

عنوان مقاله:

بررسی ارتباط بین میزان انجام فعالیت های بدنی و ورزشی و سطح سلامت روانی دانشجویان پسر کارشناسی دانشگاه آزاد تربیت جام
سال تحصیلی 85-86

محل انتشار:

سومین همایش ملی سلامت روان و تندرستی (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

ابراهیم علیزاده موسوی - استاد یار- گروه مشاوره- دانشگاه آزاد اسلامی- واحد قوچان- قوچان - ایران

الهه خالقی - دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی- دانشگاه آزاد اسلامی- واحد تربیت جام-تربیت جام-ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر به منظور بررسی ارتباط بین میزان ارتباط بین میزان انجام فعالیت بدنی و ورزشی و سطح سلامت روانی دانشجویان پسر انجام شد. روش اجرای تحقیق: در این پژوهش از پرسشنامه اطلاعات فردی و تست سلامت عمومی 28 سوالی کلبهگ GHQ استفاده شده که بر روی نمونه ای متشکل از 96 نفر به لحاظ آموزشی و تعداد 11 نفر انتقال و مرخص از تحصیل میباشد و نفرات نمونه را 70 دانشجوی پسر دوره کارشناسی دانشگاه تربیت جام تشکیل می دهند. این تحقیق از نوع تحقیقات همبستگی و توصیفی می باشد و به صورت میدانی انجام می گیرد نتایج: در پژوهش حاضر از مودنی ها را دو گروه اصلی ورزشکار و غیر ورزشکار تشکیل می دهند و از از مودنی در مورد ورزش کردن و رشته ورزشی و مدت زمان فعالیت مستمر فعالیت در آن رشته سیوالاتی شده است و محدودیت زمانی جهت ورزشکار محسوب شدن 3 ماه تعیین گردید . و در نتیجه گیری از مقایسه بین دو گروه ورزشکار و غیر ورزشکار این نتیجه بدست آمد که از مودنی های ورزشکار سلامت روانی مناسبتری نسبت به افراد یا یا آزمودنی های غیر ورزشکار داشتند که در واقع تایید این مطلب که سابقه ورزشی در بالا بردن سلامت روانی از مودنی ها بی تاثیر نبوده است. و نشان میدهد که سلامت روانی (فیزیکی ، اجتماعی) دانشجویان پسر ورزشکار و غیر ورزشکار با هم تفاوت معنی داری دارد و همچنین سلامت روانی (فیزیکی ، اجتماعی ،) دانشجویان پسر ورزشکار رشته های ورزشی گروهی و انفرادی با هم تفاوت معنی داری دارد.

کلمات کلیدی:

فعالیت بدنی _ سلامت روانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/716670>

