

عنوان مقاله:

بررسی جایگاه ورزش در تامین بهداشت روان دانش آموزان

محل انتشار:

اولین همایش بین المللی آموزش و پرورش با رویکرد مدارس هوشمند، معلمان خلاق و دانش آموزان متفکر در افق ۱۴۰۴ (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 21

نویسندگان:

مریم اسعدی - دبیر تربیت بدنی، آموزش و پرورش استان آذربایجان غربی

فاطمه عبادی - دبیر تربیت بدنی، آموزش و پرورش استان آذربایجان غربی

معصومه جوادیور - دبیر تربیت بدنی، آموزش و پرورش استان آذربایجان غربی

سمانه معماریان - دبیر تربیت بدنی، آموزش و پرورش استان آذربایجان غربی

خلاصه مقاله:

تامین سلامتی مردم در هر کشوری از مهمترین مسائل اساسی است و نمی توان انکار کرد که سلامت روانی یکی از ابعاد مهم آن می باشد. بیماریهای روانی مشکلات جدی و شایعی هستند که در سراسر دنیا و در هر جمعیت و گروهی نیز وجود دارد. سلامت روانی لازمه یک زندگی مفید، موثر و رضایت بخش فردی است و سلامت روان اقشار یک جامعه، خصوصا اقشار موثر و سازنده آن، لازمه پویایی، بلندی و اعتلای آن جامعه است. بدون شک اگر مدیریت و متولیان تامین سلامت روانی جوامع بتوانند با شیوه های علمی، اثر بخش و کارآمد عوامل تنش زای روحی و روانی را کنترل و یا کاهش دهند، قادر خواهند بود جلوی بسیاری از آسیب های خانوادگی و اجتماعی و نیز عواقب ناخوشایند دیگری را بگیرند که حاصل تنزل سلامت روانی افراد است. در این میان فعالیت های بدنی به خصوص ورزش، سهم زیادی در ایجاد امنیت و آرامش روانی و اجتماعی برای افراد و جوامع و تامین بهداشت و سلامتی و زندگی سالم خواهد داشت. تاثیر مهارت های حسی حرکتی و فعالیت های ورزشی بر کنش های ذهنی و تحول روانی، به گونه ای است که بسیاری از روان شناسان و کارشناسان تعلیم و تربیت عقیده دارند، این قبیل فعالیت ها در درجه اول، می بایست جزو برنامه های موظف آموزشی قرار داده شود. آشنایی دانش آموزان و دانش پژوهان با برنامه ها و روش های مختلف فعالیت های حسی و حرکتی، نه تنها سبب کنش های ذهنی آنها می گردد؛ بلکه موجبات نشاط روانی و سرزندگی، تقویت اعتماد به نفس و بالطبع بهداشت روانی آنها را فراهم می نماید. در این راستا پژوهش حاضر با هدف بررسی جایگاه ورزش در تامین بهداشت روان دانش آموزان انجام شد. این پژوهش از نوع پژوهش های کاربردی و شیوه بررسی آن نیز توصیفی-تحلیلی می باشد. همچنین از شیوه مطالعه منابع کتابخانه ای برای جمع آوری اطلاعات و داده های پژوهش، استفاده شده است.

کلمات کلیدی:

آموزش و پرورش، تربیت بدنی، ورزش، سلامت روان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2054764>

