

عنوان مقاله:

بررسی نقش ورزش صبحگاهی بر یادگیری دانش آموزان

محل انتشار:

چهارمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

فرشته مهاجری - دبیر تربیت بدنی ناحیه ۱ استان زنجان

خلاصه مقاله:

از جمله فعالیتهای نظامدار که در زمره فعالیتهای جسمانی منظم قرار میگیرد، انجام ورزش صبحگاهی است که در راستای برنامه های تربیت بدنی مدارس و ارتقای سطح جسمانی-روانی دانش آموزان به مراسم آغازین مدارس افزوده شده است. ارتقاء سطح یادگیری دانش آموزان، یک عامل مهم برای ارتقای کیفیت نظام آموزش در مدارس، میباشد. از آنجایی که ورزش کردن تاثیر بسزایی در یادگیری دارد، از اینرو هدف اصلی از پژوهش حاضر بررسی نقش ورزش صبحگاهی بر یادگیری دانش آموزان دوره ابتدایی می باشد. و برای جمع آوری اطلاعات نیز از روش کتابخانه ای و منابع و اطلاعات علمی موجود استفاده شده است. در نهایت نیز چنین نتیجه حاصل شد که انجام ورزش صبحگاهی و فعالیت بدنی، علاوه بر تامین سلامت جسمانی و روانی، میزان خودباوری و اتکای به نفس در دانش آموزان افزایش می دهد. و فرایندهای ذهنی بهبود یافته و از میزان انرژی های مازادی که مانع توجه و دقت دانش آموزان در کلاس می گردد، کاسته می شود و درنتیجه، فرایند یادگیری بهتر صورت می گیرد.

کلمات کلیدی:

ورزش صبحگاهی، یادگیری دانش آموزان، سلامت جسمانی، مدرسه.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1528060>

