

عنوان مقاله:

بررسی نقش فعالیت بدنی در سلامت روان دانش آموزان

محل انتشار:

هفتمین همایش ملی تحقیقات میان رشته ای در مدیریت و علوم انسانی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

جواد بریجانی - کارشناسی آموزش ابتدایی دانشگاه فرهنگیان پردیس دکتر شریعتی ساری

خلاصه مقاله:

ورزش از جمله روش های مهم تکامل جسمانی، روانی و اجتماعی محسوب می شود زیرا شرکت در فعالیت های ورزشی افراد را به هم نزدیک می کند راه ها و فرصت های بسیاری را برای ماهر شدن در اجتماع فراهم می آورد و به طور کلی یک فرآیند آموزشی در ابعاد مختلف فرهنگی و اجتماعی برای فرد ایجاد می کند. پژوهش حاضر به روش مروری کتابخانه ای انجام شده است که هدف از آن بررسی نقش فعالیت بدنی در سلامت روان دانش آموزان بود. نتایج پژوهش نشان می دهد ورزش و فعالیت بدنی یکی از مهمترین بخشهای زندگی نهمینها کودکان و نوجوانان، بلکه هر انسانی است. اما به این دلیل که بیشترین مقدار رشد بدنی و ذهنی در سنین کودکی شکل می گیرد، تشویق کودکان به ورزش کردن و مدیریت آن شاید یکی از مهمترین کارهایی باشد که والدین میتوانند برای سلامت جسمی و روحی کودک خود انجام دهند.

کلمات کلیدی:

فعالیت بدنی، سلامت روان، ورزش

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1905425>

