

عنوان مقاله:

تاثیر محیط مدرسه بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رشته تربیت بدنی

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی مطالعات مدیریت، فرهنگ و هنر (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

مهدی زهرایی - دانشجوی کارشناسی پیوسته تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان شهید بهشتی گنبد، ایران

رضا نوری - دانشجوی کارشناسی پیوسته تربیت بدنی، دانشگاه فرهنگیان شهید بهشتی گنبد، ایران

خلاصه مقاله:

تربیت بدنی و فعالیت های ورزشی دانش آموزان که از حیث آثار فیزیولوژیکی می توانند موجب تقویت سیستم ایمنی و دفاعی بدن و بهبود ظرفیت های تنفسی و عملکرد ریوی شوند امروز خود گرفتار موج تعطیلی ناشی از ورزش شده اند. در بین بررسی انجام فعالیت های ورزشی با شدت های مختلف، مطالعات نشان داده است که فعالیت فیزیکی با شدت متوسط اثرات مثبتی بر پاسخ های سیستم ایمنی در برابر عفونت های تنفسی ویروسی دارد. افزایش نوتروفیل ها و سلول های کشنده طبیعی، افزایش ایمونوگلوبولین در بزاق علت این ایمنی و کاهش التهاب می باشد. در بین افرادی که در زندگی روزمره، سطوح متوسط فعالیت فیزیکی را انجام می دهند، ۲۰ تا ۳۰ درصد کاهش در عفونت های تنفسی فوقانی گزارش شده است. انجام فعالیت بدنی منظم در خانه از افزایش بیش از حد اضافه وزن و چاقی نیز جلوگیری می کند که در این روزها عامل مهم در حفظ سلامت روانی و تندرستی محسوب می شود. از طرفی نیز خانه نشینی و قرنطینگی بسیاری از کودکان و نوجوانان از یک سو و اخبار مندرج در شبکه های اجتماعی و رسانه ها از سوی دیگر، دریایی از استرس، اضطراب و مشکلات روانی را برای خانواده ها و بچه ها ایجاد کرده است. لذا، بدنه ورزش زده تربیت بدنی و ورزش دانش آموزی امروز نیازمند نسخه حمایتی و تقویتی است. در این مقاله با استفاده از منابع موجود کتابخانه ای و میدانی و بهره گیری از مطالعات، و سندکاوی و پرسشنامه به گردآوری داده های مورد نیاز پرداخته شده و با بکارگیری نرم افزار، داده های گردآوری شده تجزیه و تحلیل شده است

کلمات کلیدی:

ورزش؛ تاثیر؛ دانش آموزان، سلامت روانی؛ ابتدایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1877806>

