

عنوان مقاله:

چگونه توانستم دانش آموزان را به تغذیه ی مناسب و صبحانه ترغیب کنم

محل انتشار:

کنفرانس ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد دستاورهای نوین در علوم تربیتی و رفتاری «از نگاه معلم» (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

نویسنده:

لیلا فلامرزی - کارشناس آموزش ابتدایی

خلاصه مقاله:

کودکانی که بدون مصرف صبحانه به مدرسه می روند و یا صبحانه آنها از ارزش تغذیه ای بالایی برخوردار نیست نیازهای تغذیه ای آنها در دوران رشد تامین نمی گردد. آموزش تغذیه می تواند نقش تعیین کننده ای در انتقال آگاهی و ایجاد نگرش مطلوب و نهایتا تغییر رفتار در مورد مصرف صبحانه و کیفیت آن داشته باشد. کودکان در سنین حساس زندگی از نظر رشد جسمی و فکری قرار دارند و اختلالات تغذیه ای می تواند عوارض ناگواری بر سلامت آنان بجا بگذارد. در برنامه غذایی کودکان، و دانش آموزان کمیت و کیفیت صبحانه اهمیت فراوانی دارد. هر نوع برنامه ریزی آموزشی جهت تشویق کودکان به مصرف صبحانه مستلزم دانستن اطلاعاتی در مورد وضعیت و کیفیت صبحانه آنان می باشد. با توجه به اهمیت این موضوع یعنی نقش تغذیه سالم و از جمله صبحانه بر رشد دانش آموزان و کودکان تصمیم گرفتم اقدام پژوهی خود را در این باره بنویسم.

کلمات کلیدی:

صبحانه سالم، دانش آموز، مقطع ابتدایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1020490>

