أكبر، لتقليل واحد من الآثار السلبية المعروفة للنشاط البدني – ألا وهو خطر الإصابة العضلية والعظمية.

الخاتمة:

يشير بحث دراسة الحالة المفصل في هذا الفصل إلى أن معلمي التربية البدنية في المدرسة الابتدائية لاسيما من تقع على عواتقهم مسؤوليات قائد المادة، ينبغي أن يشاركوا على نحو أكثر فعالية في أنشطة المدرسة التي ترقي الصحة. وينبغي مساعدتهم في مهمتهم من خلال التدريب الأولي الملائم للمعلم ومواصلة فرص التطوير المهني التي تمكنهم من تطوير الخبرة الضرورية لتقديم مساهمة ذات قيمة.

وينبغي أن تكون سياسة التربية البدنية المدرسية واضحة في جميع المدارس التي تسعى إلى تحقيق مستوى المدرسة التي ترقي الصحة وتحسنها. وينبغي أن تفصل الدور الذي تلعبه الأنشطة البدنية بالمنهج والإضافية على المنهج للوصول إلى توصيات HEA, 1998 الابتدائية والثانوية. ويتضمن ذلك الانتباه للدور الذي يجب أن تلعبه برامج التربية البدنية والإسهام العام في تحقيق هدف ساعة واحدة يوميا من النشاط البدني متوسط الكثافة على الأقل. وينبغي أيضا أن توثق بخريقة تقديم الفرص، على الأقل مرتان في الأسبوع ، حيثما أمكن ، للمشاركة في الأنشطة التي تعزز القوة العضلية والمرونة وتحافظ عليها. وينبغي أن نتوقع من المدارس التي تسعى لتحقيق مستوى المدرسة التي ترقي الصحة وتحسنها أن تظهر كيف يتم دعم المنهج الرسمي من خلال الفرص الخارجية على المنهج للمشاركة في النشاط البدني. فالإشراف على أنشطة المنهج والأنشطة الخارجية على المنهج يجب أن يستثار من قبل هدف تسهيل المشاركة مدى الحياة في النشاط البدني.

الفصل الخامس