

عنوان مقاله:

بررسی آگاهی، نگرش و عملکرد دانش آموزان مدارس متوسطه دوم شهرستان سیلوانا در خصوص فعالیت جسمانی: تدوین راهبردها

محل انتشار:

سومین همایش ملی دستاوردهای ورزش دانش آموزی (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 2

نویسندگان:

کامران شاهدوست - کارشناس ارشد تربیت بدنی، گرایش رفتار حرکتی، دبیر تربیت بدنی منطقه سیلوانا - ارومیه

ولی شوقی قاسملوئی - کارشناس تربیت بدنی و سلامت اداره آموزش و پرورش سیلوانا

خلاصه مقاله:

صرفنظر از مزایای مشخص سبک زندگی فعال، کمبود فعالیتهای جسمانی مسئله ای جدی در قشرهای مختلف جامعه از جمله جوانان و نوجوانان است. هدف این پژوهش بررسی میزان آگاهی، نگرش و سطح فعالیت جسمانی دانش آموزان دختر و پسر شهر سیلوانا در سال 1398 بود. طبق یک طرح مقطعی، 391 دانش آموز شهرستان (189 پسر و 202 دختر) به صورت چند مرحله ای- تصادفی انتخاب شدند و پرسشنامه های آگاهی، نگرش و میزان فعالیت جسمانی را تکمیل کردند. از مقیاس DASS-21 نیز جهت ارزیابی حالات افسردگی، اضطراب و استرس دانش آموزان استفاده شد. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS22 در سطح معنیداری 0/05 تجزیه و تحلیل گردید. نتایج نشان داد که میانگین آگاهی، نگرش و میزان فعالیتهای جسمانی دانش آموزان در سطوح متوسط، بالا و نامطلوب بود، اما از لحاظ افسردگی، اضطراب و استرس، سلامت روانی مناسبی داشتند. تحلیل های آماری تفاوت معناداری بین نمرات آگاهی، نگرش و سلامت روانی پسران و دختران نشان نداد، اما سطح فعالیت جسمانی پسران بالاتر بود. همچنین، نگرش و سطح فعالیت جسمانی دانش آموزان در طول هفته به ترتیب با مؤلفه های سلامت روانی و جنسیت ارتباط معناداری داشت، اما ارتباط آماری معناداری بین سایر متغیرها یافت نشد. بر این اساس بیتحرکی یکی از رفتارهای رایج ناسالم در دانش آموزان در حال تحصیل است و تداوم این امر منجر به پیامدهای تندرستی معکوس در مراحل بعدی زندگی میشود. از این رو شناخت شیوه های افزایش آگاهی و میزان فعالیت جسمانی این قشر ضروری بود. براین اساس با استفاده از رویکرد فریدمن، گویه های به دست آمده به منظور رتبه بندی نقاط ضعف و تهدیدهای ورزش دانش آموزی منطقه مشخص و راهکارهای مؤثر ارائه گردید.

کلمات کلیدی:

آگاهی، نگرش، فعالیت جسمانی، سلامت روان، راهبردهای ورزش دانش آموزی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1168526>

