

## عنوان مقاله:

بررسی اهمیت ساعات ورزش مدارس و ارایه راهکارهای آموزش علمی و عملی برای طی آن در فرآیند آموزش

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی پژوهش در علوم انسانی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

مهتاب توکلی - هییت علمی دانشگاه فرهنگیان همدان

زهرا پورجبار - کارشناس آموزش کودکان استثنایی

## خلاصه مقاله:

ورزش و حرکات منظم بدنی علاوه بر سلامت جسم و سلامت روحی و روانی و اجتماعی در فواید زیادی دارد و در سازگاری فرد در جامعه و شخصیت و تاثیر می گذارد. ورزش در درمان بیماری هایی نظیر افسردگی و نیز در حافظه تاثیر می گذارد. ورزش برای جوانان تکیه گاهی امر به حساب می آید تا در پناه آن به نهایت رشد و کمال انسانی دستیابند. حال در نظام آموزشی ما چه پیش آمده که اهمیت این موضوع ارزشمند ورطه فراموشی سپرده شده است. در این پژوهش پس از بررسی علل اهمیت ورزش در تربیت کودکان که از منابع مختلف گردآوری شده، به ارایه راهکارهای آموزشی عملی و قابل اجرا در کلاس های درس پرداختیم از آنجا که در این پژوهش، اطلاعات و داده ها از طریق مطالعه و خواندن مواد چاپ شده از قبیل کتب و اسناد و مدارک و مقالات موجود در کتابخانه ها، وب سایت های علمی پژوهشی و ... جمع آوری گردیده، روش انجام تحقیق کار پشت میزی یا کتابخانه ای و به صورت کیفی می باشد. از سوی دیگر چون تجزیه و تحلیل اطلاعات در اشکال مختلف غیر کمی و غیر مقداری هستند و مداخله کنترلی از سوی محقق اعمال نخواهد شد، مدل تحلیل این پژوهش، تحلیلی است. نتایج پژوهش نشان داد همکاری دوجانبه مدرسه و خانواده به بهره برداری هرچه بیشتر و بهتر از فعالیت بدنی و ورزش در آموزش کمک شایانی خواهد کرد.

## کلمات کلیدی:

ساعت ورزش، آموزش و پرورش، رویکرد خانواده محور، آموزش انفرادی و آموزش تلفیقی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/757299>

