা।

(৩) আধ্যাত্মিক সত্তা সম্পন্ন মানুষই জগতের সর্বোত্তম সৃষ্টি।

(৪) জীবনের মূল্যবোধগুলি (values) চিরন্তন, অপরিবর্তনশীল। মানুষ এর স্রষ্টা নয়।

(৫) সর্বব্যাপী একটি সর্বজনীন মন আছে, মানব মন এরই অংশমাত্র।

(৬) সর্বোচ্চ জ্ঞান ইন্দ্রিয়গুলির মাধ্যমে অর্জন করা যায় না, তার জন্য প্রয়োজন অন্তর্দৃষ্টি।

(৭) মানুষের আধ্যাত্মিক সত্তার বিকাশ ঘটানোর মাধ্যমে আত্মোপলব্ধিই হলো জীবনের চরম লক্ষ্য।

**শারীরশিক্ষায় ভাববাদের প্রভাব (Influence of Idealism on Physical Education) ঃ**

একজন ভাববাদী শারীরশিক্ষাবিদের বিশেষ উচ্চভাব বা ধারণার দিকে দৃষ্টি নিবদ্ধ থাকে। তিনি সর্বদা শিখন, দক্ষতা ও পারদর্শিতা প্রদর্শনের উপযুক্ত পরিবেশ রচনায় সচেষ্ট থাকেন। তার সরঞ্জাম, পদ্ধতি, নমুনা সবই আদর্শ হয়। তার কাছে শারীরশিক্ষা একটি আদর্শ শিক্ষা কারণ এটি মানুষের সর্বাঙ্গীন বিকাশে সাহায্য করে। প্লেটোর মতাদর্শ অনুযায়ী শারীরশিক্ষার সর্বোচ্চ বা আদর্শ লক্ষ্য হওয়া উচিত একটি সক্ষম, সুদৃঢ়, আকর্ষণীয় এবং অনুকরণযোগ্য ব্যক্তিত্বের বিকাশ সাধন। তিনি আরও মনে করতেন যে দেহের প্রয়োজন আছে, কিন্তু আত্মা হবে মনিব এবং শরীর হবে তার সেবক এবং ভৃত্য। একটি আদর্শ শারীরশিক্ষার কর্মসূচি ব্যক্তি ও সমাজকে দ্রুত, গতিশীল এবং শক্তিশালীভাবে জীবনযাপনে সাহায্য করবে এবং একইসাথে সুউচ্চ চিন্তায় ব্রতী করবে। বর্তমানে শারীরশিক্ষার দু'টি প্রধান উদ্দেশ্য হলো ঃ

(১) সকলের জন্য স্বাস্থ্য ও সক্ষমতা।

(২) প্রতিভা ও প্রতিশ্রুতি অনুযায়ী ক্রীড়াক্ষেত্রে যোগ্যত প্রমাণ করা।

এই উদ্দেশ্য দু'টি সর্বজনীন এবং কোনো শারীরশিক্ষা কর্মসূচি বর্তমান আধুনিক যুগের ভাবধারা, ধ্যানধারণা বা বাস্তবকে অস্বীকার করে গড়ে ওঠে না। তাই পাঠ্যসূচি, শিক্ষণপদ্ধতি, সরঞ্জাম, সুযোগ-সুবিধা, যোগ্যতা ও গুণাবলী সকল ক্ষেত্রেই সঠিক ও উচ্চমান নির্ধারণের জন্য শারীরশিক্ষার মনোন্নয়ন করতে হয় এবং যতক্ষণ না তার মান আদর্শ না হয়, ভাববাদের আদর্শ অনুযায়ী শিক্ষক, প্রশিক্ষক, সংগঠক, কর্মসূচি রূপায়ক এবং ছাত্র-ছাত্রী সকলের দ্বারাই নিরন্তর প্রচেষ্টা চলতে থাকে।

**প্রকৃতিবাদ (Naturalism)**

পাশ্চাত্যের দর্শনগুলির মধ্যে সবচেয়ে প্রাচীন হলো প্রকৃতিবাদ। এই দর্শনটিকে ভাববাদের বিপরীত বলে গণ্য করা হয়। কিছু প্রকৃতিবাদী দার্শনিকের নাম ডেমোক্রিটাস, এপিকিউরাস, রুশো, হার্বাটস্পেনসার বেকন, হাক্সলি প্রমুখ।

শিক্ষাক্ষেত্রে এই মতবাদের প্রয়োগের কথা স্মরণে রেখে এর তিন ধরনের শাখার কথা উল্লেখ করা যায়—রোমান্টিক নেচারালিজম্, ইভোলুশনারি (বায়োলজিক্যাল) নেচারালিজম্ এবং কনটেম্পরারি নেচারালিজম্।

রোমান্টিক নেচারালিজমের সাথে রুশোর নাম বিশেষভাবে যুক্ত। এই দর্শনটি মানব প্রকৃতিকে প্রাকৃতিক নিয়মে বিশ্লেষণ করে। ইভোলুশনারি নেচারালিজমের সাথে জড়িত ব্যক্তিবর্গের নাম ডারউইন ও ল্যামার্ক। এই শাখা অনুসারে বলা হয় সব প্রাকৃতিক ঘটনাকে বিজ্ঞান ও যান্ত্রিক নিয়মকানুন দ্বারা ব্যাখ্যা করা যায় না, কারণ এর একটি জৈবিক দিক আছে। কনটেম্পরারি নেচারালিজম্ বিজ্ঞানভিত্তিক পরীক্ষার ভিত্তিতে মানব অভিজ্ঞতাকে সব ক্ষেত্রেই প্রসারিত করতে চায়।

**প্রকৃতিবাদের মূল বক্তব্য ঃ**

(১) ইন্দ্রিয়গ্রাহ্য বিশ্বপ্রকৃতি ছাড়া সবই মিথ্যা।

(২) বিশ্ব প্রকৃতির একটি নিজস্ব, অপরিবর্তনীয় ও বাস্তব নিয়মবিধি আছে। যার দ্বারা সে পরিচালিত হয়।

(৩) বিজ্ঞানের পরীক্ষামূলক পদ্ধতির দ্বারাই কেবলমাত্র প্রকৃতির রহস্য উন্মোচন করা যায়।

(৪) মানুষের ইন্দ্রিয়গুলি সকল প্রকার জ্ঞান অর্জনের মাধ্যম।

(৫) মানুষের মন হলো তার মস্তিষ্কের ক্রিয়ার ফল এবং মন ছাড়া শরীর হলো জড় বস্তু।

(৬) এই মতবাদ আত্মা, ঈশ্বর, ধর্ম প্রভৃতি বিশ্বাস করেনা।

(৭) পৃথিবীর সকল বস্তু জড় থেকে সৃষ্ট এবং ধ্বংসের পর তা জড়তেই মিশে যায়।

(৮) মূল্যবোধ সৃষ্টির পেছনে থাকে কোনো বিশেষ প্রয়োজন (need)। সমাজ সৃষ্টির পেছনেও এইরূপ বিশেষ প্রয়োজন বা চাহিদার অস্তিত্ব থাকে।

**শিক্ষা সম্পর্কে প্রকৃতিবাদী দার্শনিকের দৃষ্টিভঙ্গি ঃ**

Herbert Spencer বলেছেন যে শিক্ষার অন্যতম লক্ষ্য হবে শিক্ষার্থী যাতে প্রাকৃতিক পরিবেশে এবং পরিবর্তনশীল সামাজিক পরিবেশের সাথে সার্থক অভিযোজনে সক্ষম হয়। তিনি এ প্রসঙ্গে আরও বলেছেন যে শিক্ষার লক্ষ্য হবে শিক্ষার্থীকে পূর্ণ জীবনযাপনে উপযোগী করে গড়ে তোলা।

প্রকৃতিবাদীরা প্রত্যক্ষ অভিজ্ঞতার উপর সর্বোচ্চ গুরুত্ব দিয়ে থাকেন। এবিষয়ে রুশো নির্দেশ করেছেন—"Give your scholar no verbal lessons; he should be taught by experience alone."

শিশুরা বয়স্কদের ক্ষুদ্র সংস্করণ, এ ধারণা প্রকৃতিবাদীরা মানেন না। এ প্রসঙ্গে Monroe বলেছেন, "Therfore education activities should be anchored in the child's experiences and needs and not guided by the ideals of adult's life."

শিক্ষালয় (school) সম্পর্কে প্রকৃতিবাদীদের ধারণা হলো শিক্ষালয়ে শিক্ষার্থী পূর্ণ স্বাধীনতা পাবে, কোন নির্দেশনা থাকবে না, যা আক্ষরিক অর্থে প্রতিষ্ঠিত হবে প্রকৃতির মাঝে, সমাজের কলুষতা সেখানে থাকবে না। তারা বলেন, "School should fit the child rather than to make the child fit the school."

**শারীরশিক্ষায় প্রকৃতিবাদের প্রভাব (Influence of Naturalism on Physical Education) ঃ**

প্রকৃতিবাদীরা বহু আগেই শিশুদের বৃদ্ধি ও বিকাশের বিভিন্ন স্তরে যে স্বতঃস্ফূর্ত আগ্রহ ও চাহিদা দেখা যায়, তার ওপর গুরুত্ব আরোপ করেছেন। শিশুদের বৃদ্ধি ও বিকাশকে তারা প্রাকৃতিক ছন্দ বলে গণ্য করেছেন।

প্রকৃতিবাদের মতানুসারে শিক্ষা শিশুর জীবনকে কেন্দ্র করে একটি সাবলীল, স্বতঃস্ফূর্ত, স্বাধীন, আনন্দময় প্রক্রিয়া এবং মুক্ত আকাশে পাখির ওড়ার মত অত্যন্ত স্বাভাবিক জীবনচেষ্টা। প্রকৃতিবাদ কোনো নির্দিষ্ট পাঠ্যক্রমের কথা বলে না, পাঠ্যক্রম উঠে আসবে ব্যক্তি শিশুর জীবন অভিজ্ঞতার মধ্য থেকে। খেলা ভিত্তিক (Play way) শিক্ষানীতি এই প্রকৃতিবাদের ফসল।

একজন প্রকৃতিবাদী শারীরশিক্ষাবিদ সর্বদা সেই সকল কার্যক্রমের প্রতি মনোনিবেশ করেন যেগুলি মানুষ প্রকৃতির মধ্য থেকে জীবন ধারনের স্বার্থে মৌলিক শারীরিক সঞ্চালন হিসাবে অর্জন করে থাকে এবং যে কার্যক্রমগুলি শিশুর স্বাভাবিক বিকাশে সাহায্য করে। দৌড়ানো, লাফানো, টানা, ছোড়া, ঠেলা, সংঘর্ষ প্রভৃতি স্বাভাবিক গতিসঞ্চালনমূলক কার্যক্রমের উদাহরণ। উক্ত কার্যক্রমগুলি শুধুমাত্র মানবদেহকে শক্তিশালী করে তাই নয়, যে কোনো জটিল শারীরিক সঞ্চালনের ভিত্তি প্রস্তুত করে এবং মস্তিষ্ক, স্নায়ুতন্ত্র ও পেশী শক্তিশালী করে। আঙ্গিক ও তান্ত্রিক শক্তি মানুষকে বুদ্ধিমান করে ও তার চিন্তাশক্তি বৃদ্ধি পায়। এই শারীরিক কার্যক্রমগুলি মানবতা ও সামাজিকতার গুণাবলী বৃদ্ধি করে। প্রকৃতিবাদ শিক্ষার সর্বজনীনতার উপর বিশেষ গুরুত্ব দেয়।

# শারীরশিক্ষার নীতি

## (Principles of Physical Education)

শুভব্রত কর