

تقویت روح و جسم

در ادامه این مراسم به سراغ چند نفر از دانش آموزان و والدین آنان رفتیم و دربار همایش والدین و دانش آموزان در اجرای ورزش همگانی در ساعت اولیه صبح پرسیدیم حمید جعفری نژاد، کارشناس بانک است. او گفت: ورزش صبحگاهی و مشارکت والدین و دانش آموزان مکملی برای افزایش انگیزه و ایجاد روحیه با نشاط است. وی اذعان کرد: ورزش همگانی علاوه بر این که جسم را تقویت می کند، باعث کاهش بسیاری از مشکلات روحی و روانی می شود و امیدوارم شاهد تقویت همین الگوها در سطح شهر و کشور باشیم.

ورزش کردن آسیب های اجتماعی را کاهش می دهد

وی ادامه داد: آن چیزی که به فرهنگ خانواده و جامعه خدشه وارد کرده است، ورود به فضای مجازی بدون برنامه ریزی است. اما فعالیت های ورزشی همگانی و حضور والدین در کنار فرزندان شان در این برنامه ها می تواند به نزدیکی بیشتر آنها به هم کمک کند که بدون شک نتایج تربیتی خوبی دارد. وی با اشاره به این که ورزش به صورت علمی و تخصصی در حال پیشرفت است افزود: برخی از والدین ورزش را به صورت علمی و تخصصی دنبال نکرده اند، بنابراین نگاه فنی و تخصصی به ورزش ندارد و در صورتی که دانش آموزان از والدین درخواست آموزش داشته باشند، احساس ضعف و کمبود می کنند. بنابراین اگر این فرآیند همگانی شود والدین همگام و همراه با فرزندان شان حرکت کنند، انگیزه دانش آموز برای توجه به ورزش و دوری جستن از فضای مجازی که گریبان گیر بیشتر خانواده ها است کاهش می یابد. وی ادامه داد: فعالیت های ورزشی مانع وسوسه محکم در برابر آسیب های اجتماعی دانش آموزان است و باید با نگاهی علمی و تخصصی به آن نگر بست و این همایش برای من کلاسی آموزشی بود. مثلاً یاد گرفتیم چگونه در یک فضای محدود طناب زنی را انجام دهیم و خیلی خوشحالم که می توانم همگام و همراه با فرزندانم ورزش کنم.

ورزش را وارد سبد خانواده می کنم

جواد مرشدلو، یکی دیگر از والدین گفت: فرصت های زیادی برای ورزش را از دست دادم و در واقع انگیزه ورزش کردن را نداشتم، اما امروز با برگزاری این همایش روحیه مضاعفی گرفتم و تشویق شدم با جدیت بیشتری به ورزش بپردازم. وی اجرای این برنامه را خوب توصیف کرد و ادامه داد: اشتغال و کار فرصت ورزش را از من گرفته بود، اما امروز تصمیم گرفتم ورزش را وارد سبد خانواده کنم و بر اساس تمرین و حرکات کششی که توسط دبیر ورزش فرزندانم فرآیند گرفتیم، دست کم روزی چند دقیقه را برای سلامتی خانواده و خودم آنها را انجام دهم.

زنده شدن حال و هوای دوران مدرسه برای والدین

احمدزاده، یکی از بانوان شرکت کننده در این همایش گفت: ورزش و صرف صبحانه در محیط مدرسه زنده شدن خاطرات دوران تحصیل ما را به همراه داشت و این امر روحیه ای مضاعف و با نشاط را برای ما ایجاد کرد. از سوی دیگر با والدین دوستان فرزندانم از نزدیک آشنا شدم و این امر در تربیت و رشد فکری فرزندان و تقویت روابط عاطفی کمک شایانی می کند. وی خواستار تداوم این برنامه ها شد و ادامه داد: امیدوارم این برنامه حداقل ماهی یک بار انجام شود تا به نوعی این روابط و آموزش ها تداوم داشته باشد.

توجه رسانه ها به ورزش

یکی دیگر از اولیا که کارمند است و در کنار فرزند خود به ورزش پرداخت در باره اجرا و مشارکت والدین و دانش آموزان در همایش ورزش همگانی گفت: ورزش می تواند یک هماهنگی و اولویت بخشی برای تقویت روابط عاطفی دانش آموزان و والدین باشد و خیلی خوشحالم که یکی از روزهای با نشاط زندگی را با ورزش و در کنار فرزندانم تجربه کردم و همین جاز از دبیر ورزش مدرسه آقای اسماعیلی و مدیر دبستان که زمینه این مشارکت را فراهم کرد تشکر و قدردانی می کنم. علیرضا رحمانی ادامه داد: بارها در رسانه های کشور خواندیم که فرهنگ مطالعه در منزل توسط والدین می تواند توسعه و ترویج پیدا کند و فرزندان زمانی به مطالعه ترغیب می شوند که والدین مطالعه را بخشی از زندگی خود قرار دهند و ساعتی را همگام و همراه فرزندان به مطالعه کتاب های مفید بپردازند. خوب این خیلی خوب است، اما لازم است برای ایجاد شادابی و نشاط در میان فرزندان و والدین راهکار نشان دهند و من فکر می کنم یکی از برنامه هایی که می تواند برای تقویت روحیه شادابی و نشاط و دوری از استرس و اضطراب موثر باشد، پرداختن به ورزش همگانی است که لازم است رسانه ها توجه بیشتری به آن نمایند. رحمانی افزود: تصور نمی کردم از این همایش چنین استقبال شود، اما خوشبختانه استقبال و مشارکت خوبی از سوی والدین در اجرای این همایش صورت گرفت.

در نظام آموزشی و

تربیتی، به خصوص در مدارس ابتدایی باید طرح هایی به اجرا گذاشته شود که پدر یا مادر دانش آموز نسبت به مسائل آموزشی و تربیتی علاقمند و آگاه شوند

