

نقش ورزش در تربیت شهروند سالم

مهدی طالبی^۱، مزده نورمحمدیان^۲، حسین ادیبان^۳

^۱دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد واحد بهرمان m.hbch@yahoo.com

^۲استاد دانشگاه آزاد واحد بهرمان (استاد راهنما) m.hbch@yahoo.com

^۳دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد واحد بهرمان m.hbch@yahoo.com

چکیده:

با پیشرفت تکنولوژی و عدم تحرک کافی افراد و ایجاد بیماری‌های گوناگون و کسلی و بی‌حوصلگی افراد جامعه، بهترین و تنها راه ممکن برای داشتن جامعه‌ای پویا و بانشاط روی آوردن به ورزش، بخصوص ورزش همگانی است، که می‌تواند کلید سلامتی جامعه باشد. هدف از این مقاله بررسی نقش ورزش در تربیت شهروند سالم است که روش انجام پژوهش به روش توصیفی تحلیلی است و روش جمع‌آوری داده‌ها به صورت کتابخانه‌ای می‌باشد. که می‌بایست از طریق مطالعه‌ی کتاب‌های موجود در زمینه ورزش و سلامت و همچنین تربیت شهروندی انجام شود. در این پژوهش ما به این نتیجه رسیدیم برای اینکه جامعه‌ای پویا و بانشاط داشته باشیم و افراد جامعه قبل از اینکه به بیماری مبتلا شوند و پی به اهمیت ورزش ببرند. با فرهنگ‌سازی و روی آوردن افراد جامعه به ورزش‌های همگانی به مقابله بیماری‌ها بروند و سایر افراد دیگر که دچار بیماری نیستند، با انجام ورزش مستمر و اصولی با شادی و نشاط مفرط به کار و فعالیت روزانه خود بپردازند. و این شادی و نشاط را در جامعه رواج دهند. برای این فرهنگ‌سازی بهترین مکان، مدارس هستند که تشکیل‌دهنده نسل جوان و پویای آینده هستند.

واژه‌گاه کلیدی:

ورزش، تربیت، شهروند

مقدمه:

عقل سالم در بدن سالم است، این جمله نشان‌دهنده این است که افرادی از سلامت عقلی برخوردارند که بدنی سالم دارند، و داشتن بدن سالم در گرو تحرک و ورزش مداوم و منظم است. از این رو دغدغه اصلی مسئولین سلامت جامعه این است که شهروندانی را تربیت کنند که به ورزش اهمیت دهند، خصوصاً ورزش‌های همگانی.

در این زمینه مقام معظم رهبری در بیاناتی در خصوص ورزش همگانی فرموده اند بدین مضمون که «ورزش به عنوان یک واکسن در مقابل بسیاری از بیماری‌های اجتماعی هنوز آن گونه که شایسته است مورد توجه نیست. متأسفانه تکیه بیش از حد به بحث ورزش قهرمانی باعث شده تا امر مهم ورزش همگانی که سلامت جامعه را تا حدود زیادی تضمین می‌کند در سایه قرار گرفته است. بدون تردید در این باره یک فدراسیون و حتی وزارت ورزش به تنهایی پاسخگوی نیازها نیستند. این امر مهم باید به شکل یک قانون در همه سازمان‌های دولتی و خصوصی به مرحله اجرا در آید. یادمان نرود که هزینه کردن در مورد ورزش همگانی قبل از آن که یک خرج کردن باشد یک پس‌انداز است. سلامت روحی و جسمی افراد با پرداختن به ورزش باعث شادابی و نشاط جامعه می‌شود و دستاوردهای مهمی در بر دارد که تقریباً همه از مزایای آن با خبریم»

بیانات مقام معظم رهبری نقشه راه پیش‌برد جامعه به سمت ورزش و خصوصاً ورزش همگانی است. از این رو مسئولین امر با توجه به این بیانات ارزنده باید توجه ویژه به ورزش همگانی داشته باشند و این امر محقق نمی‌شود مگر اینکه این سنت حسنه در مدارس پایه‌گذاری و به سطح جامعه کشیده شود، همان‌طور که می‌دانید برای پیشبرد یک هدف خوب و