

دیگر اطمینان داریم که اطلاعات تاریخی و محلی ایشان در خصوص خوزستان زیاد است و باین نظر بود که مقالات ایشان را در انتقاد کتاب مستشرق معروف انگلیسی درج کردیم. البته اگر از طرف پرفسور له استرانیج یا دیگری از نویسندگان انتقاد نامه ای بر این خرده گیری ها برسد بانهایت امتنان درج خواهیم کرد.

(د. ا.)

قابل توجه عموم

نظریات متخصصین در باره

## لزوم بازی و تربیت بدنی

مخصوصاً در مدارس

بقلم آقای ورزنده

عقیده تمام متخصصین تربیت اطفال اینست: « بازی برای حفظ صحت و سلامت بچهائی که در مدارس میباشد لزوم داشته و این مسئله ناندازه نوشتن و خواندن در تدریسات ابتدائی اهمیت دارد. یعنی در مدارس در ردیف معلم قرائت، معلم خط و معلم حساب یک نفر معلم بازی هم لازم است »

سوئدیها که فضائل اخلاق و ترقیات افکار آنها دنیا را دچار حیرت نموده است متجاوز از شصت سال پیش یکباب دارالمعلمین بازی در (نه نس) واقعه در حوالی شهر (کته برگ) تاسیس نمودند. بعد از دائر شدن آن مؤسسه مهم از تمام ممالک متمدنه هر سال غده ای معلم و معمله برای کسب تخصص در بازی بدانجا اعزام و امروزه بازی در مدارس اروپا جزو برگرام درس میباشد یعنی وقتیکه میخواهند مدرسه ابتدائی تاسیس نمایند قبل از هر چیز تهیه باغ وسیعی را برای بازی بچه ها در نظر میگیرند

سابقاً علما چنین تصور میکردند که بچه فقط برای خواندن و نوشتن باید مدرسه برود و ابدأ اهمیت بازی را ملتفت نبوده بلکه عقیده شان این بود که بچه بایستی ساکت، محجوب و حلیم بوده و اینها از صفات ممیزه اطفال محسوب میشد. بعلاوه فعالیت و حرکات طفلی که دوران خون قوی او را بجهت وخیز باز میداشت گناهی مستلزم مجازات بود. آری در اوایل اطفالی را که شوق بازی داشتند تنبیه کرده و حالا کسانیکه بازی نمیکند دچار مجازات میشوند.

اطفال بدون شبهه بازی را بیش از درس دوست دارند زیرا بازی يك احتیاج خیلی طبیعی است. بازی در بچه تولید شادی و مسرت نموده، بچه بوسیله بازی میخندد و از بازی لذت میبرد. البته ذوق و مسرت هم موجب صحت و سعادت است. بچه قبل از شروع برآه رفتن اقدام ببازی نموده، داد میزند و میخندد و قتیکه عضلات او بحدی رسید که بتواند سر پا بایستد فوراً میل بدویدن و پریدن پیدا میکند زیرا این حس در خلقت بشر میباشد. هر بچه که از این ذوق حیات یعنی بازی و خنده محروم گردد مانند گلی که از آبیاری محروم شده باشد محققاً پژمرده و خراب میشود و در واقع جلو گیری از بازی بچه مثل اینست که حق زندگانی و حیات را از وی سلب نمایند.

فیلسوف معروف (استوارت میل) در یاد داشتهای خود مینویسد: من تا ۲۵ سالگی بواسطه اشتغال بفعالیت دماغی فوق العاده قلبم محزون و روحم مأیوس بود. دکترها توصیه کردند که با شعر و ادبیات مشغول شوم ولی از این اشتغال نتیجه ای حاصل نشد. عقیده من اینست که این حالت پژمردگی و یأس از حیات مربوط به تربیت ابتدائی من میباشد که مرا مثل سایر بچه ها بزرگ نکردند. من هیچ یادم نمیآید که مانند سایر اطفال بازی کرده باشم این محرومیت من از ذوق، سرور

و بازیهای گوناگون زمان طفولیت مرا مدت طولانی دچار غم و الم نمود»  
 بعد از وفات استوارت میل ( اسپنسر ) معروف در مقاله مهمی که  
 در تعریف استوارت میل نوشته چنین میگوید « کسی بخاطر ندارد که  
 این فیلسوف در مدت حیات خود وقت خویش را بیهوده بسر برده و  
 یا زمانی بخرنده و شادی اشتغال داشته باشد »

ابداً صحیح نیست که بچه را عبارت از دماغ صرف خیال کرده و فقط  
 برای نمو قوای عقلی او کوشید .

در واقع بواسطه اینکه تأمین معیشت و اداره زندگی انسان  
 منوط بتربیت معنوی او میباشد هر کسی اولاد خود را عوض اینکه  
 انسان کامل العیار نماید تنها سعی بعالم بودن او میکنند ولی نباید فراموش  
 کرد که حیات عبارت از یک منازعه دائمی است کسانیکه در موقع خود  
 وجود خویش را حاضر باین منازعه اجتماعی نمیکند زود مغلوب و مضمحل میشوند  
 بچه ها بوسیله بازیها بسیاری از اوصاف مادی و معنوی فرا  
 گرفته : جسور ، چست ، چالاک ، دارای سرعت انتقال و فعالیت میشوند  
 وجود آنها ب سرعت حرکت عادت نموده ، اوصاف و مزایای اجتماعی مانند  
 معاونت بیکدیگر ، اتحاد و انفاق یاد میگیرند . چیزیکه هست بایستی از  
 بازیهاییکه موجب اشتها بر شخص بوده غلبه انفرادی را تأمین مینماید  
 حتی الامکان اجتناب نمود . در مسابقه های بازی که بین اطفالی که سن ،  
 استعداد و قوه بدنیشان با همدیگر فرقی ندارد ترتیب داده میشود بایستی  
 غلبه را با اکثریت آنها تأمین کرد و دائماً ملتفت این نکته شد که در  
 بازی : « من بردم ، من اول شدم » بصیغه مفرد گفته نشده و همیشه « ما  
 بردیم ، ما اول شدیم » بگویند . این قبیل بازیها بچه ها را در این دوره  
 غیر مساعد سن آنها از دعای خطرناک و بر محذور حفظ میکنند . بایستی  
 عدم کامیابی آنها را که سن و با استعداد بدنیشان کمتر از سایرین است  
 معاونت و کمک رفقای آنها مستور نموده و از برخوردن بعزت نفس آنها

اجتناب نمایند و برای بردن بازی بایستی کار کردن بالاتفاق تمام اطفال را که در آن شرکت می نمایند تأمین نمود.

بچه ها از این قبیل بازیها که فعالیت اعضا را زیاد می نماید درسهائی برای زیاد کار کردن در مدت کم در منازعه حیات تطبیق قانون عملی تقسیم کار بین افراد فرا گرفته و عملاً لزوم و اهمیت کار کردن را در مقابل تنبلی تقدیر می نمایند. معاین بایستی مراعات حقوق بچهائی که در اثنای بازی در افعال و حرکاتشان آزاد و مستقل میباشند نسبت بهم دیگر دقت نموده و آنها را با اجتناب از مرقم افراط و رقابت شخصی وادار کنند برای بازیها فضائی لازم است که لااقل پنججاه قدم طول و ۲۵

قدم عرض داشته باشد و اگر چنین پیش بیاید که در محل های کوچکتر از آن و یا سالونها بازی کنند لازم است از عده بازی کن ها کاسته و بعضی تغییراتی باقتضای وقت در بازیها بعمل آورد و مدت ادامه و طرز انتخاب بازیها را مطابق تحمل بچهها و فصل سال معین کرد. همانطوریکه اجرای بازیهاییکه مستلزم شدت حرکت و خستگی آور است در فصل تابستان جایز نیست در موقع زمستان هم اجرای بازیهای که فعالیتش کمتر میباشد در هوای آزاد مجاز میباشد.

فعالیت جسمانی بچهائییکه از سه تا بچه های سه ساله هفت سال دارند فقط عبارت از بازی است. اگر تا هفت ساله چه خالی از فائده نیست که هر روز صبح بچه با استعانت پدر یا مادر های خویش پنج الی ده

دقیقه دست و پی خود را تکان داده بعضی حرکات مربوط بوزنهای تربیتی نماید ولی چیزیکه هست عده این قبیل پدر و مادر که بتوانند چنین حرکاتی را باطفال خود یاد دهند خیلی محدود است. بنا براین با اجرای بازیهای آزاد بچنین بچهها میشود اکتفا نمود زیرا وجود و دماغ آنها هنوز طوری نیست که بتوانند تحمل خستگی که از حرکات تربیتی تواند

میگردد بنمایند .

نحت نظارت آوردن بازیهای منفرد و آزاد بچها وظیفهٔ ابوبن است . مثلاً : بایستی به بچه ای که در باغچه و یا حیاط خانه اتصالاً داد زده ، دویده ، بریده ، توپ بازی کرده و یا روی يك پالیلی میروند اخطار نمود که در موقع عرق کردن نباید آب سرد بخورد و همچنین موقعی که میخواهد از روی طناب که دستش میباشد بپرد باید اعلان کرد که در حین افتادن زمین زانوهای خود را خم نکرده و در موقعیکه میخواهد توپ را پرت کنند هر دو دست خویش را بکار بیندازد .

در مدارس ابتدائی معلمین باید در باغچهٔ مدرسه بازی را خودشان عملاً به بچها یاد داده بعضی بازیها را با اتفاق آنها کرده گاهگاهی اشتباهات آنان را اصلاح نمایند . ممکن است علاوه از بازیهای منفردانهٔ آزاد بیازبهای مجتمع آزاد هم آنان را باز داشت .

از سن هفت ببعده بازیهاییکه مربوط

از سن هفت بقواعد مخصوصه میباشد شروع میشوند بایستی

از این سن ورزشهای آنها قسمتی از بازی و قسمت

دیگر از حرکات تربیتی بدنی مرکب بوده باشند .

برای انتظام و انضباط بچها به دیسیپلین احتیاج ندارد بلکه خطای محض

است که اگر بخواهند قوانین نظام را در مدرسه تطبیق نمایند . زیرا

خوب نیست که بچه را با يك اطاعت مطلقه کور کورانه بحالت يك

ماشین متحرکی مبدل نمود بنا بر این معلم باید در سایهٔ منانیت اخلاق

نفوذ نظر و اطلاع خود در « پدا کوژی » تربیت آزادی بشاگردان

خویش بدهد .

موقع بلوغ بچها خطرناکترین زمان سن آنها

میباشد در اینموقع تغییرات مهمی در تمام اعضاء

شروع میشود ، تعب عضلی عارض آنها شده

در اغلب آنان انفعالات عصبی دیده میشود . بعضی

موقع

بلوغ

از آنها حالت مغموم بخود گرفته سکوت اختیار میکنند. در این دوره لازم است حرکت و فعالیت را بالنسبه تقلیل داده از افراط‌هاییکه موجب صرف قوت زیاد بوده ازسوار شدن دو چرخه ، دویدن مسافت زیاد و از بازیهای ممتد توب اجتناب نمود. هرگاه فکر و بدن یجهاییکه در این سال هستند دچار خستگی های زیاد شود ممکن است دچار مرض قلبی و سل گردند. بعد از شانزده سالگی میتوان فعالیت کاملی به بدن داد حالا دیگر تربیت بدنی بمنزله اسلحه مؤثری در مقابل هر نوع سوء استعمالات میباشد برای محافظت بجها از استعمال دخانیات ، مشروب و هر قسم اقدامات نامشروع و ورزش بهترین نصاب و مؤثر ترین تنبیهات میباشد.

پس از اینکه بدن را با تربیت بدنی حاضر نمودند

بایستی شروع باسپورها کرد زیرا اینها مستلزم

اسپور

فعالیت شدید فکری و بدنی میباشد. در اسپور

منتها آمال غلبه بوده و یک زندگانی منازعه تفریحی

است. جوانها برای غلبه کردن قوای حیاتی خود را صرف مینمایند ،

بدنهائیکه هنوز خود را برای چنین مبارزات شدید و طاقت فرسا حاضر

نکرده اند زود پژمرده و خراب میشوند و در موقعیکه استفاده کامل از

خودشان باید بکنند از اینجهت مریض و نابود میشوند از این لحاظ است

که ما تنها فوتبال را بطرز بازی در مدارس نافع و بشکل اسپور مضر میدانیم

بازی و ورزش لازم غیر مفارق بکدیگر بوده

بازی

و بتجربه ثابت شده آنهائیکه در بازیهای اسپور

و اسپور

بیش از همه پیشرفت مینمایند همانها هستند که

بوسیله ورزش وجودشان را خوب حاضر کرده

و همچنین آنهائی که خوب ورزش میکنند اشخاصی میباشد که در

بجگی مابین اقران خویش امتیاز داشته اند.

در ورزش اصول تربیت مصنوعی ولی مؤثر میباشد بازی یک قسم فعالیت طبیعی بوده ولی

مستقلاً اصول تربیتی نیست بنا بر این همانطوریکه بازی بجای ورزش اقامه نمیشود و ورزش هم بدون بازی اصول تربیت ناقصی است. در اینصورت برای اینکه تربیت بدنی بیک طرز معقول و مکملی بوده و نتایج بسیار سودمندی بدهد لازم است این دو قسم فعالیت را متفقاً تطبیق نمود.

بازی فعالیت مولد از احتیاجیست که بچه‌های کامل الصبحه برای استهلاک و صرف قوت زیاد خود محتاج به آن هستند. مطابق عقیده دکتر (دومور) بچه‌هاییکه صحت آنان مختل و بفقرا الدم مبتلا میباشند مایل ببازی نمیشوند زیرا بودجه حیات آنها مساعد بصرفیات زیاد نیست.

در ورزش این جریان طبیعی وجود ندارد. در ورزش شخص دیگری حرکات بدنی بچه را برطبق احتیاجات او تعیین و تقدیر مینماید. بچه صاحب مطلق حرکات ورزش خود مانند بازی نیست بلکه برعکس در این حرکات مانند ماشینی است که مطابق قوانین و قواعد مرتب حرکت میکند.

بازی مولد ذوق و سرور بوده، بچه بوسیله بازی میخندد، تفریح میکنند و شاد میشود ولی ورزش ماهیت جدی تر داشته و فن مخصوصی است هرگاه بعد تعلیم داده شود دل خفته بوده ولی در عین حال معاصی که واقف بصنعت خود میباشد میتواند درس ورزش را مانند دروس سایر فنون پسند شاگردان خود نماید. برای اینکه شاگرد ورزش عشق پیدا کند لازم است علت هر حرکت و فوائد آنرا باو حالی نمود. اهمیت بازی بوسیله احساس و اهمیت ورزش بوسیله عقل و منطق معین میشود از اینجا معلوم میگردد که بازی نسبتاً دماغ را کمتر اشغال نموده فعالیت دماغی فقط در موقع شروع بازی لزوم دارد یعنی بچه برای فهمیدن ماهیت بازی ذهن خود را بکار میاندازد و هر قدر بازی بکنند با آن کسب الفت نموده بدون اینکه لزومی بفعالیت فکری داشته باشد آنها را بدون اراده انجام میدهد. مثلاً بچه ای که در

تمام عمرش از روی مانعی نپریده است اگر طمانی دستش گرفته اقدام به بردن نماید پس از اینکه آنرا از طرف پشت از بالای سرش گردانیده و بمحض اینکه روی پاهایش رسید لازم است در موقع خود بسرعت بریده و متعاقب رسیدن بایش بزمین با حرکت مسلسلی هم بریده و هم طناب را منظماً بچرخاند. برای این عمل اشتغال متناهی فکر بجه اقتضا نموده ولی بعد از اینکه اعضای بدن او بنظم و نسق این حرکات مختلف عادت نمود دیگر لزومی ندارد که مثل سابق افکار خود را بهمان دقت و شدت بکار بیاندازد و آن حرکات شکل «انومانیک» بخود میگیرد.

این نظریه را در سواری دوچرخه بهتر میتوانیم بفهمیم. فعالیت فکری در ابتدای سواری برای اینکه روی آن موازنه خود را حفظ و زمین نیفتیم خیلی شدید و احتمال توجه قوای فکری انسان در اینموقع بجزئیهای دیگر نیست ولی پس از اینکه عضلات و مفاصل در این عمل ورزیده شدند و در سایه حرکات و آهنگ مخاطرات افتادن و برآستن دفع گردید دیگر انسان نه برای کسب موازنه و نه برای سوق و اداره ماشین احتیاج بصرف ذهن خواهد داشت.

در ورزشهای تربیتی هم برای اجرای هر حرکتی بفعالیت دماغی احتیاج داریم.

وجودیکه بر اثر بازی بفعالیت آمده، چابک و فعال بوده عضلات هم کسب قوت میکنند ولی بوسیله بازی ممکن نیست تناسب لازمه را باندام داد، حرکات «فیزیولوژی» که لزوم و اهمیت آنها موافق طرز تشکیل عضلات معین گردیده فقط ورزش اجرای آنحرکاترا تحت اصول و قاعده معین در میآورد.

بمقیده اینجانب بهترین وسیله برای امتحان اخلاقی، فکری، تربیتی و سایر مزایای انسانی در باره طفل و یا جوانان همانا واداشتن آنها ببازی است