



مدرسه سلامتی

گزارش: تهمنه حدادی
عکس: غلامرضا بهرامی

این رشته‌ها را یاد می‌گیرید:

- والیبال
- ژیمناستیک
- فوتبال (پسران)
- بدمینتون (دختران)
- شنا
- تنیس
- دو و میدانی
- بسکتبال
- کشتی (پسران)
- تیراندازی (دختران)

این درس‌ها را می‌خوانید:

- شناخت تأسیسات و مکان‌های ورزشی
- فیزیولوژی
- آزمون‌های ورزشی
- تغذیه و بهداشت مواد غذایی
- ایمنی و کمک‌های نخستین

این ویژگی‌ها را دارید؟

- اعتماد به نفس
- قابلیت فهم و تفکیک رشته‌ها
- سلامت کامل جسمانی
- آمادگی جسمانی
- داور مسابقات ورزشی
- مربی و کمک مربی رشته‌های مختلف
- سرپرست تیم‌های ورزشی
- سرپرست مکان‌ها و تأسیسات ورزشی

و

● اگر حوصله رژیم‌های غذایی را ندارید. اگر با اولین آسیبی که می‌بینید دلسرد می‌شوید، اگر از خودتان می‌پرسید آخرش که چه! اگر تنبلید، اگر دلسردید اینها را نخوانید، اما اگر عشق ورزشید و دلتان می‌خواهد همه انرژی‌تان تخلیه شود بد نیست دنبال ما بیایید.

معلم‌های مدرسه تربیت‌بدنی چه چیزهایی به ما یاد می‌دهند؟

معلم‌های این مدارس مانند بقیه معلم‌ها ریز به ریز و جزء به جزء حرکات ورزشی را به دانش‌آموزها یاد می‌دهند؛ چطور یک راکت را در دست بگیریم، با چه زاویه‌ای توپ را بزنیم، انواع شناها چه شکلی‌اند، چطور بدویم که آسیب نبینیم، چطور از خرک استفاده کنیم... آنها از اول، الفبای ورزش را به دانش‌آموزها می‌آموزند. حسین بنی‌احمدی و سید مهران باقری همه اینها را به ما می‌گویند.

● اگر فکر می‌کنید مدرسه‌ای که استخر دارد فقط توی فیلم‌هاست،

در اشتباهید. همین بغل گوش‌تان در مدرسه‌های «تربیت‌بدنی» هم استخر هست، هم زمین والیبال و بسکتبال و فوتبال...

توی این مدرسه‌ها نه تنها دویدن جرم نیست، بلکه امتیاز هم دارد.

● اگر اعصاب‌تان از دست زنگ ورزش خط‌خطی است که چرا نمی‌شود یک رشته ورزشی خاص داشت، خوب است بدانید توی هنرستان‌های «تربیت‌بدنی» علاوه بر اینکه چند رشته ورزشی را یاد می‌گیرید، می‌توانید یکی را به عنوان رشته مورد علاقه‌تان انتخاب کنید و آن را به طور حرفه‌ای ادامه دهید و به باشگاه‌های مهم و حتی تیم‌های ملی بپیوندید. خیلی از دانش‌آموزان این مدرسه‌ها، عضو تیم‌های مهم ورزشی هستند.