

## תשובון – מה הקשר לכושר?

1. בטקסט 1 הכותב מעוניין להדגיש את ההשפעה החיובית שיש לפעילות גופנית ולכושר גופני על הישגים לימודיים, וזאת כדי שמשרד החינוך יכיר בכך שחשיבותם של שיעורי החינוך הגופני לא פחותה מחשיבותם של השיעורים העיוניים.
2. הטענה המרכזית של טקסט 1 היא: כושר גופני ופעילות גופנית עשויים לשפר הישגים לימודיים במקצועות עיוניים.
3. בדיקות מדידה של גוף האדם, הכוללות מדידת גובה, משקל והיקף מותניים.
4. בטקסט 2 מדווחים ממצאי מחקר על הבדלים בין בנים לבנות בקשר שבין מדד מסת הגוף (BMI) לבין הגדרת "קורבניות" ומעמד חברתי נמוך. בקרב בנים ככל שמסת הגוף נמוכה יותר כך הנטייה ל"קורבניות" ולמעמד חברתי נמוך גבוהה יותר. לעומת זאת בקרב בנות הקשר הוא הפוך, ככל שמסת הגוף גבוהה יותר, הנטייה ל"קורבניות" ולמעמד חברתי נמוך גבוהה יותר.
5. טקסט 2 משרת את מטרת הכותב בטקסט 1, משום שהוא מצביע על קשר חיובי בין פעילות גופנית וכושר גופני לבין הערכה חברתית ומעמד חברתי. על פי ממצאי המחקר שהוצג בטקסט, ילדים העוסקים בפעילות גופנית הם בעלי מעמד חברתי גבוה יותר. מטרת הכותב בטקסט הראשון היא להצביע על חשיבות העיסוק בפעילות גופנית, ולכן גם טקסט 2 משרת מטרה זו.
6. לאחרונה פורסם כי לקראת שנת הלימודים הבאה משרד החינוך שוקל לקצץ בשעות שיעורי החינוך הגופני בחטיבות הביניים ובחטיבות העליונות, כדי לפנות שעות אלה ללימודים עיוניים. אני סבורה, ששיעורי חינוך גופני בבתי הספר חשובים לא פחות משיעורים במקצועות עיוניים ומהכנה לבחינות הבגרות. ידוע ממחקרים שנערכו בשנים האחרונות במקומות שונים בעולם, כי כושר גופני מגדיל את הסיכויים להצליח בלימודים אקדמיים ולהגיע להכנסה גבוהה יותר. כך למשל ממחקר שנערך בקנדה עולה, כי בבתי ספר שהפעילו תוכנית התערבות שבמסגרתה הורחבו שעות שיעורי החינוך הגופני, ההישגים הלימודיים של התלמידים היו גבוהים יותר מאשר בבתי ספר שבהם לא הופעלה תוכנית התערבות. מחקר נוסף שנערך בספרד מחזק את הממצאים, ומגלה כי לפעילות גופנית ולכושר גופני יש גם השפעה חיובית על הערכה עצמית של תלמידים ועל מעמדם החברתי. מחקרים נוספים מגלים כי שילוב פעילות גופנית עם מוזיקה, בעיקר בתחילת הדרך, משפיע לטובה על המתאמנים. לכן מומלץ לשלב גם מוזיקה בשיעורי החינוך הגופני.
- לסיכום, לא רק ששיעורי חינוך גופני אינם פוגעים בהישגים לימודיים הם אף עשויים לשפר אותם. לפיכך אני ממליצה למקבלי ההחלטות במשרד החינוך לא לקצץ אלא להרחיב את שיעורי החינוך הגופני לכלל תלמידי בתי הספר.