

## عنوان مقاله:

بررسی فعالیت بدنی و تاثیر آن بر کرونا

## محل انتشار:

همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسنده:

قدریه روشن خواه - کارشناس روانشناسی عمومی، بهورز شبکه بهداشت و درمان هرمزگان، شهرستان بستک

## خلاصه مقاله:

در این روزها بیماری کووید ۱۹ نامی آشنا برای مردم جهان است که زندگی تمام مردم از کودک تا سالمند و تمام اقشار را تحت شعاع خود قرار داده است. بیماری که هنوز هم تا حدودی ناشناخته است و همین ناشناخته بودن آن، مشکلات روانی و جسمانی را در بین افراد تشدید می کند. اکنون با گذشت یک سال از قرین شدن بیماری با زندگی مردم، بعضی از ابعاد بیماری نسبت به قبل روشن تر شده است و تحقیقات علمی همچنان ادامه دارد. واکسن هایی طراحی گردیده است و به گروه هایی با اولویت در جهان تزریق می شود. اما همچنان مرگ و میر ادامه دارد و قربانیان روحی و جسمی این بیماری نیز اندک شمار نیستند. این مقاله می خواهد به نوعی تاثیر ورزش و فعالیت بدنی را در شرایط بیماری در بین افراد جامعه تشریح کند. در این مقاله علی رغم مطالعه چندین مقاله و سپس حذف منابع غیر مرتبط با بحث، سرانجام از چند مقاله معتبر استفاده گردید. برای جست و جوی مقالات، از مقالات نمایه شده در گوگل اسکولار استفاده گردید. در پایان نیز به جمع بندی و اهمیت ورزش پرداخته شد.

## کلمات کلیدی:

ورزش، کرونا، فعالیت بدنی، اضطراب

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1256142>

