

***B.A. Program Course
6th semester***

Unit- I: Introduction

*1.4. Need for knowledge of Sports Psychology in the field of Physical
Education*

Presented By

Md Nasiruddin Pandit

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

Department of Physical Education

Plassey College, Plassey, Nadia

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা

মনোবিদ্যার ক্ষেত্র সুদূর বিস্তৃত। বিভিন্ন পরিবেশের পরিপ্রেক্ষিতে মানুষকে অনুশীলন করাই মনোবিদ্যার উদ্দেশ্য। ক্রীড়া মনোবিদ্যার উদ্দেশ্য হল- শিক্ষামূলক কর্মপরিস্থিতিতে মানুষের আচরণ অনুশীলন। শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার প্রয়োজনীয়তা রয়েছে শিক্ষার্থী তথা শারীরশিক্ষার শিক্ষকের, কারণ মনোবিদ্যা শিক্ষার্থী ও শিক্ষকের আচরণ সম্পর্কে অনুশীলন করতে, শিক্ষণ পদ্ধতি তৈরি করতে এবং শিক্ষণ পরিস্থিতি বিশ্লেষণে সাহায্য করে। যথা-

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

1. শিক্ষার্থীর আচরণ ও বিভিন্ন ধরনের মানসিক প্রক্রিয়া এবং বিভিন্ন ধরনের বিকাশের প্রক্রিয়া সম্পর্কে পরিপূর্ণ জ্ঞান বা তথ্য সংগ্রহের কাজ-মনোবিদ্যা করে।
2. শিক্ষককে তাঁর কর্ম পরিস্থিতিতে নানা রকম সমস্যা সমাধানের জন্য তথ্য সরবরাহ করা ক্রীড়া মনোবিদ্যার লক্ষ্য। একজন শারীরশিক্ষার শিক্ষক কিভাবে পাঠ্য বিষয়বস্তু সাজাবেন, কিভাবে তা উপস্থাপন করবেন, কি কি কৌশল অবলম্বন করলে শিখন সার্থক হবে ইত্যাদি বিষয় সম্পর্কে জ্ঞান সরবরাহ করা ক্রীড়া মনোবিদ্যার লক্ষ্য।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

3. শারীরশিক্ষণ কার্যক্রম চলাকালীন শিক্ষার্থীর আচরণের গতি প্রকৃতি বৈজ্ঞানিক ভিত্তিতে নির্ণয় করে শিক্ষক, শিক্ষার্থী, অভিভাবক এবং অন্যান্য ব্যক্তিকেও আদর্শের পথে এগিয়ে যেতে সহায়তা করে ক্রীড়া মনোবিদ্যা।
4. ক্রীড়া মনোবিদ্যায় প্রাথমিক অনুশীলনের বিষয় হল, শিক্ষার্থী যা শিশুর সহজাত কর্ম প্রবণতা, সহজাত বিভিন্ন কর্মধারা, শিশুর গতিসঞ্চালনমূলক বিকাশ, পেশী স্নায়ু সমন্বয়, ইন্দ্রিয়গত ভারসাম্য রক্ষা প্রভৃতি প্রাথমিক উপাদানের সাথে প্রবৃত্তি, প্রবৃত্তিমূলক কর্ম, তাৎক্ষণিক ক্রিয়া, প্রক্ষোভ, চাহিদা প্রভৃতি বিবেচনা করে শিক্ষা মনোবিদ্যা তথা ক্রীড়া মনোবিদ্যা।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

5. বিভিন্ন বয়সে শিশুদের মধ্যে কি কি দৈহিক, মানসিক, সামাজিক বৈশিষ্ট্য লক্ষ্য করা যায়, তার বৈজ্ঞানিক ভিত্তিতে অনুশীলন করা হয় ক্রীড়া মনোবিদ্যায়।
6. শিখনের প্রয়োগমূলক একটি সমস্যা নিয়েও ক্রীড়া মনোবিদ্যায় আলোচনা করা হয়। এই সমস্যা হল শিখন সঞ্চালনের। শারীরশিক্ষায় গতিসঞ্চালনমূলক শিখনের ক্ষেত্রে শিখন সঞ্চালন গুরুত্বপূর্ণ ভূমিকা গ্রহণ করে।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

7. এমন কিছু অবস্থা আছে, যা শারীরশিক্ষায় শিখন প্রক্রিয়াকে ব্যাহত করে। এই অবস্থাগুলি স্বাভাবিক শিখন প্রক্রিয়ার উপর প্রভাব বিস্তার করে। অবসাদ, এক ঘেঁয়েমি, অপ্রস্তুতি, সমন্বয়হীনতা প্রভৃতি অবস্থাকে শিখন প্রক্রিয়া থেকে দূরে রাখার জন্য মনোবৈজ্ঞানিক গবেষণা চলছে।
8. শিক্ষার্থীকে বিভিন্ন শিক্ষামূলক অভিজ্ঞতা অর্জনের পথে কিভাবে সহায়তা করতে হবে, সে সম্পর্কে প্রত্যেক শিক্ষকের ধারণা বা জ্ঞান থাকা উচিত। শিখন পরিস্থিতি, বিদ্যালয় পরিস্থিতি, ক্রীড়া ক্ষেত্রের পরিস্থিতি, সামগ্রিক জীবন পরিস্থিতির সঙ্গে শিক্ষার্থীরা কীভাবে সার্থক অভিযোজন করতে পারে, সে সম্পর্কে অনুশীলন করা ক্রীড়া মনোবিদ্যার কাজ।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

9. আধুনিক ক্রীড়া মনোবিদ্যার আলোচনার একটি বিরাট অংশ জুড়ে আছে শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য ও সিক্রান্তগুলি। শারীরশিক্ষা প্রকৃতপক্ষে শারীরিক কার্যক্রমের মাধ্যমে সিদ্ধ শিখন হলেও এটি শিশুর মানসিক বিকাশে বিশেষভাবে সাহায্য করে। তাই শিক্ষার্থীদের মানসিক স্বাস্থ্য হলো এটি শারীরশিক্ষার শিক্ষকের আবশ্যিক বিষয়। এক্ষেত্রে শিক্ষা মনোবিদ্যার জ্ঞান তারে সাহায্য করে।
10. শিক্ষাক্ষেত্রে শারীরশিক্ষার শিক্ষক কতকগুলি ব্যবহারিক সমস্যার সম্মুখীন হন। এই সমস্যাগুলির মধ্যে অন্যতম হল শিক্ষার্থীর কর্মক্ষমতার হ্রাস। এই হ্রাসের প্রধান কারণ হল অবসাদ, এক ঘেঁয়েমি, পরিবেশগত প্রতিকূলতা প্রভৃতি। কর্মক্ষমতা হ্রাসের দৈহিক ও মানসিক কারণগুলি অনুসন্ধান করতে ও তার সুষ্ঠু নিরসনে শারীরশিক্ষার শিক্ষককে সাহায্য করে ক্রীড়া মনোবিদ্যা।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

11. সমাজ ব্যবস্থায় শারীরশিক্ষার একটি নিজস্ব গুরুত্ব আছে। অন্যান্য সামাজিক প্রতিষ্ঠানের মত বিদ্যালয়ও একরকমের সামাজিক প্রতিষ্ঠান। তার কাজ হল সামাজিক নিয়ন্ত্রণে সহায়তা করা। কিন্তু শারীরশিক্ষা শিক্ষার অবিচ্ছেদ্য অংশ হিসাবে আদর্শ সমাজ প্রবণতার বিকাশ ঘটায়, যার মাধ্যমেই একমাত্র সামাজিক নিয়ন্ত্রণ সম্ভব। এরজন্য শারীরশিক্ষার শিক্ষকের ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞান থাকা প্রয়োজন।
12. শিক্ষার্থীদের যে কোনো উন্নতি বা বিকাশ নির্ভর করে, তার জন্মগত ক্ষমতার উপর। সে যে সকল দৈহিক ও মানসিক বৈশিষ্ট্য নিয়ে জন্মগ্রহণ করেছে, তার উপর ভিত্তি করেই তার বিকাশের পরিকল্পনা রচনা করতে হয়। শারীরশিক্ষার শিক্ষকের দায়িত্ব হল প্রত্যেকটি শিক্ষার্থীর স্বাভাবিক বিকাশে সহায়তা দান করা। এই বিষয়ে ক্রীড়া মনোবিদ্যা শারীরশিক্ষার শিক্ষককে সাহায্য করে।

শারীরশিক্ষায় ক্রীড়া মনোবিদ্যার জ্ঞানের প্রয়োজনীয়তা...

সবশেষে বলা যায়, শিক্ষকের কাজ শুধু শিক্ষার্থীর জীবন বিকাশে সহায়তা করাই নয়, সেই বিকাশ শিক্ষকের প্রচেষ্টায় ও শিক্ষার্থীর আত্মসক্রিয়তায় কোন পর্যায়ে এসে পৌঁছেছে তাও বিচার করে দেখার দায়িত্ব শিক্ষকের। সুতরাং শারীরশিক্ষা ও খেলাধুলার উন্নয়নে ক্রীড়া মনোবিদ্যার প্রয়োজন

ধন্যবাদ