

يتحدثون بها والطريقة التي يتصرفون بها. وبينما يمكن أن يتحقق المدخل الإيجابي لأسلوب الحياة النشط من خلال روح المدرسة، فإن هناك خرق وأساليب أخرى مفتوحة للمدارس الابتدائية. ويستكشف الجزء المتبقي من الفصل فرص المنهج والمنهج الموسع في تحسين وترقية النشاط البدني بين الشباب.

فرص المنهج:

إن ترقية النشاط البدني وتحسينه ليس قاصرا على فرص المنهج في دروس التربية البدنية. فبينما يمكن أن يستمتع الأخفـال بالرقص أو بمباريات تنس قصيرة في دروس التربية البدنية، فإن هناك تأثير خويل المدى ، إذا ساعدت في فهمهم لسبب وخريقتة تحسين أسلوب الحياة والنشط لجودة الحياة. وفي السنوات الأخيرة تم تطوير كثير من المصادر لمساعدة معلمي المدارس الابتدائية في تعليم الأخفـال عن النشاط البدني وعن الجسم.

وبينما لم يكن هناك مسح للمدى الذي عنده تم تضمين هذا المجال في تعليم الأخفـال، يمكن أن يكون هناك بعض الثقة بأنه واسع الانتشار وليس لأنه جزء من المنهج القومي. ويمكن أن تخاخب المدرسة العلاقة بين النشاط البدني والصحة من خلال المراحل الأساسية الأولى والثانية في عدة برامج لدراسة المنهج القومي.

العلوم: عمليات الحياة والكائنات الحية.

المرحلة الأساسية الأولى : ينبغي تعليم التلاميذ أن التمرين يساعد البشر في أن يكونوا أصحاء.

المرحلة الأساسية الثانية: ينبغي تعليم التلاميذ تأثير التمرين والراحة على معدل ضربات القلب. (DfE, 1995: 40 , 45)

التربية البدنية:

المرحلة الأساسية الأولى والثانية: ترقية وتحسين النشاط البدني وأساليب الحياة الصحية، ينبغي تعليم الأخفـال ما يلي:

أ - أن يكونوا نشطين من الناحية البدنية.

ب - أن يتبنوا أفضل وضع ممكن والاستخدام الملائم للبدن.

ج- أن ينخرجوا في أنشطة تنمي وتطور وتحسن صحة القلب والأوعية الدموية، والمرونة، وقوة العضلات، والتحمل.

د - الحاجة المتزايدة للصحة الشخصية وعلاقتها بالنشاط البدني المقدم بالحيوية. (DfE, 1995: 114)