

แนวความคิดและแนวโน้มทางพลศึกษาในประเทศไทย

การพลศึกษาของไทยได้เริ่มวางรากฐานที่ถูกต้องมาตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 เป็นต้นมา ด้วยความสำคัญของการพลศึกษา รัฐจึงจัดให้มีการเรียนการสอนอย่างกว้างขวาง และการพลศึกษาเป็นพื้นฐานสำคัญที่สร้างพลเมืองที่แข็งแรง ทำให้เกิดผลต่อการพัฒนาประเทศ

ก. แนวความคิดทางพลศึกษา

ปัจจุบันมีแนวความคิดจากนักการพลศึกษาและบุคคลสำคัญของชาติ ซึ่งทำให้ชาวไทยมีความคิดก้าวหน้าทั่วโลกและเห็นคุณค่าของการพลศึกษาคือ

ถ้าชาวสยามในปัจจุบันและอนาคตมีน้ำใจ เป็นนักกีฬาด้วยกันทั้งหมด ประเทศสยามก็จะมีกำลังวังชาไม่แพ้ใครเลย ชาวสยามในภายหน้า เราต้องการให้เป็นดังนี้ แต่จะเป็นได้สมปรารถนา ก็ต้องอาศัยการอบรมอย่างเดียว จึงเป็นหน้าที่ของเราทุกคนที่จะต้องเรียนกัน

พระบรมราชโองการของพระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัวพระราชทานงานประจำปี ของวชิราวุธวิทยาลัย พ.ศ. 2475

วิชาพลศึกษาคือการศึกษาแขนงหนึ่ง ซึ่งมีวัตถุประสงค์และความมุ่งหมาย เช่นเดียวกับการศึกษาอย่างอื่น คือ เป็นวิชาที่ส่งเสริมให้นักเรียนได้มีการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม จะแตกต่างจากวิชาอื่นบ้างก็ตรงวิธีการและสื่อที่นำมาใช้ พลศึกษาใช้กิจกรรมการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาเป็นสื่อกลางของการเรียน

วรศักดิ์ เพียรชอบ

วิชาพลศึกษานั้นผู้เรียนสามารถใช้วิชาความรู้ด้านอื่น ๆ มาประยุกต์ใช้ได้ เช่น วิชาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ฟิสิกส์ ฯลฯ และในทำนองเดียวกันผู้สอนก็สามารถสอนวิชานี้ให้สัมพันธ์กับการเรียนความรู้ในวิชาอื่น ๆ ได้เช่นกัน เช่นกับวิชาสุขศึกษา วิทยาศาสตร์ เป็นต้น

พอง เกิดแก้ว

"การพลศึกษานี้มีความหมายอย่างยิ่งกว่าการศึกษา นักการศึกษาและประชาชนทั่วไปมักจะเข้าใจว่า พลศึกษาคือการกีฬา และมักจะถือว่าเมื่อได้จัดการแข่งขันกีฬาหมายถึงว่าได้จัดการพลศึกษาเสร็จสิ้นสมบูรณ์แล้ว"

ดร. บัญญา สมบูรณ์ศิลป์

"ถ้าหากโครงการพลศึกษาดีแล้ว การกีฬาซึ่งเป็นผลสืบปลายก็จะดีด้วย"

บุญเจอ สุวรรณพฤษ

รองอธิบดีกรมพลศึกษา

"เพื่อความอยู่รอดในชีวิตหนึ่ง คนพึงพัฒนาตนทั้งในด้านร่างกายและจิตใจ พลานามัยย่อมมาอันดับแรก เพราะความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ และจิตใจอันผ่องใสอยู่ในเรือนกายที่สมบูรณ์"

นายสมเกียรติ พรหมสาขา ณ สกลนคร

อธิบดีกรมพลศึกษา

"ผู้เล่นกีฬาถือว่าเป็นนักกีฬา ผู้รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักถอยซึ่งกันและกัน ก็ได้รับอุปมาว่าเป็นนักกีฬา ฉะนั้นการเป็นนักกีฬาจึงเป็นได้ทุกคน ไม่ว่า เด็ก ผู้ใหญ่ หญิง หรือ ชาย สำคัญอยู่ที่ตัวบุคคลเท่านั้น จะทำตัวเป็นนักกีฬาหรือไม่ การสร้างและการส่งเสริมให้ประชาชนเป็นนักกีฬา จึงเป็นการสร้างคน สร้างสังคม และประเทศชาติ ตลอดจนโลกให้เกิดสันติสุข"

ดร. ชำนาญ ยุวบูรณ์

อธิบดี ผู้ว่าการกรุงเทพมหานคร

"ประชากรเป็นกำลังสำคัญ เป็นปัจจัยแห่งความเลื่อมและความเจริญของชาติ ประเทศที่มีพลเมืองมาก พลเมืองแต่ละคนมีร่างกายสมบูรณ์ แข็งแรง ทนทาน ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บอันเป็นผลเนื่องมาจากการพลศึกษาและมีความรู้ดี ประเทศนั้นย่อมจะมีกำลังผลิตสูง มีทหารที่แข็งแรง ประเทศชาติย่อมมีความมั่นคง"

ผู้เขียน

ข. สภาพของการพลศึกษาในปัจจุบันและแนวโน้มของการพลศึกษาในอนาคต

การศึกษาถึงแนวโน้มของการพลศึกษา จำเป็นต้องศึกษาแนวโน้มทางการศึกษาคู่ เพราะการศึกษาเป็นส่วนสำคัญอันหนึ่งทางการศึกษา ขณะนี้แนวโน้มทางการศึกษากำลังเปลี่ยนแปลงตาม

สภาพแวดล้อมอย่างรวดเร็ว ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การพลศึกษามีการเคลื่อนไหวแปรเปลี่ยนไปด้วย

เมื่อพิจารณาบทบาทการศึกษาตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2515 - 2519) ซึ่งได้เน้นลักษณะสัมพันธ์ในการจัดการศึกษากับการจัดการพลศึกษาว่า จะส่งเสริมการกีฬา พละนันทนัยส่วนบุคคลและส่วนรวม เพื่อให้ประชาชนมีร่างกายสมบูรณ์ มีสุขภาพจิตดี มีน้ำใจ เป็นนักกีฬา มีความอดทน มีความรักมนุษยชน และประเทศชาติ¹

การพลศึกษาได้พัฒนาในด้านการจัดหลักสูตร การเรียน การสอน การผลิตครู การจัดสถานที่ วัสดุอุปกรณ์ การพลศึกษาปัจจุบันถูกขยายจากโรงเรียนออกไปสู่ชุมชน โดยเฉพาะการแข่งขันกีฬาประชาชน และการแข่งขันกีฬาระหว่างประเทศ และเหตุนี้จึงทำให้ประชาชนมุ่งเน้นการกีฬาอันเป็นส่วนหนึ่งของการพลศึกษาเท่านั้น ซึ่งนิคหลักการพลศึกษา ดังทัศนะของนักการศึกษา คือ นายบุญเจือ สุวรรณพฤกษ์²

ได้กล่าวถึงการพลศึกษาในปัจจุบันว่า "ประชาชนมีความสนใจในการกีฬา มีความกระตือรือร้นรู้จักวิพากษ์วิจารณ์การแข่งขัน รู้จักใช้สิทธิทั้งการเป็นผู้ดูและผู้เล่นมากขึ้น แนวโน้มพลศึกษาในปัจจุบันจึงเป็นไปเพื่อเตรียมนักกีฬาเป็นสำคัญ"

นักการพลศึกษาผู้นี้ยังได้ให้ข้อคิดอีกว่า "ปัญหาเฉพาะหน้าของประเทศในปัจจุบันนี้คือ ปัญหาความประพฤติของเด็กวัยรุ่น ซึ่งแก้ไขและป้องกันด้วยการจัดโปรแกรมพลศึกษา นั่นคือ หากโครงการพลศึกษาจัดไว้ดีแล้ว การกีฬาที่จะได้รับความนิยมมากขึ้น การเล่นกีฬาได้มาตรฐาน และปัญหาเด็กวัยรุ่นก็จะหมดไปหรือลดลง ในเมื่อเด็กรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพราะมีหนทางระบายออกและแสดงออกมากขึ้น"

¹ ศึกษาธิการ, กระทรวง, แผนพัฒนาการศึกษา ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2515 - 2519)
(พระนคร : โรงพิมพ์การศาสนา พ.ศ. 2514) หน้า 246

² สัมภาษณ์ นายบุญเจือ สุวรรณพฤกษ์, หัวหน้ากองส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ, กรมพลศึกษา, วันที่ 19 กรกฎาคม พ.ศ. 2515 เวลา 11.00 - 12.00 น.

ดร.บัญญัติ สมบูรณ์ศิลป์ ได้ให้ข้อคิดว่า "โรงเรียนที่ละเลยต่อการจัดการพลศึกษา ข่อมมี ความบกพร่องต่อการจัดการพลศึกษาให้กับเด็ก คือ ทำให้เด็กไทยได้รับการศึกษาไม่ครบองค์ 4 ของการศึกษา ซึ่งแสดงเจตนาว่าไ้ละเลยต่อความสำคัญของการเจริญเติบโต และพัฒนาการของ เด็ก และแนวโน้มของการพลศึกษาปัจจุบันของไทยนั้น นับว่ากำลังอยู่ในความพยายามจัดการพลศึกษา เพื่อเยาวชนของชาติทุกระดับการศึกษา คือ ประถมศึกษา มัธยมศึกษา เตรียมอุดมศึกษา และอุดมศึกษา ตลอดจนอาชีวศึกษา"³

ในการจัดการศึกษา ต้องพยายามจัดให้สอดคล้องเหมาะสมตามสภาพของประเทศ ซึ่งจะ ดำเนินไปตามการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม การเมือง การปกครอง และความ เจริญก้าวหน้าทางวิชาการเพื่อให้ได้มาซึ่งผลผลิตและกำลังคนที่มีประสิทธิภาพ⁴ ฉะนั้นการพลศึกษาก็ถูกจัดให้เป็นไปตามนัยดังกล่าว ในขณะที่เดียวกันด้วยโดยเฉพาะแนวโน้มได้เอนเอียงไปเกี่ยวข้องกับ วิทยาศาสตร์ ทำให้มีศาสตร์แขนงต่าง ๆ เช่น วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว วิทยาศาสตร์การกีฬา กายภาพบำบัด และกีฬาเวชศาสตร์ มีการค้นคว้าทดลองและวิจัยมากขึ้น มีการจัดห้องปฏิบัติการ ทดลอง มีการศึกษาเปรียบเทียบ การตั้งปัญหา การเก็บรวบรวมข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล การ อภิปรายและเสนอแนะ เหล่านี้ ล้วนเป็นวิธีการทางวิทยาศาสตร์ทั้งสิ้น

แนวโน้มทางการพลศึกษา ยังมีบทบาทอันสำคัญยิ่งต่อระบบเศรษฐกิจอันเป็นหัวใจสำคัญ ของเป้าหมายการพัฒนาประเทศ จากข้อวิจารณ์เรื่อง " The new place for Physical Education in National Development "⁵ ของศาสตราจารย์นายแพทย์ อวย เกตุสิงห์

³ สัมภาษณ์ บัญญัติ สมบูรณ์ศิลป์, ดร. ผู้อำนวยการวิทยาลัยวิชาการพลศึกษา วันที่ 19 กรกฎาคม พ.ศ. 2515

⁴ ครูศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, รวบรวมรายงานปฐมนิเทศการศึกษา (พระนคร : โรงพิมพ์วิภาคนพินิจ, 2514) หน้า 297

⁵ Kdtusinh, Ouay, Dr., The new place for Physical Education in National Development; Bangkok: Sport Science Centre, Sprt Organization of Thailand, 1971.

มีในความคิดว่า "ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ ทำให้คนอยู่อย่างสุขสบาย คนขาดการออกกำลังกาย เป็นสาเหตุให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บ โดยเฉพาะเส้นเลือดแดง ในหัวใจตีบตัน ซึ่งทั้งแพทย์และนักวิทยาศาสตร์เห็นว่า นักพลศึกษาควรร่วมมือกันชนับปัญหาต่าง ๆ ดังกล่าว และรัฐควรหันมาสร้าง โรงพลศึกษาบริการแก่ประชาชนทุกเพศทุกวัย ได้มีโอกาสออกกำลังกายให้มากที่สุด อันจะทำให้ร่างกายแข็งแรงปราศจากโรคร้าย ซึ่งเป็นการป้องกันเสียแต่ต้น และจะลดภาระการสร้างโรงพยาบาล เพื่อรักษาผู้ป่วยซึ่งจะต้องลงทุนอย่างมหาศาล จึงเห็นได้ว่าความหมายใหม่ของการพลศึกษา ที่มีต่อชาติมีมาก โดยเฉพาะต่อระบบเศรษฐกิจของชาติ เพราะการออกกำลังกายเสียค่าใช้จ่ายน้อย ไม่เหมือนการรักษาพยาบาล ทั้งยังทำให้เป็นผู้มีสุขภาพดี มีความเป็นอยู่อย่างมีความสุข และประสบความสำเร็จในชีวิต

การพัฒนาทางพลศึกษา⁶ รัฐบาลได้รับงานด้านพลศึกษาเข้าอยู่ในระบบพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติระยะที่ 3 ซึ่งจะดำเนินงานตามแผนพัฒนา คือ การผลิตครูพลศึกษาในระดับปริญญาตรีให้ได้ปีละ 400 คน นอกจากนี้กรมพลศึกษายังเปิดสอนระดับวิทยาลัยพลศึกษา ที่จังหวัดเชียงใหม่ มหาสารคาม ยะลา ชลบุรี และที่อื่น ๆ ในส่วนภูมิภาคอีกด้วย

การพัฒนาทางด้านกีฬาขั้นนี้ มีการจัดสัมมนาเพื่อพัฒนากีฬา ซึ่งรัฐบาลได้รับรายงานและคณะรัฐมนตรีสั่งการให้กรมพลศึกษาและผู้เกี่ยวข้องรับผิดชอบ ทั้งนี้เพราะการพลศึกษาในโรงเรียนมีบทบาทสำคัญในการสร้างพื้นฐานกีฬา และสร้างนักกีฬาที่มีความสามารถในโอกาสต่อไป โดยการสอนพลศึกษาจัดแข่งกีฬาภายในและภายนอก รัฐได้พยายามจัด การเรียนการสอนพลศึกษาในทุกระดับ พร้อมกับเพิ่มครูพลศึกษาในทุกสถานับอย่างเพียงพอ รวมทั้งจะเพิ่มชั่วโมงพลศึกษาเป็น 3 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ เป็นอย่างน้อย ทั้งจะปรับปรุงค่านอุปกรณ์ สถานที่ และจัดเจ้าหน้าที่ทางพลศึกษาในฐานะตัวแทนกรมให้กับทุกจังหวัดอย่างเพียงพออีกด้วย เพื่อเป็นตัวแทนด้านพลศึกษา สุขศึกษา พละนามัย และการกีฬา

⁶ บุญสม มาร์ติน, ศาสตราจารย์ นายแพทย์, อธิบดีกรมพลศึกษา, แดงขาวการกีฬา กองเผยแพร่ ตีพิมพ์ศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ วันที่ 11 กันยายน 2512

จากการสำรวจระหว่าง พ.ศ. 2501 - พ.ศ. 2510 ในโรงเรียนสามัญ ปรากฏว่ามีครู
พลศึกษาจำนวน 1 คน ต่อนักเรียน 500 คน และในการสำรวจเมื่อ พ.ศ. 2514 มีครูจำนวน 1 คน
ต่อนักเรียน 614 คน โดยเฉพาะในระดับ ม.ศ. 4, 5 และ 6 ไม่มีการสอนพลศึกษาเลย

กรมพลศึกษาได้วางแผนพัฒนาทางพลศึกษา คือ

1. ระดับวิทยาลัยพลศึกษาและวิทยาลัยวิชาการศึกษาพลศึกษา ผลิตครูระดับประกาศนียบัตร
และปริญญาบัตร โครงการนี้จะสามารถผลิตครูพลศึกษาถึงปีละ 2,000 คน
2. ส่งเสริมกีฬาแก่นักเรียนและกีฬาประชาชน โดยการจัดการแข่งขัน และช่วยเหลือให้คำ
ปรึกษาและช่วยเหลือหน่วยงานที่ขอความร่วมมือ
3. การค้นคว้าทางวิชาการด้านพลศึกษา และการกีฬา โดยคิดค้นเทคนิคใหม่ ๆ ทางกีฬา
ใช้วิทยาศาสตร์การกีฬาเข้าช่วย และปรับปรุง กติกา สถานที่ อุปกรณ์ เป็นต้น

ตารางที่ 12 เป้าหมายการผลิตนักพลศึกษา พ.ศ. 2515 - 2519

ชั้น	ระดับ	2515	2516	2517	2518	2519
ชั้นปีที่ 1	(ป.กศ.สูง พลศึกษา)	90	180	210	300	510
ชั้นปีที่ 2		120	90	120	210	300
		210	270	330	510	810
	(ปริญญาตรีพลศึกษา)					
ชั้นปีที่ 1		30	300	300	300	300
ชั้นปีที่ 2		290	300	300	300	300
ชั้นปีที่ 3		320	290	300	300	300
ชั้นปีที่ 4		300	320	290	300	300
		1,210	1,210	1,190	1,200	1,200
รวมทุกระดับ		1,420	1,480	1,520	1,710	2,010

ที่มา .- นำมาจากแผนพัฒนาการศึกษาระยะที่ 3 (เฉพาะเป้าหมายการพัฒนาทางการพลศึกษา)

จากตารางนี้จะเห็นได้ว่า รัฐมุ่งพัฒนาการพลศึกษามาก โดยเฉพาะด้านการผลิตครูพลศึกษา ปรากฏว่ามุ่งผลิตหนักไปในทางค่านปริญญามากกว่าทางค่าน ป.กศ.(สูง) หรือประกาศนียบัตรการศึกษา เพราะขาดแคลนครูพลศึกษาตามชั้นเรียน ระดับ ม.ศ. 4, 5 และ 6 นั้นเอง รวมทั้งในระดับวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยด้วย จึงผลิตครูปริญญามากขึ้น แม้จะไม่พอกับความต้องการแต่ก็แก้ความขาดแคลนได้อย่างดี ซึ่งโอกาสต่อไป โครงการนี้อาจจะขยายออกไปตามความเจริญและความเหมาะสมอีกด้วย

แนวความคิดทางพลศึกษา

จะเห็นได้ว่า นักการพลศึกษาและผู้บริหารต่างมองเห็นความสำคัญและคุณค่าของการพลศึกษา ผู้บริหารต้องเป็นผู้นำ และเป็นผู้ดำเนินการให้งานทางด้านนี้ให้มีความเจริญก้าวหน้าตามวัตถุประสงค์ ทั้งนี้เพื่อสร้างประชาชนให้มีทัศนคติที่ดี มีความรู้ความเข้าใจ และมีความสามารถในการรักษาสุขภาพให้เป็นผู้ที่แข็งแรงสมบูรณ์

แนวโน้มของการพลศึกษาที่จะขยายไปทุกระดับการศึกษาที่กำลังจะเป็นความจริงเพราะรัฐบาลพยายามสร้างและปรับปรุงสนามกีฬาให้กับทุกจังหวัด และโรงเรียนต่าง ๆ ของรัฐบาล แม้ว่าไม่อาจจะสร้างสนามมาตรฐานได้ทุกจังหวัดก็ตาม แต่จากโครงการจะเห็นได้ว่าเราจำเป็นต้องคอยทำคอยใช้ เพราะงานนี้เป็นงานใหญ่ ต้องอาศัยความร่วมมือกันทุกฝ่าย ต้องจัดเจ้าหน้าที่บำรุงรักษาสถาน และต้องมีผู้นำหรือมีผู้จัดฝึกสอนกีฬาและจัดการแข่งขันอย่างเพียงพอ สำหรับแนวโน้มในการผลิตครูพลศึกษาก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะพัฒนาการพลศึกษาที่เหมาะสมกับจำนวนผู้เรียนจัดกิจกรรมพลศึกษาอย่างเต็มที่ แล้วยอมทำให้การกีฬาและการพลศึกษาก้าวหน้าไปอย่างมาก ซึ่งจะขยายวงกว้างไปสู่ประชาชนทั่วไป ดังที่เป็นอยู่ ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬาก็เป็นหัวใจสำคัญของการพลศึกษาและการกีฬา โค้ชศึกษากันคว่าสิ่งใหม่ ๆ ให้กับวงการนี้ แต่ยังคงอยู่ในวงแคบรู้จักเฉพาะคนส่วนน้อย บริการได้ยังไม่ทั่วถึง แต่ศูนย์ทำงานได้ดี และมุ่งคนกว่าเพื่อการนี้อย่างแท้จริง หากแต่ขาดเจ้าหน้าที่และอุปกรณ์ที่ทันสมัยเท่านั้น การจัดเจ้าหน้าที่ทางพลศึกษาไปประจำในทุกจังหวัดนั้นเป็นสิ่งที่ดี แต่ควรมีการควบคุมให้ทำงานจริงจังและเป็นไปตามแผนการที่วางไว้ เป้าหมายการพลศึกษาของไทยเพียงเพื่อพัฒนาประชาชนและความเป็นอยู่ไม่ถึงกับไข่พัฒนาประเทศ

โครงการพลศึกษาปัจจุบันเริ่มมีแบบแผน ประชาชนเริ่มตระหนักในความสำคัญ และมองเห็นขอบข่ายการทางพลศึกษามากขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่ได้รับการศึกษาจากแขนงวิชาที่มีมากขึ้น ซึ่งเป็นกำลังสำคัญซึ่งจะทำให้แนวโน้มของการพลศึกษาเริ่มเอนเอียงไปสู่เป้าหมายที่แท้จริง ตามหลักการทั้ง 2 ทาง คือ การพลศึกษา เพื่อสร้างเสริมสุขภาพพลานามัย และสร้างนักกีฬาทางหนึ่ง กับอีกทางหนึ่ง คือ การพลศึกษาทางด้านวิทยาศาสตร์ และการแพทย์ คือการศึกษาเพื่อกายบำบัด วิทยาศาสตร์การกีฬา และกีฬาเวชศาสตร์ ซึ่งจากผลงานในการค้นคว้าทดลอง กำลังได้รับความร่วมมือและความสนใจจากประชาชนส่วนใหญ่มากขึ้นตามลำดับ

ข้อคิดจากนักพลศึกษา นักการศึกษา ผู้บริหาร ที่ได้รวบรวมเป็นแนวทางพิจารณา เป็นข้อสนับสนุนข้อคิดเห็นในเรื่องแนวโน้มให้แนวโน้มที่ใดศึกษานี้มีน้ำหนักและน่าเชื่อถือขึ้น เพื่อให้การพลศึกษาได้พัฒนาไปตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ ควรได้ยึดหลักดำเนินการดังต่อไปนี้

1. นักการศึกษา นักพลศึกษา นักสุขศึกษา แพทย์และนักวิทยาศาสตร์ ควรจะจับมือรวมแรงร่วมใจกันปฏิบัติงานในด้านการจัดโครงการพลศึกษาให้ได้ผลสมบูรณ์มากที่สุด

2. ควรถือหลักว่า "ประชาชน" และ "เยาวชน" นั้นมีความสำคัญมากที่สุด ควรหาทางติดต่อประชาสัมพันธ์ เพื่อให้ประชาชนได้ทราบบทบาทและความสำคัญของการพลศึกษาที่จะมีต่อชีวิตความเป็นอยู่ของเขาให้มากที่สุด และมีประสิทธิภาพที่สุดแล้ว ในที่สุดความสนใจความร่วมมือก็จะตามมา ซึ่งจะทำให้เกิดผลดีขึ้นอย่างมหาศาล

3. รัฐควรจัดให้การพลศึกษาเป็นองค์ประกอบที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาประเทศทั้งในด้านการเศรษฐกิจและสังคม เช่นเดียวกับที่นิยมปฏิบัติกันอย่างกว้างขวางในแทบทุกส่วนของประเทศต่าง ๆ ในโลก

4. แนวคิดที่น่าจะตระหนักไว้ให้คือนั่นคือ "ถ้าท่านคิดจะแก้ไขปัญหาพฤติกรรมของบุคคลแล้วละก็ควรอย่างยิ่งที่จะต้องสร้างสภาพปกติของร่างกาย และจิตใจของบุคคลนั้นให้ดีเสียก่อน" นั่นคือควรปรับปรุงประสิทธิภาพ และสมรรถภาพของประชาชนในชาติก่อนสิ่งอื่นใดทั้งสิ้น