

## عنوان مقاله:

تاثیر ورزش بر سلامت روان ، افکار ناکارآمد و راهبردهای یادگیری دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان سمیرم

## محل انتشار:

کنفرانس بین المللی اقتصاد، حسابداری، مدیریت و علوم اجتماعی (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

رضیه پیرمردیان - آموزش و پرورش دانشگاه

رقیه رشیدی دهقانی - آموزش و پرورش

مصطفی پیرمردیان - آموزش و پرورش

حجت پیرمردیان - آموزش و پرورش

## خلاصه مقاله:

در این تحقیق به بررسی تاثیر ورزش بر سلامت روان ، افکار ناکارآمد و راهبردهای یادگیری دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان سمیرم پرداخته شده است ، هدف از این تحقیق اثربخشی ورزش و فعالیت جسمی بر سلامت روان اضطراب ، افسردگی ، عملکرد اجتماعی ، افکار ناکارآمد و راهبردهای یادگیری شناختی ، فراشناختی و باورهای انگیزشی می باشد، نمونه مورد بررسی 06 نفر از دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهرستان سمیرم می باشد که به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب و بطور تصادفی در دو گروه ورزشکار 06 نفر(و غیر ورزشکار) 06 نفر قرار گرفتند که به پرسشنامه های سلامت روان GHQ 82 سوالی ، پرسشنامه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی MSLQ و پرسشنامه مقیاس نگرشهای ناکارآمد ( DAS ) پاسخ دادند و با روش مقایسه ای بررسی گردیدند، نتایج حاصل از تحلیل T برای گروههای مستقل نشان داد تفاوت معناداری بین دانش آموزان ورزشکار و غیر ورزشکار در سلامت روان ، افکار ناکارآمد و راهبردهای یادگیری وجود دارد که این تفاوت حاکی از اثربخشی ورزش بر این متغیرها می باشد

## کلمات کلیدی:

سلامت روان ، افکار ناکارآمد و راهبردهای یادگیری

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/367629>

