

## عنوان مقاله:

ورزش و سرما خوردگی دانش آموزان

## محل انتشار:

نهمین همایش علمی پژوهشی توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسنده:

فرنوش شعبان پور - دانشجو معلم- دانشگاه فرهنگیان همدان- پردیس شهید باهنر- ترم ۷\_ مقطع کارشناسی معلم پایه چهارم مدرسه ابن سینا

## خلاصه مقاله:

ورزش به عنوان عملی مهم برای سلامتی و شادابی همه به خصوص کودکان و دانش آموزان در مدرسه هم ساعاتی را در هفته به خود اختصاص داده است. اما با توجه به فصل و در این ایام بیماری کرونا و مورد شایع تر بی تحرکی و سکون در یک جا و بازی های رایانه‌ای و مجازی و علاقه پیدا کردن دانش آموزان به این بازی ها در مدرسه این فعالیت مثل قبل طرفدار نخواهد داشت و حداقل تعدادیاز دانش آموزان در این ساعات در گوشه ای می نشینند و تحرک نمی کنند. اما باید توجه داشت برخی اوقات هم سرماخوردگی و کسالت عامل گوشه نشینی و باز نینکردن در ساعت ورزش است که نوع برخورد با دانش آموزان در این شرایط ، باهم متفاوت است. مثلا دانش آموزی که سرما خورده با دلایلی متفاوت خود را از ورزش منع می کند . در این مقاله به بررسی نکات مورد نیاز در این بابمی پردازیم.

## کلمات کلیدی:

ورزش- تحرک - ساعت - بازی- سلامتی- سرما خوردگی- بی حالی - عضلات - بدن درد - علائم- استراحت- فوتبال- بی تحرکی- معلم- دانش آموز- مدرسه- هم کلاسی- نشاط- انگیزه- فعالیت- آبریزش بینی -اسم فامیل

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1839400>

