

عنوان مقاله:

تاثیر برنامه های تربیت بدنی منظم بر بهبود تمرکز و توجه در کودکان

محل انتشار:

اولین همایش بین المللی معلمان برتر و مدارس پیشرو در هزاره سوم (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

الهام رضایی میرقاید - لیسانس رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد واحد شوشتر

اکرم امامی - کارشناسی ارشد رشته فیزیولوژی ورزشی شوشتر

آنا بخشنده - فوق لیسانس رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی شوشتر

سیده مریم یوسفی - فوق لیسانس رشته فیزیولوژی بالینی دانشگاه آزاد خوراسگان

خلاصه مقاله:

این مقاله به بررسی تاثیر برنامه های تربیت بدنی منظم بر بهبود تمرکز و توجه در کودکان می پردازد. تحقیقات نشان داده است که فعالیت بدنی منظم می تواند بر عملکرد شناختی کودکان تاثیر مثبت بگذارد، به ویژه در حوزه های توجه و تمرکز. این مقاله شواهد تحقیقاتی را بررسی می کند که نشان می دهد چگونه برنامه های تربیت بدنی منظم می توانند به بهبود تمرکز و توجه در کودکان کمک کنند. نتایج نشان می دهد که برنامه های تربیت بدنی منظم می توانند به کودکان کمک کنند تا مهارت های شناختی خود را بهبود بخشند، عملکرد تحصیلی بهتر داشته باشند و رفتار اجتماعی بهتری از خود نشان دهند. این مقاله همچنین به اهمیت گنجانیدن برنامه های تربیت بدنی منظم در برنامه روزانه کودکان تاکید می کند تا به آنها کمک کند تا مهارت های شناختی خود را بهبود بخشند و به موفقیت تحصیلی و اجتماعی برسند.

کلمات کلیدی:

تربیت بدنی، تمرکز، کودکان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2005552>

