

عنوان مقاله:

اقدام پژوهی: چگونه توانستیم اضطراب دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری را کاهش دهیم

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی پژوهش های حرفه ای در روانشناسی و مشاوره با رویکرد ازنگاه معلم (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

حکیمه رجاییان - کارشناسی ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، اداره آموزش و پرورش شهرستان جم، آموزشگاه شهید صاحب الزمان (عج)

سلیمه ستوده فر - دکتری مدیریت آموزشی، اداره آموزش و پرورش شهرستان جم، آموزشگاه شهید حاجی نژاد

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، بررسی تاثیر ورزش صبحگاه و فعالیت بدنی بر اضطراب دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری بود. در این اقدام پژوهی بر آن بوده راهکارهای عملی اضطراب در دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری را کاهش دهیم. با مشورت و همفکری همکاران همچنین نظرخواهی از والدین؛ پس از ریشه یابی علت های احتمالی بوجود آورنده ی مسئله، راهکارهای بکار گرفته شده بدین شرح می باشد: آگاهی و شناخت راجب این بیماری و پیامدهای که ممکن است با این اختلال بروز کند به والدین داده شود. از آنجایی که تمرین های بدنی باعث افزایش توانایی های مغز می شود و به انسان در معالجه بیماری های روانی، مانند: افسردگی، استرس، اضطراب و... کمک می کند؛ برای ایجاد انگیزه برگزاری مسابقات ورزشی متنوع و همچنین ورزش صبحگاهی منظم همراه با موسیقی در نهایت به گردآوری مجدد اطلاعات در مورد وضعیت دانش آموزان از زمانی که اقدام عملی بر روی آنها صورت گرفته بود تا پایان دوره پرداختیم. نتایج بدین صورت بود که ما توانستیم اضطراب دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری از طریق ورزش صبحگاهی منظم همراه با موسیقی و بازی های هدفمند کاهش دهیم.

کلمات کلیدی:

اضطراب، اختلال یادگیری، دانش آموز، فعالیت بدنی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1759837>

