

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر ورزش بر سلامت روح و روان دانش آموزان

## محل انتشار:

هفتمین همایش بین المللی پژوهش های نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

مریم عباسی - دانشجوی کارشناسی تربیت بدنی دانشگاه فرهنگیان شهید هاشمی نژاد مشهد

علیرضا غیاثی - لیسانس علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیرات ورزش بر روح و روان دانش آموزان انجام شده است. روش پژوهش حاضر کیفی به صورت مروری-توصیفی می باشد. داده ها و یافته ی پژوهش حاضر از طریق منابع علمی، کتاب ها، اسناد و مقالات معتبر گرد آوری شده است. بررسی های انجام شده نشان داد که ورزش علاوه بر تقویت توان جسمانی فرد بر فعل و انفعالات روحی و روانی او تاثیرات بسزایی می گذارد. به صورتی که ورزش در تمامی ابعاد شخصیتی و روحی روانی او اثر می گذارد و از او فردی شاد، بانگیزه، کارآمد و با اعتماد به نفس می سازد. لذا ورزش و ایجاد تحرکی نشاط آور در میان دانش آموزان می تواند جامعه ای با نشاط بدور از مشکلات روحی و روانی بسازد.

## کلمات کلیدی:

ورزش، روح و روان، دانش آموز، شخصیت

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1650279>

