

### عنوان مقاله:

نقش تربیت بدنی بر سلامت جسم و روان دانش آموزان

### محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی تازه های روانشناسی تکاملی و تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

### نویسنده:

الهام فرهادی کیا - کارشناسی ارشد، مدیریت اماکن و تاسیسات ورزشی، دانشگاه تهران، ایران.

### خلاصه مقاله:

همانطور که می دانید دانش آموزان در هر پایه ای نیاز به شادی و نشاط دارند تا بتوانند در محیط مدرسه با انگیزه ی بیشتری درس بخوانند. آمادگی جسمانی دانش آموزان یک امر پایه و اساسی است که سلامت و قدرت افراد اجتماعی را تضمین می کند. دانش آموزی که قدرت و کارایی لازم بدنی را دارد قادر است وظایف و کارهای روزانه خود را بدون احساس خستگی انجام دهد و توانایی لازم را برای گذراندن اوقات فراغت یا مقابله با پیشامدهای ناگهانی به دست آورد چنین فردی از بیماری و نارسایی ها و نواقص جسمی به دور خواهد ماند و استقامت ، چابکی ، انعطاف پذیری و سرعت از ویژگی های چنین دانش آموزی است . در خاطرات هر یک از ما زنگ ورزش جایگاه ویژه ای داشته در برنامه هفتگی مان همیشه منتظر زنگ ورزش بودیم و از این زنگ به زنگ شادی و نشاط یاد می کنیم . در این مقاله تلاش شده است نقش ورزش بر سلامت روح و جسم دانش آموزان مورد بررسی قرار گیرد و نیز مزیت های زنگ ورزش نیز بیان شود.

### کلمات کلیدی:

تربیت بدنی ، سلامت جسم ، سلامت روان ، زنگ ورزش

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1945443>

