

عنوان مقاله:

اهمیت فعالیت بدنی و ورزش در گذراندن اوقات فراغت جوامع خاص (معلولین، ناشنوایان، نابینایان، پیوند اعضا، و سالمندان)

محل انتشار:

هشتمین همایش بین المللی پژوهش های نوین در علوم ورزشی و تربیت بدنی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

فرهاد پایگذار - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی گرایش اوقات فراغت، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران، اهواز

محمد انصاری مهر - کارشناس ارشد مدیریت ورزشی گرایش اوقات فراغت، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران، اهواز

خلاصه مقاله:

ورزش برای جوامع خاص «معلولین، ناشنوایان، نابینایان، پیوند اعضا و سالمندان» امری ضروری و مهم به شمار می رود که باید به طور صحیح انجام گیرد و با توجه به شرایط انفرادی هر معلول انتخاب گردد. ورزشگاه ها و سالن های ورزشی، استخر های شنا و سایر اماکن و تاسیسات ورزشی، نقش بسیار مهم و موثری در توان بخشی، گذراندن اوقات فراغت و زندگی روزمره معلولین ایفا می کنند. ورزش به عنوان یک وسیله حرکتی درمانی برای کلیه معلولین امری مهم و ضروری به شمار می رود. زیرا معلولین با توجه به نوع معلولیت عموماً در معرض کم تحرکی طبیعی قرار می گیرند و این خطر یا آسیب وجود دارد که در اثر کم تحرکی یا بی تحرکی، کارایی قسمت سالم اندام خود را نیز رفته رفته از دست بدهند و یا آن اندام نیز دچار آسیب شود. به طوری که با ورزش می توان از افزایش آسیب و توسعه آن در اندام خود جلوگیری به عمل آورد. معلولیت و ناتوانی جسمانی به هر شکلی در هر جامعه ای گریبان گیر ۲ تا ۵ درصد از افراد جامعه می باشد. اوقات فراغت و بررسی اهمیت فعالیت بدنی و ورزش و تاثیر آن روی این قشر از افراد جامعه بسیار حائز اهمیت می باشد. معلولین اعم از «افراد نابینا، کرولال، ناشنوا، ناتوانی حرکتی و جسمی» همه ی این افراد در این زمینه محسوب می شوند. با توجه به نتایج تحقیق می توان نتیجه گیری کرد که فعالیت بدنی و ورزش سبب می شود تا آن ها از طریق ورزش اعتماد به نفس بیشتری به دست آورند و با روحیه بهتری جهت انجام کارهای روزانه و شخصی خود در جامعه حضور داشته باشند.

کلمات کلیدی:

فعالیت بدنی و ورزش، اوقات فراغت، جوامع خاص، معلولین، ناشنوایان، نابینایان، پیوند اعضا، سالمندان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1981935>

