

عنوان مقاله:

بررسی دستیابی به چکاد برتر در فراخنای زندگی با توجه به زمان شروع فعالیت های منظم ورزشی

محل انتشار:

همایش ملی تحقیقات نوین در علوم ورزشی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

علی کرباسی - استادیار گروه مدیریت ، دانشگاه پیام نور

ستاره مسیبی - کارشناس ارشد مدیریت

خلاصه مقاله:

مقدمه : پایداری و سلامت انسان در سه بعدی مشخص روحی جسمی و اجتماعی وابسته به شرایط و عوامل مختلفی است که نقش ورزش منظم در آن بسیار حائز اهمیت است امروزه متخصصین حوزه سلامت بر این باورند که ورزش و حرکات منظم بدنی میتواند چرخه عمر انسان را پویاتر نموده و در راستای افزایش اثربخشی زندگی سان ها انسان ها نقش مهمی را ایفا نماید. روش شناسی : پژوهش حاضر با هدف بررسی و شناسایی زمان مناسب شروع ورزش و حرکات منظم بدنی در دستیابی به چکاد های برتر در چرخه عمر انسان انجام پذیرفته است که از لحاظ روش تحقیق یک تحقیق توصیفی پیمایشی می باشد و از منظر هدف یک تحقیق کاربردی است که داده های پژوهش با استفاده از نرم افزار اسمارت پی ال اس و روش معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته است نمونه آماری پژوهش شامل 400 نفر از افراد در طبقات مختلف فراخنای زندگی از میانسالی تا کهنسالی می باشند.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/860771>

