

## عنوان مقاله:

تاثیر تغذیه، بهداشت و بررسی خسران آن بر پیشرفت تحصیلی

## محل انتشار:

دومین کنگره علمی دانشجویان روانشناسی، علوم تربیتی و مشاوره (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

## نویسندگان:

سکینه میرزائی - دانشجوی کارشناسی آموزش ابتدایی واحد رسالت ابرانشهر دانشگاه فرهنگیان سیستان و بلوچستان، ایران

امین ملازهی - دکترای تخصصی برنامه ریزی درسی گروه علوم تربیتی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان زاهدان و ابرانشهر

حسین دامنی - دکترای تخصصی مدیریت آموزش گروه علوم تربیتی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان

## خلاصه مقاله:

تغذیه و بهداشت دو عامل مهم در رشد و تکامل جسمی و ذهنی انسان هستند. تغذیه مناسب به تامین انرژی و مواد مغذی موردنیاز بدن برای انجام فعالیت های روزانه کمک می کند و بهداشت نیز به حفظ سلامت جسمی و ذهنی و جلوگیری از ابتلا به بیماری ها کمک می کند. مطالعات نشان داده اند که تغذیه و بهداشت مناسب بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تاثیر مثبت دارد. دانش آموزانی که از تغذیه و بهداشت مناسب برخوردار هستند، هوشیاری، تمرکز و یادگیری بهتری دارند و کمتر دچار بیماری می شوند. در مقابل، دانش آموزانی که از تغذیه و بهداشت نامناسب برخوردار هستند، ممکن است دچار مشکلاتی مانند خستگی، بی توجهی، مشکلات یادگیری و حتی بیماری شوند که این امر بر پیشرفت تحصیلی آنها تاثیر منفی می گذارد. (غلامرضا و همکاران ۱۳۹۴).

## کلمات کلیدی:

دانش آموزان، بهداشت، تغذیه، پیشرفت تحصیلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1939747>

