

عنوان مقاله:

بهره وری ورزشی از نوع انفرادی در بحرانهای اپیدمیولوژیکی بیماریهای واگیر

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

ولی اله کاشانی - عضو هیئت علمی، گروه آموزشی تربیت بدنی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه سمنان، ایران

امیر کلانتری - اداره ورزش و امور جوانان استان مازندران، مازندران، ساری، ایران

جابر صادق زاده - دانشجوی دکترای مدیریت ورزشی دانشگاه آزاد ساری مازندران، کشتی آزاد سنگین وزن ایران، مازندران، ساری، ایران

سمیه رستمی مسکوپایی - دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی مازندران، مازندران، ساری، ایران

مجتبی رضایی - اداره ورزش و امور جوانان استان مازندران، مازندران، ساری، ایران

خلاصه مقاله:

با بروز همه گیرهای بیماری در دنیا (همانند بروز COVID-19) انتخاب راهکارهای بهداشتی و درمانی برای تضمین و تامین سلامت فردی و عمومی یک ضرورت مسلم میباشد، یکی از رویکردهای سلامت محور انجام ورزش برای حفظ سلامت در زمان بروز بیماریها میباشد یکی از اولویتهای اجرای ورزش اجرای پروتکلهاى بهداشتی است و ورزشهای انفرادی بدون هیچگونه مسبب های خطر ساز قابلیت اجرایی دارد ورزشهای انفرادی بدون محدودیت سنی، برابری جنسیتی، عدم محدودیت دسترسی به امکانات ورزشی، برخورداری و یا عدم برخورداری از سابقه بیماری و ... میتواند از بروز بیماریها جلوگیری و سطح ایمنی بدن را ارتقاء دهد ضمن اینکه وضعیت روحی و روانی عمومی را به علت کاهش روابط انسانی رخداده است، تضمین نمایند. مطالعه حاضر یک مروری نقلی است که بر بهره وری از ورزشهای انفرادی و اشاعه آن در جامعه پرداخته است.

کلمات کلیدی:

بهره وری ورزشی، ورزشهای انفرادی، بحران اپیدمیولوژیکی، بیماریهای واگیر، کرونا، اثرات ورزشی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1456373>

