

عنوان مقاله:

تأثیرات تربیتی خوراکی ها در فرهنگ اسلامی: هرم غذایی و اصول تغذیه در قرآن کریم

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی و مطالعات اجتماعی ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

نهدت صفایی - کارشناسی ارشد تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش تعلیم و تربیت اسلامی دبیررسمی آموزش و پرورش شهرستان کنگان
استان بوشهر

اسما شجاعی - دبیررسمی آموزش و پرورش شهرستان کنگان استان بوشهر

خلاصه مقاله:

برای رسیدن به جسمی سالم و آرام نیاز به روانی سالم است و روان سالم بدون جسم سالم میسر نیست و جسم هم بدون تغذیه نمی تواند سالم باشد چرا که سلامت جسمی و روانی انسان به میزان قابل توجهی به نوع تغذیه و کیفیت مواد غذایی ویتامین ها مربوط است لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی هرم غذایی و اصول تغذیه در قرآن کریم و تأثیر تربیتی خوراکی ها در فرهنگ اسلامی صورت پذیرفت این پژوهش بر پایه مطالعات کتابخانه ای و به روش تحلیل محتوای کیفی بود که بافیش برداری از کتاب قرآن گنجینه احادیث سایر کتابها و نشریات اطلاعات جمع اوری شد و جمع بندی صورت گرفت امروزه ثابت شده است که تغذیه تأثیر مهمی بر اعصاب و روان و بالطبع تربیت اجتماعی دارد و تغذیه ناکامی و غلط می تواند اثرا نامطلوبی بر اعصاب و روان انسان گذاشته و موجب ترویج فرهنگ غلط شود چنانچه در برنامه غذایی روزانه به هرم غذایی انسان که در آیات 24-32 سوره مبارکه عبس ذکر شده توجه شود میتواند عاملی باشد برای ترویج فرهنگ تغذیه ای اسلامی چرا که قرآن در اول کتاب طلب بوده و سپس کتاب تغذیه زیرا که اولین ایه نازل شده بر پیامبر در مورد خلقت و ژنتیک علق است و از مهمترین عوامل تأثیر گذار بر روی ژن والدین تغذیه می باشد با بررسی متون انجام شده میتوان نتیجه گرفت که تأکید قرآن و احادیث بر استفاده از هرم غذایی و اصول تغذیه در قرآن بی سبب نبوده و امروزه نیز علم پزشکی به صراحت به این نتیجه دست یافتند

کلمات کلیدی:

خوراکی ها ، فرهنگ اسلامی ، هرم غذایی ، اصول تغذیه ، قرآن کریم

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/498595>

