

عنوان مقاله:

ارتباط تغذیه بد با افت تحصیلی دانش آموزان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی ایده های نوین در فقه، حقوق و روانشناسی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

زهرا یوسف زاده - دبیر

لاله یوسف زاده - دبیر

خلاصه مقاله:

با نگاهی به ارزیابی های تغذیه ای که در سالها و مقاطع متفاوت و مناطق مختلف کشور انجام شده متأسفانه مانند بخش های دیگر جامعه با طیفی از مشکلات تغذیه ای از سوء تغذیه های ناشی از کمبودها (انرژی، پروتئین و انواع ریز مغذی ها) تا افزایش وزن و چاقی دانش آموزان به دلیل تغییر الگوی دریافت مواد غذایی و بیماری های ناشی از بیش خواری و بد خواری در سر دیگر طیف مواجه هستیم. نتایج تحقیقات بسیاری بر تاثیر تغذیه مناسب بر رشد جسمی و فکری مناسب تاکید داشته اند. ارتباط اثبات شده چگونگی تغذیه دانش آموز با میزان بهره هوشی، ابتلا به بیماریها؛ پیشرفت یا افت تحصیلی و... نیازی به باز گویی ندارد. استفاده از فست فودها و غذاهای آماده و عدم تحرک کودکان و نوجوانان موجب شیوع اضافه وزن مفرط در بین آنها شده است. متأسفانه خانواده ها به جای اینکه مواد خوراکی و غذای سالم برای میان وعده مدرسه فرزند خود آماده کنند ترجیح می دهند غذاهای آماده و فست فودی به فرزندانشان خود بدهند در حالی که این نوع تغذیه ها موجب اضافه وزن بیش از حد آنها در سنین پایین می شود.

کلمات کلیدی:

تقویت قوای جسمی-ذهنی-دانش آموزان مدرسه.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1522626>

