

عنوان مقاله:

تاثیر ورزش همگانی بر زندگی مردم (موانع ، راهکار ها ، توصیه ها)

محل انتشار:

اولین همایش ملی علوم ورزشی با رویکرد ورزش های همگانی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسنده:

رضا سراقی

خلاصه مقاله:

برای حفظ سلامت و نشاط آحاد جامعه ضروری است زمینه های لازم برای همگانی کردن ورزش در کشور فراهم آید. این امر به طور مکرر توسط مسوولان کشور در همه سطوح مورد تاکید قرار گرفته است. هدف پژوهش حاضر آشنایی افراد با فواید ورزش های همگانی و آشنایی با موانع و راه حل های ترویج فرهنگ ورزش همگانی به طور فراگیر است. ورزش همگانی مشتمل بر ساختارها، سیستم ها، فرصت ها و فرآیندهایی است که افراد جامعه را قادر می سازد در ورزش و تفریحات شرکت کنند و عملکرد خود را تا سطح دلخواه ارتقاء دهند. متأسفانه امروزه سبک زندگی مردم، شرایط شهرنشینی و ماشینی شدن کارها، فقر حرکتی و کم تحرکی، میزان ابتلا به انواع بیماری ها را سرعت بخشیده است و تنها با ترویج و توسعه ورزش همگانی می توان با این مشکل مقابله کرد. توسعه تربیت بدنی و ورزش همگانی در کشور می تواند زمینه پویایی و نشاط اجتماعی را به همراه بیاورد و سرمایه گذاری در حوزه درمان و بهداشت را کم کند و به کاهش مصرف دارو منجر شود. روش تحقیق این مقاله توصیفی تحلیلی است و اطلاعات ازسایت ها و مقالات مرتبط با موضوع ورزش های همگانی جمع آوری شده است.

کلمات کلیدی:

ورزش های همگانی ، راهکار ها ، موانع ، فواید

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1687816>

