

عنوان مقاله:

بررسی اثر ورزش بر حافظه فضایی و یادگیری دانش آموزان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و فلسفه با رویکرد توسعه فرهنگی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

محدثه گیلک - دکترا فیزیولوژی ورزشی - قلب و عروق و تنفس

ابراهیم طاهری - کارشناسی ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه پیام نور تهران

خلاصه مقاله:

: اثرات ورزش و فعالیت بدنی بر عملکرد اندام های مختلف انسان، مانند قلب، ریه و ماهیچه های اسکلتی از دیرباز شناخته شده است. در سال های اخیر توجه بیشتری به اثرات ورزش بر روی سیستم عصبی و حافظه شده است. به تازگی نشان داده شده است که مغز به فعالیت های فیزیکی در سطوح آناتومیکی، سلولی و ملکولی پاسخ می دهد. شگفت آور است که بسیاری از این تغییرات در بعضی از ساختارهای مغزی که در حافظه، یادگیری و عملکرد های شناختی درگیرند، رخ می دهند. پژوهش حاضر با روش توصیفی - تحلیلی و با هدف بررسی اثر ورزش بر حافظه فضایی و یادگیری دانش آموزان انجام گرفته است. ورزش می تواند عملکرد ذهنی را بهبود داده و یادگیری و حافظه را افزایش دهد.

کلمات کلیدی:

حافظه فضایی، دانش آموزان، ورزش، یادگیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2062378>

